

**Audio Visual Media as An Effective Solution for Motor Learning**Adi Sumarsono<sup>1</sup>, Anisah<sup>2</sup><sup>1</sup>Universitas Musamus, Indonesia<sup>2</sup>Guru PJOK SMP**Article Info***Article History :**Received August 2018**Revised Oktober 2018**Accepted March 2018**Available online April 2019**Keywords :**Audio Visual Media, Motor Learning.***Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pembelajaran gerak dengan menggunakan media audio visual. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Populasi penelitian ini seluruh siswa kelas VIII. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling pada kelas VIII yang berjumlah 32 siswa. Instrumen yang digunakan adalah lembar FCE, lembar observasi, penilaian kemampuan gerak siswa dan tes *motor educability*. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa media audio visual menjadi solusi efektif dalam mempelajari dan mengajarkan kemampuan gerak. Pengalaman pandangan dan penyimpanan memori dalam jangka pendek memori dapat digunakan dalam memperbaiki olah gerak yang sebabkan oleh pengaruh visualisasi yang diterima oleh indera penglihatan dan indera pendengaran. Implikasi dari hasil penelitian ini dapat digunakan rujukan dalam mengajarkan kemampuan gerak yang memerlukan gerakan kombinasi yang kompleks dapat menggunakan media audio visual.

**Abstract**

*This study was aimed at determining the effectiveness of motion techniques learning using audio visual media. This research was an experimental research. The population of this study was grade VIII students. The sampling process used purposive sampling technique. The samples consisted of 32 students of grade VIII. The instruments used were FCE sheets, observation sheets, assessment of student motor ability, and motor educability tests. The results of the research concluded that audio visual media is an effective solution for learning and teaching motor ability. The visual experience and short term memory storage can be used in correcting movement due to the influence of visualization received by the sense of sight and the sense of hearing. The results of this study can be used as references in teaching motor ability. Moreover, audio visual media can be used for learning a movement skill that requires a complex movement combination.*

## PENDAHULUAN

Berdasarkan kurikulum 2013, diharapkan capaian kegiatan pembelajaran siswa tidak hanya sekedar mengenal dan mempraktekkan akan tetapi siswa betul-betul memahami secara detail dan memungkinkan siswa melakukan pengembangan berdasar dari kreativitasnya. Guna mencapai tujuan pembelajaran pada kurikulum 2013 maka guru dituntut kreatif dalam menggunakan media pembelajaran yang efektif dan efisien. Salah satu jenis media yang dapat digunakan dalam pembelajaran mata pelajaran pendidikan jasmani adalah media audio visual.

Banyaknya guru yang beralih dalam penggunaan media, gambar, klip audio, video, *power point*, dan poster dalam proses pembelajaran setelah dilakukan penelitian didapatkan data bahwa penggunaan media audio visual dapat membantu guru dan peserta didik dalam mengajar yang efektif (Al Mamun, 2014). Penelitian-penelitian menyimpulkan bahwa terdapat peningkatan kemampuan berbicara siswa dengan menggunakan Audio Visual Media (AVM), meliputi peningkatan dalam pengucapan, tata bahasa dan kosakata, akan tetapi tidak demikian dalam kelancaran dan pemahaman siswa (Kurniawan, 2016). Selanjutnya media visual yang digunakan dalam proses pembelajaran sangat membantu dan sangat efektif (Syandri, 2015). Media visual dapat pula digunakan sebagai cara untuk memotivasi, menghemat waktu, membuat siswa senang dan tertarik, hasilnya dari penelitian yang sudah dilakukan siswa benar-benar bisa mengerti dengan materi yang diberikan.

