

Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Motivasi Siswa dalam Belajar Senam Kebugaran Jasmani

Aang Solahudin Anwar

Pendidikan Guru Sekolah Dasar, FKIP, Universitas Buana Perjuangan Karawang
Jl HS. Ronggo Waluyo, Puseurjaya, Telukjambe Timur, Karawang, Jawa Barat, Indonesia

Corresponding author's: aang.solahudin@ubpkarawang.ac.id

Use of Audio Visual Media Students in Learning Motivation Physical Fitness Gymnastics

Article info:

Article History
Available online
30 September 2018

Keywords:
Fitness gymnastics,
learning motivation,
audio visual media

Abstrak

Peneiltian ini merupakan penelitian experiment yang meneliti tentang penggunaan media pembelajaran menggunakan Media Audio Visual yang digunakan sebagai alat bantu pembelajaran semam kebugaran jasmani. Identifikasi penelitian ini terdiri dari pelaksanaan kegiatan senam, dukungan Kepala Sekolah, Motivasi Siswa, Sarana dan prasarana, Dukungan Wali Murid. Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan Senam Kesegaran Jasmani di Sekolah Dasar Negeri 2 Sukaharja Telukjambe Timur dilihat dari sudut motivasi siswa dan kesediaan sarana dan prasarana. sampel adalah kelas IV dan V yang berjumlah 40 orang, dengan alasan lebih efektif. Teknik pengambilan sampel adalah secara Purposive Sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor tes awal dari instrument penggunaan media audio visual terhadap motivasi siswa dalam belajar senam kebugaran jasmani pada kelompok eksperimen sebesar = 15,53 dengan simpangan baku = 1,505. Tes akhir menunjukan bahwa rata-rata skor tes awal motivasi siswa dari pembelajaran menggunakan media audio Visual pada kelompok eksperimen sebesar = 22,33 dengan simpangan baku = 3,18. Hasil Pengujian Normalitas Lilliefors diketahui bahwa Nilai L dari daftar = 0.220. Sedangkan nilai L_0 kelompok perlakuan dengan menggunakan audio visual tes awal = 0.1128 dan tes akhir = 0.1287. Penghitungan dan uji signifikansi peningkatan hasil belajar kelompok eksperiment dilakukan dengan menggunakan uji signifikansi kesamaan dua rata-rata tes awal dan tes akhir uji satu pihak yaitu uji t. Dari hasil pengujian tersebut diperoleh bahwa t hitung kelompok eksperimen = 9.933 yang lebih besar dari t-tabel pada tingkat kepercayaan atau taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dengan dk ($n_1 - 1$) = 2, harga t (0,975) dari daftar distribusi t diperoleh. Kriteria pengujian adalah, terima H_0 jika $t < t_{1-\alpha}$. Kesimpulannya adalah belajar dengan menggunakan media audio visual memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil belajaran Senam Kebugaran Jasmani.

Abstract:

This research is an experimental research that examines the use of learning media using Audio Visual Media which is used as a physical fitness learning

aid. The identification of this study consisted of the implementation of gymnastics activities, the support of the Principal, Student Motivation, Facilities and infrastructure, Support of the Guardian Students. The purpose of this study was to find out how the implementation of Gymnastics for Physical Fitness in Sukaharja 2 Elementary School in East Telukjambe was seen in terms of student motivation and availability of facilities and infrastructure. the sample is class IV and V which amount to 40 people, with reasons more effective. The sampling technique is purposive sampling. The results showed that the average initial test score of the instrument using audio-visual media on student motivation in learning physical fitness exercises in the experimental group was = 15.53 with standard deviation = 1.505. The final test showed that the average initial test score of students' motivation from learning using audio visual media in the experimental group was = 22.33 with a standard deviation = 3.18. The Lilliefors Normality Test results show that the L value of list = 0.220. While the Lo value of the treatment group using the initial audio visual test = 0.1128 and the final test = 0.1287. The calculation and significance test of the increase in experimental group learning outcomes was conducted using the test of the similarity significance of the two initial test averages and the one-party final test, namely the t test. From the results of the test it was found that the experimental group t count = 9,933 which is greater than t-table at the level of confidence or significance level = 0.05 with dk (n1 - 1) = 2, price t (0,975) from the distribution list t obtained. The test criteria is, accept Ho if $t < t_{1-}$. The conclusion is that learning by using audio visual media has a significant influence on improving the results of Physical Fitness Gymnastic learning.

