

PENGEMBANGAN VIDEO TUTORIAL PEMBELAJARAN SENAM LANTAI SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA KELAS VIII

THE DEVELOPMENT OF FLOOR GYMNASTIC LEARNING TUTORIAL VIDEO FOR 8TH GRADE OF JUNIOR HIGH SCHOOL

Oleh : agung wahyu wibowo, pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi, ww.agunk48@gmail.com

Abstrak

Senam lantai merupakan salah satu materi dalam pendidikan jasmani. Penelitian pengembangan ini menghasilkan media berbentuk video tutorial sebagai sumber belajar siswa serta untuk membantu guru dalam mengajar. Pengembangan media pendidikan ini melalui tahapan yang dikembangkan oleh Nur Rohmah : Pendahuluan, pengembangan desain umum, pengembangan desain multimedia, evaluasi produk dan hasil akhir. Produk awal di evaluasi oleh ahli materi kemudian ahli media. Setelah evaluasi oleh ahli kemudian uji coba dilakukan kepada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Moyudan melalui dua tahap yaitu, uji coba kelompok kecil dan uji coba satu lawan satu. Teknik analisis data yang digunakan adalah kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian menghasilkan sebuah produk media pembelajaran video tutorial senam lantai kelas VIII SMP. Kualitas produk media : validasi ahli materi “baik” dan validasi ahli media “baik”. Penilaian dari peserta didik satu lawan satu”baik” dan kelompok kecil”baik”. Disimpulkan bahwa media yang dikembangkan layak digunakan untuk membantu guru dalam menyampaikan materi.

Kata kunci : Senam Lantai, SMP VIII

Abstract

Floor gymnastic is one of the materials in physical education. This development research resulted a media in the form of tutorial videos for students' learning resources and also helping teaching activities for teachers. This educational media which developed by Nur Rohmah consist of some stages: Introduction, development of common design, multimedia design development, product evaluation, and final results. The initial product evaluated by subject matter experts and then the media experts. After evaluating by the experts, the next step is doing the test for 8th grade of State Junior High School 1 Moyudan through two phases which are small group trial and one on one trial. The data analysis technique used quantitative and qualitative. The results of the research produced a media product which is 8th grade of Junior High School floor gymnastic tutorial video. The quality of media products: validation of subject matter experts "good" and media experts validation "good". The assessment of students one-on-one is "good" and a small group is also "good". It was concluded that the media developed is decent to use for helping teachers in presenting the materials.

Keywords: Floor Gymnastic, Video, 8th Grade of Junior High School.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian tidak terpisahkan dengan perkembangan siswa. Pendidikan jasmani membekali siswa pengetahuan tentang keterampilan jasmani, kesehatan dan sikap perilaku. Rancangan aktivitas pendidikan jasmani di desain dengan tujuan agar siswa dapat terbiasa dalam melakukan gerak jasmani serta berolahraga dengan senang hati. Salah satu bekal dalam pendidikan jasmani yaitu keterampilan jasmani.

Pengetahuan tentang keterampilan jasmani yang diajarkan salah satunya berupa keterampilan senam lantai. Beberapa bentuk keterampilan senam lantai meliputi, guling depan, guling belakang, meroda, dan rangkaian campuran gerak. Berbagai macam manfaat positif akan didapatkan setelah seseorang melakukan senam. Belajar gerak senam memberikan manfaat berupa keberanian, sikap tubuh, pengalaman baru sehingga anak akan lebih berkembang. Eksplorasi gerak tubuh akan menambah aset serta kemampuan gerak pada anak. Menurut Mahendra (1999: 2) “senam merupakan latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan sengaja dan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis”.

Aktivitas dalam materi pembelajaran senam khususnya senam lantai bagi sebagian siswa terasa menantang. Bagi siswa yang suka tantangan tertarik dengan materi

senam lantai, namun ada juga siswa kurang tertarik dengan aktivitas senam lantai. Menurut Mahendra (1999: 87) “tidak ada dua anak yang sama dalam segala hal. Mereka biasanya berbeda dalam hal fisik, begitu pula dalam hal kepribadian dan perbedaan individu lainnya. Apa yang disenangi seorang atau sebagian anak bisa jadi sesuatu yang membosankan atau menakutkan bagi anak lain”. Materi senam bagi sebagian siswa terasa menakutkan dan menyebabkan siswa menjadi kurang bersemangat untuk belajar.