Berdasarkan hasil penelitian, pengintegrasian multimedia dan audio visual dalam pembelajaran anak berkebutuhan khusus, dapat meningkatkan kompetensi siswa (Sediyani, et.al, 2017). Sesuai teori kognitif, bahwa kesesuaian media yang dipilih dapat membantu pemahaman peserta didik, diantaranya melalui diagram, lembar cetak atau video (Wamalwa & Wamalwa, 2014). Alasan dari penggunaan media tersebut dapat mengurangi masalah dalam pemecahan konsep yang disajikan. Berdasarkan acuan pengetahuan diatas, penelitian ini memfokuskan pada penggunaan media audio visual yang digunakan sebagai media pembelajaran gerak pada mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Keterbaruan penelitian ini adalah pembelajaran gerak diajarkan dengan media audio visual.

Sesuai dengan isi dari materi mata pelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Pertama, terdapat banyak materi pembelajaran praktek. Sedangkan tuntutan siswa setelah mempelajari adalah mampu melakukan dan mempraktekkan semua aktivitas gerak. Gerak pada dasarnya sudah dilakukan oleh manusia sejak zaman dahulu kala. Gerak yang dilakukan manusia digunakan untuk mencukupi kebutuhan manusia sehari-hari. Manusia melakukan gerak dengan harapan bisa dan mampu bertahan hidup.

Fokus masalah penelitian ini adalah efektifitas belajar gerak. Secara terpisah kata belajar gerak dapat diartikan sebagai peningkatan kualitas gerak yang dilakukan dengan didahului oleh teknik yang benar. Belajar motorik dapat juga diartikan bahwa terdapat perangkat proses yang bertalian dengan latihan atau pengalaman yang mengantarkan ke arah perubahan permanen dalam perilaku terampil (Sukoco, 2011). Belajar terjadi apabila mengalami perubahan. Perubahan terjadi apabila seseorang melakukan kegiatan yang semakin lama semakin terampil. Hasil dari perubahan terampil manusia bersifat permanen. Tiga hal yaitu belajar dipengaruhi latihan dan pengalaman, belajar tidak langsung dapat diamati, dan perubahan yang terjadi relatif menetap.

Olahraga merupakan jenis kegiatan terukur, terstruktur dan selalu berkesinambungan. Gerak yang dilakukan dalam masing-masing cabang olahraga dapat dipelajari guna mendapatkan prestasi. Kemampuan gerak yang maksimal dapat digunakan dalam mencapai prestasi maksimal. Salah satu hal yang dapat dilakukan adalah mencapai informasi sensoris. Efek terakhir dalam mencapai tujuan adalah tercapainya gerak yang terampil. Seseorang yang terampil dapat menerima, memperkirakan dan memproses informasi secara cepat dan akurat serta melakukan gerak yang efektif dan efisien.

Teknik yang bagus dicirikan dengan jenis gerak dan penghematan waktu untuk menghasilkan tenaga atau jenis gerak yang maksimal. Kemampuan gerak adalah hal yang utama dipelajari setelah tingkatan dasar yaitu fisik sudah dikuasai. Fisik sudah diajarkan melalui pendidikan jasmani mulai sekolah dasar, gerak dalam aktifitas sehari-hari dan tambahan gerak dalam menjalani aktifitas sehari-hari. Sedangkan Kemampuan gerak dapat dilakukan sebagai pembelajaran yang terstruktur dalam pendidikan jasmani. Gerak yang bagus

tidak dapat dipelajari dan dicapai secara instan. Kemampuan gerak dapat dicapai dengan pengulangan gerak yang bersifat kontinu dan sistematis. Pencapaian gerak yang maksimal dapat ditunjang dengan jenis gerakan terprogram dalam bentuk latihan. Pengulangan dalam latihan dimaksudkan untuk mencapai jenis gerak yang terampil.

