

Pengembangan Media Berbasis Video Pembelajaran PJOK pada Materi Bola Voli di SMP N 34 Padang

Shinta Nopriyanti Sari¹, Yaslindo², Asep Sujana Wahyuri³, Berto Apriyano⁴

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia
shintanopriyantisari20@gmail.com, yaslindo@fik.unp.ac.id,
asepswpo@fik.unp.ac.id, bertoapriyano@fik.unp.ac.id

Kata Kunci : video, media pembelajaran, bola voli

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berbasis video di sekolah menengah pertama dalam meningkatkan motivasi belajar dan pemahaman siswa dalam materi bola voli. Berdasarkan pengamatan peneliti di sekolah menengah pertama di Kota Padang, terlihat para siswa kurang termotivasi dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan terkhususnya pada materi bola voli dan sulit dalam memahami materi yang disampaikan. Jenis penelitian ini merupakan *Research and Development (R&D)* dengan mengguakan model pengembangan ADDIE, yang terdiri dari 5 langkah pengembangan yaitu Analisis (*Analyze*), Perancangan (*Design*), Pengembangan (*Development*), Implementasi (*Implementation*) dan Evaluasi (*Evaluation*). Penelitian ini di bantu oleh 4 orang validator yaitu 2 ahli materi, 1 ahli media, dan 1 ahli Bahasa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar validasi dan hasil *pre-test* dan *post-test*. Teknik analisis data yang menggunakan skala penilaian dan rentang persentase. Dari penelitian yang telah dilakukan didapat bahwa validitasi media yang dikembangkan memiliki klasifikasi sangat layak. Ketika diberikan soal *post-test* mengalami peningkatan dari sebelumnya saat mengerjakan soal *pre-test* sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga terdapat perbedaan yang signifikan dari hasil tersebut. Media berbasis video pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berbasis video di Sekolah Menengah Pertama Negeri 34 Padang sangat layak digunakan.

Keyowrds : *Videos, learning media, volleyball*

Abstract : *This research aims to develop video-based sports and health physical education learning media in junior high schools to increase students' learning motivation and understanding of volleyball material. Based on observations by researchers at junior high schools in Padang City, it appears that students are less motivated in learning Physical Education, Sports and Health, especially volleyball material and have difficulty understanding the material presented. This type of research is Research and Development (R&D) using the ADDIE development model, which consists of 5 development steps, namely Analysis, Design, Development, Implementation and Evaluation. This research was assisted by 4 validators, namely 2 material experts, 1 media expert, and 1 language expert. The instruments used in this research were validation sheets and pre-test and post-test results. Data analysis techniques that use rating scales and percentage ranges. From the research that has been carried out, it is found that the validity of the media developed has a very appropriate classification. When given the post-test questions, there was an increase from before when working on the pre-test questions so that H_0 was rejected and H_a was accepted. So there is a significant difference in these results. Video-based learning media for Physical Education, Sports and Health at Padang 34 State Junior High School is very suitable for use.*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha kesadaran terencana untuk mewujudkan suasanabelajar dan proses pembelajaran agar pesertadidik 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 (Damrah, 2020).

Menurut Berto Apriyano (2017), Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) dapat dikatakan bahwa pengembangan aspek keterampilan gerak, pengetahuan gerak dan sikap merupakan tiga komponen utama dalam pelaksanaan pembelajaran. Kegiatan pembelajaran harus dikelola dengan baik, efektif dan profesional agar dapat mencapai sasaran yang diinginkan. Pengelolaan pembelajaran yang baik dan terencana, juga dimaksudkan agar peserta didik (siswa) dapat mencapai hasil belajar yang maksimal" (Deswandi & Ihsan, 2018)

Menurut (Nasution, 2018), media pembelajaran adalah sebagai alat bantu mengajar, yakni penunjang penggunaan metode mengajar yang dipergunakan guru. Menurut Khairuddin (2014) Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dilakukan oleh peserta didik untuk tujuan kognitif, psikomotorik dan afektif yang juga meliputi kebugaran jasmani. Menurut Damrah (2018) Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional.

