

PENGARUH MEDIA AUDIOVISUAL TERHADAP HASIL BELAJAR LARI JARAK PENDEK (Studi Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Gedangan Sidoarjo)

Muhammad Haris Ali Mufti

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Surabaya, haris048@gmail.com

Vega Candra Dinata

Dosen S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Pendidikan merupakan kegiatan yang sangat penting bagi penyiapan anak-anak untuk menghadapi kehidupannya dimasa mendatang. Pendidikan ialah proses perubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Jadi pendidikan merupakan kegiatan yang sangat penting bagi anak-anak dalam perubahan sikap dan tingkah laku melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Salah satunya yaitu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang memberikan kesempatan pada anak didik untuk terlibat langsung dalam pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis. Secara umum kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melibatkan aktivitas fisik, salah satunya dalam belajar lari jarak pendek. Untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran lari jarak pendek tersebut, dibutuhkan kreativitas seorang guru. Sehingga proses pembelajarannya dapat memberi hasil belajar yang baik kepada anak didik. Namun, dalam pelaksanaan pembelajaran di sekolah yang diutamakan bukanlah hasil waktu kecepatan lari, melainkan yang paling diutamakan adalah hasil belajar lari jarak pendek, anak didik harus dapat mengetahui teknik-teknik dasar lari jarak pendek, misalnya teknik dasar *start*, teknik lari dan masuk *finish*. Untuk itu, salah satu cara agar hasil belajar anak didik nanti hasilnya maksimal digunakanlah media sebagai sumber belajar salah satunya adalah media audiovisual. Tujuan dari penelitian ini adalah (1) untuk mengetahui pengaruh media audiovisual terhadap hasil belajar lari jarak pendek di SMPN 2 Gedangan. (2) Untuk mengetahui besarnya pengaruh media audiovisual terhadap hasil belajar lari jarak pendek di SMPN 2 Gedangan. Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh media audiovisual terhadap hasil belajar lari jarak pendek dalam pembelajaran penjasorkes, diketahui bahwa media audiovisual dapat meningkatkan hasil belajar lari jarak pendek dalam pembelajaran penjasorkes sebesar 14,06%. Untuk hasil belajar lari jarak pendek ada peningkatan dari hasil *pre-test* dan *post-test* dengan hasil uji-t sampel berpasangan dengan t-hitung lebih besar dari t-tabel ($8,341 > 1,69$). Sehingga dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan melalui media audiovisual untuk meningkatkan hasil belajar lari jarak pendek dalam pembelajaran penjasorkes pada siswa kelas VII-G di SMP Negeri 2 Gedangan Sidoarjo.

Kata Kunci: Pengaruh, Media Audiovisual, Hasil Belajar Lari Jarak Pendek

Abstract

Education is a very important activity for preparing children to face the future life. Education is the process of changing attitudes and code of conduct of a person or group of people in a mature business man through teaching and training efforts. So education is completely important activity for children in changing attitudes and behavior through teaching and training efforts. In general, sports physical education learning activities involve physical activity and health, one of them in learning sprint. Those activities are carried out systematically. In general, physical education learning activities involve sports and health physical activity. It also happens in learning sprinting. To support the implementation of learning sprint, the teacher's creativity is needed. So that the learning process can provide good learning result for students. However, in the implementation of learning in schools is not the result of time preferred running speed, but the main concern is the sprinting learning result. Students should be able to know the basic techniques of sprinting, for example, the basic techniques how do "start", "run" and "enter" the finish. Therefore, one way to make the result of students' becomes maximum, the use of learning media is needed. So the researcher applied a media to teach sprint which is called as audiovisual media. The purpose of this study was (1) to determine the effect of audiovisual media on sprinting learning result in Gedangan 2 junior high school (2) To determine the influence of audiovisual media on sprinting learning result in Gedangan 2 junior high school. Based on the results of research on the effects of audiovisual media on sprinting learning result, it is known that the audiovisual media to improve sprinting learning result of 14.06%. For sprinting learning result there is an improvement from the pre-test

and post-test with the results of paired samples t-test with t-count is greater than t-table ($8.341 > 1.69$). So in other words it can be concluded that there is significant influence through audiovisual media to improve sprinting learning result in class VII-G in the Gedangan 2 junior high school Sidoarjo.

Keywords: Effects, Audiovisual Media, Sprint Learning Result

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kegiatan yang sangat penting bagi penyiapan anak-anak untuk menghadapi kehidupannya dimasa mendatang (Susarno, 2010: 48). Pendidikan ialah proses pengubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2011). Jadi pendidikan merupakan kegiatan yang sangat penting bagi anak-anak dalam pengubahan sikap dan tingkah laku melalui upaya pengajaran dan pelatihan.

Sedangkan menurut UU No 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memberikan kesempatan pada anak didik untuk terlibat langsung dalam pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis (Permendiknas No 22 Tahun 2006).

