

**PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP HASIL
BELAJAR ROLL DEPAN PADA SENAM LANTAI DI KELAS XI IPA SMA
NEGERI 6 PONTIANAK**

ARTIKEL PENELITIAN

OLEH:

DONATUS DONAL GUTHES

NIM F38108016



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2013**

**PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP HASIL
BELAJAR ROLL DEPAN PADA SENAM LANTAI DI KELAS XI IPA SMA
NEGERI 6 PONTIANAK**

ARTIKEL PENELITIAN

DONATUS DONAL GUTHES

NIM F38108016

Disetujui Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II

**EDI PURNOMO, M.Or
NIP. 198301142008011004**

**Drs Hery Kresnadi, M.Pd
NIP.196110251987031003**

Mengetahui :

Dekan FKIP Untan

Sekretaris Jurusan Ilmu Keolahragaan

FKIP UNTAN

**Dr.Aswandi
NIP. 195805131986031002**

**Ahmad Atiq,M.Pd
NIP. 198303042009121002**

**PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP HASIL
BELAJAR ROLL DEPAN PADA SENAM LANTAI DI KELAS XI IPA
SMA NEGERI 6 PONTIANAK**

Donatus Donal Guthes, Edi Punomo, Hery Kresnadi

Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP UNTAN

e-mail: donatus.donal@yahoo.co.id

ABSTRACT: This study aims to determine how the use of media Audio Visual influence on learning outcomes of students on roll materials especially the floor exercises in class XI SMA 6 pontianak.

Form of quasi-experimental research is the design of nonequivalent control group design. For the entire population of students of class XI Science SMAN 6 pontianak namely XI science 1, XI Science 2 XI Science 3. With the research sample class XI science 2 and class XI Science 3. Sampling purposive sampling technique. Consideration of the results of classroom teachers and researchers XI science 3 was selected as the experimental class and class XI Science 2 was selected as the control class. A data collection tool in conducting performance tests gerakakan roll forward. Data Analysis with SPSS computerized accounting system using dispersion 19.

he results showed an average score of student learning outcomes using audio-visual media is 70 higher than using the textbook for 57.6724. After testing paired samples T Test obtained $t (9.851) > T_{Table} (2.048)$ at the level of 0.05 means that there is a difference between learning outcomes of students in the experimental class using audio-visual media and the control class using the textbook. Effectiveness of audio-visual media is high ($ES = 1.88$) and accounted for 46.99%.

Keywords: effects, audio-visual media, learning outcomes, gymnastics floor, front rool.

ABSTRAK : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh penggunaan media Audio Visual terhadap hasil belajar siswa pada materi senam lantai khususnya roll depan di kelas XI SMA Negeri 6 pontianak.

Bentuk penelitian ialah eksperimen semu dengan rancangan *nonequivalent control group design*. Untuk Populasi seluruh siswa kelas XI IPA SMA Negeri 6 pontianak yaitu XI IPA 1, XI IPA 2 XI IPA 3. Dengan Sampel penelitian kelas XI IPA 2 dan kelas XI IPA 3. Teknik pengambilan sampel sampling purposif. Dari hasil pertimbangan guru dan peneliti kelas XI IPA 3 terpilih sebagai kelas eksperimen dan kelas XI IPA 2 terpilih sebagai kelas kontrol. Alat pengumpul data berupa tes unjuk kerja dalam melakukan gerakakan roll depan. Analisis data dengan menggunakan sistem perhitungan komputerisasi SPSS persi 19.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor hasil belajar siswa yang menggunakan media audio visual sebesar 70 lebih tinggi dibandingkan menggunakan buku ajar sebesar 57,6724. Setelah dilakukan uji paired sampel T Test diperoleh $T_{hitung}(9,851) > T_{tabel} (2,048)$ pada taraf 0,05 artinya terdapat perbedaan antara hasil belajar siswa pada kelas eksperimen yang menggunakan media audio visual dan kelas kontrol yang menggunakan buku ajar. Efektivitas media audio visual tergolong tinggi ($ES = 1,88$) dan memberikan kontribusi sebesar 46,99%.

Kata kunci : Pengaruh, Media Audio Visual, Hasil Belajar, Senam Lantai, Rool Depan.

Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan dasar bagi setiap orang. Karena melalui pendidikan dapat diciptakan sumber daya manusia yang berkualitas dan bernalar tinggi, sehingga mampu menghadapi era globalisasi yang diiringi dengan perkembangan Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi (IPTEK) yang sangat pesat. Pendidikan jasmani itu sendiri merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis yang bertujuan mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, kognitif, dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional. Sistem pendidikan yang baru menuntut faktor dan kondisi yang baru pula baik yang berkenaan dengan sarana fisik maupun non fisik. Untuk itu, diperlukan tenaga pengajar yang memiliki kemampuan dan kecakapan yang memadai, kinerja, dan sikap yang baru serta memiliki peralatan yang lebih lengkap dan administrasi yang lebih teratur.

Berkaitan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi lembaga pendidikan harus mampu menerapkan media pendidikan yang sudah ada. Media pendidikan yang diterapkan oleh lembaga pendidikan sekarang ini belum didayagunakan secara optimal, melihat kenyataan yang ada di lapangan guru jarang sekali menggunakan media pendidikan dalam proses belajar mengajar di kelas, guru lebih sering menggunakan metode ceramah. sehingga proses belajar siswa hanya sekedar merekam informasi dan siswa mendengar, memperhatikan serta mencatat tanpa ada variasi yang lain, yang akhirnya membiasakan diri tidak kreatif dalam mengemukakan ide-ide dan pemecahan masalah yang efektif akan di bawa siswa dalam kehidupan sehari-hari. Dalam proses belajar mengajar di kelas yang hanya menggunakan metode ceramah dan guru sebagai satu-satunya sumber belajar tanpa adanya media, maka komunikasi antara guru dan siswa tidak akan berjalan secara lancar. Hal ini terkait dengan permasalahan dalam proses belajar mengajar. Permasalahan yang di hadapi suasana kelas ramai, penjelasan guru membosankan, materi cenderung bersifat umum dan kadang-kadang penyampaian guru terlalu cepat, hal ini siswa juga kurang konsentrasi bahkan menjadi malas mengikuti mata pelajaran disekolah.

Pendidikan jasmani sangat penting manfaatnya. Diantaranya pendidikan jasmani berperan dalam kehidupan sehari-hari dan diperkirakan dapat menunjang kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Ini berarti ilmu pendidikan jasmani perlu dikuasai oleh segenap warga negara indonesia baik penerapannya maupun pola pikirnya. peran dan pentingnya pendidikan jasmani dapat di lihat dalam kehidupan sehari-hari, dimana setiap orang tidak bisa melepaskan diri dari aktivitas jasmani. Tugas pokok senam adalah pembentukan fisik dan pembelajaran gerak, (Sayuti Sahara,2000:8). Berjalan, berlari, melompat, menendang, memukul, dan lain sebagainya merupakan proses aktivitas jasmani sederhana yang tidak bisa dilepaskan dari kehidupan manusia. Gagne, Brigs dan Wager (dalam Panen, 2007:6) menyatakan bahwa "Pembelajaran adalah serangkaian kegiatan yang dirancang untuk memungkinkan terjadinya proses belajar pada siswa" Oleh karena itu seluruh kegiatan yang dilakukan manusia merupakan bagian dari aktivitas jasmani. Namun kenyataannya banyak orang terutama siswa tidak menyadari apa pentingnya pendidikan jasmani dan banyak sekali yang menganggap remeh pada pendidikan jasmani hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan mereka tentang tujuan pendidikan jasmani itu sendiri, hal ini

dapat terlihat dalam kegiatan belajar mengajar disekolah. Contohnya siswa dan orang tua selalu meremehkan mata pelajaran jasmani yang diberikan disekolah.