Menurut Arsil (2018) menjelaskan bahwa "Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan proses

Pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistic dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya." Seseorang melakukan olahraga dengan tujuan masing-masing terutama untuk mendapatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, maupun kesenangan" (Sepriadi, Hardiansyah, & Syampurma, 2017).

Menurut Erianti (2022) Permainan bolavoli merupakan suatu permainan regu yang sangat menarik dan termasuk ke dalam kelompok permainan menyerang dan bertahan. Permainan bola voli merupakan permainan yang menyenangkan dan banyak dimainkan oleh masyarakat. Tujuan awal orang bermain bola voli menurut (Erianti, 2011) adalah "untuk mencari kesenangan, sebagai rekreasi yang positif mengisi waktu luang". Kemudian berkembang ke arah tujuan lain seperti ingin meningkatkan kebugaran jasmani, kesehatan dan bercita-cita menjadi seorang pemain berprestasi tinggi".

METODE

A. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian dan pengembangan *Research and Development (R&D)*. Produk yang dikembangkan pada penelitian ini adalah media pembelajaran berbasis video di Sekolah Menengah Pertama kelas IX.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah para ahli validasi dengan jumlah keseluruhan 4 orang terbagi atas ahli materi 2 orang, ahli

media 1 orang, ahli Bahasa 1 orang, dan kelas IX A, IX B, IX C, IX D, IX E, IX F, IX G, IX H, dan IX I yang berjumlah 267 orang siswa/siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 34 Padang.

2. Sampel

Berpedoman pada populasi maka sampel diambil menggunakan teknik *Purposive Sampling* pengambilan sampel didasarkan pada maksud yang telah ditetapkan sebelumnya atau dengan pertimbangan tertentu. Dalam penelitian ini mengambil sampel penelitian yaitu pada ahli materi, ahli media, ahli Bahasa dan kelas IX B dengan jumlah siswa 31 orang.

C. Waktu dan Tempat

Penelitian ini akan dilakukakan pada 25 Oktober s.d 27 Oktober 2023, penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 34 Padang.

D. Prosedur Penelitian dan Pengembangan

Salah satu desain pengembangan bahan ajar yang sering digunakan adalah ADDIE model melalui 5 tahap: *analysis, design, development, implementation, and evaluation*.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu berbentuk angket suatu cara pengumpulan data dengan menyusun berbagai pertanyaan dan pernyataan yang diberikan kepada orang lain untuk bersedia memberikan respon sesuai dengan permintaan dan lembar tes pengetahuan (pre-test dan post test).

F. Instrument Pengumpulan Data

1. Instrument Studi Pendahuluan

Intrumen berupa wawancara kepada guru PJOK yang digunakan untuk mengetahui kesulitan dalam materi pembelajaran yang sesuai dan berfungsi untuk memberikan inovasi pengembangan model pembelajaran berbasis video.

2. Instrument Validasi Ahli

- Instrument Validasi Ahli media
- Instrument Validasi Ahli Materi
- Instrument Validasi Ahli Bahasa

E. Teknik Analisis Data

1. Penyebaran Angket

Teknik analisis data pada penelitian pengembangan ini menggunakan lembar validasi, lembar validasi tim ahli digunakan untuk mengetahui pendapat validator terhadap media yang di desain, berikut ini table skala penilaian:

Table 1. Skala Penilaian

Skor	Kategori
4	Layak digunakan tanpa revisi
3	Layak digunakan dengan revisi kecil
2	Layak digunakan dengan revisi besar
1	Tidak layak digunakan

Sumber: Arikunto (dalam Ade, 2018: 32)

Rumus untuk menghitung persentase sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Sumber: Arikunto (dalam Ade, 2018: 32)

Keterangan:

- P = Persentase skor
F = jumlah skor yang diperoleh
N = Jumlah skor maksimal
100% = Persentase

Table 2. Kriteria persentasi lembar validasi

Persentase	Kriteria
81% - 100%	Sangat Layak
61% - 80%	Layak
41%- 60%	Cukup Layak

21% - 40%	Kurang Layak
-----------	--------------

Sumber: Arikunto (dalam Ade, 2018:32)

2. Tes Tertulis

Hasil tes ini berupa perhitungan skor pada setiap butir pertanyaan yang telah dijawab. Skor ini nantinya akan dianalisis dengan membandingkan hasil dari *pre-test* dan *post test* yang telah dilakukan. Skor total siswa merupakan nilai akhir dari pengerjaan tes tersebut.

