

Pengaruh Media Video Pembelajaran untuk Meningkatkan Penerapan Prosedur Pada Materi Sub Tema Pola Gerak Dominan Senam di Kelas 5 SD

Bryan Decaprin¹, Yatim Riyanto², Andi Mariono³

¹ Universitas Negeri Surabaya; Indonesia; bryandecaprin@unesa.ac.id

² Universitas Negeri Surabaya; Indonesia; yatimriyanto@unesa.ac.id

³ Universitas Negeri Surabaya; Indonesia; andimariono@unesa.ac.id

ARTICLE INFO

Keywords:

Learning Videos;
Concept Understanding;
Application of procedures;
CORNER

Article history:

Received 2023-10-22

Revised 2023-12-28

Accepted 2024-01-22

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the increase in the application of student procedures after the use of learning video media on the sub-theme of the dominant movement pattern of grade 5 elementary school gymnastics. This study used a quantitative approach. The data used is taken from the value of the results of the front roll practice. The number of samples in this study was 25 grade 5 elementary school students. Data analysis technique using paired sample test. The results showed that there was a significant influence on the application of procedures after the use of learning video media.

This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:

Bryan Decaprin

Universitas Negeri Surabaya; Indonesia; bryandecaprin@unesa.ac.id

1. PENDAHULUAN

Inovasi dalam dunia pendidikan perlu didukung dengan adanya teknologi sebagai sarana dalam implementasi proses pembelajaran. Teknologi dalam pendidikan bukan hanya memberikan keuntungan bagi siswa, tetapi juga bagi guru dan institusi pendidikan secara keseluruhan. Penggunaan teknologi dalam pembelajaran dapat meningkatkan efisiensi, efektivitas, dan kualitas pembelajaran (Dito & Pujiastuti, 2021). Contoh implementasi penggunaan teknologi dalam pendidikan yang populer saat ini adalah penggunaan media pembelajaran yang bertujuan untuk membuat proses belajar menjadi lebih efektif dan efisien. Media pembelajaran merupakan segala sesuatu yang digunakan untuk menyalurkan pesan dan merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan kemauan siswa untuk mendorong proses pembelajaran yang disengaja, terarah dan terkendali (Pribadi, 2019). Untuk membantu siswa memahami materi yang kompleks, media diperlukan sebagai alat komunikasi antara guru dan siswa (Suseno dkk., 2020).

Penerapan media pembelajaran yang cocok diperlukan untuk mendorong keterikatan, semangat belajar, dan kemampuan kognitif siswa. Pembelajaran harus dirancang untuk menarik minat siswa dalam belajar sehingga siswa dapat mencapai tujuan pembelajaran, terutama jika menyangkut mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bentuk pembelajaran yang menekankan pada pengembangan kebugaran jasmani, keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku untuk hidup sehat dan aktif, kecerdasan emosional, dan sportivitas melalui media aktivitas

