

**PENGARUH MEDIA AUDIO VISUAL  
TERHADAP AKTIVITAS BELAJAR KEBUGARAN JASMANISISWA KELAS IV  
MIN 1 JOMBANG TAHUN 2022/2023**

**<sup>1</sup>Risa Rizki Junianto, <sup>2</sup>Joan Rhobi Andrianto.**

UNIVERSITAS PGRI Jombang  
Jalan Pattimura Gang III Jombang  
dochterfrindi@gmail.com

Informasi Artikel:

**Dikirim:** ..... ; **Direvisi:** .....; **Diterima:** .....

ISSN: ..... (cetak), E- ISSN: ..... (daring)

**Abstract:** *The Influence of Audio Visual Media on Physical Fitness Learning Activities for Class IV Students at MIN 1 Jombang in 2022/2023. Thesis, Physical Education and Health Study Program UNIVERSITAS PGRI Jombang. Physical fitness related to children's health is needed by children to ensure their growth and development run smoothly. With good physical fitness, children can do various physical activities that will affect their growth and development. Apart from this, physical fitness can provide physical resilience to children so they are not easily exposed to disease and keep them in a healthy condition which is very much needed for the child's continued growth and development. A good level of physical fitness really helps children in learning at school. The aim of this research is to determine the influence of audio-visual media on the activities of class IV students, especially physical fitness material.*

*The research design uses a one group pretest posttest design. Students will be given an initial test before being given treatment and at the end of the sample learning they will be given a posttest (final test). This design aims to determine the effect of audio-visual media on the learning outcomes of class IV students at MIN 1 Jombang. In this research, researchers will collect data on student activity results through observation, pretest, behavior, posttest and documentation. Next, the data was entered into a laptop, then the data was processed using the SPSS 25 application. Data was collected using a skills test in August-September 2023. The focus of the research was on student learning activities, especially physical fitness material for class IV students.*

*The results of research regarding the influence of audio-visual media on PJOK learning in class IV students at MIN 1 Jombang resulted in an influence on learning outcomes in the form of a significant increase ( $t_{count} 10.623 > 1.69726 t_{table}$ ) in subjects at MIN 1 Jombang after the implementation of the media. audio visual. The resulting influence based on calculations using SPSS Version 25.00 at MIN 1 Jombang is relatively high with a percentage increase of 30%. With an average pretest score of 64 which is in the Good category and a posttest score with an average of 84 which is in the very good category. Meanwhile, the assessment from the student activity questionnaire was with a pretest score of 55, which was in the medium category and a posttest score of 82.5, which was in the good category.*

*Keywords: audio visual, activity, fitness. physical*

### **Abstrak: Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Aktivitas Belajar Kebugaran Jasmani Siswa Kelas IV di MIN 1 Jombang Tahun 2022/2023**

Kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan anak dibutuhkan oleh anak untuk kelancaran laju pertumbuhan dan perkembangannya. Dengan kebugaran jasmani yang baik, anak dapat melakukan berbagai aktivitas fisik yang akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangannya. Selain hal tersebut, kebugaran jasmani dapat memberikan ketahanan fisik kepada anak untuk tidak mudah terkena penyakit dan membuatnya dalam keadaan sehat yang sangat dibutuhkan untuk kelangsungan pertumbuhan dan perkembangan anak. Tingkat kebugaran jasmani yang baik sangat membantu anak dalam mengikuti pembelajaran di sekolah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh media audio visual terhadap aktivitas siswa kelas IV khususnya materi kebugaran jasmani.

Desain penelitian yakni menggunakan *one grup pretest posttest design*. Siswa akan diberikan tes awal terlebih dahulu sebelum diberikan perlakuan dan diakhir pembelajaran sampel akan diberikan *posttest* (tes akhir). Desain ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh media audio visual terhadap hasil belajar siswa kelas IV di MIN 1 Jombang. Pada penelitian ini, peneliti akan mengumpulkan data hasil aktivitas siswa melalui observasi, tes pretest, perilaku, posttest dan dokumentasi. Selanjutnya data tersebut dimasukkan selanjutnya data tersebut dikerjakan dengan aplikasi SPSS 25. Pengambilan data menggunakan tes keterampilan pada bulan Agustus-September 2023. Fokus penelitian yakni tentang aktivitas belajar siswa pada kebugaran jasmani siswa kelas IV.