Pendekatan dengan media dengan kelebihan pengulangan gerak dapat membantu siswa dalam belajar gerak. Ditambah dorongan semangat serta memberikan contoh secara langsung atau dengan bantuan media. Gambar, suara, video dan simulasi merupakan contoh bentuk media yang dapat digunakan. Contoh secara langsung di depan anak maupun media video penting keberadaannya dalam belajar gerak. Pendekatan gerak dari mudah ke sulit berupa contoh gerakan dengan media, dapat membantu siswa belajar gerak dengan baik.

Menurut Hurlock (1978: 157) “... dalam mempelajari keterampilan motorik, meniru suatu model memainkan peranan yang penting, maka untuk mempelajari suatu keterampilan dengan baik anak harus dapat mencontoh model yang baik”. Pengelolaan secara tertata dapat membantu guru dalam menyampaikan materi secara

tepat, efektif dan efisien. Dengan bantuan model yang baik maka siswa dapat terbantu dalam belajar gerak serta mudah dalam memahami gerakan contoh.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani keberadaan media penting untuk membantu proses belajar gerak. Memang contoh langsung dari guru penting dilakukan, tetapi dengan media guru tidak perlu secara terus menerus memberi contoh dan peran guru tetap aktif untuk memberikan koreksi. Hurlock (1978: 157) menyebutkan “untuk dapat meniru suatu model dengan betul, anak membutuhkan bimbingan. Bimbingan juga membantu anak membetulkan sesuatu kesalahan sebelum kesalahan tersebut terlanjur dipelajari dengan baik sehingga sulit dibetulkan kembali”. Peran media juga penting untuk membantu siswa yang lemah dalam menangkap dan memahami pelajaran dengan verbal (guru bicara) atau secara teks. Detail contoh gerakan akan dapat terlihat secara jelas sehingga siswa dapat pemahaman secara seragam. Di sisi lain media juga berfungsi ketika pendidik terkendala dalam memberikan contoh.

Dale (1969 dalam Arsyad, 2006: 23) menyebutkan, “bahwa bahan-bahan audio-visual dapat memberikan banyak manfaat asalkan guru berperan aktif dalam proses pembelajaran”. Ketersediaan alat pendukung juga semakin banyak dan terjangkau, contohnya LCD proyektor, speaker (alat pengeras suara) dan komputer / notebook. Ketersediaan jaringan internet

semakin mudah digunakan turut membantu memudahkan dalam mencari referensi atau bahan sebagai tambahan materi. Ketersediaan bahan untuk pembelajaran penjas sudah banyak tersedia di internet, baik berupa gambar maupun video. Namun, terkadang dalam bentuk materi yang menjelaskan secara mendetail dan sesuai dengan kebutuhan sulit di temukan. Beberapa juga sudah ada seperti pada buku guru kurikulum 2013 di dalamnya sudah memuat contoh berupa gambar. Kelebihan buku tersebut dapat diunduh secara gratis dan meminimalisir penggunaan kertas. Kekurangan buku elektronik tersebut tidak tersedia dalam bentuk video pembelajaran. Pembuatan video tutorial (media audio-visual) tentang materi senam lantai dapat membantu siswa dalam mempelajari gerak senam secara mendetail, tanpa mengurangi peran guru sebagai pendidik.

Laju perkembangan teknologi informasi memungkinkan tercipta komunikasi tanpa batas. Imbas perkembangan teknologi yang semakin pesat dapat kita rasakan hingga hari ini. Salah satunya, yaitu penggunaan media berbasis aplikasi untuk membantu dalam mengajarkan ilmu kepada siswa. Sistem aplikasi lambat laun semakin mudah untuk digunakan. Keadaan ini tentunya banyak ditunjang dari berbagai macam penemuan dan hasil pengembangan dari teknologi sebelumnya.

