

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR SENAM TATA KECANTIKAN KULIT
(STKK) MELALUI PENGGUNAAN VIDEO TUTORIAL
(Penelitian Tindakan di Program Studi Tata Rias, Fakultas Teknik
Universitas Negeri Jakarta)**

Nurul Hidayah¹

¹Tata Rias, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta,
Komplek Universitas Negeri Jakarta Jl. Rawamangun Muka, Jakarta Timur, Indonesia 13220

nrl.hdy@gmail.com

Abstrak. Penelitian dilakukan di Program studi Tata rias, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta. Waktu Penelitian dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2016/2017. Penelitian tindakan (*action research*) ini dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar senam tata kecantikan kulit (STKK) melalui pemanfaatan video pembelajaran berupa video tutorial. Metode penelitian menggunakan metode kualitatif dan kuantitatif. Rancangan penelitian tindakan ini menggunakan model Kemmis dan Taggart (perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi), hubungan keempat komponen ini dianggap sebagai satu siklus sehingga untuk siklus berikutnya adalah siklus yang sudah di revisi untuk melakukan siklus selanjutnya. Penelitian tindakan ini dilakukan dalam 2 siklus, siklus pertama dilakukan pre test sebelum dosen menerapkan perlakuan dengan video tutorial, rata-rata kelas memperoleh angka sebesar 56,4 dan ketuntasan belajar baru mencapai 67%. Pada siklus 1 pembelajaran senam bodylanguage diperbaiki dengan menggunakan video tutorial diketahui mengalami peningkatan rata-rata kelas sebesar 73,9 dan ketuntasan belajar terjadi mencapai 77% namun masih belum mencapai target penelitian. Penelitian dilanjutkan pada siklus ke-2 untuk memperbaiki metode pembelajaran, setelah mahasiswa mendapat tambahan materi menggunakan video tutorial, terjadi peningkatan rata-rata kelas 85,3 dan ketuntasan belajar tercapai 100%. Oleh sebab itu maka terjadi keseluruhan peningkatan hasil belajar sebesar 29% yang cukup signifikan antara sebelum tindakan dan sesudah tindakan penelitian dilakukan. Penelitian dikatakan berhasil karena sudah tidak terdapat mahasiswa yang mendapat nilai C. Kuesioner mahasiswa terhadap penggunaan video tutorial senam tata kecantikan kulit yakni sebanyak 93,5% menyatakan senang. Pengamatan aktivitas dosen sebesar 98%, terjadi peningkatan aktivitas. Pengamatan Aktivitas mahasiswa menunjukkan presentase keterlaksanaan keaktifan mahasiswa sebesar 93% dimana mahasiswa dapat memperhatikan penyampaian pesan pembelajaran yang dilakukan oleh dosen menggunakan video tutorial senam kecantikan, dengan hasil tersebut maka tidak perlu diadakan lagi tindakan lanjutan pada siklus ke-3 karena indikator nilai rata-rata kelas dan ketuntasan belajar sudah tercapai.

Kata kunci: Pembelajaran; hasil belajar; senam tata kecantikan kulit; video tutorial.

Abstract. The study was conducted in the Cosmetology Study Program, Faculty of Engineering, Jakarta State University. When Research is conducted in the even semester of the 2016/2017 school year. This action research was conducted to improve the learning outcomes of skin beauty exercises (STKK) through the use of learning videos in the form of tutorial videos. The research method uses qualitative and quantitative methods. The design of this action study uses the Kemmis and Taggart models (planning, action, observation and reflection), the relationship of these four components is considered as one cycle so that for the next cycle, the cycle has been revised to carry out the next cycle. This action research was carried out in 2 cycles, the first cycle was conducted pre-test before the lecturer applied the treatment with the video tutorial, the class average obtained a score of 56.4 and the learning completeness only reached 67%. In the first cycle, bodylanguage gymnastic learning was improved using video tutorials, it was found that there was an increase in class average of 73.9 and learning completeness occurred at 77% but still not reached the research target. The research continued in the second cycle to improve the learning method, after students received additional material using video tutorials, there was an increase in the class average of 85.3 and learning completeness was achieved 100%. Therefore, there is an overall increase in learning outcomes by 29% which is quite significant between before the action and after the action of the study was carried out. The study was said to be successful because there were no students who received a C score. The student questionnaire on the use of skin beauty exercise video tutorials, namely 93.5%, expressed pleasure. Observation of lecturer activities by 98%, there is an increase in activity. Observation of student activities shows the percentage of student activity implementation as much as 93% where students can pay attention to the delivery of learning messages made by lecturers using beauty gymnastics tutorial videos, with these results there is no need for further action on the third cycle because of the average grade value indicator and learning completeness has been achieved.

Keywords: Learning; learning outcomes; skin beauty gymnastics; video tutorial

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu aspek kehidupan yang mendasar dan menyangkut hajat hidup orang banyak. Pendidikan juga turut menentukan kualitas pembangunan bangsa dengan cara meningkatkan kualitas sumber daya manusianya untuk memiliki keterampilan serta menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi. Program studi tata rias yang berada dibawah naungan Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta, merupakan penyelenggara pendidikan yang berorientasi meningkatkan mutu peserta didiknya agar menjadi lulusan yang memiliki kemampuan akademik, dan dapat menerapkan, mengembangkan, serta memperkaya ilmu pengetahuan dan teknologi. Mutu pendidikan di program studi tata rias, salah satunya dapat dilihat dari hasil belajar mahasiswa sehingga akan mempengaruhi hasil IPK lulusannya, dalam setiap mata kuliah mahasiswa harus dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan agar hasil belajar maksimal dan memiliki kompetensi di bidang tata kecantikan. Pada program studi tata rias, terdapat mata kuliah keahlian yang wajib diikuti oleh seluruh mahasiswa, yaitu senam tata kecantikan kulit (STKK). Pada senam kecantikan ini mahasiswa dituntut untuk dapat menjaga tubuhnya agar cantik luar dalam. Mata kuliah ini menekankan pada kemampuan mahasiswa dalam

mengikuti teori dan praktek senam tata kecantikan kulit (STKK), mahasiswa harus mampu melakukan berbagai gerakan senam khusus wanita agar dapat menjaga bentuk tubuh ideal. Senam kecantikan sangat baik untuk menjaga kesehatan tubuh, pada masa sekarang untuk memperoleh kecantikan tidaklah hanya duduk di depan cermin saja (merias diri) tetapi harus dipelihara dan dilakukan dengan memperbaiki diri untuk mencapai keharmonisan tubuh (Rostamailis 2014: 73).