Media pembelajaran merupakan salah satu unsur yang sangat penting dalam proses belajar mengajar yang dapat dimuati pesan yang akan disampaikan kepada siswa, baik berupa alat, orang maupun bahan ajar, selain itu media pembelajaran merupakan salah satu cara untuk memotivasi dan berkomunikasi dengan siswa agar lebih efektif. Trianto (2010:234) menyatakan,Media pembelajaran adalah sebagai penyampai pesan dari beberapa sumber saluran ke penerima pesan”. Sedangkan menurut Thoifuri (2008:167) Media pengajaran adalah alat bantu pengajaran untuk membantu siswa lebih cepat mengetahui, memahami dan upaya terampil dalam mempelajari bidang studi tertentu. Oleh karena itu media pembelajaran saat proses belajar mengajar sangat diperlukan. Guru sebagai tenaga pengajar dikelas akan berusaha sedapat mungkin untuk membangkitkan semangat belajar pada siswa sehingga siswa dapat termotivasi dan mampu untuk bisa melakukan setiap gerakan dalam beraktivitas. Selain membangkitkan minat belajar siswa melalui berbagai macam permainan, seorang Guru juga di tuntut untuk bisa menggunakan media bantu dalam proses pembelajaran sehingga media tersebut mampu untuk mengembangkan aktivitas siswa dalam proses belajar mengajar sehingga nantinya akan memperoleh hasil belajar yang baik. Menurut Nana Sudjana (2010:22) hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya. Media tersebut juga sebagai alat berkomunikasi pada siswa sehingga menimbulkan umpan balik dari siswa itu sendiri. Melihat kenyataan sekarang ini kebanyakan para Guru penjas memberikan materi kepada siswa hanyalah sebatas peragaan contoh gerakan kemudian akan dilakukan evaluasinya setelah proses pembelajaran akan selesai, disini siswa tidak akan mudah untuk memahami dimana letak kesalahan dan kekurangan mereka. Sehingga siswa kurang menimbulkan respon dari setiap materi yang dijelaskan kepada mereka. Motivasi dapat mempengaruhi ketertarikan siswa untuk mengikuti aktivitas yang diberikan atau tidak. Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang ada maka permasalahan yang muncul dalam penelitian ini adalah Adakah Pengaruh penggunaan media *audio visual* Terhadap Hasil Belajar *Roll Depan* pada Senam Lantai Di Kelas XI IPA SMA Negeri 6 Pontianak? ”

METODE

Untuk mengetahui dan menjawab permasalahan yang muncul dalam kasus-kasus yang ada perlu dilakukan sebuah penelitian. menurut Sugiyono (2008:3) metode penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.

Metode dari penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Menurut Sugiyono (2008: 107) penelitian eksperimen diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. Eksperimen bertujuan untuk mengetahui pengaruh tertentu terhadap yang lain yang bersifat sebab akibat. Adapun bentuk penelitian ini menggunakan quasi *experimental design*. Penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Dalam penelitian ini, peneliti tidak dapat mengontrol semua variabel di luar variabel bebas seperti motivasi siswa, suasana kelas, dan lain-lain, maka peneliti menggunakan bentuk penelitian eksperimen semu (*Quasy Experimental Design*).

Bentuk desain eksperimen semu yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonequivalent control grup design* dengan pola rancangan sebagai berikut:

E	O1	XE	O2
K	O3		O4

Keterangan :

- E : Kelas Eksperimen
- K : Kelas Kontrol
- O1 - O3 : *Pre-test* kelas eksperimen dan kelas kontrol
- XE : Pembelajaran dengan menggunakan media audio visual (feedback video record)
- O2 - O4 : *Post-test* kelas eksperimen dan kelas kontrol (Sugiyono, 2010:116).

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/ subjek penelitian yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2010: 117). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI IPA SMA Negeri 6 Pontianak yang terdiri dari 3 kelas yaitu XI IPA 1, XI IPA 2 XI IPA 3, dengan total 87 siswa.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2006). Untuk menentukan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *sampling purposif*. Teknik pengambilan sampel *sampling purposif* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2010: 124). Sampel ditentukan dari hasil *pre-test* kelas XI IPA 1, XI IPA2, dan XI IPA 3, kemudian kelas yang dipilih sebagai sampel adalah dua kelas dengan skor rata-rata dan standar deviasi yang relatif homogen. Menurut Sugiyono (2010:113), hasil *pre-test* yang baik bila nilai kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak berbeda secara signifikan.

Validitas Tes

Suharsimi Arikunto (2006:168) Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen. Sebelum diberikan kepada siswa tes tersebut terlebih dahulu diukur validitasnya dengan maksud agar tes yang digunakan benar-benar mengukur kemampuan siswa. Dalam penelitian ini validitas yang digunakan adalah validitas isi. Sebuah instrumen yang mempunyai validitas isi adalah instrumen yang berbentuk tes yang sering digunakan untuk mengukur prestasi belajar dan mengukur efektivitas pelaksanaan program dan tujuan (sugiyono, 2010:176) . Validitas isi dilakukan dengan cara meminta pendapat ahli dari dua orang dosen pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FKIP Untan dan satu orang guru pendidikan jasmani SMA.