Rumus untuk menghitung persentase sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{D}}{\left(\frac{SD}{\sqrt{n}}\right)} \text{ atau } t = \frac{\bar{D} \cdot \sqrt{n}}{SD}$$

Sumber: Malonda Gaib, 2011

Keterangan:

- \bar{D} =rata-rata deviasi (selisih sampel sebelum dan sampel sesudah)
SD =Standar deviasi dari δ (selisih sampel sebelum dan sampel sesudah)
n =banyaknya sampel

HASIL

A. Deskripsi Data

1. Data Penilaian Ahli

a. Hasil Uji Validitas oleh Ahli Media

1) Komentar dan saran

Setelah dilakukan uji validitas produk oleh validator yakni, Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd komentar dan saran yang mendukung guna untuk menyempurnakan produk yang dihasilkan oleh peneliti sebagai berikut: fase awal sampai akhir jelas.

2) Revisi

Sesuai dengan komentar dan saran dari validator diatas, maka dilakukan perbaikan guna penyempurnaan prouduk yang dihasilkan, fase awal sampai akhir jelas.

b. Hasil Uji Validitas oleh Ahli Materi

Uji ahli materi meminta bantuan kepada dosen FIK UNP yaitu bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd (maka diperoleh hasil 86,66%) Guru PJOK SMP N 34 Padang bapak syafaruddin, S.Pd (maka diperoleh hasil 91,66%) dari kedua ahli materi diatas dapat diperoleh rata-rata 89,16%

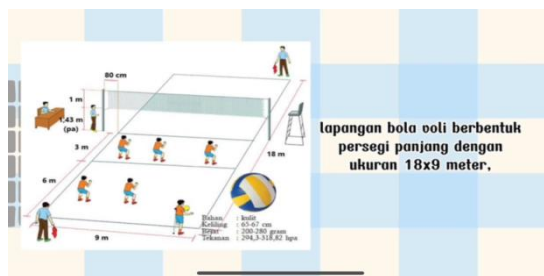
1) Komentar dan Saran

Setelah dilakukan uji validasi produk yakni Bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd dan guru PJOK SMP N 34 Padang bapak Syafaruddin, S.Pd ada beberpa komentar dan saran yang mendukung guna untuk menyempurnakan poduk yang dihasilkan oleh peneliti sebagai berikut:

- a) Sebaiknya setiap materi juga diiringi dengan gambar seperti saat penjelasan meteri lapangan voli juga diiringi gambar dan video pembelajaran sebaiknya ada video gerakan teknik bukan hanya tata cara pelakasanaannya saja.
- b) Video sudah baik dan sudah bisa dijadikan sebagai media pembelajaran.

2) Revisi

Sesuai dengan komentar dan saran dari validator di atas maka dilakukan perbaikan guna penyempurnaan produk yang dihasilkan. Adapun perbaikan yang dimaksud adalah sebagai berikut: Untuk penjelasan materi lapangan sudah ditambahkan dengan gambar lapangan, untuk video gerakan tata cara teknik sudah ditambahkan dengan gerakan secara langsung.



Gambar 7. Tampilan bentuk lapangan



Gambar 8. Tampilan video gerakan secara langsung

c. Hasil Uji Validitas oleh Ahli Bahasa

Uji validasi bahasa yang dilakukan dengan meminta bantuan kepada dosen FBS UNP yaitu bapak Prof. Dr. Harris Effendi Thahar, M.Pd. Berdasarkan hasil validasi maka diperoleh hasil 92,5% dengan kriteria sangat layak, ada beberapa komentar dan saran mendukung guna untuk menyempurnakan produk yang dihasilkan oleh peneliti sebagai berikut :

- 1) Komentar dan saran

Setelah dilakukan uji validitas produk oleh validator yakni, Bapak Prof. Dr. Harris Effendi Thahar, M.Pd, ada beberapa komentar dan saran yang mendukung guna untuk menyempurnakan produk yang dihasilkan oleh peneliti sebagai berikut: sudah ok

- 2) Revisi

Sesuai dengan komentar dan saran dari validator diatas, maka dilakukan perbaikan guna penyempurnaan prouduk yang dihasilkan. Sudah oke.