Penggunaan media dalam proses mengajar sangat diperlukan guna mencapai tujuan dari pembelajaran. Pengertian media yang digunakan dalam proses pembelajaran adalah alat yang dapat membantu proses belajar mengajar dan berfungsi untuk memperjelas makna pesan yang disampaikan, sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran (Arsyad & Azhar, 2011). Dari pengertian itu dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran adalah sarana untuk meningkatkan kegiatan proses belajar mengajar. Banyak dan beragamnya jenis pelajaran yang ada disekolah, maka setiap guru dituntut kreatif dalam menemukan, membuat dan melaksanakan proses pembelajaran sesuai dengan karakteristik siswa dan materinya. Hal ini sesuai dengan ungkapan bahwa salah satu langkah yang dilakukan oleh guru pembelajaran efektif dan efisien adalah memahami dan menguasai bahan pelajaran serta dapat menerapkan berbagai model pembelajaran sehingga aktivitas dan hasil belajar siswa dapat tercapai dengan optimal (Kartika, et al, 2014).

Agar berjalan dengan baik dikelas, guru harus tahu potensi dan karakteristik siswa hal ini dikarenakan pemilihan media harus sesuai dengan tujuan interaksi materi yang akan disampaikan, materi yang bagus mengacu pada tantangan, komunikatif dan bahan yang menarik sesuai dengan lingkungan nyata yang dihadapi sehari-hari (Kurniawan, 2016). Banyaknya jenis olah gerak yang dilakukan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani sesuai dengan yang dijabarkan oleh kurikulum mengacu pada media gerak cabang olahraga. Tujuan dari pendidikan jasmani tidak menuntut siswa untuk berlari secepat-cepatnya, melompat setinggi-tingginya dan memukul atau menendang bola sekeras-kerasnya, akan tetapi pemberian pengalaman gerak yang dapat di stimulus guna mendukung kebutuhan gerak dalam modal berkehidupan sehari-hari. Guna mencapai tujuan itu dituntut peran aktif guru dalam proses pembelajaran. Hal ini sesuai dengan ungkapan bahwa dasar pengajaran terdapat kaitan yang erat antara berbagai unsur, seperti program strategi, kemampuan guru, keadaan murid, fasilitas dan sumber-sumber lainnya (Rukmana, 2008).

Masing-masing unsur memegang peranan penting untuk keberhasilan pembelajaran.

Salah satu media yang dapat dilakukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani oleh guru adalah melalui media audio visual. Dalam proses pembelajaran gerak siswa dapat melakukan visualisasi. Pengertian visualisasi adalah proses membayangkan, dengan penghayatan terhadap apa yang dilihat, didengar dan dirasakan untuk dimulculkan kembali sebagai aktivitas sesuai dengan kejadian sebelumnya (Sukadiyanto, 2006). Pengoptimalan media visual memberikan dampak psikologis bagi guru, karena ia akan lebih memiliki rasa percaya diri dalam menyampaikan materi atau pesan kepada peserta didik (Jatmika, 2005). Pembelajaran gerak dengan menggunakan media visual dapat dilakukan dengan acuan pengalaman otak dalam merekam materi yang sebelumnya dilakukan dapat diungkapkan dalam bentuk aktivitas gerak.

Begitu pentingnya peran dari guru pendidikan jasmani membuat peran pelajaran pendidikan jasmani membuat sangat penting guna menstimulasi usia perkembangan dan pertumbuhan siswa. Hal ini senada dengan ungkapan bahwa penerimaan sebagai pengalaman gerak yang intensif melalui proses pembelajaran motorik dalam pendidikan jasmani menjadi penting karena kemampuan keterampilan gerak tidak akan dapat dikuasai tanpa adanya proses belajar dan latihan atau pembekalan pengalaman pada individu untuk pada tingkat terampil (Kurdi, 2014). Guru dituntut untuk kreatif dalam memilih bahan dan media pembelajaran pada penjas. Hal ini perlu dilakukan sesuai dengan ungkapan bahwa guru merupakan faktor penting dalam proses pembelajaran dan tidak ada satu cara yang paling baik dalam mengajar serta perlunya diagnosis pendekatan preskriptif untuk memonitor kemajuan dan elemen-elemen dalam pembelajaran (Dauer, Victor, Pangrazy, & P, 1975).