Hasil penelitian mengenai pengaruh media audio visual terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani pada siswa kelas IV di MIN 1 Jombang ini menghasilkan bahwa adanya pengaruh terhadap hasil belajar berupa peningkatan yang signifikan ( $t_{hitung} 10.623 > 1.69726 t_{tabel}$ ) pada mata pelajaran kebugaran jasmani di MIN 1 Jombang setelah diterapkannya media audio visual. Pengaruh yang dihasilkan berdasarkan perhitungan menggunakan SPSS Versi 25.00 di MIN 1 Jombang tergolong tinggi dengan persentase kenaikan 30%. Dengan rata-rata nilai pretest 64 yang termasuk kategori Baik dan nilai posttest dengan rata-rata 84 yang termasuk kategori sangat baik. Sedangkan penilaian dari angket aktivitas siswa dengan nilai pretest 55, yang termasuk kategori sedang dan nilai posttest dengan nilai 82,5 yang termasuk kategori baik.

**Kata kunci:** audio visual, aktivitas, kebugaran jasmani.

## **PENDAHULUAN**

Manusia adalah makhluk yang mempunyai kemampuan untuk berilmu pengetahuan. Salah satu insting manusia yakni selalu cenderung ingin mengetahui segala sesuatu disekelilingnya, yang belum diketahui, berawal dari rasa ingin tahu maka timbulah ilmu pengetahuann. Oleh karena itu, manusia membutuhkan pendidikan untuk mengontrol sikap labil dan statis dan mengembangkan potensi yang dimilikinya.

Menurut Undang-Undang Dasar Nomer 20 Tahun 2003 bahwa pendidikan adalah suatu proses pembelajaran yang dilakukan secara sadar untuk kelangsungan kehidupan manusia yang bertujuan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki. Belajar mengajar pada dasarnya merupakan proses interaksi edukatif antara guru dan siswa yang meliputi tiga aspek, yakni aspek kognitif, afektif dan psikomotorik.

Menurut Ki Hajar Dewantara pendidikan yakni proses penunjang kekuatan kodrat sebagai manusia yang memiliki akal, dalam menguasai pengetahuan pada peserta didik. Dengan tujuan manusia dapat meninggikan derajatnya melalui pendidikan yang setinggi-tingginya. Hal ini juga berkaitan dengan tujuan pendidikan yaitu bukan hanya sebagai proses ataupun sistem transfer pengetahuan saja, melainkan juga terdapat proses perubahan etika, norma maupun akhlak dari setiap peserta didik.

Setiap manusia di dunia ini sangat membutuhkan pendidikan. Pendidikan dapat menentukan perkembangan suatu negara. Pendidikan mempunyai peranan yang sangat menentukan bagi

perkembangan dan perwujudan diri individu, terutama bagi perkembangan Bangsa dan Negara.

Menurut Bucher sekolah merupakan salah satu tempat untuk memperoleh pendidikan formal. Mata pelajaran yang disampaikan pada jenjang pendidikan yakni salah satunya pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga. Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan bagian integral dari suatu proses pendidikan secara keseluruhan yakni proses pendidikan melalui kegiatan fisik yang dipilih untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan organik, neuromuskuler, interperatif, sosial, dan emosional. Fisik atau jasmani menunjukkan tubuh atau badan yang seringkali digunakan sebagai referensi dalam berbagai karakteristik jasmaniah, seperti kekuatan fisik (*physical strength*), perkembangan fisik (*physical development*), kecakapan fisik (*physical prowess*), kesehatan fisik (*physical helath*), dan penampilan fisik (*physical appearance*) (Septyaningrum, 2016:13).

Pada dunia pendidikan harus mendapat dukungan penuh dalam perkembangan zaman sekarang ini. Hal tersebut dilihat dari lemahnya tingkat berfikir yang kemudian berpengaruh kepada kemampuan afektif, kognitif, dan psikomotorik siswa itu sendiri, inilah suatu bentuk tantangan besar bagi para pendidik saat ini. Namun, dalam pembelajarannya ditekankan pada kemampuan kognitif saja dan cenderung berpengaruh lemahnya pada kemampuan afektif kemudian berakibat pada kemampuan psikomotorik siswa.