Kenyataan yang terjadi saat ini, pembelajaran senam kecantikan kurang dapat diterapkan dengan baik oleh mahasiswa, hal ini berdasarkan wawancara awal peneliti kepada mahasiswa tata rias yang telah mengikuti mata kuliah senam tata kecantikan kulit (STKK), bahwa gerakan senam yang diajarkan oleh dosen selama dikelas membuat mahasiswa sulit menghafal dan mengikuti gerakan secara lentur. Hal ini juga diperkuat dengan temuan pada form 06 akan hasil belajar STKK yang masih belum maksimal. Hasil belajar senam tata kecantikan kulit (STKK) yang kurang maksimal dapat ditemui pada mahasiswa sebelumnya yang telah menempuh mata kuliah senam tata kecantikan kulit (STKK). Dari jumlah 38 orang mahasiswa yang telah mengikuti pembelajaran STKK, 3 orang diantaranya mendapat nilai diatas 80, sedangkan 17 orang mahasiswa mendapat nilai 80, dan

10 orang mahasiswa mendapat nilai diantara 70-79, namun masih ditemui 8 orang mahasiswa yang mendapat nilai diantara 65-69 nilai ini dirasa belum maksimal, idealnya dalam pembelajaran berbasis kompetensi nilai mahasiswa pada pembelajaran keahlian minimal 69. Selain itu, banyaknya macam-macam gerakan yang harus dilakukan mahasiswa dalam senam kecantikan dianggap terlalu rumit dihafal menyebabkan mahasiswa jenuh. Kondisi seperti ini mengharuskan dosen untuk mengulangi proses demonstrasi dan menguras tenaga dosen yang mengajar, sehingga pembelajaran dirasa kurang efektif. Oleh sebab itu perlunya memperbaiki strategi belajar STKK agar dapat meningkatkan hasil belajar. Dosen dituntut untuk dapat menyajikan materi pembelajaran yang lebih menarik agar dapat memberi motivasi dan inspirasi pembelajaran STKK. Salah satu upaya yang diharap dapat memperbaiki metode pembelajaran yakni dengan menggunakan media pembelajaran berbasis teknologi. Mengingat fungsi media pembelajaran sangatlah penting karena media merupakan alat yang dapat digunakan dosen untuk menyampaikan pesan pembelajaran agar lebih menarik minat seluruh mahasiswa.

Media pembelajaran yang digunakan sebaiknya disesuaikan dengan kondisi kelas dan kebutuhan mahasiswa itu sendiri, sebab dalam menerima pesan

pembelajaran berbeda pada tiap-tiap mahasiswa, dosen perlu memilih media yang dapat mengkombinasi media untuk dapat menyampaikan materi pembelajaran agar lebih efektif. Media yang mampu menggabungkan antara audio dan visual salah satunya adalah media video tutorial. Video tutorial dinikmati dengan menggunakan indera penglihatan dan indera pendengaran yang menayangkan gambar gerak dan suara, sedangkan video tutorial dalam pembelajaran yaitu suatu tayangan berupa materi-materi pengajaran yang di rancang sedemikian rupa untuk peserta didik agar lebih mudah memahami dan menerapkan materi ajar dalam proses pembelajaran. Pada umumnya tipe penyajian yang digunakan dalam model multimedia adalah "tutorial", karena model tutorial dapat membimbing peserta didik secara luas dalam memahami dan menguasai materi ajar dengan cepat dan menarik. Pembelajaran komputer berbasis model tutorial merupakan program pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran dengan menggunakan perangkat lunak komputer yang berisi materi pembelajaran. Model tutorial dalam CBI pola dasar mengikuti pembelajaran berprogram tipe branching dimana konten kurikulum/materi pelajaran disajikan dalam unit-unit kecil, lalu disusul dengan pertanyaan. Respon siswa dianalisis oleh komputer (diperbandingkan dengan jawaban

yang diintegrasikan oleh penulis program) dan umpan baliknya yang benar diberikan (Nana Sudjana & Ahmad Rivai:139)

Video tutorial senam kecantikan yaitu sebuah video pembelajaran yang berisikan tentang materi pelajaran senam kecantikan berupa macam-macam gerakan boby language, poco-poco, dan salsa. Dalam video ini dapat menampilkan gambar, suara, dan gerak sekaligus. Video tutorial dalam proses pembelajaran juga dapat memberikan suatu rangsangan, menampilkan contoh keterampilan dengan gerak, serta dapat mempengaruhi sikap dan emosi.

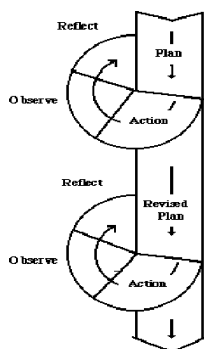
Penjelasan diatas mendorong penulis untuk memperbaiki metode pembelajaran dengan memanfaatkan media yang sudah ada melalui penggunaan video tutorial yaitu suatu rekaman gambar dan suara yang didalamnya berisikan tentang materi senam kecantikan lengkap dengan berbagai gerakannya sehingga dapat menambah pemahaman, keterampilan dan dapat meningkatkan hasil belajar. Perbaikan yang dilakukan oleh dosen yaitu dengan memperbaiki strategi pembelajaran, merubah metode pembelajaran yaitu menyusun sebuah rancangan yang diawali dengan perencanaan untuk menentukan suatu tindakan perbaikan, pengamatan, dan direfleksikan kembali untuk melihat sejauh mana keberhasilan kegiatan perbaikan tersebut. Kegiatan perencanaan,

menerapkan tindakan yang disertai pengamatan dan refleksi, jika didukung dengan teori yang akurat akan menjadi suatu penelitian yakni penelitian tindakan (*action research*).