Utamanya guru yang mengajar mata pelajaran pendidikan jasmani menguasai materi sesuai teori dan konsep gerak serta mempraktikan bagaimana kemampuan gerak yang efektif dan efisien. Guru pendidikan jasmani tidak boleh memandang mengajar praktek hanya sebatas formalitas siswa untuk melakukan olahraga saja. Masih banyak guru pendidikan jasmani yang tidak komitmen dan terdorong untuk “mengajar” sebagai sesuatu yang esensial dari usaha pendidikan jasmani (Anwar, 2005). Sebagai ujung penyebar virus kabaikan

berupa aktivitas gerak yang positif maka guru pendidikan jasmani wajib menguasai materi dan sekaligus dapat mempraktekkan antara gerak yang salah dan gerak yang benar kepada siswa. Harapannya siswa akan merasakan perbedaan peningkatan keterampilan dalam mencapai kegiatan fisik yang selaras dengan usia perkembangan dan pertumbuhannya. Dari pemaparan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan media audio visual terhadap kemampuan gerak anak sekolah menengah pertama

## METODE

Desain penelitian eksperimen ini menggunakan desain penelitian *one group pretest posttest design*. Populasi yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII yang terdiri dari 4 kelas. Sampel yang digunakan dalam penelitian menggunakan *cluster random sampling*. Berdasarkan dari penggunaan cara pengambilan sampling dalam penelitian ini pada kelas VIII dengan jumlah siswa sebanyak 32 siswa.

### Instrumen

Instrumen pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### 1. Kuisisioner FCE (*Formative Class Evaluation*)

Komponen yang dijawab dalam kuisioner FCE meliputi hasil, kemauan, metode dan kerjasama. Kuisioner diberikan kepada siswa saat guru selesai melakukan pembelajaran. Adapun validitas dari FCE adalah 0,72 yang masuk dalam kategori validitas tinggi.

#### 2. Lembar Observasi kelas

Lembar observasi dilakukan ditengah-tengah jam pelajaran dan pada saat proses pembelajaran berlangsung. Observasi dilakukan oleh guru pendidikan jasmani yang berjumlah tiga orang yang sebelumnya sudah dilakukan pengarahan tentang pengamatan yang akan dilakukan. Adapun pengamatan yang sudah disepakati dalam observasi adalah persiapan guru, pelaksanaan pembelajaran, dan aktivitas siswa.

#### 3. Penilaian ketuntasan hasil belajar

Penilaian ketuntasan belajar siswa dilakukan pada saat siswa melakukan tugas gerak yang meliputi

penilaian aspek kognitif, afektif dan aspek psikomotor.

#### 4. Tes hasil Kemampuan gerak

Tes yang digunakan adalah tes *motor educability*. *Motor educability* digunakan untuk mengetahui kemampuan seseorang untuk dapat menguasai gerakan-gerakan baru (Wahjoedi, 2000). Kualitas dari potensial *motor educability* akan memberikan gambaran tentang kemampuan seseorang dalam mempelajari gerakan-gerakan yang baru semakin mudah. Hal ini dapat dijelaskan penelitian ini mengukur kualitas penguasaan Kemampuan gerak siswa dalam mempelajari gerak baru berdasarkan media audio visual. Dari tes ini tingkat potensial *motor educability* siswa maka akan semakin tinggi pula tingkat probabilitasnya untuk menguasai berbagai gerakan baru.

### Analisis Data

Penelitian ini menggunakan empat instrumen sekaligus dalam penelitian maka analisis data yang dilakukan bertahap disesuaikan dengan pengumpulan data yang sudah didapatkan. Seluruh data yang diperoleh dari hasil penelitian khususnya hasil tes *motor educability* siswa, selanjutnya dilakukan analisis uji prasarat sebelum masuk ke uji hipotesis. Uji prasarat dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas dan homogenitas. Selanjutnya dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan uji t. Uji hipotesis digunakan untuk mengetahui perbedaan pengaruh yang ditimbulkan sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan. Perhitungan data statistik menggunakan bantuan SPSS 20.