Uji Normalitas Data

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah sampel data berdistribusi normal atau tidak. Duwi Priyatno (2010: 71) mengatakan uji normalitas data digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Perhitungan uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan IBM SPSS 19

melalui menu **Analyze - Descriptive Statistics- Explore**. data dinyatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 atau $P > 0,05$. Atau dapat juga dicari dengan rumus chi kuadrat. dengan rumus sebagai berikut :

$$(\chi^2) = \sum_{i=1}^k \frac{(f_o - f_e)^2}{f_e}$$

Keterangan:

χ^2 : chi kuadrat

f_e : frekuensi yang diharapkan

f_o : Hasil pengamatan (Riduwan, 2010:190)

Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk menguji kesamaan varians data kelompok eksperimen. Uji homogenitas yang digunakan dalam penelitian ini dengan metode Bartlet dan Varians terbesar dibanding varians terkecil menggunakan table F (Riduwan, 2010: 177-178).

$$\text{Rumus : } F_{\text{hitung}} = \frac{\text{variens terbesar}}{\text{variens terkecil}}$$

Keterangan : (n-1) = Untuk varians terbesar

(n-1) = Untuk varians terkecil

Dengan criteria pengujian sebagai berikut:

Taraf signifikan (α) = 0,05, maka dicari pada table F, dengan kriteria pengujian sebagai berikut:

Jika $F_{\text{hitung}} \geq F_{\text{tabel}}$, berarti tidak Homogen dan

Jika $F_{\text{hitung}} \leq F_{\text{tabel}}$, berarti Homogen.

Uji Pengaruh

Hasil dari pengaruh perlakuan uji dengan rumus uji t. Uji t dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh setelah diberikan perlakuan. Pengolahan dan analisis data hasil penelitian eksperimen, berdasarkan rancangan kuantitatif yang dilakukan sepanjang penelitian dan dilakukan secara terus menerus dari awal hingga akhir. Pengolahan data ini dengan menggunakan sistem komputerisasi, yakni menggunakan IBM SPSS 19. Atau dengan cara manual dengan menggunakan rumus uji t dua sampel sebagai berikut :

$$t_{\text{hitung}} = \frac{x_1 - x_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2} - 2r \left(\frac{s_1}{\sqrt{n_1}} \right) + \left(\frac{s_2}{\sqrt{n_2}} \right)}}$$

keterangan:

r = nilai korelasi x_1 dengan x_2

x_1 = rata-rata sampel ke 1

s_1 = standar deviasi sampel ke 1

s_1^2 = varians sampel ke 1

n_1 dan n_2 = jumlah sampel

x_2 = rata-rata sampel ke 2

s_2 = standar deviasi sampel ke 2

s_2^2 = varians sampel ke 2

(Riduwan, 2010:214)

Menghitung *Effect Size*

Untuk mengetahui sejauh mana pengaruh feedback video record terhadap hasil belajar siswa pada materi roll depan di kelas XI SMA Negeri 6 Pontianak menggunakan *Effect Size* dengan rumus yang merupakan saduran dari Glass (dalam Sutrisno, 2010) yaitu sebagai berikut :

$$ES = \frac{\bar{Y}_E - \bar{Y}_K}{S_C}$$

Keterangan :

ES = *Effect Size*

\bar{Y}_e = Rata-rata posttest

\bar{Y}_k = Rata-rata pretest

S_c = Standar deviasi kelas

Kriteria besarnya *effect size* dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

ES ≤ 0,2 : tergolong rendah

0,2 < ES ≤ 0,7 : tergolong sedang

ES > 0,7 : tergolong tinggi (Sutrisno, 2010).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Pada penelitian ini, siswa yang diberikan perlakuan pada kelas eksperimen berjumlah 29 siswa dan pada kelas kontrol berjumlah 29 siswa. Penelitian ini memperoleh data hasil belajar dari kelas eksperimen dan kelas kontrol berupa nilai *pre-test* dan *post-test*.

Penelitian ini menggunakan tiga tahap pelaksanaan, yang pertama *pre-test* yaitu mengukur kemampuan masing-masing *testee* dalam melakukan roll depan, kemudian tahap kedua yaitu perlakuan (*treatment*) dengan diberikan pembelajaran menggunakan feedback video record hasil dari gerakan yang dilakukan siswa yang dilaksanakan sebanyak 9 kali pertemuan, dan tahap yang terakhir yaitu *post-test* untuk mengukur kemampuan *testee* dalam pengambilan data terakhir setelah diberikan perlakuan untuk kelas eksperimen dan yang tidak diberikan perlakuan untuk kelas kontrol.