PENDAHULUAN

Pemerintah telah mencanangkan sekaligus merevisi kurikulum lebih baik dari pada sebelumnya yaitu Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Tahun 2006. “ Membuat para siswa untuk lebih banyak belajar sendiri. KTSP ini merupakan pedoman mengajar bagi guru dan juga merupakan bahan kegiatan pembelajaran yang perlu dipelajari dan dilaksanakan oleh peserta didik dengan harapan mutu pendidikan jauh lebih baik dari sebelumnya “ (Badan Nasional Standar Pendidikan, 2006 : 2).

Sekolah Dasar Negeri Sukaharja 2 merupakan salah satu lembaga pendidikan yang bergerak untuk siswa – siswi sekolah dasar, salah satu dari sekian banyak bidang studi yang terdapat dalam kurikulum tersebut yaitu bidang studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, merupakan bagian integral secara keseluruhan dari pendidikan pada umumnya yang harus dilaksanakan oleh para guru beserta siswanya sesuai dengan tuntutan kurikulum tersebut. Dalam Undang – undang RI No. 3 tahun 2005 tentang system keolahragaan nasional dijelaskan bahwa : “Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak manusia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa”.

Berdasarkan undang-undang tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa pembangunan keolahragaan perlu dikembangkan dan ditingkatkan di seluruh tanah air terutama di sekolah – sekolah yang nantinya dapat menunjang proses belajar siswa. Melalui matapelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang merupakan

bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, juga yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, kemampuan social, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Hal diatas dapat tercapai jika dimulai sejak dini untuk itu Sekolah Dasar perlu menyusun system pendidikan yang cocok untuk para siswanya. Menurut Depdiknas “ Melalui Sekolah Dasar anak didik dibekali kemampuan dasar dan keterampilan dasar agar mampu mengantisipasi permasalahan dalam kehidupan sehari – hari termasuk keterampilan olahraga serta keterampilan lainnya (Life Skill) “. (Depdiknas 2001:7).

Pelaksanaan Senam Kesegaran Jasmani ini telah diterapkan di Sekolah Dasar Negeri Sukaharja 2 Telukjambe timur, meskipun kegiatan ini telah menjadi kegiatan rutin, tetapi kenyataannya dalam pengamatan penulis siswa di Sekolah Dasar Negeri Negeri Sukaharja 2 tidak melakukan aktivitas senam secara serius. Kebanyakan dari mereka lebih senang diam berdiri mematung dari pada bergerak dan mengikuti gerakan irama senam, dilihat dari sikap siswa tersebut jelas sekali bahwa mereka kurang termotivasi untuk mengikuti kegiatan senam kesegaran jasmani. Menurut Dalyono dalam Afrizal (2008:7) “Motivasi adalah tenaga penggerak atau pendorong bagi seseorang untuk melakukan pekerjaan guna mencapai tujuan”.

Motivasi adalah bagian dari beberapa aspek psikis manusia dan arena itu sikap manusia normal walaupun tingkat pengetahuan rendah pasti memiliki motivasi, hanya saja biasanya seseorang tidak menyadari bahwa dalam aktifitasnya mengandung motivasi.

Menurut sudibio dalam Maisurti (2007:11) menyatakan bahwa “motivasi adalah merupakan dorongan dan mengatur pola aktifitas manusia yang dapat mengatur manusia untuk bertindak atau tidak bertindak, motivasi dapat dilihat dari perubahan tingkah laku oleh sebab itu motivasi sangat penting karena seseorang dapat berlatih dengan efisien”.