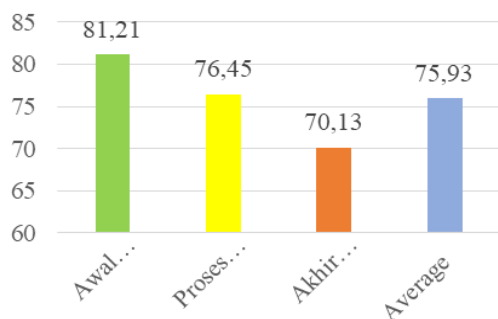
## HASIL

Data yang diperoleh dari hasil pengisian angket FCE yang bertujuan untuk mengetahui proses pembelajaran berdasarkan pendapat siswa. Siswa diberikan dua kali kesempatan untuk pengisian angket pada masing-masing pertemuan. Hasil dari rata-rata skor FCE menunjukkan siswa laki-laki sebesar 2,89 dan siswa perempuan sebesar 2,70. Rata-rata dari keseluruhan adalah 2,60 hasil rata-rata jika dikonversikan dengan tabel kriteria masuk dalam kategori 4 (baik). Kemauan siswa laki-laki sebesar 2,87 dan siswa perempuan sebesar 2,96. Rata-rata dari keseluruhan adalah 2,90 hasil rata-rata jika dikoversikan dengan tabel kriteria masuk dalam kategori 4 (baik). (3) Metode siswa laki-laki sebe-

sar 2,34 dan siswa perempuan sebesar 2,42. Rata-rata dari keseluruhan adalah 2,45 hasil rata-rata jika dikonversikan dengan tabel kriteria masuk dalam kategori 3 (sedang). Kerjasama siswa laki-laki sebesar 3,00 dan siswa perempuan sebesar 2,90 rata-rata dari keseluruhan adalah 2,87 hasil rata-rata jika dikonversikan dengan tabel kriteria masuk dalam kategori 4 (baik). Keseluruhan siswa laki-laki sebesar 2,62 dan siswa perempuan sebesar 2,67 rata-rata dari keseluruhan adalah 2,59 hasil rata-rata jika dikonsultasikan dengan tabel kriteria masuk dalam kategori 4 (baik).

Dari hasil penjabaran data berdasarkan lembar FCE dapat diketahui hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan hasil yang baik. Hal ini dapat dikatakan bahwa proses pembelajaran kemampuan gerak yang dilakukan menurut pendapat siswa dapat berjalan stabil hal ini dikarenakan secara keseluruhan proses pembelajaran masuk dalam kategori baik. Penggunaan audio visual dapat digunakan sebagai solusi efektif mengajarkan Kemampuan gerak yang simultan dan terukur serta terstruktur. Media audio visual dapat menggambarkan secara pelan dan sesuai tahapan-tahapan gerak dalam pembelajaran gerak.

Kegiatan pembelajaran yang dilakukan pada kelas VIII, menggunakan media audio visual selama pembelajaran di observasi. Adapun kajian bidang observasi meliputi tugas gerak, *feed back*, evaluasi, belajar, gerak, kegembiraan, dan kerjasama. Hasil dari observasi dapat dijelaskan pada diagram berikut ini:

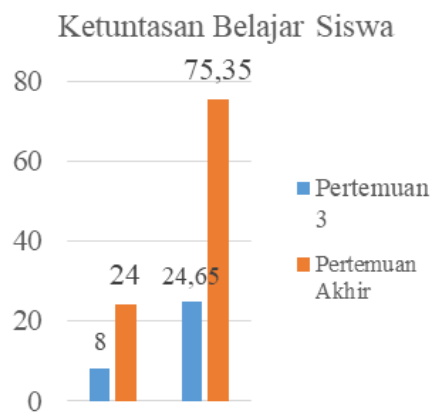


**Gambar 1.** Data Lembar Observasi Kelas Materi Kemampuan gerak

Berdasarkan hasil prosentase yang dijabarkan melalui diagram diatas dapat disimpulkan bahwa secara rata-rata selama observasi selama lima kali pertemuan pembelajaran kemampuan gerak yang dilakukan me-