Oleh karena itu, guru dituntut harus mampu merancang dan melaksanakan program pengalaman belajardengan tepat agar siswa memperoleh pengetahuan secara utuh, sehingga pembelajaran menjadi bermakna bagi siswa. Bermakna disini berarti bahwa siswa akan dapat memahami konsep-konsep yang mereka pelajari melalui pengalaman langsung dan nyata.

Kurikulum 2013 bertujuan untuk mempersiapkan manusia Indonesia agar memiliki kemampuan hidup sebagai pribadi dan warga negara yang beriman, produktif, kreatif, inovatif, dan afektif serta mampu berkontribusi pada kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara, dan peradaban dunia. Proses pembelajaran merupakan proses komunikasi. Dalam suatu proses komunikasi selalu melibatkan tiga komponen pokok, yaitu komponen pengirim pesan (guru), komponen penerima pesan (siswa), dan komponen siswa itu sendiri yang biasanya berupa materi pelajaran. Kadang-kadang dalam proses pembelajaran terjadi kegagalan komunikasi, artinya materi pelajaran atau pesan yang disampaikan guru tidak dapat diterima oleh siswa dengan optimal, artinya tidak seluruh materi pelajaran dapat dipahami dengan baik oleh siswa. Lebih parah lagi siswa sebagai penerima pesan salah menangkap isi pesan yang disampaikan. Untuk menghindari semua itu, maka guru dapat menyusun strategi pembelajaran dengan memanfaatkan berbagai media dan sumber belajar sebagai perantara yang mampu memberi makna sama antara komunikator

dengan komunikan (Musfiqon 2012 : 19)

Bidang pembelajaran secara umum sedikit banyaknya terpengaruh oleh adanya perkembangan dan penemuan-penemuan dalam bidang ketrampilan, ilmu, dan teknologi. Semakin berkembangnya zaman yang diiringi dengan semakin canggihnya teknologi yang ada, membuat semua orang tidak bisa lepas dari apa yang namanya teknologi. Hampir semua jenis kegiatan membutuhkan bantuan teknologi. Tak terkecuali di lingkungan sekolah, untuk itu seorang guru dituntut untuk mengoperasikan teknologi. Termasuk guru penjasorkes yang dituntut terampil menggunakan teknologi. Mulai dari awal pembelajaran sampai akhir pembelajaran. Ketika memberikan materi bahan ajar guru sangat terbantu dengan adanya media ajar. Media bertujuan untuk memudahkan siswa memahami materi sekaligus guru menyampaikan materi ajar ke siswa. Siswa juga lebih mudah untuk menerima dan memahami materi ajar. Banyak pembelajaran yang bisa digunakan guru untuk mempermudah menyampaikan materi, mulai dari media audio, gambar, video, dll.

Aktivitas kebugaran jasmani memberi kontribusi terhadap perkembangan kepribadian seseorang. Aktivitas kebugaran jasmani yang memerlukan usaha dan disiplin diri dari pelakunya dapat memberi kontribusi terhadap perkembangan kepribadian pelakunya. Para guru pendidikan jasmani harus dapat memilih aktivitas

kebugaran jasmani yang mempunyai ciri tersebut.

Dalam Undang-Undang RI No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional (2005:6) bahwa “Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, prestasi, kualitas hidup manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas,

Menurut Undang-Undang Dasar Nomer 20 Tahun 2003 bahwa pendidikan adalah suatu proses pembelajaran yang dilakukan secara sadar untuk kelangsungan kehidupan manusia yang bertujuan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki. Belajar mengajar pada dasarnya merupakan proses interaksi edukatif antara guru dan siswa yang meliputi tiga aspek, yakni aspek kognitif, afektif dan psikomotorik. Menurut Ki Hajar Dewantara pendidikan yakni proses penunjang kekuatan kodrat sebagai manusia yang memiliki akal, dalam menguasai pengetahuan pada peserta didik. Dengan tujuan manusia dapat meninggikan derajatnya melalui pendidikan yang setinggi-tingginya. Hal ini juga berkaitan dengan tujuan pendidikan yaitu bukan hanya sebagai proses ataupun sistem transfer pengetahuan saja, melainkan juga terdapat proses perubahan etika, norma maupun akhlak dari setiap peserta didik.