Action research merupakan penelitian yang dapat diterapkan oleh pendidik untuk memperbaiki kondisi didalam kelas dan dapat mencari solusi terhadap permasalahan yang sedang terjadi dalam proses pembelajaran. Mills dalam bukunya “*action research is any systematic inquiry conducted by teacher researchers, principals, school counselors, or other stakeholder in the teaching/learning environment, to gather information about how their particular school operate. How they tach, and how well their student learn. This information is gathered with the goals of gaining insight, developing reflective practice, effecting positive change in the school environment and improving student outcomes and the lives of those involved*”. (E.Mills, 2003:5).

Model Kemmis dan McTaggart merupakan pengembangan penelitian tindakan model Kurt Lewin yakni adanya perencanaan (*plan*), tindakan (*acting*), pengamatan (*observing*) dan refleksi (*reflecting*), namun komponen tindakan (*acting*) dengan pengamatan (*observing*) dijadikan sebagai satu kesatuan, sebab kenyataannya ketika tindakan dilakukan begitu pula pengamatan dilakukan

bersamaan. Model ini dapat dilihat pada Gambar berikut.



Gambar 1. Model Siklus Kemmis & McTaggart.

Pelaksanaannya, jumlah siklus sangat bergantung kepada permasalahan yang perlu diselesaikan, jika hasil penelitian dirasa belum memenuhi harapan, maka dapat dilakukan lagi proses yang sama yakni dilanjutkan pada siklus ke dua, dan seterusnya. Pada penelitian ini terdapat empat komponen untuk membentuk sebuah siklus yang diawali dari sebuah perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Penelitian tindakan dalam teori ini adalah sebuah bentuk penelitian yang dilakukan dibidang pendidikan untuk memperbaiki kondisi pembelajaran yang ada menjadi lebih baik untuk meningkatkan hasil belajar.

Belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam setiap penyelenggaraan pendidikan keberhasilan atau gagalnya pencapaian tujuan pendidikan sangat tergantung pada proses belajar yang dialami

pembelajar dan memberi perubahan dalam dirinya, sehingga seseorang dikatakan telah belajar jika telah ada perubahan tingkah laku pada diri orang tersebut. Pembelajaran (learning) dapat didefinisikan sebagai pengaruh permanen atas perilaku, pengetahuan dan keterampilan berpikir yang diperoleh melalui pengalaman (Jhon W. Santrock, 2004:266).

Sharon dalam bukunya *“Learning is the development of new knowledge, skills, or attitudes as an individual interacts with information and the environment”*. (Sharon E. Smaldino & James D Russell, 2005:6). Belajar merupakan salah satu upaya untuk mengembangkan pengetahuan, sikap dan keterampilan seseorang melalui interaksi dan menambah informasi di lingkungan tempat ia berada.

Hasil dari proses belajar disebut sebagai hasil belajar yang dapat dilihat dan dapat diukur, hasil belajar merupakan cerminan kemampuan dan penguasaan isi pembelajaran oleh siswa, baik dilingkungan formal maupun non formal. Keberhasilan dalam mengikuti program pembelajaran pada satu jenjang pendidikan tertentu dapat dilihat dari hasil belajarnya. Di suatu Perguruan Tinggi, hasil belajar adalah sesuatu yang dicapai mahasiswa berkat adanya usaha atau fikiran yang dinyatakan dalam bentuk penguasaan, pengetahuan dan kecakapan dasar yang terdapat dalam berbagai aspek kehidupan

sehingga nampak pada diri individu dengan adanya perubahan tingkah laku.

Berdasarkan pernyataan di atas, yang dimaksud dengan hasil belajar dalam penelitian ini adalah kemampuan seseorang yang diperoleh melalui proses belajar, kemampuan tersebut meliputi kognitif, afektif, dan psikomotorik yang dapat merubah perilaku orang tersebut. Faktor yang mempengaruhi hasil belajar dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri mahasiswa itu sendiri sedangkan faktor eksternal merupakan faktor diluar diri mahasiswa.

Mata Kuliah Senam Kecantikan

Program studi tata rias yang berada dibawah naungan Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta, merupakan salah satu tempat penyelenggara pendidikan yang berorientasi untuk meningkatkan mutu peserta didiknya agar menjadi lulusan yang memiliki kemampuan akademik, dan dapat menerapkan, mengembangkan, serta memperkaya ilmu baik ilmu pengetahuan, kesehatan dan kecantikan. Pada program studi pendidikan tata rias, terdapat mata kuliah yang wajib diikuti oleh seluruh mahasiswa yaitu mata kuliah senam tata kecantikan kulit (STKK), sehingga pada mata kuliah ini, mahasiswa diharapkan memperoleh nilai diatas 70, hal ini disebabkan karena pada mata kuliah ini

mahasiswa harus dibekali pengetahuan kesehatan dan kecantikan serta cara menjaga kebugaran bagi wanita. Senam kecantikan (STKK) merupakan mata kuliah yang bertujuan agar mahasiswa mampu menganalisa, dan melakukan senam serta olahraga untuk kesehatan yang berhubungan dengan penampilan diri, pada mata kuliah ini mencakup beberapa pokok bahasan antarlain: konsep dasar senam low impact, high impact dan mix impact yang berisikan materi konsep senam yang berhubungan dengan kecantikan dan kesehatan. Pembelajaran ini lebih menekankan pada kemampuan mahasiswa dalam mengikuti teori dan praktek, namun mahasiswa juga diwajibkan untuk mampu menyeimbangkan antara gerakan dan irama music serta menjaga keketuran gerakan senam kecantikan mulai dari pemanasan, gerakan inti hingga pendinginan.

Pembelajaran senam kecantikan (STKK) merupakan pembelajaran yang menekankan kemampuan kognitif, dan psikomotor mahasiswa, pembelajaran senam kecantikan dilakukan untuk memberi pengetahuan, pemahaman dan keterampilan. Pada pembelajaran senam kecantikan, dosen tidak hanya melihat hasil akhir senam kecantikan, melainkan melihat proses yang dilakukan mahasiswa selama kegiatan pembelajaran. Mahasiswa diwajibkan melakukan praktek senam kecantikan setelah dosen selesai menyajikan materi dan mendemonstrasikan

berbagai gerakan senam kecantikan body language, poco-poco dan salsa.

