

PENGARUH MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL TERHADAP HASIL BELAJAR SENAM ROLL DEPAN (Siswa Kelas V MI Al-Azhar Modung Bangkalan)

Bustanul Arifin

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya

Irma Febriyanti

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Pendidikan jasmani berusaha membantu peserta didik untuk menggunakan tubuhnya lebih efisien dan pandai dalam berbagai keterampilan dasar dan keterampilan kompleks yang diperlukan dalam kehidupan. Salah satu pelajaran senam yang diajarkan disekolah adalah senam lantai roll depan. Selama ini sekolah belum pernah menggunakan audio visual dalam proses pembelajaran dan hanya menggunakan metode ceramah, demonstrasi demikian peneliti ingin menggunakan media audio visual dalam proses belajar mengajar disekolah untuk mempermudah guru dalam menjelaskan dan membimbing siswa dalam melakukan gerakan dan mengharapkan hasil belajarnya lebih bagus dari sebelumnya. Pada penelitian ini dilakukan 2 kali tes (*pre-test dan post-test*) terhadap siswa kelas V MI AL-Azhar Modung Bangkalan dalam waktu 3 kali pertemuan. Dalam penelitian ini sampel mendapatkan perlakuan dengan mengenalkan dan menerapkan media pembelajaran audio visual dalam proses belajar mengajar. Penelitian ini dilakukan dalam waktu 3 kali pertemuan. Jenis penelitian adalah pendekatan kuantitatif eksperimen yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab akibat diantara variabel-variabel. Dari penelitian dan pengolahan data diperoleh data hasil *Pre-test* senam roll depan didapatkan jumlah nilai 3170, rata-rata nilai 75,47, nilai terendah 60, nilai tertinggi 100, standar deviasi 14,003. Sedangkan hasil *Post-test* senam roll depan didapatkan jumlah nilai 3420, rata-rata nilai 81,43, nilai terendah 60, nilai tertinggi 100, standar deviasi 11,959. Pada uji t (Uji Beda) hasil belajar senam roll depan diperoleh hasil uji statistik dengan nilai 0.001 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara hasil belajar senam roll depan *pre test* dan *post test*. Simpulan dari penelitian yaitu media pembelajaran audio visual dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai roll depan. Peningkatan hasil belajar senam roll depan yang diperoleh sebesar 7,8%.

Kata kunci: pembelajaran audio visual, senam roll depan, hasil belajar.

Abstract

Physical education seeks to help learners to use his body more efficient and proficient in basic skills and complex skills required in life. One lesson that was taught in school gymnastics is gymnastics floor forward roll. During this school have not used the audio visual in the learning process and just use the lecture method, demonstrations so researchers want to use the audio visual media in teaching and learning in schools to facilitate the teacher in explaining and guiding students in movement and the expected learning outcomes better than ever. In this research 2 times the test (*pre-test and post-test*) to grade V MI AL-Azhar in Modung Bangkalan time 3 meetings. in this study a sample to get treatment by introducing and implementing a media learning audio visual in teaching and learning. The research was conducted in 3 Time meeting. Type of research there is a quantitative approach experiment done strictly to determine a causal relationship between these variables. Of research and data processing of data obtained *pre-test* results gymnastic forward roll obtained the value 3170, the average value of 75.47, the lowest 60, highest score a 100, the standard deviation of 14,003. While the goal should *Post-test* exercise roll sum of the values obtained before 3420, the average value 81.43, the lowest 60, highest score a 100, the standard deviation of 11.959. In the t test (difference test) the results obtained by studying gymnastics forward roll with the results of statistical tests 0.001 it can be concluded there are significant differences between result study gymnastic forward roll *pre test* and *post test*. The conclusions of the study, namely audio visual learning media can improve learning outcomes gymnastics floor forward roll. Improved learning outcomes acquired gymnastic forward roll of 7,8%.