Proses pembelajaran kebugaran jasmani sejak dini kepada siswa akan memberikan pengaruh yang baik terhadap kebugaran siswa dan merupakan faktor yang sangat penting bagi siswa sekolah dasar, sehingga siswa dapat mengerjakan

tugas sekolah maupun kegiatan lainnya dengan baik.

Kebugaran jasmani pada remaja rata-rata rendah hal ini disebabkan karena pada sebagian remaja terlalu fokus dalam pelajaran akademik, menghabiskan waktu untuk bersenang-senang dan bermalas-malasan, sehingga sulit membagi waktu untuk hanya sekedar olahraga. Pembelajaran olahraga disekolah bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani pada siswa, namun siswa masih kurang minat pada materi kebugaran jasmani karena monoton dan membosankan sehingga sulit dipahami. Akibatnya yaitu tujuan dari pembelajaran kebugaran jasmani tidak tercapai dengan sempurna, dimana tujuan pembelajaran itu sendiri adalah menciptakan peserta didik yang memiliki kesehatan jasmani maupun rohani yang baik. Untuk itu, dalam membina dan meningkatkan pengembangan kebugaran jasmani siswa kelas IV di MIN 1 Jombang.

Kurang sesuainya sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani akan membuat proses pembelajaran menjadi kurang lancar dan tujuan pembelajaran tidak sepenuhnya tercapai karena kurangnya sarana pendidikan jasmani dapat menghambat manipulasi gerak pada siswa. Siswa akan mengantri dalam pergantian menggunakan peralatan pendidikan jasmani, siswa akan menjadi bosan dan siswa banyak beristirahat. Ini akan mengakibatkan kebugaran tidak akan tercapai. Hal tersebut harus dihindari demi kebugaran siswa, maka sarana pendidikan jasmani harus disesuaikan dengan jumlah siswa dan kondisinya

dengan baik agar pembelajaran pendidikan jasmani dapat berjalan dengan lancar dan mendukung.

Hasil observasi di MIN 1 Jombang dimana subyek observasi adalah siswa kelas IV. Peneliti menemukan permasalahan pada pembelajaran PJOK khususnya pada materi kebugaran jasmani. Menurut hasil temuan yakni siswa kurang benar dalam mempraktikkan kebugaran jasmani, sehingga dapat mengakibatkan siswa kram otot atau bahkan *dislokasi*.

Pada saat proses pembelajaran yang berlangsung, guru menjadi sumber informasi penuh, sementara siswa kurang aktif dalam melakukan gerakan yang di contohkan oleh guru. Siswa mengaku sering kurang bisa melakukan gerakan-gerakan yang diajarkan oleh guru. Siswa sebagian besar memandang materi kebugaran jasmani terlalu mudah, dan biasa dilakukan sehari-hari sehingga materi tersebut kurang diminati, dibandingkan materi- materi yang lain. Pembelajaran akan lebih bermakna jika diorientasikan agar siswa mampu memahami pembelajaran yang akan diberikan dan siswa dapat mengetahui makna materi yang dipelajari.

Pembelajaran sebaiknya membawa pada suasana baru dan menyenangkan agar siswa tidak merasa jenuh dengan pembelajaran di kelas atau lapangan dengan siswa yang terlalu banyak, sebab kejenuhan siswa akan mempengaruhi optimalnya proses pembelajaran. Media media audio visual sebagai inovasi menambah keaktifan siswa, selain itu siswa akan lebih senang dan *fresh* ketika

pembelajaran, sehingga diharapkan kemampuan tentang kebugaran jasmani yakni kecepatan dan kelincahan akan meningkat. Penggunaan media media audio visual merupakan salah satu alternatif dan inovasi dalam pengembangan media, apalagi di zaman sekarang siswa lebih tertarik dengan pembelajaran yang modern menggunakan teknologi.