Dari ketiga uji validitas (uji validitas media, uji validitas materi, dan uji validitas Bahasa) di atas maka diperoleh rata-rata 90,55% yang masuk ke dalam kategori **sangat layak**.

2. Hasil Uji Coba Produk

a. Data Hasil Pre-Test Siswa

.Hasil tes siswa kelas IX.B dengan metode *pre-test* digunakan untuk membuktikan efektivitas media pembelajaran berbasis video pada materi bola voli terhadap proses pembelajaran. Sampel yang digunakan adalah siswa kelas IX.B sebanyak 25 orang. Didapat nilai tertinggi 90, nilai terendah 20, rata-rata (*mean*) 59,6, SD (Standar Deviasi) 16,46. Dari data hasil tes ini dapat dibuatkan table distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 3. Distiribusi Frekuensi Hasil Kelas Interval Pre-Test

Pre-Test		
Kelas Interval	Frekuensi	Fr%
20-31	2	8
32-43	3	12
44-55	6	24
56-67	2	8
68-79	8	32
80-91	4	16
Jumlah	25	100

Berdasarkan pada table distribusi frekuensi diatas dari sampel 25 yang diteliti 2 orang memiliki hasil *pre-test* pada kelas interval 20-31, 3 orang memiliki hasil *pre-test* pada kelas interval 32-43, 6 orang memiliki hasil *pre-test* pada kelas interval 44-55, 2 orang memiliki hasil *pre-test* pada kelas interval 56-67, 8 orang memiliki hasil *pre-test* pada kelas interval 68-79, 4 orang memiliki hasil *pre-test* pada kelas interval 80-91.

b. Data Hasil Post-Test Siswa

Hasil tes siswa kelas IX.B dengan metode *post-test* digunakan untuk membuktikan efektivitas media pembelajaran berbasis video pada materi bola voli terhadap proses pembelajaran. Sampel yang digunakan adalah siswa kelas IX.B sebanyak 25 orang. Didapat nilai tertinggi 100, nilai terendah 50, rata-rata (*mean*) 83,2, SD (Standar Deviasi) 16,46. Dari data hasil tes ini dapat dibuatkan table distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Kelas Interval *Post-Test*

<i>Post- Test</i>		
Kelas Interval	Frekuensi	Fr%
47-55	1	4
56-64	2	8
65-73	4	16
74-82	4	16
83-91	9	36
92-100	5	20
Jumlah	25	100

Berdasarkan pada table distribusi frekuensi diatas dari sampel 25 yang diteliti 1 orang memiliki hasil *post-test* pada kelas interval 47-55, 2 orang memiliki hasil *post-test* pada kelas interval 56-64, 4 orang memiliki hasil *post-test* pada kelas interval 65-73, 4 orang memiliki hasil *post-test* pada kelas interval 74-82, 9 orang memiliki hasil *post-test* pada kelas interval 83-91, 5 orang memiliki hasil *post-test* pada kelas interval 92-100.

B. Uji Analisis Dan Uji Hipotesis

Hasil tes awal *pre-test* yang tidak menggunakan media berbasis video dengan jumlah sampel 25 orang diperoleh rata-rata hitung mean yaitu 59,6. Sedangkan untuk nilai rata-rata hitung tes akhir *post-test* yang menggunakan media berbasis video adalah 83,2.

