

**PENGARUH MEDIA AUDIOVISUAL DAN VISUAL TERHADAP
PENINGKATAN HASIL BELAJAR SENAM LANTAI MATERI
LOMPAT KANGKANG DI SMAN 1 WIRADESA**

Reza Miftakhul Huda

rezacib27@gmail.com

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Universitas PGRI Semarang

Abstract

This study used a quasi-experimental design. The study's research design was a two-group pre-experimental design. The purpose of this study was to determine the impact of video and picture learning platforms. The research sample was separated into two groups, the first receiving video learning treatment and the second receiving audio learning treatment. Data analysis generates the t and gt accounts. The table is based on 1,697 observations and comments. The sig.2-tailed dangt findings; 0.05 or 0.094; 0.05 Finally, when learning floor jumping exercises, there is no significant difference in boosting student learning achievement. In conclusion, expanding learning activities on manufacturing activities on the floor will boost student learning achievement.

Keywords: *Audiovisual Media, Visuals, Learning Results*

Abstrak

Penelitian ini menggunakan desain eksperimen semu. Desain penelitian penelitian ini adalah desain pra-eksperimental dua kelompok. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak platform pembelajaran video dan gambar. Sampel penelitian dipisahkan menjadi dua kelompok, kelompok pertama mendapat perlakuan pembelajaran video dan kelompok kedua mendapat perlakuan pembelajaran gambar. Analisis data menghasilkan akun t dan gt. Tabel ini didasarkan pada 1.697 observasi dan komentar. Temuan dangt berekor sig.2; 0,05 atau 0,094; 0,05 Terakhir pada pembelajaran senam lompat lantai tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam meningkatkan prestasi belajar siswa. Kesimpulannya, memperluas kegiatan pembelajaran pada kegiatan pembuatan di lantai akan meningkatkan prestasi belajar siswa.

Kata kunci : Media Audiovisual, Visual, Hasil Belajar.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu sumber daya yang wajib diajarkan kepada anak dalam kurikulum pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah. Kelas olahraga yang ditawarkan di balai-balai tersebut merupakan bagian dari kegiatan olahraga untuk mencapai tujuan pendidikan. Olah raga merupakan suatu aktivitas fisik yang menggunakan gerakan-gerakan tertentu seperti meregangkan, menggerakkan, dan memanjangkan anggota tubuh.

Hopping adalah salah satu bentuk lompatan yang dilakukan dengan menggunakan kotak lompat yang kedua kakinya (alas) dipisahkan saat melangkah melintasi kotak. Pelaksanaan gerakan lompat dapat dibagi menjadi beberapa tahapan yaitu lepas landas, dorong, terbang dan mendarat. Jika tidak, latihannya sama dengan jumping jack, tetapi Anda berdiri dalam lompat kotak dengan pinggul lurus dan kaki diluruskan ke samping.

Survei tersebut didasarkan pada rata-rata nilai hasil belajar siswa yang berada di bawah Standar Penerimaan Minimum (SPM) pada seluruh nilai tugas IPA yang diberikan

guru. Berdasarkan hasil penelitian, nilai rata-rata (mean) hasil belajar yang menggunakan metode tradisional adalah antara 70 dan 94 dari 34 siswa, dengan nilai minimal 69 dan maksimal 80. Hal ini menunjukkan bahwa metode lama menghasilkan hasil belajar yang kurang bervariasi. Akibatnya, pengukuran yang tepat tidak mungkin dilakukan. Data kelas XI IPA 3 berdasarkan rata-rata skor hasil belajar mahasiswa fakultas sebagai acuan penelitian. Berdasarkan hal tersebut maka ujian akan dilaksanakan di SMAN 1 Wiradesa Jl. Pattimura no. 467, Pekalongan.

Selain itu, siswa juga tidak perlu lagi melakukan sumber daya lompat karena masih takut dan malas untuk berlatih lompat kuda, seperti rendahnya hasil lompat akibat kecepatan lari yang rendah. Pada saat memukul kotak, lengan akan tergelincir karena posisi yang salah dan kekuatan yang lemah, serta kepala dan badan tidak dapat terangkat dengan baik ketika tangan membentur kotak. Oleh karena itu, stok produknya tidak terlalu bagus. Saat mendarat, kedua kaki tidak menyatu. Tidak semua siswa memahami pertanyaan untuk menjelaskan cara melakukan latihan lompat di lantai. Hal ini harus diketahui dan dipahami. Kesalahan kecil bisa mengakibatkan cedera fatal.