MIN 1 Jombang terletak di perkotaan dan lapangan olahraga yang dimiliki tidak cukup untuk pembelajaran siswa dengan jumlah sangat banyak. Media audio visual dapat mengaitkan konteks dalam pembelajaran PJOK khususnya materi kebugaran jasmani, diharapkan dapat meningkatkan kemampuan dan keaktifan siswa untuk belajar kebugaran jasmani yang merupakan materi yang dianggap kurang menyenangkan bagi siswa dibandingkan materi-materi yang lain.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti mencoba menggunakan media audio visual sebagai salah satu upaya untuk mempengaruhi aktivitas belajar dan kebugaran jasmani siswa pada materi kebugaran jasmani. Upaya tersebut direalisasikan melalui Penelitian dengan judul "*Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Aktivitas Belajar dan Kebugaran Jasmani Siswa Kelas IV MIN 1 Jombang Tahun 2022/2023*".

## **METODE**

Pada penelitian ini, penulis melakukan penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2015:14) penelitian kuantitatif adalah penelitian terhadap populasi atau

sampel tertentu, teknik pengambilan sampel secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian yang bersifat kuantitatif statistik untuk menguji hipotesis.

Berdasarkan desain penelitian yang digunakan yaitu *one group pretest posttest*, dimana desain penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok saja, sehingga tidak memerlukan kelompok control dalam pembandingan. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas IV MIN 1 Jombang, terdiri dari 7 kelas yang berjumlah 231 siswa.

Teknik pengumpulan sampel menggunakan random sampling. Teknik tersebut mengambil sampel dari kelompok-kelompok yang tersedia. Pada penelitian ini siswa yang menjadi sampel adalah siswa kelas IVD dengan jumlah siswa 31 siswa.

Teknik mencapai hasil maksimal serta untuk memperoleh pengumpulan data, penelitian ini menggunakan alat atau metode observasi, tes dan dokumentasi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yakni tes keterampilan untuk mengukur pengaruh media audio visual terhadap aktivitas belajar. Penilaian keterampilan untuk menilai kinerja, yaitu penilaian yang menuntut peserta didik mendemonstrasikan kompetensi tertentu dengan tes praktik atau unjuk kerja.

Analisis data dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh penggunaan media audio visual pada pembelajaran Pendidikan jasmani pada siswa kelas IV MIN 1 Jombang dengan melihat perbedaan skor rata-rata antara *pre test* (tes awal) dengan *post test* (tes akhir). Teknik

analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *uji-t*.

Teknik analisis data dengan *uji-t* harus memenuhi persyaratan *uji normalitas*. Penghitungan *uji-t*, dan *uji normalitas*, dilakukan dengan SPSS 25,0.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di jalan Jombang No.177, Datan, Blaru, Kec. Badas, Kediri, Jawa Timur 64219. SDN Blaru 1 ini merupakan salah satu Sekolah Dasar Negeri di Kabupaten Kediri yang memiliki beberapa keunggulan. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk membuktikan ada tidaknya hubungan antara minat belajar dengan prestasi belajar pada siswa umur 10-12 tahun di SDN 1 Blaru Kecamatan Badas. Data hasil penelitian terdiri dari dua variabel, yaitu variabel bebas (minat belajar) dan variabel terikat (prestasi belajar).

Penelitian ini dilakukan pada siswa dengan usia 10-12 tahun terdapat pada kelas 4,5 dan 6 yang menempuh mata pelajaran pendidikan jasmani pada tahun ajaran 2020-2021 semester ganjil. Sampel penelitian yang digunakan dalam pengambilan data sesuai dengan perhitungan *simple random sampling* sebanyak 64 siswa dari jumlah keseluruhan. Jumlah kelas yang menjadi subjek penelitian ini sebanyak tiga kelas.

Teknik pengumpulan data penelitian ini menggunakan metode kuesioner untuk pengambilan data variabel minat belajar dan metode dokumentasi untuk variabel prestasi belajar. Data minat belajar diperoleh dari angket tertutup dengan dua puluh butir soal pernyataan menggunakan

skala *likert* yang memiliki empat pilihan jawaban, yakni : sangat tidak

Data yang diperoleh dari penelitian di MIN 1 Jombang tersebut kemudian diolah untuk mengetahui jumlah *mean*, *median*, *modus*, varian, simpangan baku, standar deviasi, nilai tertinggi dan terendah. Penyajian data dengan menggunakan grafik dan tabel agar lebih mudah dipahami secara jelas untuk mengetahui makna dari data tersebut.