Pengertian sarana dan prasana menurut Saryono dan Bangun Sri Hutomo (2016) dalam jurnalnya menyebutkan bahwa “Sarana dan prasarana merupakan salah satu unsur penunjang keberhasilan pendidikan Jasmani, mengingat mata pelajaran tersebut membutuhkan banyak sarana dan prasarana yang digunakan untuk menunjang tercapainya pembelajaran yang efektif”

PERMASALAHAN

Berdasarkan pemaparan uraian masalah di atas, maka dapat diidentifikasi masalahnya yaitu : 1) Pelaksanaan kegiatan senam 2) Dukungan Kepala Sekolah . 3) Motivasi Siswa. 4) Sarana dan prasarana . 5) Dukungan Wali Murid

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah, maka masalah penelitian ini dirumuskan sebagai berikut : Bagaimana pelaksanaan Senam Kesegaran Jasmani di Sekolah Dasar Negeri 2 Sukaharja Telukjambe Timur Kabupaten Karawang dilihat dari sudut motivasi siswa dan kesediaan sarana dan prasarana.

METODOLOGI

Berdasarkan permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini, maka penelitian ini bersifat deskriptif, bertujuan untuk menggambarkan keadaan data sebagaimana adanya. Penelitian deskriptif adalah “Penelitian yang mendeskripsikan atau memusatkan perhatian kepada masalah aktual yang sedang atau sudah terjadi dan data dilengkapkan apa adanya tanpa manipulasi”. (Luri 1999:54). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Sekolah Dasar Negeri Sukaharja 2 Teluk Jambe Timur Kabupaten Karawang. Adapun jumlah populasi dari kelas I sampai kelas VI dengan jumlah 124 orang yang terdiri dari 69 orang siswa laki – laki dan 55 orang siswi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 40 siswa yang terdiri dari 19 kelas V dan 21 kelas IV. Sampel tersebut sudah mewakili dari populasi yang di teliti.

Uji homogenitas

Pengujian homogenitas pada penelitaian ini menggunakan uji varian antara tes awal dan tes akhir kegiatan pembelajaran senam kebugaran jasmani dengan hasil sebagai berikut: Kriteria pengujian homogenitas adalah terima hipotesis H_0 jika, $F (1-\alpha)(n-1) < F < F_{\frac{1}{2}\alpha}(n_1 - 1, n_2 - 1)$ dan tolak H_0 jika, $F > F_{\frac{1}{2}\alpha}(V_1, V_2)$. Atas dasar hasil pengujian kesamaan dua variansi, diketahui bahwa hasil F-hitung angket = 4.45. Maka hipotesis diterima, dengan demikian kedua tes berasal dari varian yang sama atau homogen.

Tabel 1. Hasil Pengujian Homogenitas (Kesamaan Dua Variansi) Uji F, Tes Awal dan tes Akhir Motivasi belajar siswa Menggunakan Media Audio Visual

Kelompok Eksperimen	F Hitung	F Tabel	Kesimpulan
Siswa SDN Sukaharja 2	4.45	19	Homogen

Keterangan

Tterima hipotesis H_0 jika, $F (1-\alpha)(n-1) < F < F_{\frac{1}{2}\alpha}(n_1 - 1, n_2 - 1)$ dan tolak H_0 jika, $F > F_{\frac{1}{2}\alpha}(V_1, V_2)$. Atas dasar hasil pengujian kesamaan dua variansi, diketahui bahwa hasil F-hitung angket = 4.45. Maka hipotesis diterima, dengan demikian kedua tes berasal dari varian yang sama atau homogen

Pengujian Hipotesis

Setelah data menunjukkan berdistribusi normal dan homogen, maka langkah selanjutnya adalah melakukan pengujian dan analisis data terhadap kedua kelompok data sampel (pengujian dan analisis ini untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh terhadap hasil pembelajaran menggunakan media audio visual yang signifikan dari kelompok sampel). Hasil analisis statistika dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Penghitungan dan Uji Signifikansi Peningkatan Motivasi Belajar Menggunakan Media Audio Visual