Salah satu permasalahan yang timbul dari definisi di atas adalah meskipun media pendidikan bersifat tradisional, sedangkan media pendidikan adalah segala sesuatu yang dapat membantu proses belajar mengajar dengan merangsang pikiran, perasaan, perhatian, keterampilan, dan kapasitas siswa. Pada penjelasan di atas peneliti menggunakan judul “Pengaruh Platform Video untuk Meningkatkan Pembelajaran Keterampilan Motorik Papan dan Tas di SMAN 1 Wiradesa”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain eksperimen semu. Desain penelitian penelitian ini adalah desain pra-eksperimental dua kelompok. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak platform pembelajaran audiovisual (video) dan visual (gambar). Sampel penelitian dipisahkan menjadi dua kelompok, kelompok pertama mendapat perlakuan pembelajaran audiovisual dan kelompok kedua mendapat perlakuan pembelajaran visual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

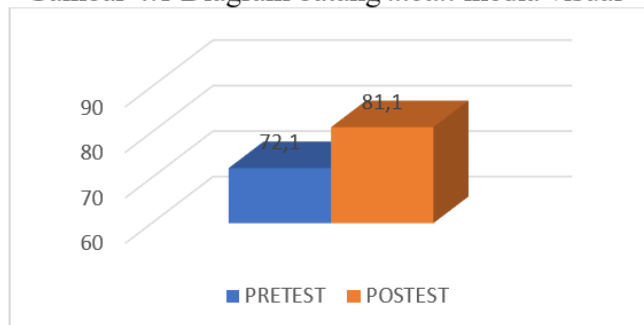
1. Visual

Tabel 4.1 Deskriptif data visual

No	Kategori	Pretest	Posttest
1	Mean	72,1	81,1
2	Median	72,3	80,6
3	Sum	2381	2678
4	Nilai tertinggi	83,7	90,8
5	Nilai terendah	64,3	73,5
6	Standar deviasi	4,04	4,55

Sumber : Hasil Penelitian (2023)

Gambar 4.1 Diagram batang *mean* media visual



Sumber : Hasil Penelitian (2023)

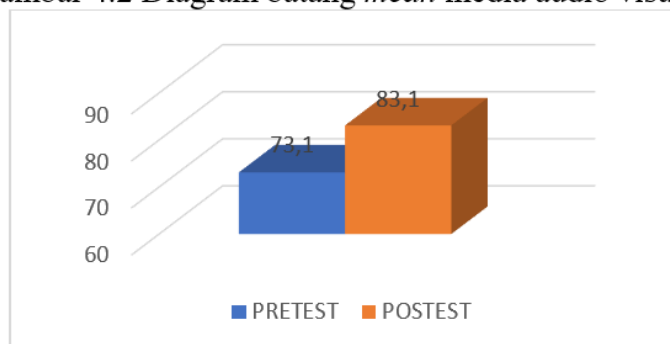
2. Audio Visual

Tabel 4.2 Deskriptif data Audio Visual

No	Kategori	Pretest	Posttest
1	Mean	73,1	83,1
2	Median	73,5	81,5
3	Sum	2634	2992
4	Nilai tertinggi	79,7	96
5	Nilai terendah	63,2	77,5
6	Standar deviasi	3,83	4,99

Sumber : Hasil Penelitian (2023)

Gambar 4.2 Diagram batang *mean* media audio visual



Sumber : Hasil Penelitian (2023)

3. Hasil Kedua Kelompok

Tabel 4.3 Presentase peningkatan hasil belajar lompat kangkang

Variabel	Mean	Selisih	Peningkatan
<i>Pretest visual</i>	72,1	9	12,4%
<i>Posttest visual</i>	81,1		
<i>Pretest audio visual</i>	73,1	10	13,6%
<i>Posttest audio visual</i>	83,1		

Sumber : hasil penelitian (2023)