Key words: learning audio visual, gymnastics roll forward, learning outcomes

PENDAHULUAN

Untuk menjalankan proses pendidikan, kegiatan belajar mengajar merupakan suatu usaha yang sangat strategis untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Salah satu kegiatan pembelajaran yang terdapat disekolah pada

umumnya dan sekolah dasar pada khususnya adalah pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani berusaha membantu peserta didik untuk menggunakan tubuhnya lebih efisien dan pandai dalam berbagai keterampilan dasar dan keterampilan kompleks yang diperlukan dalam kehidupan. Lebih jauh,

pendidikan jasmani mendorong pola kehidupan aktif peserta didik yang pada akhirnya dapat memberikan sumbangan positif terhadap pengembangan kesegaran jasmani. Dengan demikian pembelajaran dalam sekolah dipengaruhi oleh keberadaan dari seorang guru yang efektif, yaitu guru yang menemukan cara dan berusaha agar anak didiknya terlibat di dalam secara langsung tepat dalam suatu mata pelajaran dengan presentase waktu belajar akademis yang tinggi dan pelajaran berjalan dengan lancar dan menyenangkan tanpa menggunakan teknik memaksa (Supandi, 1992: 21).

Dalam dunia pendidikan, kegiatan belajar yang dilakukan oleh peserta didik perlu diupayakan agar dapat mencapai hasil yang optimal sesuai dengan potensi individu peserta didik untuk tujuan tersebut. Salah satu pelajaran senam yang diajarkan disekolah adalah senam lantai roll depan. Senam lantai roll depan adalah bentuk gerakan mengguling ke depan yang penggulingannya dimulai dari tengkuk, punggung, pinggang, panggul bagian belakang, dan yang terakhir kaki (Sumanto dan Sukiyo, 1992: 100). Menurut pengetahuan peneliti selama ini di sekolah MI AL-Azhar Modung Bangkalan tidak pernah menggunakan audio visual dalam proses pembelajaran. Pemakaian metode pembelajaran melalui audio visual dapat disesuaikan dengan kondisi dan tingkat perkembangan peserta didik dalam memperoleh pengalaman belajar. Audio visual adalah media yang mengandalkan indra pendengar dan penglihatan (Djamarah dan Zain, 2006: 124). Sehubungan dengan hal tersebut peneliti ingin memberikan proses belajar mengajar melalui audio visual, dengan harapan dalam proses pembelajaran melalui audio visual dapat meningkatkan semangat dan hasil belajar siswa. Menurut Sudjana (dalam Setyawan, 2009: 18) menyatakan bahwa hasil belajar yaitu kemampuan-kemampuan yang dimiliki oleh siswa setelah menerima pengalaman belajarnya. Hasil belajar merupakan hasil yang diperoleh siswa dari proses pengajaran yang nampak dalam bentuk perubahan tingkah laku secara menyeluruh yang terdiri atas unsur kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Hal ini sesuai dengan perkiraan Dale (dalam Ascaryo, 2010: 10), bahwa memperoleh hasil belajar melalui indra pandangan sekitar 75%, melalui indra dengar sekitar 13% dan melalui indra lainnya sekitar 12%. Untuk mengetahui pengaruh penggunaan proses pembelajaran melalui audio visual terhadap hasil belajar senam roll depan peneliti memerlukan waktu selama 3 minggu.

METODE

Penelitian dilakukan di MI Al-Azhar Serabi Barat, Modung, Bangkalan. Penelitian dilakukan 3 kali permuan (3 minggu), pertemuan ke-1 melakukan *pre test* dan melakukan pembelajaran senam roll depan dengan

menggunakan media audio vidual. Pertemuan ke-2 melakukan pembelajaran senam roll depan dengan menggunakan media audio visual dan pertemuan ke-3 melakukan pembelajaran senam roll depan dengan menggunakan media audio visual dan melakukan *post test*. Teknik pengambilan data menggunakan tes (*pre test dan post test*) dan observasi terhadap guru dalam pembelajaran. Menggunakan instrument rubrik observasi unjuk kerja pembelajaran audio visual dan rubrik penilaian unjuk kerja teknik dasar roll depan.

Populasi dan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu siswa kelas V MI Al-Azhar yang berjumlah 42 siswa. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan program computer SPSS. Dalam penelitian ini menganalisis distribusi data, uji normalitas dan uji beda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini yaitu data hasil tes kemampuan siswa. Data distribusi hasil *pre test* dan *post test*.