Kelompok Eksperimen	t-hitung	t-tabel	Signifikansi
Siswa SDN Sukaharja 2	9.933	2.14	Signifikan

Penghitungan dan uji signifikansi peningkatan hasil belajar kelompok eksperimen dilakukan dengan menggunakan uji signifikansi kesamaan dua rata-rata tes awal dan tes akhir uji satu pihak yaitu uji t. Dari hasil pengujian tersebut diperoleh bahwa t hitung kelompok eksperimen = 9.933 yang lebih besar dari t-tabel pada tingkat kepercayaan atau taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dengan dk $(n_1 - 1) = 2$, harga t (0,975) dari daftar distribusi t diperoleh. Kriteria pengujian adalah, terima H_0 jika $t < t_{1-\alpha}$. Maka t hitung berada pada daerah penolakan H_0 , jadi H_0 ditolak. Kesimpulannya adalah belajar dengan menggunakan media audio visual memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil belajaran Senam Kebugaran Jasmani.

DISKUSI TEMUAN

Hasil pengolahan dan analisis data menunjukkan penemuan-penemuan sebagai berikut: Terdapat peningkatan yang signifikan dari implementasi media pembelajaran menggunakan media audio visual terhadap senam kebugaran jasmani. Adanya peningkatan hasil latihan tersebut diantaranya disebabkan karena pembelajaran dengan menggunakan media audio visual yang sangat diminati dan memudahkan dalam belajar, karena dalam pelaksanaannya cara yang dilakukan dengan menggunakan media ini bukan dilihat dari betul dan tidaknya gerakan, tetapi pada minat pada pembelajaran ini lebih menekankan pada anak untuk dapat melibatkan diri pada aktivitas fisik yakni belajar senam kebugaran jasmani.

Belajar senam dengan menggunakan media audio visual dalam hal ini menonton dan mendengarkan senam lewat youtube atau CD memberikan pengaruh yang berbeda terhadap pembelajaran senam. Hal ini menunjukkan bahwa media memberikan efek pada hasil belajar siswa yang lebih baik dibandingkan dengan tidak menggunakan media atau sama sekali. Video (CD), film senam difungsikan sebagai alat untuk membantu atau menimbulkan rangsang imajinasi terutama saat melakukan latihan senam baik secara individu ataupun bersama sama dengan kelompok, sehingga siswa dapat mengingat gerakan dan runtutan aktivitas gerak senam yang di amatinya melalui tontonan (pesan suara dan gambar).

Terkait dengan hal itu, sebuah media pembelajaran pun belum tentu bisa memberikan efek yang positif bagi pembelajaran yang bervariasi selama kurang adanya realitas percobaan yang terus diulang. Hal ini senada dengan Alfandie dalam Edy Suparjoto(1995:20) mengenai maksud dan tujuan alat bantu dan media pengajaran ini: Media memberikan variasi dalam cara-cara mengajar, memberikan lebih banyak realitas dalam mengajar itu lebih berwujud, lebih terarah untuk mencapai tujuan tertentu. Tegasnya untuk menolong anak agar lebih mudah memahami

pelajaran-pelajaran dengan jelas atau menguasai ini dan kecekatan pelajaran dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- , Undang -undang RI,(2005). Sistem keolahragaan Nasional. Jakarta
- Depdiknas, BSNP.(2006). *Kurikulum tingkat satuan pendidikan*, Jakarta.
- Depdiknas.(2001). Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta.
- Luri (2010). Metode Penelitian pendidikan. *Alphabeta*. Bandung.
- Muljono dan Novitas Dewi (2004).*Prasarana Sumber daya pendukung pembelajaran olahraga*. Gramedia. Jakarta. CV Alfbeta
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung :