

PROSIDING

SNPO 2018

SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN OLAHRAGA

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN



Penyelenggara :
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Medan
Prodi Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING

SNPO 2018

Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

Narasumber :

Prof. Dr. Syawal Gultom, M.Pd. (Rektor Universitas Negeri Medan)
Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Kes. (Dekan FIK Universitas Negeri Semarang)
Dr. Phil. Ichwan Azhari, M.S. (Kepala PUSSIS Universitas Negeri Medan)
Dr. Ardi Nusri, M.Kes. AIFO. (Dosen FIK UNIMED)

THE
Character Building
UNIVERSITY



Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library, Universitas Negeri Medan

PROSIDING SNPO 2018 Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

**Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional**

Steering Comitee

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
Drs. Suharjo, M.Pd.
Dr. Albadi Sinulingga, M.Pd.
Dr. Syamsul Gultom, SKM., M.Kes.
Drs. Mesnan, M.Kes.
Akbar Khusyairi Rambe, S.Pd.
Nasiruddin Daulay, S.Pd.

Organizing Comitee

Abdul Harris Handoko, S.Pd., M.Pd
Togi Parulian Tambunan, S.Pd.
Akbar Zahriali, S.Pd.
Rian Handika, S.Pd.
Sri Astuti, S.Pd.
Alan Alfiansyah Putra Karo-karo, S.Pd.

Editor : Dr. Nurhayati Simatupang, M.Kes.
Dr. Imran Akhmad, M.Pd.

Reviewer :

Dr. Sabaruddin Yunis Bangun, M.Pd. (Unimed)
Dr. Sukendo, M.Kes. (UNJA)
Dr. Syahrudin, M.Kes. (UNM)
Dr. Rahma Dewi, M.Pd. (Unimed)
Dr. Amir Supriadi, M.Pd. (Unimed)

Penerbit :

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Jl. Willièm Iskandar Pasar V Medan Estate Medan
Telp: 061-6625972
E-mail: fik@unimed.ac.id
Website: fik.unimed.ac.id

ISBN 978-602-53100-0-3

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun
tanpa ijin tertulis dari penerbit



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018

FIK Unimed, 8 September 2018:

Digital Library , Universitas Negeri Medan

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah yang telah diberikan kepada kita semua, sehingga buku Prosiding hasil Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018 pada hari sabtu tanggal 08 September 2018 di Gedung Digital Library Universitas Negeri Medan dapat terwujud.

Buku ini memuat artikel dan hasil penelitian Bapak/Ibu guru / dosen / Mahasiswa Universitas Negeri Medan yang dikumpulkan dan ditata oleh tim dalam kepanitiaan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankan kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Medan, Bapak Prof. Dr. Syawal Gultom, M. Pd. yang telah memfasilitasi semua kegiatan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga ini.
2. Bapak/Ibu segenap panitia Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikirannya demi suksesnya kegiatan ini.
3. Bapak/Ibu guru, dosen dan mahasiswa penyumbang artikel dan hasil penelitian dalam kegiatan ini.

Semoga buku ini dapat memberi kemanfaatan bagi kita semua, untuk kepentingan peningkatan mutu guru dan pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga kesehatan berbasis penelitian nilai-nilai kearifan local guna mendukung prestasi olahraga nasional