1. Deskriptif Data Hasil Penelitian

a. Pre-test

Sebagai gambaran secara umum tentang distribusi data penelitian yang didapat dari lapangan, maka data yang ada di deskripsikan berupa data yang telah jadi atau diolah dari data mentah atau yang belum jadi yang telah didapat. Pada perhitungan hasil *pre-test* untuk kelas eksperimen, di dapatkan nilai rata-rata roll depan adalah sebesar 56,5345 total sampelnya adalah 29 siswa, nilai minimum 42,50 dan nilai maksimum 70,00. Dengan nilai median 57,5000 sehingga mendapatkan nilai standar deviasinya sebesar 7,55212. Sedangkan pada perhitungan hasil *pre-test* untuk kelas kontrol, di dapatkan nilai rata-rata roll depan adalah sebesar 57,0690, total sampelnya adalah 29 siswa, nilai minimum 42,50 dan nilai maksimum 70,00. Dengan nilai median 60,0000 sehingga mendapatkan nilai standar deviasinya sebesar 8,07523.

b. Post-test

Pada perhitungan hasil *post-test* untuk kelas eksperimen, di dapatkan nilai rata-rata roll depan adalah sebesar 70,0000 total sampelnya adalah 29 siswa, nilai minimum 62,50 dan nilai maksimum 80,00. Dengan nilai median

70,000 sehingga mendapatkan nilai standar deviasinya sebesar 5,62996. Sedangkan pada perhitungan hasil post-test untuk kelas kontrol, di dapatkan nilai rata-rata roll depan adalah sebesar 57,6724, total sampelnya adalah 29 siswa, nilai minimum 45.00 dan nilai maksimum 67.50. Dengan nilai median 60,0000 sehingga mendapatkan nilai standar deviasinya sebesar 8,07523.

Rata-Rata Skor Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Siswa.

Skor	Kelas Eksperimen		Kelas Kontrol	
	\bar{x}	S	\bar{x}	s
<i>Pre-test</i>	56,5345	7,55212	57,0690	8,07523
<i>Post-test</i>	70	5,62996	57,6724	6,54418

Keterangan :

\bar{x} = rata-rata skor
s = standar deviasi
nilai maksimal = 100

2. Uji Persyaratan Analisis

Sebelum suatu hipotesis diuji, maka terlebih dahulu perlu dilakukan pengujian prasyarat. Pengujian prasyarat analisis yang dilakukan didalam penelitian ini menggunakan uji normalitas dan uji homogenitas. Sedangkan untuk menganalisis data menggunakan program SPSS versi 19.

a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data dalam penelitian ini dengan deskriptif statistik menggunakan Kolmogorov-Simornov. Adapun untuk menguji normalitas ini dengan ketentuan data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 0,05 (Duwi Priyatno, 2010: 71). Dari perhitungan diperoleh hasil sebagai berikut:

Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Kelas Eksperimen		
Variabel	Signifikan	Keterangan
Pre-test	0,057 \geq 0,05	Normal
Post-test	0,064 \geq 0,05	Normal
Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Kelas Kontrol		
Variabel	Signifikan	Keterangan
Pre-test	0,059 $>$ 0,05	Normal
Post-test	0,068 $>$ 0,05	Normal

Berdasarkan pada rangkuman hasil perhitungan nilai pada tabel menunjukkan bahwa data dari kelompok pre-test dan post-test penelitian ini secara keseluruhan berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas dalam penelitian ini menggunakan uji varians terbesar dibanding varians terkecil menggunakan tabel F. Jika $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ maka varians tidak homogen, jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$ maka varians homogen (Riduwan,2010:186).

Uji Homogenitas kelas eksperimen

Data	N	variens	f_{hitung}	f_{tabel}	Keterangan
<i>Pre Test</i>	29	57,034	1,79	1,88	Homogen
<i>Post-test</i>	29	31,696			

Jika $F_{hitung} \geq F_{tabel}$, berarti tidak Homogen dan Jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$, berarti homogen. Ternyata $F_{hitung} < F_{tabel}$, atau $1,79 < 1,88$ maka varians-variens adalah homogen.