lalui media audio visual masuk dalam kategori baik. Hal ini dapat dilihat pada konsistensi proses pembelajaran yang mengharapakan siswa memahami dan mampu mempraktekkan secara bertahap jenis gerak dari yang sederhana menuju gerak yang kompleks. Tanggapan siswa yang menandakan kategori baik juga dapat dilihat dari antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran yang secara konsisten memberikan pengalaman belajar yang baru.

Ketuntasan belajar menjadi tolak ukur keberhasilan guru dalam mengajar. Pada penelitian ini ketuntasan belajar siswa diukur menggunakan tiga komponen yaitu: afektif dengan bobot 30%, kognitif dengan bobot 20% dan psikomotor siswa dengan bobot 50%. Penilaian dari ketiga aspek tersebut dilakukan penilaian pada saat melakukan tugas gerak baik dalam pembelajaran dikelas maupun praktek dilapangan. Penilaian dalam ketuntasan hasil belajar menggunakan Kriteria Ketuntasan Minimal yang ditetapkan Sekolah SMP ini yaitu sebesar 75. Hasil dari rata-rata pada saat penilaian pretest dan penilaian posttest dapat digambarkan melalui gambar diagram berikut ini:



**Gambar 2.** Ketuntasan Belajar Siswa

Berdasarkan data pada gambar 2, dapat dijelaskan bahwa pada pertemuan terakhir pada saat *post-test* nilai dari ketuntasan siswa meningkat dari 24,65% menjadi 75,35%. Hal ini disebabkan oleh pemberian materi yang disampaikan dapat dipahami oleh siswa karena menggunakan media yang menarik dan mengurangi rasa kebosanan siswa. Hal ini juga yang disampaikan oleh siswa putri dikarenakan pembelajaran yang dil-

akukan tidak secara tiba-tiba dilakukan praktek lapangan tetapi diberikan materi pengantar secara terstruktur dan dapat dimengerti oleh siswa.

Data selanjutnya diaparkan adalah data dari hasil tes *motor ability* yang diperoleh dari hasil tes *pre-test* dan *post-test* yang didalamnya dilakukan perlakuan berupa pembelajaran menggunakan media audio visual. Adapun data hasil tes dapat dilihat pada table.

**Tabel 1.** Deskripsi Hasil Tes *Motor Ability*

Deskripsi	Pretest	Posttest	Uji Beda
Mean	16,23	25,78	9,33
Standar deviasi	8,67	11,02	2,35
Varians	88,4	99,69	11,29
Peningkatan (%)		7,95 %	

Secara garis besar peningkatan pretest dan posttest dari hasil tes *motor ability* yang dilakukan oleh siswa dari data pretest dan data posttest mengalami peningkatan sebesar 7,95 %.

**Tabel 2.** Hasil Uji Hipotesis

Kelas	Sig	Sig. 2 Tailed
Pretest	16,625	0,00
Posttest	16,682	

Dari uji signifikansi pada table 2 disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kemampuan gerak pada pelajaran pendidikan jasmani siswa sebelum belajar menggunakan media audio visual dan sesudah belajar dengan menggunakan media audio visual.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa media audio visual efektif digunakan dalam pembelajaran teori dikelas untuk memahami teori, tahapan, karakteristik gerak dan kunci gerak efektif. Hal ini dikarenakan sebelum melakukan tugas gerak, siswa harus memahami teori motorik, keterampilan gerak dan selanjutnya memaksimalkan gerak olahraga sesuai dengan penggolongan gerak teknik dasar. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menyatakan bahwa media audio visual yang dilengkapi dengan audio menambah wawasan guru dan siswa guna penjelasan materi pembelaja-