Dr. Budi Valianto, M.Pd.
NIP. 19660520 199102 1 001



Pengaruh Loncat Katak Melalui Modifikasi Permainan Kemampuan Siswa Memperoleh Keterampilan Melalui Gerak Dasar <i>Rizky Hasan Azhari Ritonga</i>	133
Perbedaan Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Yang Sudah Sertifikasi Dan Yang Belum Sertifikasi Ditinjau Dari Perbedaan Masa Kerja <i>Wahyo, Albadi Sinulingga, Nurhayati Simatupang</i>	140
Upaya Meningkatkan Passing Kaki Bagian Dalam Sepak Bola Melalui Saintifik Pada SMP Terpadu Al Farabi <i>Abdon Ben O.T Hasugian</i>	148
Hubungan Kepemimpinan Kepala Sekolah, Budaya Sekolah, Motivasi Kerja Guru Terhadap Profesionalisme Guru <i>Dian Pertiwi</i>	154
Pembelajaran Tolak Peluru Dengan Media Modifikasi Bola Plastik Pada Siswa <i>Riki Prastian</i>	162
Peningkatan Kecepatan <i>Dribbling</i> Melalui Latihan <i>Zig-Zag Trajectory</i> <i>Muhammad Fauzi Purba</i>	169
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Penerapan Gaya Mengajar Inklusi Pada Siswa <i>Reza Wibowo</i>	174
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Ritmik Dengan Rangkaian Gerak Dasar Menggunakan Media Audio Visual <i>Siska Nova Undari</i>	182
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Dalam Permainan Sepak Bola Dengan Menerapkan Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas VIII SMP <i>M. Saiful Ramadhan Harahap</i>	187
Pemanfaatan Media Audio Visual Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Cakram Gaya Menyamping <i>Ahmad Zaki</i>	194
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Teknik Pukulan Dalam Permainan Rounders Dengan Pendekatan Bermain Pada Siswa <i>Pangihutan Butar-Butar, Bangun Setia Hsb</i>	200
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Permainan Tradisional <i>Mulia Romadi Harahap</i>	206
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Bola Kasti Pada Siswa SD Dengan Metode Bermain <i>Warif Poltama Simorangkir</i>	212



PEMANFAATAN MEDIA AUDIO VISUAL DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LEMPAR CAKRAM GAYA MENYAMPING

Ahmad Zaki

Pascasarjana Universitas Negeri Medan

Ahmadzaki0389@gmail.com

Abstrak: Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pemanfaatan media audio visual dalam meningkatkan hasil belajar lempar cakram gaya menyamping pada siswa kelas VIII SMP Swasta Muhammadiyah 43 Kaban jahe. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Populasi adalah 36 orang siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan tes hasil belajar penilaian teknik lempar cakram gaya menyamping. Analisis data menggunakan 195riteria195 reduksi data dan paparan data. Hasil penelitian ini menyimpulkan (1) dari tes hasil belajar siklus I diperoleh sebanyak 23 orang siswa dengan nilai setelah dikonfersikan (63,90%) telah mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 13 orang siswa (36,10%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar. Dengan nilai rata-rata hasil belajar setelah dikonfersikan adalah 65,78. Namun belum memenuhi 195riteria ketuntasan secara klasikal yang diharapkan yaitu 85%. (2) dari tes hasil belajar siklus II diperoleh data sebanyak 32 orang siswa dengan nilai setelah dikonfersikan sebesar (88,90%) yang telah mencapai ketuntasan dalam belajar dan 4 orang siswa (11,10%) masih belum tuntas. Dengan nilai rata-rata hasil belajar setelah dikonfersikan adalah 76,89.

Kata kunci : Media Audio Visual, Lempar Cakram Gaya Menyamping

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani yang merupakan bagian tak terpisahkan dari sistem pendidikan menjadi jalan yang tepat untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan dalam gerak dan kebugaran jasmani. Selain itu, pendidikan jasmani di sekolah harus dapat berfungsi secara sosial dalam mengembangkan kompetensi interpersonal dan sosial anak melalui pembelajaran-pembelajaran yang dilakukan. Berbagai model pembelajaran pun telah digunakan untuk diperolehnya orang yang kompeten secara sosial dimasyarakat.

Kinerja adalah pekerjaan yang telah dicapai oleh seseorang disuatu organisasi untuk mencapai tujuan berdasarkan standardisasi atau ukuran dan waktu yang disesuaikan dengan jenis pekerjaan dan masuk sesuai dengan norma dan etika yang telah ditentukan. (Albadi Sinulingga & Nurhayati Simatupang, 2018).