Keberhasilan menerapkan gerakan senam kecantikan yang baik dapat dilihat dari penilaian pada proses dan hasil, yang diawali dengan persiapan, pemanasan, gerakan inti dan pendinginan. Pembelajaran senam kecantikan dikelas harus dilakukan dengan semangat agar mahasiswa dapat termotivasi, oleh sebab itu metode mengajar dosen dalam menyajikan materi senam kecantikan (STKK) dianggap sangat penting agar dapat mempengaruhi hasil belajar mahasiswa.

Berbagai metode yang diterapkan dalam pembelajaran senam kecantikan diantaranya menggunakan metode ceramah, demonstrasi, diskusi, dan pektek langsung. Metode ceramah dan metode demonstrasi dianggap memiliki peran yang paling penting sebab metode ini dilakukan dosen dalam menyampaikan materi senam kecantikan kepada mahasiswa.

Hasil belajar senam tata kecantikan kulit (STKK) mahasiswa merupakan hasil belajar yang diperoleh mahasiswa program studi tata rias setelah melakukan proses pembelajaran senam tata kecantikan kulit (STKK). Hasil belajar ditandai dengan meningkatnya kemampuan mahasiswa dari aspek kognitif, afektif dan psikomotor mahasiswa. Kemampuan kognitif yang dimaksud adalah kemampuan berpikir yang diperoleh mahasiswa setelah menjalani

proses belajar, kemampuan afektif merupakan perubahan sikap mahasiswa setelah mengikuti proses pembelajaran senam kecantikan sedangkan yang dimaksud dengan kemampuan psikomotor adalah kemampuan keterampilan motorik yang diperoleh mahasiswa setelah melalui proses belajar. Kemampuan kognitif dan psikomotor ini dinilai oleh dosen melalui tes yang berisi materi senam kecantikan.

Association for Educational Communications and Technology (AECT, 1977) mendefinisikan media sebagai segala bentuk yang digunakan untuk menyalurkan informasi (Sri Anitah, 2010:4) Media merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan ataupun informasi dari pengirim ke penerima pesan. Proses pembelajaran diharapkan berjalan efektif jika didukung oleh kehadiran alat bantu/media/sumber belajar yang baik.

Media Pembelajaran Video Tutorial

Media merupakan alat perantara untuk menyampaikan pesan pembelajaran agar dapat lebih mudah diterima pebelajar. Media pembelajaran ada yang tinggal dimanfaatkan oleh dosen (by utilization) dan media yang dikembangkan sendiri (by design). Media by design, yaitu media yang dirancang khusus sesuai dengan kebutuhan pembelajaran guna mencapai tujuan. Misalnya media yang dibuat berupa media grafis, audio dan media

audio visual. Sedangkan media by utilizaon, yaitu media yang sudah ada dimanfaatkan oleh sekolah guna menunjang pelaksanaan proses pembelajaran. Misalnya, media yang ada dilingkungan sekitar sekolah, bahkan diluar (Cecep Kustandi&Bambang Sutjipto, 2013:113)

Media pembelajaran adalah segala alat bantu yang digunakan untuk menyalurkan pesan antara dosen dan mahasiswa dalam memahami materi pembelajaran, penggunaan media pembelajaran hendaknya berisikan materi pembelajaran sehingga dapat mempermudah dosen dan merangsang motivasi mahasiswa di dalam kelas. Peranan media pembelajaran merupakan perantara/alat bantu memudahkan proses belajar mengajar agar tercapai tujuan pembelajaran secara efektif. Komunikasi antara dosen dan mahasiwa di dalam kelas akan berjalan lancar dengan hasil yang maksimal apabila menggunakan alat penyampaian pesan atau media pembelajaran yang tepat.

Menurut Mohd. Arif dan Rosnaini, menyatakan video merupakan suatu alat untuk merekamkan dan menayangkan film dengan menggunakan pita video (akan disalurkan melalui televisi). Video merupakan salah satu alat media dalam bentuk rekaman film yang telah disimpan dalam bentuk VCD (Video Compac Disk), CD (Compac Disk), ataupun alat modern lainnya. Video dinikmati dengan

menggunakan indera penglihatan dan indera pendengaran. (Azhar Arsyad, 1997:48).

Video tutorial dalam proses pembelajaran berisikan tentang materi pelajaran serta langkah dan cara dalam pembelajaran. Video termasuk sebuah audio visual yang dapat menampilkan gambar, suara, dan gerak sekaligus. Video dalam proses pembelajaran juga dapat memberikan suatu rangsangan, menampilkan contoh keterampilan dengan gerak, serta dapat mempengaruhi sikap dan emosi. Video tutorial senam tata kecantikan kulit (STKK) ini berisi tentang gerakan langkah-langkah pemanasan, gerakan inti dan pendinginan pada senam body language, poco-poco dan salsa. Penggunaan video tutorial senam kecantikan adalah cara yang dilakukan dosen untuk membantu memudahkan dalam menyampaikan materi senam kecantikan melalui penayangan video tutorial senam kecantikan ketika dosen sedang menyajikan materi pembelajaran senam kecantikan melalui metode demonstrasi. Metode demonstrasi ini dilakukan di hadapan seluruh mahasiswa untuk memperagakan langkah-langkah senam kecantikan.

Berdasarkan pengertian di atas, bahwa video tutorial senam kecantikan merupakan salah satu media pembelajaran, hal ini disebabkan karena video tutorial senam kecantikan dapat menayangkan langkah-langkah pemanasan, gerakan inti dan pendinginan dengan gerakan yang dapat

ditayangkan lebih jelas serta dapat diputar berulang-ulang sehingga dapat memfokuskan perhatian mahasiswa dalam memahami materi senam tata kecantikan kulit (STKK). Pemanfaatan media di atas dapat dilakukan dosen untuk mempermudah penyampaian pesan pembelajaran kepada mahasiswa agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Prinsip penggunaan media pembelajaran hendaknya mendekati karakteristik mahasiswa.