Dalam (Suroto dan Dinata, 2013: 114) Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Dalam Permendiknas No 22 Tahun 2006, ada 7 ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga salah satunya adalah permainan dan olahraga. Didalamnya terdapat olahraga atletik. Sedangkan kompetensi dasar materi atletik untuk kelas VII SMP adalah di fokuskan pada teknik dasar. Sedangkan salah satu sub materi dalam atletik adalah lari jarak pendek. Lari adalah suatu *event* atletik, yang sekaligus adalah *event* dasar olahraga atletik (Medler, 1996: 21). Jadi untuk pelaksanaan pembelajaran dari materi ini fokus pada teknik dasar lari jarak pendek. Untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran lari jarak pendek tersebut, dibutuhkan kreativitas seorang guru. Sehingga proses pembelajarannya dapat memberi hasil belajar yang baik kepada anak didik.

Keberhasilan proses kegiatan belajar mengajar pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat diukur dari keberhasilan anak didik yang mengikuti kegiatan belajar mengajar tersebut. "Setiap anak didik memiliki kemampuan yang berbeda yang dapat dikelompokkan pada anak didik berkemampuan tinggi, sedang dan rendah. Anak didik yang termasuk berkemampuan tinggi biasanya ditunjukkan dengan motivasi yang tinggi dalam belajar, perhatian dan keseriusan dalam mengikuti pelajaran dan lain sebagainya" (Sanjaya, 2008: 17).

Berdasarkan hasil wawancara dengan 3 guru pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga SMP Negeri 2 Gedangan Sidoarjo, bisa disimpulkan bahwa hasil belajar siswa kurang maksimal. Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP selama ini memberikan materi lari jarak pendek lebih dominan dengan cara-cara lama, dan guru tidak pernah menggunakan media audiovisual dalam pembelajaran lari jarak pendek. Dengan kondisi demikian peneliti ingin membuat inovasi yang belum pernah dilakukan oleh guru penjasorkes, yaitu menggunakan media audiovisual dalam materi lari jarak pendek yang diharapkan dapat berpengaruh terhadap kemampuan anak didik menguasai lari jarak pendek dengan benar. Berdasarkan itu penulis berminat untuk melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Media Audiovisual terhadap Hasil Belajar dan Efektivitas pembelajaran Lari Jarak Pendek". Studi pada Siswa Kelas VII SMPN 2 Gedangan Sidoarjo.

METODE

Pada hakikatnya penelitian mempunyai fungsi menemukan, mengembangkan atau menguji kebenaran suatu pengetahuan. Sehingga syarat mutlak dalam suatu penelitian adalah metode penelitian, berbobot tidaknya sebuah penelitian tergantung pada pertanggung jawaban dari metode penelitian. Sesuai dengan permasalahan, maka jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui sebab akibat variabel (Maksum, 2012: 65). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Dalam desain ini tidak ada kelompok kontrol, dan subjek tidak ditempatkan secara acak. Kelebihan desain ini adalah dilakukannya *pretest* dan *posttest* sehingga dapat diketahui dengan pasti perbedaan hasil akibat perlakuan yang diberikan (Maksum, 2012: 97).

Secara definitif, variabel adalah suatu konsep yang memiliki variabilitas atau keragaman yang menjadi fokus penelitian (Maksum, 2012: 29). Variabel juga dapat digolongkan menjadi variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi sementara variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi sedangkan variabel penelitian ini adalah:

1. Variabel Bebas : Media audiovisual.
2. Variabel Terikat : Hasil belajar lari jarak pendek.

Populasi adalah keseluruhan individu atau objek yang dimaksudkan untuk diteliti dan nantinya akan dikenai generalisasi (Maksum, 2012: 53). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah kelas VII di SMPN 2 Gedangan Sidoarjo. Sampel adalah sebagian kecil individu atau objek yang dijadikan wakil penelitian (Maksum, 2012: 53). Teknik sampel yang digunakan adalah *cluster random sampling* yaitu sampel yang dipilih bukan individu, tetapi kelompok atau area yang kemudian disebut *cluster* (Maksum, 2012: 57). Misalnya, propinsi, kabupaten/kota, kecamatan, dan sebagainya. Bisa juga dalam bentuk kelas dan sekolah. Dalam penelitian ini, penentuan sampel yang digunakan bukanlah perwakilan individu dari tiap-tiap kelas VII, dikarenakan pihak sekolah tidak memberikan izin untuk itu. Maka dari itu digunakanlah pemilihan kelas. Sedangkan untuk menentukan kelas mana yang menjadi kelompok eksperimen, yaitu dengan cara menyiapkan undian yang berupa sembilan potongan kertas dan dari potongan tersebut satu dari sembilan potongan kertas di beri nama sampel. Kemudian memanggil perwakilan kelas VII-A sampai kelas VII-I untuk mengambil undian. Siswa yang mendapatkan potongan kertas bertuliskan sampel maka kelas VII-G, maka kelas tersebut menjadi sampel dalam penelitian ini dan sekaligus menjadi kelompok eksperimen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Deskripsi Hasil Belajar

Deskripsi	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	Beda
Jumlah Sampel	35	35	-
Jumlah	2198	2542	344
Rata-rata	63	73	10
Standar Deviasi	7,95	8,59	0,64
Nilai Minimum	43	55	12
Nilai Maksimum	75	88	13
Peningkatan	14,06%		

Dari Tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa :

1. Hasil belajar *pre-test* lari jarak pendek siswa kelas VII-G menghasilkan rata-rata sebesar 63,

standar deviasi sebesar 7,95, serta nilai terendah 43 dan tertinggi 75.