Kemampuan pendidik dalam menguasai teknologi penting untuk

diterapkan dalam proses belajar mengajar. Caranya dengan memanfaatkan teknologi yang sedang berkembang untuk membantu tercapainya tujuan pendidikan terutama pendidikan secara umum dan khususnya pendidikan jasmani. Kemajuan zaman sedikit banyak turut menambah warna dalam pendidikan jasmani. Kemudahan dalam mengakses segala informasi dari seluruh pelosok bumi memiliki manfaat dan kekurangan.

Keberadaan media penting sebagai alat bantu guru dalam proses belajar mengajar. Dengan media siswa dapat belajar secara lebih mudah dalam menangkap materi. Misi pembelajaran dapat tersampaikan sehingga harapannya siswa mampu menerapkan ilmu yang didapat pada kehidupan sehari-hari. Banyaknya media serta semakin terjangkaunya akses terhadap teknologi memungkinkan untuk dapat dimanfaatkan. Pemilihan media secara tepat untuk menunjang proses belajar mengajar penting dilakukan, supaya tujuan utama pembelajaran dapat tercapai.

Permasalahan sebagai berikut, sebagian siswa kurang bersemangat dalam belajar, gaya belajar yang berbeda tiap siswa, pemberian contoh oleh guru terbatas, pilihan media terbatas. Tujuan penelitian yaitu, mengetahui tahap pembuatan media pembelajaran yang layak sebagai sumber belajar bagi siswa kelas VIII sekolah menengah pertama.

Manfaat dari penelitian pengembangan ini yaitu, terjangkaunya materi bagi siswa dan

guru sehingga dapat membantu proses belajar mengajar yang efektif dan efisien. Dengan adanya media maka pemahaman siswa dapat seragam. Keberadaan media dapat membantu siswa yang lemah dalam belajar secara verbal. Membantu guru dalam menyampaikan materi secara efisien karena dengan adanya media maka gerakan dapat diulangi sesuai dengan kebutuhan. Bagi guru yang sudah berusia lanjut dan punya keterbatasan dalam bergerak, penggunaan media sangat membantu proses belajar mengajar.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan model penelitian pengembangan (*Research and Development*).

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian pengembangan ini dilakukan pada tanggal 23 Oktober 2015 sampai 25 November 2015. Tempat penelitian di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Moyudan Sleman.

Target/Subyek Penelitian

Target atau subyek penelitian pengembangan ini yaitu, siswa kelas VIII SMP N 1 Moyudan Sleman. Adapun jumlah peserta uji coba berjumlah 20 siswa untuk kelompok kecil dan 5 siswa untuk uji coba satu lawan satu.

Prosedur

Prosedur penelitian pada penelitian pengembangan ini sebagai

berikut : Menentukan SK dan KD, Menganalisis kebutuhan, Pengembangan desain umum, memilih media, mengembangkan materi dan tes, menetapkan evaluasi, membuat flow chart dan mengumpulkan bahan, pengembangan desain multimedia, pembuatan video pembelajaran senam lantai, evaluasi dari ahli materi dan media, uji coba kepada siswa dan hasil produk akhir. Prosedur penelitian yang digunakan bersumber dari Nur Rohmah Muktiani (2008: 64 – 65 dalam Eko Yunarto 2010:33).

Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini di ambil dari hasil karya Nur Rohmah Muktiani (2008) yang berjudul “Pengembangan Multimedia Interaktif untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan kesehatan SMA”. Metode yang digunakan untuk pengumpulan data berupa lembar kuisisioner penilaian terhadap media yang dikembangkan.

Taknik Analisis Data

Data yang diperoleh melalui instrumen penilaian pada saat uji coba dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif kualitatif. Bertujuan untuk menggambarkan karakteristik data pada masing-masing variabel. Data kuantitatif yang diperoleh melalui kuesioner penilaian dianalisis dengan skala 5

menggunakan acuan konversi dari Sukarjo yang dikutip oleh Nur Rohmah Muktiani (2008:79), pada tabel sebagai berikut :