PEMBAHASAN

Berdasarkan data hasil uji validitas materi diperoleh rata-rata skor 89,16% dengan kriteria **sangat layak**, untuk hasil validitas bahasa diperoleh rata-rata 92,5% dengan kriteria **sangat layak** dan data hasil uji validitas media diperoleh rata-rata 90% dengan kriteria **sangat layak**. Dan rata-rata skor untuk ketiga validasi adalah 90,55% dengan kriteria **sangat layak**.

Sampel yang digunakan adalah siswa kelas IX sebanyak 25 orang. Hasil tes dari tes tersebut menunjukkan rata-rata nilai *pre-test* siswa adalah 59,6 sedangkan rata-rata nilai *post-test* siswa adalah 83,2 dengan menggunakan uji t dapat diperoleh $t_{hitung} = 7,17 > t_{tabel} = 2,064$ dengan taraf yang signifikan yaitu 0,05.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan hasil penelitian tentang pengembangan media berbasis video pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada materi bola voli di Sekolah Menengah Pertama Negeri 34 Padang, dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran berbasis video dari ketiga data validasi dinyatakan **sangat layak** digunakan sebagai media berbasis video pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada materi bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade. (2018). Pengembangan Media Animasi Berbasis *Macromedia Flash* Pada Pembelajaran Ikatan Kimia di SMA Negeri 1 Meulaboh. *Skripsi*. UNABA.
- Apriyano, B. (2017). Kontribusi Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar

- Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (Penjasorkes) pada Pelajar SMP Pertiwi Siteba Padang. *Jurnal MensSana*, 2(2), 19-26.
- Arsil. (2018). Bahan Ajar Pengetahuan Umum Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Padang: FIK UNP.
- Cecep Kustandi & Daddy Darmawan. (2022). Pengembangan Media pembelajaran. Jakarta: Kencana.
- Damrah, D. (2020). Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Masa New Normal Covid 19. *Jurnal Kesehatan Medika Sainatika*, 11(2), 190-204.
- Damrah. 2018. Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani. Padang: FIK UNP. Depdiknas.
- Deswandi, F. U., & Ihsan, N. (2018). Persepsi Siswaterhadap Keterampilan Guru dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SDN 16 Pisang Kecamatan Pauh Kota PadanG. *Jurnal MensSana*, 3 (1), 48-66.
- Erianti, E., Ihsan, N., & Astuti, Y. (2022). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan dengan Kemampuan Smash. *Jurnal Jpdo*, 5(5), 21-27.
- Erianti & Yuni Astuti. (2019). Bola Voli. Padang. Sukabina Press
- Erianti. 2011. *Buku Ajar Bola voli*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Padang.
- Kadek Aris Priyanthi, Ketut Agustini, G. S. S. (2017). Pengembangan E-Modul Berbantuan Simulasi Berorientasi Pemecahan Masalah Pada Mata Pelajaran Komunikasi Data (Studi Kasus : Siswa Kelas XI TKJ SMK Negeri 3 Singaraja). *Kumpulan Artikel Mahasiswa Pendidikan Teknik Informatika (KARMAPATI)*, 6(1), 40.
- Khairuddin, K. 2014. The influence of modified games and conventional learning models on the physical fitness of junior high school students. *Asian Social Science*, 10(5), 136.
- Kuswanto, J. (2018, Februari). *Media Pembelajaran Berbasis Android Pada Mata Pelajaran Sistem Operasi Jaringan Kelas Ix*. *Media Infotama*, 14(1), 15.
- Nasution. (2018, Juni). Pengembangan Media Pembelajaran Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Teni Nurrita*, 03(1), 174.
- Nurrita, T. (2018). Pengembangan media pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar siswa. *Jurnal misykat*, 3(1), 171-187.
- Rochman. 2020. Proses Belajar Mengajar PJOK Di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal: Stand Volume 1 No 1*: 117.
- Sepriadi. Hardiansyah & Syampurma. 2017. Perbedaan tingkat kesegaran jasmani berdasarkan status gizi. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 71, 24-34
- Surtiyo. 2013. PJOK (*Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SMP/MTS*). Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Uno, Hamzah B Dan Nina Lamatenggo. 2011. *Teknologi Komunikasi Dan Informasi Pembelajaran*. Jakarta: Pt. Bumi Aksara.