Pelaksanaan pendidikan jasmani bukan melalui pengajaran di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan psikologis, sehingga aktifitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pendidikan. Agar standar kompetensi pembelajaran jasmani dapat terlaksanakan sesuai dengan pedoman maksud dan juga tujuan sebagaimana yang ada dikurikulum, maka guru pendidikan jasmani harus mampu merancang mempelajari sesuai dengan kemampuan dan perkembangan peserta didik, sehingga proses mempelajari pelajaran dapat berjalan dengan lancar



Salah satu materi mempelajari yang diajarkan pada siswa SMP adalah lempar cakram. Untuk menunjang pelaksanaan mempelajari lempar cakram, kreativitas seorang guru sangat dibutuhkan sehingga proses pembelajaran dapat memberi pengalaman belajar yang baik secara lengkap kepada anak didik. Fenomena ini merupakan sebuah masalah akibatnya kurangnya kemampuan sebagai guru penjas dalam memanfaatkan perannya sebagai guru yang memiliki potensi sesuai dengan tuntutan target kurikulum dan sebagai tenaga pendidik yang berperan dalam mengaktifkan pembelajaran pendidikan jasmani disekolah.

Untuk itu penggunaan media dalam suatu proses belajar-mengajar sangat diperlukan, karena media mempunyai kelebihan kemampuan teknis yang mampu menyajikan suatu peristiwa secara terpadu akan menyajikan konsep secara utuh dan benar serta menjadi saluran atau perantara dalam menyampaikan pesan. Pesan tersebut hendaknya telah diubah kedalam bentuk yang dapat dipahami oleh siswa. Sehingga pesan yang diterima siswa dapat dipahami dengan jelas dan tidak bersifat abstrak.

Berdasarkan hasil observasi awal yang peneliti lakukan di SMP Swasta Muhammadiyah 43 Kabanjahe mengenai proses belajar lempar cakram yang dilakukan siswa, terutama dalam melakukan gerakan lempar cakram gaya menyamping, ternyata masih banyak siswa dalam melakukan gerakan lempar cakram gaya menyamping adalah sering melakukan kesalahan yaitu pada sikap melakukan gerakan lempar cakram, siswa sering salah melakukannya, sarana dan prasarana yang kurang memadai yang tidak optimalnya pembelajaran, kurangnya pengulangan pembelajaran terhadap siswa, selain kesalahan-kesalahan tersebut media pembelajaran juga belum optimal dilakukan guru pendidikan jasmani di sekolah tersebut, sementara media pembelajaran sangat mendukung dalam pencapaian hasil pembelajaran yang maksimal.

Dalam hal ini, salah satu alternatif yang dapat dilakukan untuk memecahkan masalah tersebut adalah dengan meningkatkan kualitas pembelajaran seperti melalui penggunaan media pembelajaran yang tepat, proses pembelajaran lempar cakram terutama dalam melakukan gerakan lempar cakram gaya menyamping diharapkan akan dapat berjalan lebih optimal. Hambatan dan rintangan yang terdapat pada proses pembelajaran selama ini diharapkan akan dapat diatasi.

Salah satu media pengajaran yang peneliti anggap sesuai dalam proses pembelajaran lempar cakram yaitu dengan menggunakan media audio visual. Penggunaan media ini akan membantu siswa dalam memahami lempar cakram karena dalam pembelajaran ini siswa diajak untuk memahami lempar cakram melalui keterangan-keterangan dari guru dibantu dengan petunjuk berupa gambar-gambar bergerak serta video yang baik.

Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pemanfaatan media audio visual dalam meningkatkan hasil belajar lempar cakram gaya menyamping pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 43 kabanjahe.

METODE PENELITIAN



Metode penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (classroom action research). Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif yang berguna mengungkapkan kesulitan belajar siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani serta cara mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut sebagai upaya untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi tersebut.