ran (Ariwibowo & Parmin, 2015). Melalui media audio visual dapat membantu siswa dalam memahami materi apabila kurang jelas dengan penjelasan yang disampaikan oleh guru. Diharapkan dengan diketahuinya manfaat baik dari media audio visual dapat diaplikasikan pada mata pelajaran yang lain. Media gambar sangat efektif digunakan dalam pembelajaran mufradat untuk berbagai jenjang pendidikan, baik pra sekolah, MI, MTs maupun MA (Hilmi, 2016). Media audio visual, menunjang kegiatan proses pembelajaran dalam sukses terserapnya proses pembelajaran, hal ini dapat dapat benarkan dengan media audio yang dapat didengarkan oleh siswa, serta media visual yang dapat dilihat dan dipahami oleh siswa. Dua media yang dijadikan satu dalam proses pembelajaran mampu mencapai tujuan pembelajaran khususnya pembelajaran materi kemampuan gerak dalam pendidikan jasmani. Hal ini sesuai dengan teori pemodelan yang didukung oleh teori pengkodean ganda yang dikemukakan oleh Paivio (2006). Informasi yang diterima siswa dalam bentuk visual dan dikombinasikan dengan informasi dalam bentuk visual yang dikemas dalam media pembelajaran dapat menunjang memori dan pemahaman siswa terhadap materi sehingga pembelajaran menjadi lebih efektif.

Siswa yang terlihat sangat memahami jika pembelajaran didampingi oleh media audio visual yang dapat diputar berkali-kali. Media audio visual mempunyai keunggulan dengan menempatkan dua indera bekerja secara bersamaan. Hasil efektifitas pembelajaran dari pendapat siswa masuk dalam kategori baik. Siswa sangat senang, materi yang dipelajari dapat dipahami serta siswa berusaha mengingat gerak yang benar sesuai dengan penjelasan yang disampaikan melalui media audio visual. Observasi yang dilakukan selama, pada saat proses pembelajaran dan pada akhir pembelajaran dengan menggunakan lembar observasi kelas dapat disimpulkan masuk dalam klasifikasi baik. Penilaian ketuntasan hasil belajar Penggunaan acuan KKM sekolah SMP ini sebesar 75. Dengan menggunakan media audio visual dapat meningkatkan hasil belajar siswa mencapai 50,7%. Uji Hipotesis dari hasil tes hasil kemampuan gerak. Perhitungan dari uji hipotesis penelitian dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara sebelum pembelajaran dan sesudah pembelajaran dengan menggunakan media audio visual. Hasil tes *motor educabilty* siswa secara signifikan meningkatkan hasil kemampuan gerak siswa.

Penggunaan media audio visual dapat digunakan sebagai media dalam mempelajari gerak, menganalisis gerak dan juga dapat dilakukan guna menginstropeksi gerak. Mata pelajaran pendidikan jasmani tidak hanya dilakukan dengan mengajarkan jenis olahraga kepada siswa akan tetapi pendidikan jasmani dapat dilakukan dengan tujuan untuk mencapai kebugaran jasmani pada siswa. Dalam mengajarkan berbagai macam gerak utamanya gerak praktek olahraga, seorang guru dituntut mampu menyampaikan materi sehingga tugas gerak yang dilakukan siswa dapat tercapai. Untuk memaksimalkan materi pembelajaran Kemampuan gerak, guru dapat menggunakan media audio visual sebagai sarana penyampaian, media pengulangan dan media instrospeksi gerakan guna tercapainya kualitas dan mutu gerak yang sesuai dengan teknik yang benar dan sesuai.