METODE

Penelitian ini dilakukan untuk memperbaiki strategi pembelajaran, melalui penggunaan video tutorial, agar dapat meningkatkan hasil belajar senam tata kecantikan kulit (STKK) pada mahasiswa Program studi Tata rias, Universitas Negeri Jakarta. Waktu Penelitian dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2016/2017. Siklus pertama dilaksanakan 2 kali pertemuan dari tanggal 4 Maret sampai 5 Maret 2017. Siklus kedua dilaksanakan 2 kali pertemuan pada tanggal 11 Maret sampai 12 Maret 2017. Selanjutnya dilakukan pengumpulan data, pengolahan data, dan analisis data. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan penelitian tindakan (*action research*) yakni penelitian yang bertujuan untuk memperbaiki atau merubah situasi tertentu menjadi lebih baik. "*Action research is any systemic inquiry conducted by teacher*

research, principals, school counselors, or other stakeholders in the teaching/learning environment to gather information about their particular school operate, how they teach, and how well their student learn". (E, Mills, 2003:5)

Penelitian tindakan (*action research*), merupakan metode penelitian yang dapat digunakan oleh dosen dan pelaku peneliti lain yang bertujuan mengembangkan dan memperbaiki proses pembelajaran di dunia pendidikan. Pendekatan dalam penelitian tindakan ini, menggunakan pendekatan baik kuantitatif maupun kualitatif. Penggunaan pendekatan ini sejalan dengan pendapat Creswell bahwa *action research* adalah metode yang menggabungkan/ mix antara kualitatif & kuantitatif. *The mix methodes research collects both the quantitative and qualitative data simultaneously"*. (Creswell, 2008:559)

Penelitian tindakan dapat melakukan pendekatan dengan metode kuantitatif dan kualitatif. Metode kuantitatif dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh data berupa angka-angka hasil tes teori dan tes keterampilan mahasiswa, sedangkan data kualitatif diperoleh melalui hasil wawancara, pengisian kuesioner, dan pengamatan dan catatan harian penelitian mengenai pembelajaran yang dilakukan dosen menggunakan video tutorial saat demonstrasi senam kecantikan. Sebelum menerapkan siklus *action research*, peneliti

melakukan observasi awal untuk mendapatkan gambaran pembelajaran senam kecantikan tanpa media pembelajaran video tutorial, pada observasi ini peneliti mengumpulkan data hasil belajar nilai teori maupun nilai keterampilan mahasiswa yang telah menempuh mata kuliah senam kecantikan (STKK).

Peneliti juga melakukan wawancara kepada mahasiswa dan dosen mengenai proses pembelajaran yang telah dilakukan. Berdasarkan observasi awal ini, peneliti mencoba memperbaharui strategi pembelajaran dengan memanfaatkan media yang sudah ada (*by utilization*) yakni dengan menggunakan media pembelajaran berbentuk video tutorial senam kecantikan. Metode penelitian tindakan yang digunakan peneliti menggunakan model kemmis taggart, yang siklusnya diawali dengan proses perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi selama proses pembelajaran senam kecantikan.

Komponen siklus Kemmis Taggart dalam penelitian ini antara lain: Perencanaan. Pada tahap ini, peneliti membuat sebuah perencanaan yakni merencanakan pembelajaran menggunakan video tutorial senam kecantikan saat dosen mendemonstrasikan tahapan langkah-langkah senam kecantikan bodylanguage, poco-poco dan salsa. Peneliti juga menyiapkan SAP/Silabus (satuan acara pembelajaran) sesuai dengan materi dan

tujuan pembelajaran senam bodylanguage, poco-poco dan salsa.

Rencana pertemuan dalam pelaksanaan penelitian ini terdiri dari 2 kali pertemuan dalam satu siklus dan akan diteruskan jika siklus yang pertama belum mencapai target penelitian, juga menyiapkan instrument tes dan non tes untuk mengukur kemampuan mahasiswa setelah mendapat perlakuan. Instrumen penelitian yang berupa instrumen tes digunakan untuk mengukur pengetahuan dan keterampilan praktek mahasiswa, sedangkan instrumen non tes digunakan untuk melihat peningkatan efektifitas pembelajaran menggunakan video tutorial melalui pengamatan, catatan penelitian, dan kuesioner yang digunakan selama pembelajaran berlangsung. Peneliti selanjutnya menentukan kolaborator diharapkan dapat memberi masukan kepada peneliti selama proses berlangsung. Pelaksana tindakan adalah salah satu dosen pengampu mata kuliah senam kecantikan yang akan menyajikan materi senam kecantikan bodylanguage dengan metode ceramah dan metode demonstrasi. Selanjutnya mahasiswa diwajibkan untuk mengikuti tes keterampilan senam kecantikan dan di akhir siklus mahasiswa diwajibkan mengikuti tes teori berbentuk pilihan ganda sebanyak 30 soal. Tes teori adalah tes yang digunakan untuk mengukur pengetahuan mahasiswa terhadap seluruh materi senam kecantikan yang telah

diberikan oleh dosen. Pada tahapan pengamatan ini, peneliti bersama kolabor melakukan pengamatan terhadap pelaksanaan tindakan. Pengamatan dilakukan untuk mengamati kegiatan dosen saat mendemonstrasikan tahapan-tahapan senam kecantikan body language menggunakan video tutorial. Selain itu, peneliti juga mengamati aktivitas mahasiswa selama mendapat perlakuan penelitian. Pengamatan ini bertujuan untuk mengetahui kemajuan dan mengetahui hambatan yang ada dalam tahap penelitian sehingga pengamatan harus total dan jujur, karena akan menjadi dasar dokumentasi untuk refleksi selanjutnya. Refleksi/evaluasi adalah mengingat tindakan yang dicatat dalam pengamatan. Pada tahap ini, peneliti melakukan refleksi hasil evaluasi tes mahasiswa, kegiatan mahasiswa dan dosen selama tindakan berlangsung. Dalam melaksanakan refleksi, peneliti bersama dosen dan kolabor saling berdiskusi dengan mengutarakan komentar, tanggapan dan masukan. Jika hasil dari refleksi tersebut, ditemukan kelemahan dan hasil yang didapat kurang memuaskan atau belum sesuai dengan harapan penelitian maka peneliti dapat melakukan revisi untuk perbaikan tindakan pelaksanaan pada siklus berikutnya. Keempat tahap dalam penelitian tersebut adalah unsur untuk membentuk sebuah siklus, yaitu satu putaran kegiatan beruntun, namun jika tujuan belum tercapai

dilaksanakan tindakan kembali, dengan melakukan inovasi pembelajaran tindakan berdasarkan masukan yang diberikan, demikian seterusnya hingga tujuan tercapai.

Sumber data dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa angkatan 2016 tahun ajaran 2016/2017 yang sedang mengikuti mata kuliah senam tata kecantikan kulit (STKK), yang berjumlah 30 orang mahasiswa, dan 1 orang dosen pengampu mata kuliah senam tata kecantikan kulit (STKK).

Untuk memperoleh keabsahan instrumen peneliti melakukan pengujian validitas dan perhitungan reliabilitas instrument. Pengujian validitas menggunakan rumus *point biserial* untuk menguji validitas soal yang telah diajukan dalam tes. Hasil perhitungan uji coba validitas menunjukkan bahwasanya dari 40 butir soal yang peneliti buat untuk mengukur indikator senam kecantikan, terdapat 10 butir soal tidak valid sehingga peneliti hanya bisa menggunakan 30 soal yang dikatakan valid, yang selanjutnya digunakan untuk mengukur tes pengetahuan mahasiswa dalam pembelajaran senam kecantikan. Untuk menguji reliabilitas instrumen menggunakan perhitungan *Kuder Richardson 20 (KR-20)*, yakni metode yang lebih tepat mengukur tingkat reliabilitas instrumen yang digunakan. Peneliti juga melakukan pengecekan keabsahan data-data yang telah terkumpul agar memiliki

tingkat kepercayaan yang tinggi dengan cara triangulasi data. Triangulasi dilakukan dengan alat pengontrol pengecekan data dari mahasiswa, dosen dan kolaborator.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan 2 siklus. Siklus pertama dilaksanakan 2 kali pertemuan yaitu pada tanggal 4 dan 5 Maret 2017. Siklus kedua dilaksanakan 2 kali pertemuan yakni pada tanggal 11 dan 12 Maret 2017. Penelitian ini diawali dengan kegiatan menyusun perencanaan untuk menentukan tindakan. Langkah berikutnya ialah pemberian tindakan yang disertai pengamatan, hal ini dilakukan peneliti bersama-sama kolabor melakukan pengamatan aktivitas dosen dan mahasiswa terhadap proses jalannya tindakan. Langkah terakhir yaitu refleksi, yang dilakukan untuk mengevaluasi kejadian-kejadian yang telah berlangsung selama penelitian. Kegiatan refleksi ini dilakukan oleh peneliti bersama kolabor dan dosen, untuk menentukan apakah siklus yang dilaksanakan sudah mencapai tujuan, jika belum memenuhi maka akan dilanjutkan dengan siklus berikutnya. Pada akhir pertemuan dalam tiap-tiap siklus, diadakan tes untuk mengukur kemampuan yang dicapai oleh mahasiswa setelah diberi perlakuan saat mengikuti pembelajaran menggunakan video tutorial senam kecantikan. Selain itu ada pemberian kuesioner kepada mahasiswa untuk mengetahui pendapat

mengenai penggunaan video pada pembelajaran senam kecantikan.

Berdasarkan data yang diperoleh pada siklus 1 bahwa hasil nilai pengetahuan rata-rata kelas memperoleh angka sebesar 56,4, sehingga ketuntasan belajar baru mencapai 67%. Dari jumlah 30 orang mahasiswa terdapat 2 orang yang mendapat nilai 70, dan 8 orang mendapat nilai diantara 60-69, sedangkan sisanya memperoleh nilai dibawah 60. Hasil pre test ini diperoleh sebelum dosen menerapkan perlakuan dengan video tutorial senam kecantikan. Pada siklus 1 setelah proses pembelajaran dirubah dengan menggunakan video tutorial senam kecantikan body language seluruh mahasiswa mengalami peningkatan, namun pada siklus I masih ada mahasiswa yang mendapat nilai dibawah 70 yang tergolong dalam perolehan nilai C. Pada siklus I setelah mendapat perlakuan dengan video tutorial senam kecantikan maka terjadi peningkatan hasil belajar rata-rata kelas, yakni sebesar 73,9 dan hasil perolehan masing-masing mahasiswa dari 30 orang mahasiswa, 7 orang diantaranya memperoleh nilai 80-90. Sedangkan 16 orang memperoleh nilai pada 70-79, namun masih terdapat 7 orang mahasiswa yang mendapat nilai dibawah 70. Dari data ini diperoleh keterangan bahwa ketuntasan belajar baru terjadi sebesar 77% sehingga walaupun sudah terjadi peningkatan hasil belajar namun masih belum mencapai target

penelitian, hal ini disebabkan masih terdapat beberapa orang mahasiswa yang mendapat nilai dibawah angka 70, sehingga belum memenuhi kriteria keberhasilan penelitian yaitu target pencapaian ketuntasan belajar 100%.

Penelitian dilanjutkan pada siklus ke-2, untuk memperbaiki metode pembelajaran dengan memberi penguatan pada materi yang dirasa perlu diulang, yakni teknik gerakan inti senam poco-poco dan salsa. Setelah mahasiswa mendapat pengulangan dan penguatan pada materi poco-poco dan salsa dengan menggunakan video tutorial, maka terjadi peningkatan hasil belajar rata-rata kelas sebesar 85,3. Dari 30 orang mahasiswa, 27 diantaranya mendapat nilai 80 keatas, dan 3 orang mahasiswa mendapat nilai 70 keatas, dalam hal ini sudah tidak ditemui mahasiswa yang mendapat nilai dibawah 70, sehingga ketuntasan belajar tercapai 100%, oleh sebab itu angka yang diperoleh dikatakan sudah signifikan sesuai target kriteria keberhasilan penelitian. Hasil nilai tertinggi mahasiswa sebelum tindakan sebesar 70 sedangkan nilai terendah 46. Pada siklus 2, nilai rata-rata kelas mengalami peningkatan menjadi 85,3 dari sebelum perlakuan dan setelah perlakuan terjadi peningkatan hasil belajar sebesar 29%. Peningkatan rata-rata yang cukup signifikan antara sebelum tindakan dan sesudah tindakan penelitian dilakukan.