jasmani (Budianto & Dinata, 2023). Pendidikan Jasmani adalah komponen penting dari pendidikan menyeluruh yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan fisik, kebugaran mental, sosial, dan emosional masyarakat melalui kegiatan olahraga dan aktivitas fisik lainnya (Risaldi dkk., 2023). Aktivitas olahraga dalam pembelajaran PJOK, sangat berpotensi menimbulkan cedera, terlebih dilakukan oleh siswa sekolah dasar yang memiliki kekuatan fisik yang masih lemah. jenis olahraga yang dilakukan berpengaruh pada kecelakaan yang mungkin ditimbulkan. sarana dan prasarana juga memiliki pengaruh dalam kelancaran dan keselamatan pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Adanya mata pelajaran PJOK, diharapkan siswa memiliki kesehatan jasmani yang baik yang dapat menunjang perkembangan fisik dan mental siswa dalam aktivitas pembelajaran lainnya. berhasil atau tidaknya pembelajaran dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti guru, siswa dan sarana prasarana yang dimiliki oleh sekolah. seorang guru PJOK diwajibkan memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam upaya mencegah dan perawatan cedera dalam pembelajaran. Apabila terjadi kesalahan dalam penanganan cedera, dapat menimbulkan cedera semakin parah bahkan kematian (Adawiyah & Watini, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara kepada guru pengampu materi pola gerak dominan senam yaitu Pak Agung Setiawan. S.Pd. siswa sangat antusias dalam melakukan pembelajaran praktik, tetapi mereka belum mampu melakukan pola gerak dominan senam sesuai dengan prosedur yang ditentukan oleh guru sehingga nilai praktik siswa menjadi rendah yang dibuktikan dengan hasil belajar siswa rata-rata di bawah standar penilaian. Karena materi yang bersifat konseptual hanya diberikan dalam bentuk buku cetak. materi pola gerak dominan senam berisi tentang prinsip-prinsip dasar, teknik, prosedur dan strategi terkait dengan gerakan yang akan dilakukan. Siswa hanya dapat membayangkan setiap langkah-langkah yang tertulis dalam buku tanpa adanya visual yang jelas dan konkret. Meskipun dalam praktik nya di lapangan guru memberikan contoh pola gerak dominan senam, siswa masih belum mampu mempraktikkan pola gerak dominan senam sesuai dengan prosedur yang diberikan. Penerapan prosedur dalam mata pelajaran PJOK merupakan langkah-langkah atau aturan yang harus diikuti untuk memastikan keselamatan, dan kelancaran dalam proses pembelajaran. termasuk juga dalam penggunaan alat dalam pembelajaran. Jika penerapan prosedur diterapkan dengan baik maka guru dapat meminimalisir adanya cedera yang ditimbulkan saat siswa melakukan praktik dalam proses pembelajaran. Kemampuan memahami konsep siswa pada materi pola gerak dominan senam dapat ditingkatkan dengan bantuan visualisasi untuk membantu siswa dalam memberikan gambaran gerakan atau skenario sehingga pemahaman guru dan siswa sama.

Berdasarkan kondisi riil di lapangan, terlihat adanya faktor yang mempengaruhi kegiatan pembelajaran yang mengakibatkan siswa tidak mencapai tujuan pembelajaran, salah satunya terkait media pembelajaran. Dalam analisis awal dengan guru pengampu mata pelajaran yang bersangkutan guru belum mampu mengatasi keterbatasan penyampaian materi dan kurangnya motivasi siswa dalam pembelajaran karena hanya menggunakan buku sebagai sumber belajar. Upaya untuk mengatasi permasalahan pembelajaran antara lain dengan cara mengembangkan media pembelajaran yang memudahkan siswa untuk memahami materi dengan tampilan yang menarik, sehingga dapat mempengaruhi proses pembelajaran (Nurdiyansyah, 2019). Penggunaan media pembelajaran dapat digunakan guru sebagai alternatif penyampaian materi pada kegiatan pembelajaran yang digunakan guru. Sehingga siswa dapat secara maksimal menerima materi pembelajaran dan dapat meminimalisir cedera yang ditimbulkan saat praktik karena kurangnya pemahaman materi siswa. Kondisi ideal dalam pembelajaran siswa mampu memahami konsep materi pembelajaran dan mampu melaksanakan praktik pola gerak dominan senam sesuai dengan prosedur yang ditetapkan. Sehingga dalam proses pembelajaran dapat meminimalisir adanya cedera yang diakibatkan saat melakukan kegiatan praktik. Terkait uraian latar belakang yang telah dijabarkan peneliti di atas, peneliti tertarik untuk mengembangkan media video pembelajaran pada materi pola gerak dominan senam. Tujuannya yaitu untuk meningkatkan kemampuan pemahaman konsep dan kemampuan menerapkan prosedur dengan penggunaan media video yang telah disesuaikan dengan need analisis yang telah dilakukan.

2. METODE

Penelitian ini termasuk dalam jenis pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode *quasy experimental design*. Menggunakan *one group pretest-posttest* di mana kelompok sample diberikan perlakuan, tetapi kemampuan awal sample diketahui terlebih dahulu melalui pretest. Setelah perlakuan diberikan, hasil penelitian diamati dengan memberikan *posttest*.