Tabel 1. Kriteria Penilaian

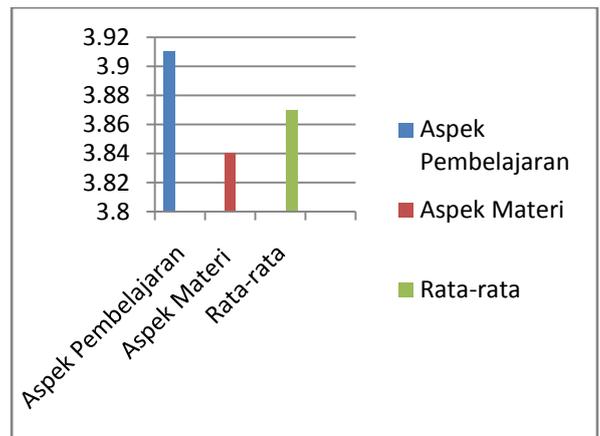
No	Kriteria	Skor	
		Rumus	Perhitungan
A	Sangat Baik	$X > X_i + 1,80 \text{ SBI}$	$X > 4,21$
B	Baik	$X_i + 0,60 \text{ SBI} < X \leq X_i + 1,80 \text{ SBI}$	$3,40 < X \leq 4,21$
C	Cukup Baik	$X_i - 0,60 \text{ SBI} < X \leq X_i + 0,60 \text{ SBI}$	$2,60 < X \leq 3,40$
D	Kurang Baik	$X_i - 1,80 \text{ SBI} < X \leq X_i + 0,60 \text{ SBI}$	$1,79 < X \leq 2,60$
E	Sangat Kurang Baik	$X_i \leq X - 1,80 \text{ SBI}$	$X \leq 1,79$

Rerata skor ideal (X_i) : $\frac{1}{2}$ (skor maksimal ideal + skor minimal ideal)

Simpangan baku skor ideal (SBI) : $\frac{1}{6}$ (skor maksimal ideal – skor minimal ideal)

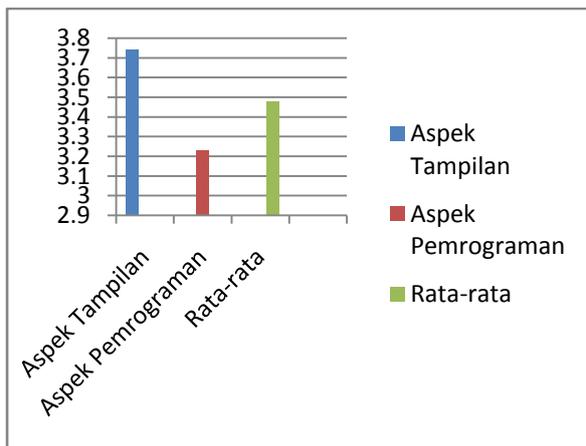
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Data Hasil Validasi Ahli Materi



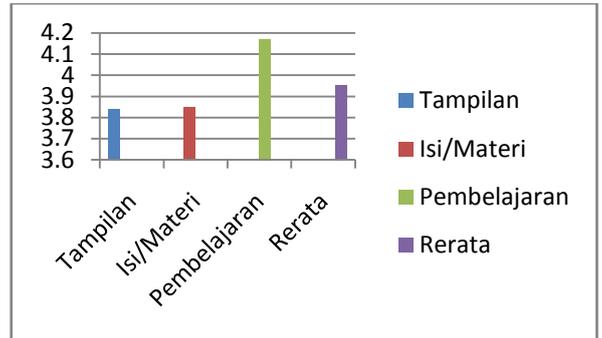
Berdasarkan data di atas, dapat diketahui bahwa penilaian ahli materi pada produk media berupa media pembelajaran berbasis *Adobe Flash Player* rata-rata secara keseluruhan yaitu, aspek pembelajaran 3,91 termasuk kategori “baik”, aspek materi 3,84 termasuk kategori “baik”, rata-rata 3,87 termasuk kategori “baik”.