Peranan guru pendidikan jasmani disekolah dalam mengajarkan materi kemampuan gerak diharapkan dapat mencapai tujuan dari pendidikan, serta mencapai bonus tambahan secara otomatis mengikuti dalam mencapai kebugaran siswa. Dapat diartikan bahwa selain mencapai tujuan pendidikan secara luas pendidikan jasmani juga memberikan *treatment* yang otomatis berguna untuk mempertahankan kesehatan siswa. Hal ini dapat distimulus dengan melakukan dan mempraktekkan jenis kemampuan gerak yang benar. Media yang digunakan dalam pendidikan jasmani salah satunya adalah media olahraga. Hal ini sebenarnya bukan berarti pendidikan jasmani sebagai penyambung pemahaman olahraga, akan tetapi melalui olahraga siswa diupayakan untuk melakukan tugas gerak yang dapat menstimulasi gerak siswa.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa media audio visual menjadi solusi efektif dalam mempelajari dan mengajarkan kemampuan gerak. Pengalaman pandangan dan penyimpanan memori dalam jangka pendek memori dapat digunakan dalam memperbaiki olah gerak yang disebabkan oleh pengaruh visualisasi yang diterima oleh indera penglihatan dan indera pendengaran.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al Mamun, M. A. (2014). Effectiveness of Audio-visual aids in language teaching in tertiary level. Mohakhali, Dhaka: Brac Institute of languages (BIL).
- Anwar, H. (2005). Pendidikan jasmani sekolah dasar sebagai wahana kompensasi gerak anak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* Vol. 3 No. 1.
- Ariwibowo, P., & Parmin. (2015). Pengembangan audio visual sistem sirkulasi darah yang berpendekatan saintifik. *Unnes Science Education Journal*, 888.
- Arsyad, & Azhar. (2011). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Dauer, Victor, Pangrazy, P., & P, R. (1997). *Dynamic physical education for elementary school children*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Hilmi. (2016). Efektivitas penggunaan media gambar dalam pembelajaran bahasa arab. *Lantanida Journal*, Vol. 4 No. 2, 133.
- Jatmika, H. M. (2005). Pemanfaatan media visual dalam menunjang pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* Vol. 3 No.1, 98.
- Kartika, I. K., Kanca, I. N., & Semarayasa, I. K. (2014). Penerapan Model pembelajaran kooperatif STAD meningkatkan aktivitas dan hasil belajar passing bola voli. *E-Journal PJKR* Vol. 1 .
- Kurdi. (2014). Model pembelajaran motorik dengan pendekatan bermain menggunakan agility ladder untuk anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan* Vol 2 no. 1.
- Kurniawan, F. (2016). The use of audio visual media in teaching speaking. *English Education Journal (EEJ)*, 7(2), 180-193.
- Paivio, A. (2006, Agustus Sunday). Dual coding theory and education. Retrieved from [www.umich.edu/rdytolrn/pathwaysconference/presentations/paivio.pdf](http://www.umich.edu/rdytolrn/pathwaysconference/presentations/paivio.pdf).
- Rukmana, A. (2008). Pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar* No. 9.
- Sediyani, T., Yufiarti, & Hadi, E. (2017). Integration of Audio Visual Multimedia for Special Education Pre-Service Teachers' Self Reflections in Developing teaching Competencies . *Journal of Education and Practice* ISSN 2222-1735 (Paper) ISSN 2222-288X (Online) Vol.8, No.6, 106.
- Sukadiyanto. (2006). Peranan latihan visualisasi dalam permainan tenis. *Jurnal Olahraga Majalah Ilmiah*, 14.
- Sukoco, P. (2011). Pengaruh pemecahan masalah terhadap peningkatan hasil belajar senam artistik. *Jurnal Cakrawala Pendidikan* Th. XXX No. 3.
- Syandri, G. (2015). A Case Study on the Used of Visual Media in English Instructional Process at State Islamic Secondary School 1 Malang. *IOSR Journal of Research & Method in Education (IOSR-JRME)* e-ISSN: 2320-7388,p-ISSN: 2320-737X Volume 5, Issue 4 Ver. I, 46-56.

- Wahjoedi. (2000). Landasan evaluasi pendidikan jasmani. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Wamalwa, E. J., & Wamalwa, E. W. (2014). Towards the Utilization of Instructional Media for Effective Teaching and Learning of English in Kenya. *Journal of education and practice*, 147.