Tabel 1. *One Group Posttest-pretest*

Group	Pretest	Treatment	Posttest
Kelas Eksperimen	O1	X	O2

Keterangan

O1 : *Pretest* penerapan *prosedur roll* depan

O2 : *Posttest* penerapan *prosedur roll* depan

X : Perlakuan penerapan media video pembelajaran

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan tes praktik *roll* depan. Analisis data pada penelitian ini menggunakan *paired sample t test* di mana sebelum dilakukan uji *paired sample t test* dilakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas, dan ketika data sudah dikatakan normal maka uji *paired* dapat dilakukan.

Adapun populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas V SD dengan jumlah 25 siswa. Sebelum diberikan media video pembelajaran siswa kelas V SD diberikan pretest untuk melihat kemampuan awal peserta didik, kemudian pada eksperimen diberikan penerapan media video pembelajaran dan setelah itu *posttest* diberikan untuk melihat peningkatan pada penerapan prosedur siswa.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil nilai penerapan prosedur didapat dari nilai praktik yang telah dilakukan siswa, kemudian nilai tersebut diuji untuk mengetahui peningkatan hasil belajar penerapan prosedur setelah penggunaan media video pembelajaran. Hasil penelitian dijabarkan sebagai berikut.

Uji Normalitas

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Penerapan Prosedur

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Unstandardized Residual
N	25
Normal Parameters ^{a,b} Mean	.0000000
Std. Deviation	3.38221558
Most Extreme Absolute Differences	.105
Positive	.105
Negative	-.091
Kolmogorov-Smirnov Z	.527
Asymp. Sig. (2-tailed)	.944

Dilihat dari hasil perhitungan uji normalitas diatas diketahui nilai Asymp. Sig (2-tailed) 0.944 > 0.05. dapat disimpulkan jika data nilai penerapan prosedur siswa ber distribusi normal.

Uji T Test

Tabel 3. Hasil Nilai Mean Penerapan Prosedur
Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pretest_PenerapanProsedur	64.80	25	6.994	1.399
Posttest_PenerapanProsedur	80.80	25	4.491	.898

Berdasarkan hasil perhitungan uji paired sample test pada nilai penerapan prosedur diatas diketahui nilai mean posttest mendapatkan skor 80.80, lebih besar dari skor pretest yaitu 64.80. menunjukkan jika terdapat peningkatan pada nilai rata-rata penerapan prosedur siswa setelah diberikan media video pembelajaran.

Tabel 4. Hasil Uji *Paired Test* Penerapan Prosedur

		Pair 1
		Pretest_Penerapan Prosedur
		Posttest_Penerapan Prosedur
Paired Differences	Mean	-16.000
	Std. Deviation	6.292
	Std. Error Mean	1.258
	95% Confidence Interval of the Difference	Lower -18.597 Upper -13.403
t		-12.716
df		24
	Sig. (2-tailed)	.000

Berdasarkan dari hasil perhitungan diatas diketahui nilai Sig. (2-tailed) $0.000 < 0.05$, dapat disimpulkan jika terdapat peningkatan yang signifikan pada nilai penerapan prosedur siswa setelah diberikan media video pembelajaran.

Pembahasan

Prosedur atau yang juga dikenal sebagai *how-to*, merupakan kemampuan peserta didik dalam melakukan serangkaian kegiatan atau langkah-langkah untuk mencapai suatu tujuan (Swain & Lapkin, 1995). Prosedur ini melibatkan urutan langkah-langkah untuk mencapai tujuan, memecahkan masalah, atau membuat sesuatu (Degeng, 2013). Dengan kemampuan menerapkan prosedur dengan baik, peserta didik dapat menguasai materi, menjelaskannya, dan menafsirkannya menggunakan interpretasinya sendiri (Rasha, 2016).