Penelitian dikatakan berhasil karena sudah tidak terdapat mahasiswa yang mendapat nilai C, dan nilai rata-rata kelas telah mengalami kenaikan menjadi 85.3. Rincian data ini diperoleh dari 30 orang mahasiswa, terdapat 27 atau setara dengan 90% mahasiswa yang mendapatkan nilai sangat baik (A), dan terdapat 3 orang mahasiswa atau setara dengan 10% jumlah mahasiswa yang mendapatkan nilai baik (B). Data ini menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan perolehan nilai tes mahasiswa dari siklus pertama sampai pada siklus kedua. Pada siklus 2 jumlah mahasiswa yang mendapat nilai sangat baik 27 orang dan 3 orang lainnya mendapat nilai baik, sehingga pembelajaran tuntas 100% sesuai dengan target. Dengan hasil tersebut maka tidak perlu diadakan lagi tindakan lanjutan pada siklus ke-3 karena indikator nilai rata-rata kelas dan ketuntasan belajar sudah tercapai.

Tabel 1. Peningkatan Hasil Belajar Senam Tata Kecantikan Kulit (STKK)

Keterangan	Nilai <i>Pre-Test</i>	Nilai <i>Post-Test</i> Siklus 1	Nilai <i>Post-Test</i> Siklus 2
Jumlah Nilai	1693	2217	2547
Nilai Tertinggi	70	90	95
Nilai Terendah	46	66	78
Rata-rata Kelas	56,4	73,9	85,3
Ketuntasan	6,67% (2 dari 30 mahasiswa)	76,7% (23 dari 30 mahasiswa)	100% (30 dari 30 mahasiswa)

Berdasarkan data diatas bahwa telah terjadi peningkatan pada siklus I dan siklus

2, disebabkan oleh beberapa faktor yaitu, berdasarkan hasil refleksi siklus 1, pada siklus 2 penyampaian materi lebih jelas dan terarah khususnya pada teknik menerapkan gerakan bodylanguage, poco-poco dan salsa terhadap macam-macam gerakan, kelenturan, dan kesesuaian dengan irama.

Hasil Pengisian Kuesioner Mahasiswa Terhadap Penggunaan Video tutorial senam tata kecantikan kulit yakni sebanyak 93,5% mahasiswa menyukai metode pembelajaran menggunakan video tutorial, hal ini disebabkan karena video tutorial senam kecantikan disukai oleh seluruh mahasiswa, dapat digunakan berulang-ulang sehingga memudahkan mahasiswa dalam memahami penyampaian pesan pembelajaran dengan tayangan yang menarik ketika ditampilkan dilayar. Sehingga dalam hal ini peningkatan motivasi mahasiswa bertambah dan meningkatkan hasil belajar mahasiswa.

Data hasil presentase pelaksanaan aktivitas dosen pada siklus I pertemuan pertama terlaksana 88% dan siklus I pertemuan kedua terlaksana 93% sehingga pada aktivitas dosen setelah kedua kali pertemuan terjadi peningkatan. Hal ini disebabkan pada pertemuan kedua dosen sudah terbiasa menggunakan media video tutorial sehingga ketika ditayangkan dosen dapat menjelaskan tujuannya kepada mahasiswa, selain itu dosen sudah dapat mengkondisikan kelas

Aktivitas mahasiswa menerima pembelajaran sebesar 83%, hal ini dikarenakan mahasiswa belum mengetahui tujuan pembelajaran menggunakan video tutorial, sehingga masih ada mahasiswa yang menganggap bahwa penayangan video tutorial hanya untuk mengisi waktu sehingga perhatian mahasiswa masih belum terfokus. Mahasiswa masih kurang aktif dalam kegiatan pembelajaran, karena merasa dosen tidak terlalu memperhatikan aktivitas sebagian mahasiswa yang duduk dibangku belakang, mahasiswa tidak mengajukan pertanyaan dikarenakan merasa sudah mengerti atas materi yang disajikan dosen. Presentase keaktifan mahasiswa pada siklus I pertemuan pertama sebesar 83% dan siklus I pertemuan kedua meningkat sebesar 87%. Hal ini disebabkan perhatian mahasiswa sudah mulai terfokus pada media pembelajaran, mahasiswa sudah mengetahui fungsi video yang digunakan dosen dalam proses demonstrasi, dan mahasiswa sangat tertarik dengan penayangan Video tutorial senam kecantikan.

Pengamatan Aktivitas Dosen Pada Siklus 2 menunjukkan bahwa presentase pelaksanaan pembelajaran aktivitas dosen pada siklus 2 pertemuan pertama terlaksana 95%, dosen sudah mampu mengkondisikan kelas, mengelola waktu, menggunakan media yang beragam, dan telah dapat

menarik minat mahasiswa untuk memfokuskan perhatian kepada tayangan video tutorial untuk melihat teknik melakukan gerakan inti senam poco-poco dan salsa dengan mengikuti irama, aktivitas dosen pada siklus 2 pertemuan kedua terlaksana 98%, sehingga dapat dikatakan bahwa terjadi peningkatan aktivitas dosen berdasarkan pengamatan yang dilakukan pada siklus ke-2 dari pertemuan pertama 95% menjadi 98% pada pertemuan kedua, yakni aktifitas dosen sangat baik. Dosen sudah berhasil menarik perhatian mahasiswa dan sudah berhasil dalam merangsang keaktifan mahasiswa selama proses pembelajaran berlangsung. Pengamatan Aktivitas Mahasiswa Siklus 2 Pertemuan Pertama menunjukkan presentase keterlaksanaan keaktifan mahasiswa pada siklus 2 sebesar 93% dimana mahasiswa dapat memperhatikan penyampaian pesan pembelajaran yang dilakukan oleh dosen menggunakan video tutorial senam kecantikan, mahasiswa termotivasi oleh tayangan divideo, mahasiswa sangat menyenangi demonstrasi yang dilakukan menggunakan video tutorial senam kecantikan, sebab saat ini seluruh mahasiswa mendapat hak yang sama yakni diberikan kesempatan untuk melihat proses demonstrasi dengan jelas. Pengamatan Aktivitas Mahasiswa Siklus 2 Pertemuan Kedua menunjukkan keaktifan mahasiswa pada siklus 2 pertemuan kedua terjadi

peningkatan dari 93% menjadi 97%. Data ini menunjukkan terjadinya peningkatan aktivitas mahasiswa dalam menerima materi pembelajaran.