Table 1. Distribusi Data

Variabel	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
pretest	42	75.47	14.003	60.00	100.00
posttest	42	81.43	11.959	60.00	100.00

Berdasarkan tabel 1 di atas maka diketahui hasil data yang diperoleh *Pre-test* roll depan yang berjumlah 42 siswa didapatkan rata-rata nilai 75,47, nilai terendah yang diperoleh 60, sementara nilai tertinggi 100, standar deviasi 14,003. Sedangkan *Post-test* roll depan yang berjumlah 42 siswa didapatkan rata-rata nilai 81,43. Nilai terendah yang diperoleh 60, sementara nilai tertinggi 100, standar deviasi 11,959.

Pada pengujian normalitas diperoleh hasil sebagai berikut:

Table 2. Uji Normalitas

Variabel	Mean	p value	Alpha	Kategori Data
<i>Pre test</i>	75,47	0,10	0,05	Normal
<i>Post test</i>	81,43	0,185		Normal

0,185 dimana ketentuan yang berlaku sebagai berikut: bilamana $p\ value > \alpha = \text{normal}$ dan $p\ value < \alpha = \text{tidak normal}$. Sehingga data pada variable *pre test* dan variable *post test* merupakan data berdistribusi normal.

Table 3. Uji Beda

Variabel	N	Mean	SD	SE	t value	P value
<i>Pre test</i>	42	75,47	14,004	2,161	-7,964	0,001
<i>Post test</i>		81,43	11,960	1,685		

Berdasarkan table 3 di atas diperoleh rata-rata nilai roll depan pada *pre test* adalah 75,47 dengan standar deviasi 14,004. Pada *post test* didapat rata-rata nilai guling depan adalah 81,43 dengan standar deviasi 11,960. Terlihat nilai

mean perbedaan antara *pre test* dan *post test* adalah 5,96. Hasil uji statistik didapatkan nilai 0,001 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara nilai roll depan *pre test* dan *post test*.

Untuk mengetahui peningkatannya dapat diketahui dengan menggunakan cara berikut:

$$\text{Peningkatan} = \frac{M_D}{M_{Pre}} \times 100$$

$$\text{Peningkatan} = \frac{5,95}{75,47} \times 100$$

$$\text{Peningkatan} = \frac{5,95}{75,47} \times 100$$

$$\text{Peningkatan} = 0,078 \times 100$$

$$\text{Peningkatan} = 7,8 \%$$

Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa peningkatan *pre test* dan *post test* nilai hasil belajar senam lantai roll depan sebesar 7,8 %.

Dari hasil observasi yang dilakukan 2 kali yaitu pada pertemuan ke-2 pembelajaran dihentikan karena waktu sudah tidak mencukupi dan pada pertemuan ke-3 pembelajaran berhenti sesuai dengan alokasi waktu.

Dalam penelitian ini perolehan hasil *pre test* dan *post test* yaitu hasil *post test* lebih tinggi dari pada *pre test*. Dan peningkatan hasil belajar siswa dari *pre test* dan *post test* sebesar 7,8%. Dengan demikian penggunaan media audio visual dalam pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

PENUTUP

Simpulan

Dari penyajian data di atas peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

Media pembelajaran audio visual dapat meningkatkan hasil belajar siswa pada senam roll depan karena dari hasil uji t didapatkan nilai 0,001 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara nilai roll depan *pre test* dan *post test*. Peningkatan hasil belajar senam roll depan dari *pre test* dan *post test* sebesar 7,8%.

Saran

Saran yang dapat disampaikan oleh peneliti yaitu :

Bagi guru, agar lebih memperhatikan dan meningkatkan semangat belajar siswa serta meningkatkan aktivitas siswa dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Bagi sekolah, agar lebih memperhatikan dan meningkatkan penggunaan media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

Ascaryo, Feri. 2010. "Penerapan Model Pembelajaran *Inquiry Training Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Shooting Bola Basket*". Skripsi tidak

diterbitkan. Surabaya. Program Studi S1 Penjaskesrek FIK Unesa.

Djamarah, Syaiful B. dan Zain, Aswan. 2006. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Setyawan, Ervin. 2009. "Perbandingan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Menggantung Dengan Metode Bagian dan Metode Keseluruhan". Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya. Program Studi S1 Penjaskesrek FIK Unesa.

Sumanto, Y dan Sukiyo. 1992. *Senam*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Supandi. 1992. *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kebudayaan*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

UNESA. 2000. *Pedoman Penulisan Artikel Jurnal*, Surabaya: Lembaga Penelitian Universitas Negeri Surabaya.