4. Uji Normalitas

Tabel 4.4 uji normalitas

Kelompok	Data	<i>Asymp.Sig.(2 tailed)</i>	<i>Test Statistic</i>	Keterangan
<i>Audio Visual</i>	Pretest	0,056	0,114	Normal
	Posttest	0,110	0,194	Normal
<i>Visual</i>	Pretest	0,200	0,101	Normal
	Posttest	0,200	0,116	Normal

Sumber : Hasil Penelitian (2023)

5. Uji Homogenitas

Tabel 4.5 uji homogenitas

Kelompok	df1	df2	<i>Levene statistic</i>	<i>Asymp.Sig.(2 tailed)</i>	Ket
Semua kelompok	1	67	0,410	0,524	Homogen

Sumber : Hasil Penelitian (2023)

6. Uji Hipotesis

Tabel 4.6 uji paired sample t-test audio visual

Data	Df	Rata-rata selisih	T hitung	<i>Sig.(2-tailed)</i>	Ket
<i>Pretest</i>	35	-9,95	-15,89	0,000	Signifikan
<i>Posttest</i>					

Sumber : Hasil Penelitian (2023)

Berdasarkan data di atas dapat dijelaskan mengapa nilai Sig (2-tailed) 0,05 adalah 0,000. Dapat disimpulkan bahwa data penggunaan media audiovisual mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap hasil belajar senam lantai.

Tabel 4.7 uji paired sample t-test visual

Data	Df	Rata-rata selisih	T hitung	Sig.(2-tailed)	Ket
Pretest	5	-9,00	-14,80	0,000	Signifikan
Posttest					

Sumber : Hasil Penelitian (2023)

Dari data sebelumnya terlihat jelas bahwa 10.000 merupakan nilai Sig (2-tailed) < 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar senam lantai dipengaruhi secara signifikan oleh penggunaan media visual.

PEMBAHASAN

Nilai rata-rata media visual meningkat dari 72,1 pada pre-test menjadi 81,1 pada post-test yaitu meningkat sebesar 12,4%, nilai ini lebih tinggi dari nilai KKM pembelajaran PJOK yaitu 75. Hasil uji t (paired sample) yang dikenal dengan nilai Sig (dua sisi) = 0,000, dan jika 0,05 maka diakui Ha.

Nilai rata-rata atau mean meningkat dari 73,1 poin pada pre-test menjadi 83,1 poin pada post-test. Dengan kata lain, naik sebesar 13,6% dan nilai tersebut melampaui nilai KKM pembelajaran PJOK sebesar 75 poin. Diketahui nilai Sig (dua sisi) pada uji t (paired sample t-test) sebesar 0,000, dan jika sebesar 0,05 maka diketahui Ha. Dengan kata lain, ada perbedaan mencolok antara kondisi sebelum dan sesudah memberikan treatment..

KESIMPULAN DAN SARAN

Simpulannya yaitu hasil belajar senam lantai dengan media audiovisual sebesar 13,6%, sedangkan hasil belajar senam lantai dengan media visual sebesar 12,4 %. Rekomendasi bagi pelatih dapat dilakukan dengan guru untuk menggunakan media tersebut untuk meningkatkan hasil belajarnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. (2011). Ilmu Pendidikan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Anto, E. A. (2019). Pengembangan pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas berbasis VCD pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sekolah menengah atas (studi pengembangan di Daerah Istimewa Yogyakarta dan Surakarta) (Doctoral dissertation, UNS (Sebelas Maret University)).
- Nurfirdaus, N., & Sutisna, A. (2021). Lingkungan Sekolah dalam Membentuk Perilaku Sosial Siswa. *NATURALISTIC: Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(2b), 895-902.
- Nuryanto, A. & Resita, C. (2019). Minat Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Senam Lantai Loncat Kangkang Pada Siswa Kelas X MA Negeri 2 Karawang. *Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment)*, Volume 2, Nomor 1.
- Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Triwiyanto, T. (2021). Pengantar pendidikan. Bumi Aksara.
- Widowati, A., & Rasyono, R. (2018). Pengembangan Bahan Ajar Senam Lantai Untuk Pembelajaran Senam Dasar Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Jambi. *Jurnal Segar*, 7(1), 11-20.