2. Hasil belajar *post-test* lari jarak pendek siswa kelas VII-G menghasilkan rata-rata sebesar 73, standar deviasi sebesar 8,59, serta nilai terendah 55 dan tertinggi 88.
3. Perbedaan hasil *pre-test* dan *post-test* adalah rata-rata sebesar 10 dan standar deviasi sebesar 0,6, serta nilai terendah dan tertinggi masing-masing 12 dan 13.

Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa media audiovisual dapat meningkatkan hasil belajar siswa sebesar 14,06 %.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov -Smirnov

	p-value	Keterangan
<i>Pretest</i>	1,203	Data berdistribusi normal
<i>Pretest</i>	1,131	Data berdistribusi normal

Dari hasil analisis diatas nampak bahwa pada *pretest*, uji Kolmogorov-Smirnov, *p-value* sebesar 1,203, sedangkan pada *posttest* *p-value* sebesar 1,131. Data kedua kelompok memiliki *p-value* lebih besar dari 0,05. Artinya, data *pretest* dan *posttest* dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Beda Hasil Belajar

Variabel	Mean	MD	t-hit	t-tab	Peningkatan
<i>Pre-test</i>	62,80	8,83	8,341	1,69	14,06%
<i>Post-test</i>	72,63				

Dari Tabel 3 di atas dapat memberikan penjelasan bahwa hasil perhitungan uji beda rata-rata menunjukkan hasil $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ ($8,341 > 1,69$), maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Dari hasil uji hipotesis di atas, dapat dikatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada peningkatan hasil belajar siswa sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pemberian media audiovisual. Dengan hasil perhitungan tersebut juga dapat diketahui bahwa media audiovisual dapat meningkatkan motivasi belajar sebesar 14,06%.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian secara umum pengaruh media audiovisual terhadap hasil belajar lari jarak pendek pada siswa kelas VII-G di SMPN 2 Gedangan Sidoarjo, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Ada pengaruh yang signifikan pengaruh media audiovisual terhadap hasil belajar lari jarak pendek pada siswa kelas VII-G di SMPN 2

Gedangan Sidoarjo, terbukti dari hasil perhitungan uji t terdapat nilai t hitung lebih besar dari t tabel ($8,341 > 1,6905$) dengan taraf signifikansi 0,05.

2. Besarnya pengaruh media audiovisual terhadap hasil belajar lari jarak pendek pada siswa kelas VII-G di SMPN 2 Gedangan Sidoarjo adalah sebesar 14,06%.

Saran

Dari hasil dan pembahasan pada penelitian ini, maka diberikan saran agar hasil penelitian ini dapat benar-benar bermanfaat, yaitu sebagai berikut:

1. Sesuai dengan hasil penelitian, media audiovisual dapat dijadikan sebagai referensi bagi guru penjasorkes dalam usaha meningkatkan hasil belajar lari jarak pendek.
2. Media audiovisual sebagai media dalam proses belajar mengajar tidak hanya digunakan untuk pembelajaran lari jarak pendek saja tetapi juga bisa digunakan pada kompetensi dasar yang lain seperti permainan bola besar, permainan bola kecil, aktivitas ritmik, dan lain sebagainya..
3. Agar mendapatkan hasil yang lebih maksimal khususnya dalam pembelajaran lari jarak pendek dengan menggunakan media audiovisual, maka penerapan pembelajaran ini harus disesuaikan dengan sarana dan prasarana sekolah dan kondisi siswa sehingga proses pembelajaran bisa berjalan dengan lancar dan aman.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisasmita, Y. 1992. *Olahraga Pilihan Atletik*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Arsyad, A. 2009. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Rajawali Press.
- Aunurrahman. 2010. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta
- Hartono, dkk. 2013. *Pendidikan Jasmani*. Surabaya: Unesa Univesity Press
- Maksum, A. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press
- Maksum, A. 2007. *Statistik dalam Olahraga*. Universitas Negeri Surabaya, Surabaya.
- Medler. 1996. *Peraturan Lomba Atletik*. Jakarta
- Medler. 2000. *Pedoman Mengajar Lari Lompat Level-I*. Jakarta
- Muktamid. A. 2012. "Pengaruh penggunaan media VCD terhadap hasil belajar passing bawah bolavoli".

Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: JPO FIK Unesa.

- Nurhasan dkk, 2005. *Petunjuk Praktis Pendidikan Jasmani*. Surabaya: Unesa University Press
- Permendiknas No. 22 Tahun 2006 *tentang Standar Isi untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah*
- Sanjaya, W. 2013. *Perencanaan dan Desain Sistem Pembelajaran*. Jakarta: Kencana
- Sidik, D. Z. 2010. *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suprijono, A. 2011. *Cooperative Learning: Teori Dan Aplikasi Paikem*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Suroto dan Dinata. 2013. *Handout Matakuliah Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani, olahraga, dan kesehatan*. Surabaya