Hasil tes mahasiswa pada siklus ke-2 nilai tertinggi yang diperoleh mahasiswa adalah 95 dan nilai terendah adalah 78 dengan nilai rata-rata kelas 85,3 sehingga tingkat ketuntasan belajar pada mahasiswa mencapai 100%. Dengan hasil ini mengidentifikasi bahwa penelitian tindakan siklus 2 telah berhasil memenuhi target indikator keberhasilan ketuntasan mahasiswa. Dengan demikian untuk tindakan siklus 3 tidak perlu dilakukan karena penelitian telah memenuhi target dan hasil yang diinginkan. Pengamatan yang dilakukan bersama kolabor, menjelaskan bahwa mahasiswa sangat antusias dalam menerima materi pembelajaran melalui video tutorial senam kecantikan, sehingga sebagian besar mahasiswa terinspirasi untuk melakukan gerakan senam sesuai dengan tayangan yang ditampilkan pada video tutorial. Berdasarkan hasil penelitian ini maka pembelajaran menggunakan media video tutorial senam kecantikan dapat meningkatkan hasil belajar mahasiswa program studi tata rias, presentase peningkatan yang diperoleh cukup tinggi yakni diatas 25%, sehingga penggunaan video tutorial senam kecantikan dapat diterapkan pada mata kuliah senam tata

kecantikan kulit (STKK) bukan hanya pada proses penelitian namun juga pada perkuliahan sebenarnya di Program studi Tata rias dan dapat direkomendasikan guna meningkatkan hasil belajar mahasiswa dan memperbaiki metode pembelajaran yang berbasis kompetensi.

Berdasarkan grafik di atas menunjukkan bahwa hasil tes mahasiswa angkatan 2016 mayoritas mendapat kategori sangat baik yaitu A dalam rentang nilai (80–100). Peningkatan dalam rata-rata kelas yang signifikan juga mencapai nilai kriteria ketuntasan minimal, yakni minimal B (70-79) dan tidak lagi terdapat mahasiswa yang mendapat nilai C (60-69). Dengan tercapainya nilai minimal diatas angka 70, dan ketuntasan belajar mencapai 100% maka siklus ke-3 tidak dilaksanakan. Selama proses pembelajaran dalam tiap-tiap siklus dibutuhkan adanya pengamatan. Pengamatan ini dilaksanakan untuk memastikan keterlaksanaan setiap langkah tindakan pada setiap siklus. Pengamatan ini meliputi pengamatan terhadap aktivitas dosen selama proses pelaksanaan pembelajaran menggunakan video tutorial senam kecantikan, dan pengamatan terhadap aktivitas mahasiswa.

KESIMPULAN

Penelitian tindakan tentang penggunaan video tutorial senam

kecantikan dalam meningkatkan hasil belajar mahasiswa telah dilaksanakan dalam 2 siklus dan dikatakan dapat meningkatkan hasil belajar teori dan praktik. Pada siklus 1 hasil pre test rata-rata kelas sebelum dosen menerapkan perlakuan dengan video tutorial memperoleh angka sebesar 56,4, sehingga ketuntasan belajar baru mencapai 67%. Pada siklus 1 setelah proses pembelajaran dirubah dengan menggunakan video tutorial senam kecantikan, mengalami peningkatan rata-rata kelas, yakni sebesar 73,9 dan ketuntasan belajar baru terjadi sebesar 77% sehingga walaupun sudah terjadi peningkatan hasil belajar namun masih belum mencapai target penelitian sehingga harus dilanjutkan perbaikan pada siklus selanjutnya. Penelitian dilanjutkan pada siklus ke-2, untuk memperbaiki metode pembelajaran dengan memberi penguatan pada materi yang dirasa perlu diulang, yakni teknik gerakan inti senam poco-poco dan salsa. Setelah mahasiswa mendapat pengulangan dan penguatan pada materi poco-poco dan salsa dengan menggunakan video tutorial, maka terjadi peningkatan hasil belajar rata-rata kelas sebesar 85,3 dan ketuntasan belajar tercapai 100%. Terjadi peningkatan hasil belajar sebesar 29%. Hasil Pengisian kuesioner mahasiswa terhadap penggunaan video tutorial yakni sebesar 93,5%. Pengamatan aktivitas dosen terlaksana 98%, bahwa terjadi peningkatan aktivitas dosen

berdasarkan pengamatan yang dilakukan pada siklus ke-2. Pengamatan Aktivitas mahasiswa sebesar 93% dimana mahasiswa dapat memperhatikan penyampaian pesan pembelajaran yang dilakukan oleh dosen menggunakan video tutorial senam kecantikan, mahasiswa termotivasi oleh tayangan divideo, mahasiswa sangat menyenangi demonstrasi yang dilakukan menggunakan video tutorial senam kecantikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anitah Sri, 2010, *Media Pembelajaran*. Surakarta : Yuma Pustaka.
- Butler, Susan&Nancy McMunn, 2006, *A Teacher's Guide To Classroom Assessment*. San Francisco, CA : Jossey Bass.
- Creswell, Jhon W, 2008, *Educational Research*. New Jersey:Pearson Education.
- Craig Dorothy Valcarcel, 2009, *Action Research Essentials* San Francisco, CA : Jossey Bass.
- Gredler Margaret, 2011, *E. Learning and Instructions Teori&Aplikasi*. Jakarta: Kencana Media Grup.
- Kustandi, Cecep & Bambang Sutjipto, 2013, *Media Pembelajaran*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Kusumah Wijaya & Dedi Dwitagama, 2010, *Mengenal Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Indeks.
- Madya Suwarsih. 2011, *Penelitian Tindakan (Action Research) Teori dan Praktik*. Bandung: Alfabet.
- Mills E, 2003, *Action Research, a guide for the teacher research*, second Edition. New Jersey: Pearson Education.
- Musfiqon, 2012, *Pengembangan Media dan Sumber Pembelajaran*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Rusman, 2012, *Belajar dan Pembelajaran Berbasis Komputer*. Bandung: Alfabeta.
- Smaldino, Sharon E & Jamed D Rusell, 2005, *Instructional Techology and Media For Learning*. Ohio : Pearson Merrill Prentice Hall.