2. Analisis Data Hasil Validasi Ahli Media



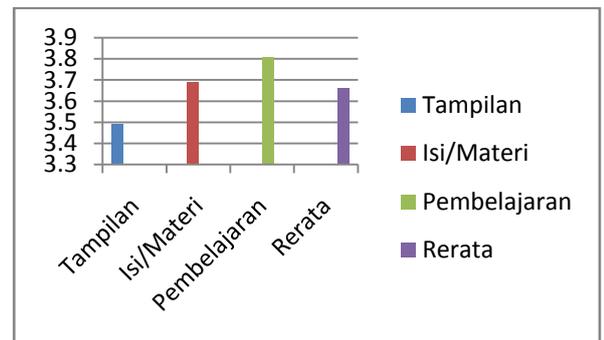
Berdasarkan data di atas, dapat diketahui bahwa penilaian ahli media pada produk media berupa media pembelajaran berbasis *Adobe Flash Player* rata-rata secara keseluruhan yaitu, aspek tampilan 3,74 termasuk kategori “baik”, aspek pembelajaran 3,23 termasuk kategori “cukup baik”, rata-rata 3,48 termasuk kategori “baik”.

3. Analisis Data Hasil Uji Coba Satu Lawan Satu



Berdasarkan data di atas, dapat diketahui bahwa penilaian ahli materi pada produk media berupa media pembelajaran berbasis *Adobe Flash Player* rata-rata secara keseluruhan yaitu, aspek tampilan 3,84 termasuk kategori “baik”, aspek materi 3,85 termasuk kategori “baik”, aspek pembelajaran 4,17 termasuk kategori “baik”, rata-rata 3,95 termasuk kategori “baik”.

4. Analisis Data Hasil Uji Coba Kelompok Kecil



Berdasarkan data di atas, dapat diketahui bahwa penilaian ahli materi pada produk media berupa media pembelajaran berbasis *Adobe Flash Player* rata-rata secara keseluruhan yaitu, aspek tampilan 3,49 termasuk kategori “baik”, aspek materi 3,69 termasuk kategori “baik”, aspek pembelajaran 3,81 termasuk kategori “baik”, rata-rata 3,66 termasuk kategori “baik”.

PEMBAHASAN

Uji coba dilakukan dengan dua tahap, melalui uji coba satu lawan satu dan uji coba kelompok kecil. Dalam uji coba satu lawan satu media di uji coba kepada 5 peserta didik. Sedangkan pada uji coba kelompok kecil media di uji cobakan kepada 20 peserta didik. Setelah uji coba kesimpulan secara menyeluruh bahwa media dapat di gunakan untuk membantu guru dalam proses belajar mengajar. Pada uji coba kepada peserta didik merasa media sudah baik dan tanpa perlu revisi.

Analisis data yang dilakukan pada data validasi ahli materi secara keseluruhan media termasuk dalam kriteria “baik”. Validasi ahli media secara keseluruhan mendapat penilaian dengan kriteria “baik”. Sedangkan pada uji coba satu lawan

satu dan uji coba kelompok kecil secara keseluruhan termasuk dalam kriteria “baik”.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Media di buat untuk membantu pendidik dalam menerangkan sesuatu, dan membantu pendidik yang telah berusia lanjut agar tercipta pembelajaran secara efektif dan efisien. Proses pembuatan media bagi penulis terdapat manfaat, yaitu mengetahui proses pembuatan media. Sumber belajar bagi siswa juga bertambah dengan adanya media. Proses pembuatan media pertama pendahuluan, produksi kemudian akhir yaitu evaluasi oleh ahli dan uji coba secara langsung oleh siswa. Hasil penelitian pengembangan secara umum baik berdasar pada penilaian oleh ahli dan penilaian oleh siswa.

Saran

Saran terhadap penelitian ini yaitu, media lebih baik digunakan untuk membantu pendidik dalam menyampaikan materi, adanya keterbatasan dalam penelitian perlu dikembangkan penelitian lebih lanjut. Produk belum di unggah di internet

sehingga masih terbatas dalam distribusi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mahendra. (1999). *Senam*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Azhar Arsyad. (2006). *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- E.B, Hurlock. (1999). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Rineta Cipta
- Eko Yanuarto. (2011) . *Pengembangan Pembelajaran Peraturan Permainan Futsal Berbasis Macromedia Flash*. Skripsi. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta
- Nur Rohmah Muktiani. (2008). *Pengembangan Multimedia Interaktif untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SMA*. Tesis S2. Yogyakarta: PPS UNY