Dengan media video pembelajaran siswa mendapatkan panduan visual yang konsisten tentang langkah-langkah prosedur yang benar. Mereka dapat melihat secara langsung bagaimana prosedur tersebut dilakukan oleh narasumber atau model yang ada dalam video. Siswa dapat mengakses video pembelajaran kapan saja dan dimana saja, sehingga mereka memiliki fleksibilitas dalam mengatur waktu belajar mereka. Dengan kemampuan untuk memutar ulang video, siswa dapat mengulangi langkah-langkah prosedur yang sulit atau membutuhkan pemahaman lebih lanjut, sehingga

meningkatkan kemampuan mereka dalam menerapkan prosedur. Media video tidak hanya membantu dalam memfasilitasi pemahaman konsep, tetapi juga memotivasi peserta didik dan memberikan fleksibilitas dalam belajar.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media video pembelajaran berpengaruh signifikan terhadap peningkatan penerapan prosedur siswa pada materi sub tema pola gerak dominan senam di kelas 5 SD. Melalui pendekatan kuantitatif dengan metode *quasy experimental design*, penelitian ini menggunakan uji paired sample test untuk menganalisis data hasil praktik roll depan sebelum dan setelah penerapan media video pembelajaran.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada penerapan prosedur siswa setelah penggunaan media video pembelajaran. *Mean posttest* sebesar 80.80 lebih tinggi dari mean *pretest* sebesar 64.80, dan uji paired sample *test* menunjukkan nilai signifikansi (Sig.) sebesar $0.000 < 0.05$. Hal ini menunjukkan bahwa media video pembelajaran efektif dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam menerapkan prosedur *roll* depan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan media video pembelajaran pada materi Pola Gerak Dominan Senam kelas 5 SD memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan penerapan prosedur siswa. Penggunaan media ini memberikan panduan visual yang konsisten, fleksibilitas waktu belajar, dan motivasi bagi siswa untuk memahami dan mengaplikasikan prosedur dengan lebih baik. Oleh karena itu, rekomendasi penggunaan media video pembelajaran dapat dipertimbangkan dalam konteks pembelajaran materi senam di tingkat SD.

REFERENSI

- Adawiyah, R., & Watini, S. (2022). Implementasi Model ATIK untuk Meningkatkan Kecakapan Bicara Anak dengan Kegiatan Menyusun Puzzle Gambar Seri di TK Dharma Wanita Persatuan. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(3), 883–887. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i3.507>
- Budianto, D., & Dinata, V. C. (2023). Strategi Pembelajaran Guru dan Adaptasi Siswa dari Daring ke Luring Pada Mata Pelajaran PJOK di SMKN 2 Buduran. *Jurnal Basicedu*, 7(3).
- Degeng, N. S. (2013). *Klasifikasi Variabel untuk Pengembangan Teori dan Penelitian*. Arasmedia.
- Dito, S. B., & Pujiastuti, H. (2021). Dampak Revolusi Industri 4.0 pada sektor Pendidikan: Kajian Literatur Mengenai Digital Learning pada Pendidikan Dasar dan Menengah. *Jurnal Sains dan Edukasi Sains*, 4(2).
- Nurdiyansyah. (2019). *Media Pembelajaran Inovatif*. UMSIDA Press.
- Pribadi, B. (2019). *Media dan Teknologi dalam Pembelajaran*. Kencana.
- Rasha. (2016). Pengaruh Efikasi Diri, Pemahaman Prosedur dan Keterampilan Diri terhadap Hasil Belajar Tata Boga (Mata Kuliah Pengolahan Makanan Kontinental). *Jurnal Pendidikan Teknik Dan Vokasional*, 2(2).
- Risaldi, M. Y. D., Herpandika, R. P., & Pratama, B. A. (2023). Penerapan Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI) di SDN Siwalan 1 Kabupaten Nganju. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 4(2), 224–232.
- Suseno, P. U., Ismail, Y., & Ismail, S. (2020). Pengembangan Media Pembelajaran Matematika Video Interaktif Berbasis Multimedia. *Jambura Journal of Mathematics Education*, 1(2), 59–74. <https://doi.org/10.34312/jmathedu.v1i2.7272>
- Swain, M., & Lapkin, S. (1995). Problems in Output and the Cognitive Processes they Generate: A Step Towards Second Language Learning. *Applied Linguistics*, 16(3), 371–391. <https://doi.org/10.1093/applin/16.3.371>