Uji Homogenitas kelas kontrol

Data	N	Varians	f_{hitung}	f_{tabel}	Keterangan
<i>Pre Test</i>	29	65,209	1,52	1,88	Homogen
<i>Post-test</i>	29	42,826			

Jika $F_{hitung} \geq F_{tabel}$, berarti tidak Homogen dan Jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$, berarti homogen. Ternyata $F_{hitung} < F_{tabel}$, atau $1,52 < 1,88$ maka varians-variens adalah homogen. Maka dari itu Analisis uji komparatif dapat dilanjutkan.

3. Uji Hipotesis

Untuk melihat pengaruh latihan, yaitu lompat tali dalam meningkatkan kebugaran jasmani maka dilakukan uji hipotesis. Uji ini dimaksudkan untuk menguji perbedaan mean dari kelompok pre terhadap kelompok post dengan ketentuan jika nilai $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ atau jika nilai signifikan $\leq 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Atau jika nilai $t_{hitung} \leq t_{tabel}$ atau jika nilai signifikan $\geq 0,05$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak. Berdasarkan perhitungan diperoleh hasil seperti tabel 5 berikut ini:

Rangkuman Hasil Uji Paired Sampel T Test

Sumber	t_{hitung}/t_{tabel}	Keputusan	Keterangan
Eksperimen	$9,851 > 2,048$	H_0 ditolak, H_1 diterima	Ada pengaruh
Kontrol	$1,191 < 2,048$	H_0 diterima, H_1 ditolak	Tidak ada pengaruh

Dari tabel diatas kelas eksperimen dijelaskan bahwa perhitungan diperoleh nilai $t_{hitung} 9,851$, sedangkan harga t_{tabel} dengan $n = 29$, maka d.b (derajat kebebasan) = $n-1$ ($29-1 = 28$) dan $\alpha 0,05 = 2,048$. Jadi harga $t_{hitung} 9,851 \geq t_{tabel} 2,048$ dengan demikian hipotesis nihil atau H_0 yang berbunyi “tidak terdapat perbedaan adanya pengaruh *Audio Visual* Terhadap Hasil Belajar *Roll* Depan siswa dikelas XI IPA SMA Negeri 6 pontianak” pada pre-test dengan post-test adalah ditolak, atau hipotesis alternatif atau H_1 yang berbunyi “terdapat perbedaan adanya pengaruh *Audio Visual* Terhadap Hasil Belajar *Roll* Depan siswa dikelas XI IPA SMA Negeri 6 pontianak ” pada pre-test dengan post-test adalah diterima. Sedangkan sebaliknya dari kelas kontrol diatas dijelaskan bahwa perhitungan diperoleh nilai $t_{hitung} 1,191$, sedangkan harga t_{tabel} dengan $n = 28$, maka d.b (derajat kebebasan) = $n-1$ ($29-1 = 28$) dan $\alpha 0,05 = 2,048$. Jadi harga $t_{hitung} 1,191 \leq t_{tabel} 2,048$ dengan demikian hipotesis nihil atau H_0 yang berbunyi “tidak terdapat perbedaan adanya pengaruh *Audio Visual* Terhadap Hasil Belajar *Roll* Depan siswa dikelas XI IPA SMA Negeri 6 pontianak ” pada pre-test dengan post-test adalah diterima, atau hipotesis alternatif atau H_1 yang berbunyi “terdapat perbedaan adanya pengaruh *Audio Visual* Terhadap Hasil Belajar *Roll* Depan

siswa dikelas XI IPA SMA Negeri 6 pontianak ” pada pre-test dengan post-test adalah ditolak.

4. Efektivitas Pembelajaran Menggunakan Media Audio Visual (Video Recorder)

Untuk menentukan efektivitas pembelajaran menggunakan media audio visual terhadap hasil belajar siswa di kelas XI IPA SMA Negeri 6 Pontianak maka dilakukan perhitungan *Effect Size* (ES). Berdasarkan perhitungan *effect size* (ES) diperoleh nilai sebesar 1,88 . Nilai ini termasuk dalam rentang $ES > 0,7$ yaitu $1,88 > 0,7$ sehingga digolongkan dalam kriteria tinggi. Dengan demikian, efektivitas pembelajaran menggunakan media audio visual terhadap hasil belajar siswa pada materi roll depan tergolong tinggi. Nilai ES (1,88) dikonversikan ke dalam tabel kurva normal dari O-Z, maka diperoleh luas daerah sebesar 0,4699. Hal ini berarti media audio visual memberikan kontribusi sebesar 46,99% terhadap peningkatan hasil belajar siswa kelas XI IPA SMA Negeri 6 pontianak.