Pengujian hipotesis perlu adanya uji normalitas. Penggunaan uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah distribusi data yang diperoleh itu normal atau tidak. Pengujian normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov*. Dalam uji ini terbukti bahwa data berdistribusi normal yang selanjutnya digunakan untuk menguji hipotesis, untuk menerima atau menolak hipotesis dengan perbandingan nilai P dengan 0,05. Dengan pertimbangan menerima hipotesis  $P > 0,05$  jika tidak memenuhi kriteria tersebut maka hipotesis ditolak.

Berdasarkan tabel uji normalitas di atas nilai P dari semua variabel lebih besar dari 0,05 maka hipotesis yang menyatakan bahwa sampel terdiri dari populasi yang berdistribusi normal diterima. Dari keterangan tersebut, maka data dari variabel penelitian ini dapat dianalisis dengan statistic parametrik.

Setelah melakukan uji prasyarat dengan uji normalitas, maka dapat melakukan uji Hipotesis dengan uji *paired sample t-test*. Uji ini menunjukkan bahwa apakah sampel yang sama mengalami perubahan yang bermakna. Hasil uji *Paired Sample T-Test* ditentukan berdasarkan nilai signifikansinya yang kemudian dapat membuat keputusan yang diambil dalam

setuju (STS), tidak setuju (TS), setuju (S), dan sangat setuju (SS). penelitian.

Nilai signifikansi (2-tailed)  $< 0.05$  maka terdapat perbedaan yang signifikan antara variabel *pretest* dan variabel *posttest*. Ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing – masing variabel. Jika signifikansi (2-tailed)  $> 0.05$  maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara variabel *pretest* dan variabel *posttest*. Ini menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing – masing variabel. (Damayanti, 2019)

Pada tabel *Paired Samples Statistics* menunjukkan beberapa nilai deskriptif dari masing-masing variabel pada sampel berpasangan. Dalam nilai *pretest* mempunyai nilai rerata (mean) 64.68 dari 31 sampel data. Sebaran data (Std.Deviation) yang diperoleh adalah 6.94 dengan std eror mean 1.246, sedangkan pada nilai *posttest* mempunyai nilai rerata (mean) 84 dari 31 sampel data. Sebaran data Std. Deviation) yang diperoleh 6.37 dengan std eror mean 1.145 ini menunjukkan bahwa hasil *posttest* lebih tinggi dibandingkan dengan *pretest*.

Dalam tabel *Paired Samples test* diatas menunjukkan nilai signifikansi 0.000 ( $p < 0.05$ ) sehingga hasil nilai *pretest* dan *posttest* mengalami perubahan yang signifikan. Berdasarkan tabel uji t (*paired sample t-test*) di atas, menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum diberikannya media audio visual dan sesudah diberikan media audio visual.

Acuan dalam melihat t tabel yaitu dengan menggunakan derajat kebebasan (dk), yang besarnya adalah N-1 yaitu 31

- 1= 30, Nilai dk = 30 dengan taraf signifikansi 5% diperoleh t tabel = 1.67109. Dalam hasil analisis uji t (paired samplet-test) tersebut, diperoleh nilai t hitung sebesar -10.623, nilai t hitung negative disebabkan karena nilai rerata pretest lebih rendah dibandingkan rerata nilai posttest. Dalam hal ini nilai t hitung negative dapat bermakna positif. Sehingga nilai t hitung menjadi 10,623 maka hasil yang dapat diperoleh bahwa t hitung lebih besar dari t tabel yaitu  $10,623 > 1.67109$  dan nilai sig. (2 tailed) =  $0.000 < 0.05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh media audio visual terhadap hasil belajar Pendidikan jasmani di MIN 1 Jombang

## PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh media audio visual terhadap pembelajaran Pendidikan jasmani di MIN 1 Jombang. Dari hasil uji t dapat dilihat bahwa t hitung sebesar  $10.623 > 1.69726$  dan besar signifikansi probability  $0.000 < 0.05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dalam arti penelitian ini terdapat pengaruh yang signifikan media audio visual terhadap hasil belajar Pendidikan jasmani di MIN 1 Jombang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprilianto, M. V., & Fahrizqi, E. B. (2020). *Tingkat Kebugaran Jasmani Anggota. Ukm Futsal Universitas Teknokrat Indonesia*. Journal Of Physical Education,.
- Arifin, Zainal. 2013. *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Arif S. Sadiman, dkk. (2011). *Media*

Observasi aktivitas siswa ketika pembelajaran Pendidikan jasmani materi kebugaran jasmani sebelum dan setelah menggunakan media audio visual didapatkan nilai yang berbeda. Aktivitas siswa prestes mendapatkan nilai 55, yang termasuk kategori sedang sedangkan posttest 82.5. yang termasuk kategori baik Sesuai data tersebut dapat diketahui bahwa telah terjadi peningkatan dalam aktivitas pembelajaran Pendidikan jasmani ketika menggunakan media audio visual. Perbedaan tersebut sebesar 67%.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media audio visual dirasa mampu untuk memberikan pengaruh terhadap hasil belajar PJOK di MIN 1 Jombang, dengan adanya media audio visual, pembelajaran menjadi terkesan tidak monoton dan siswa pun cenderung lebih aktif mengikuti pembelajaran. Penggunaan media audio visual merupakan suatu bentuk upaya dalam mengoptimalkan kegiatan belajar siswa agar lebih aktif dalam proses KBM.

*Pendidikan, Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatannya*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Arikunto. 2015. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka.Cipta.

Arsyad, Azhar. 2016. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. Djamarah, Syaiful Bahri, dkk. (2013). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: RinekaCipta.

- Hamdani. (2010). *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: Pustaka Setia
- Musfiqon.2016.*Pengembangan Media dan Sumber Pembelajaran*.Jakarta:Prestasi Pustaka Publisher
- Pasaribu, S.M., E.M. Lokollo, I.S. Anugrah, N.K. Agustin, H. Tarigan, J. Hestina, dan Y.Supriatna. 2010. Usulan Penelitian: Pengembangan
- Penggalih, M.H.S.T., Hardiyanti, M., & Santi, F.I. (2015). *Perbedaan perubahan tekanan darah dan denyut jantung pada berbagai intensitas latihan atlet balap sepeda. Jurnal Keolahragaan*. 3(2): 218-227
- Purwanto. 2011. *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sanjaya, Wina (2014). *Media Komunikasi Pembelajaran*, Jakarta : Kencana Prenada Media Group
- Sanjaya, Wina. (2014). *Strategi Pembelajaran*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Simanmora, Berton Supriadi.2019. Buku Guru Aktif Berolahraga: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan KesehatanKelas IV SD/MI Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan Balitbang Kemendikbud
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* Bandung: CV.Alfabeta
- Sumadi Suryabrata. 2013. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : PT. Raja Grafindo.
- Susanto. 2015. *Teori Belajar Dan Pembelajaran Disekolah Dasar*. Jakarta: Prenada Media
- Wicaksono.2019.*PENJASORKES Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.Jakarta:Kemendikbud
- Widiastuti.2015.*Tes Dan Pengukuran Olahraga. 1st ed.* Jakarta: PT Raja GrafindoPersada
- .Undang-undang Republik Indonesia, No. 2 Tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Penjelasannya, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 1989.

## HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah yang Berjudul:

Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Aktivitas Belajar Kebugaran Jasmani  
Siswa Kelas IV di MIN 1 Jombang Tahun 2022/2023

Oleh:

Nama : Risa Rizki Junianto

NIM : 198035

Telah disetujui Tim Seleksi Ilmiah Program Studi Pendidikan Jasmani  
UNIVERSITAS PGRI Jombang

**Pada Hari....., Tanggal.....April 2024**

**Pembimbing**

**Panitia Seleksi**

Joan Rhobi Andrianto, M.Pd.  
NIDN. 0705058703

.....  
NIK