2. Pembahasan

Berdasarkan pada diskripsi dan analisis data, maka akan dibahas beberapa hal sebagai berikut, secara keseluruhan kemampuan siswa untuk menyelesaikan tes yang diberikan mendapatkan hasil yang berbeda dari masing-masing kelas hal ini dapat kita lihat dari beberapa data yaitu pada kelas eksperimen yang dimana menggunakan pengajaran dengan menggunakan media audio visual (feedback video record) pada tes awal (pretest) didapat nilai rata-rata anak 56,5345 dan pada test akhir (post test) didapat nilai rata-ratanya 70,00. Hal ini berarti terdapat perbedaan antara pre-test dan post-test sebesar 13,4655, berarti mengalami peningkatan sebesar 23,82%. Untuk kelas kontrol sendiri pada tes awal (pre test) mendapat nilai rata-rata sebesar 57,0690 dan pada test akhir didapat kan nilai rata-rata sebesar 57,6724. Hal ini berarti terdapat perbedaan antara pre-test dan post test sebesar 0,6034 dan hanya mengalami peningkatan sebesar 1,06%.

Dari uji hipotesis yakni uji paired sampel T Test diperoleh T_{hitung} 9,851 dan T_{tabel} 2,048 yang artinya dalam penelitian ini terdapat perbedaan pengaruh antara pre-test dan post-test pada hasil belajar roll depan siswa kelas XI IPA SMA Negeri 6 Pontianak. Besarnya pengaruh audio visual terhadap hasil belajar *roll* depan pada senam lantai dapat dilihat berdasarkan perhitungan *effeksize* diperoleh 1,88 yang berarti tergolong tinggi, dan memberikan kontribusi sebesar 46,99% terhadap peningkatan hasil belajar siswa kelas XI IPA SMA Negeri 6 pontianak.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran dengan menggunakan media audio visual (feedback video record) dapat memberikan sumbangan peningkatan hasil belajar sebesar 46,99%. Dan harga t_{hitung} 9,851 \geq t_{tabel} 2,048 dengan demikian H_0 ditolak, H_1 diterim dapat dikatakan media audio visual (feedback video record) dapat mempengaruhi hasil belajar roll depan siswa.

Saran

Melihat hasil penelitian diatas sebagai saran dari peneliti yang di harapkan adalah dapat menjadi pertimbangan bagi peningkatan mutu pendidikan jasmani adalah sebagai berikut:

1. Guru diharapkan lebih banyak berpikir tentang strategi dan metode apa yang harus diterapkan untuk mencapai kompetensi dasar yang ditargetkan.
2. Bagi peneliti lain yang tertarik melakukan penelitian sejenis dapat menjadikan ini sebagai bahan referensi dan diharapkan untuk dapat dijadikan pembandingan pada metod belajar lain, sehingga didapatkan bentuk suatu pembelajaran yang paling efektif dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerakan roll depan.
3. Pengembangan dalam penggunaan media audio visual untuk proses belajar harus dikembangkan sesuai dengan materi dan peserta didik, agar dapat memberikan manfaat yang lebih maksimal.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. 2010. **Prosedur Penelitian**. Jakarta: PT. Rineka Cipta. Edisi Revisi 2010.
- Panen, Paulina. 2007. **Belajar dan Pembelajaran**. Jakarta: Universitas Terbuka
- Priyatno, Duwi.(2010). **Paham Analisa Statistic Data Dengan SPSS**. Yogyakarta: MediaKom
- Riduwan. 2010. **Dasar-Dasar Statistika**. Bandung: Alfabeta.
- Sahara, Sayuti. 2000. **Senam Dasar**. Universitas Terbuka.Jakarta. Depdiknas
- Sudjana, Nana.2010. **Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar**. Bandung. Remaja rosdakarya
- Sugiyono. 2010. **Metode penelitian pendidikan**, pendekatan kuantitatif,kualitatif dan R&B. Bandung: alfabeta.
- Thoifuri. 2008. **Menjadi Guru Inisiator**. Semarang: Rasail Media Group.
- Trianto. 2010. **Mendesain Model Pembelajaran Inovatif-Progresif**: Jakarta: Prenada Media Group.