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 43 kaban jahe tahun ajaran 2012/2013. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 6 s/d 13 Februari 2013.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 43 kaban jahe tahun ajaran 2012/2013. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 43 kaban jahe tahun ajaran 2012/2013 sebanyak 36 orang. Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik Total sampling.

Teknik analisis data yang dilakukan terdiri dari beberapa tahap diantaranya 1) Reduksi data, proses reduksi data dilakukan dengan cara menyeleksi, menyederhanakan dan mengtransformasikan data yang telah disajikan dalam transkrip catatan lapangan. Kegiatan reduksi data ini bertujuan untuk melihat kesalahan atau kekurangan siswa dalam pelaksanaan tes dan tindakan apa yang akan dilakukan untuk perbaikan kesalahan tersebut, 2) Paparan data, dalam kegiatan ini data yang diperoleh dari hasil belajar siswa dipaparkan dalam bentuk tabel dengan menggunakan rumus yang telah ditetapkan, sesuai dengan buku kriteria ketuntasan maksimal (KKM) mata pelajaran Penjaskes tingkat SMP kurikulum KTSP.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan deskripsi hasil pre test lempar cakram gaya menyamping, bahwa kemampuan siswa dalam pembelajaran lempar cakram gaya menyamping masih tergolong rendah. Dari 36 siswa terdapat 9 orang dengan nilai setelah dikonversikan (25%) yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 27 orang siswa dengan nilai telah dikonversikan (75%) belum tuntas dengan nilai rata-rata 54,49. Pada pre test nilai tertinggi 81,25 dan nilai terendah 37,5.

Siklus I diberikan perlakuan dan pada akhirnya diberikan tes lempar cakram gaya menyamping terdapat 23 orang siswa dengan nilai setelah dikonversikan sebesar (63,90%) yang telah tuntas dalam belajar, sedangkan 13 orang dengan nilai telah dikonversikan (36,10%) belum tuntas, Maka dilanjutkan ke siklus II.

No	Hasil test	Jumlah siswa	Persentase	Keterangan
1.	<75	13	36,10%	Tidak tuntas
2.	>75	23	63,90%	Tuntas



Siklus II terdapat 32 orang siswa dengan nilai setelah dikonversikan sebesar (88.90%) yang telah mencapai ketuntasan belajar, sedangkan yang 4 orang dengan nilai setelah dikonversikan sebesar (11,10%) belum tuntas.

No	Hasil test	Jumlah siswa	Persentase	Keterangan
1.	<75	4	11,10%	Tidak tuntas
2.	>75	32	88,90%	Tuntas

Dari tes awal sampai dilakukannya siklus I dan siklus II terjadi peningkatan, dalam hal ini dapat dikatakan melalui pemanfaatan media audio visual dalam meningkatkan hasil belajar lempar cakram gaya menyamping.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran dengan Pemanfaatan media audio visual dapat meningkatkan hasil belajar lempar cakram gaya menyamping pada siswa kelas VIII SMP Swasta Muhammadiyah 43 kaban jahe tahun ajaran 2012/2013.

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut; 1) kepada guru pendidikan jasmani SMP Swasta Muhammadiyah 43 kaban jahe untuk mempertimbangkan pemanfaatan media audio visual dengan materi yang disesuaikan karena hal ini dapat membangkitkan semangat belajar siswa, 2) pemanfaatan media audio visual merupakan media belajar yang dapat dipergunakan dalam meningkatkan hasil belajar siswa agar lebih menarik, 3) agar guru memberi perhatian khusus dalam proses pembelajaran kepada siswa-siswi yang belum tuntas, 4) kepada guru pembaca yang mungkin akan melakukan penelitian dengan memanfaatkan media audio visual kiranya dapat mencoba dengan materi pelajaran yang lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

Albadi Sinulingga & Nurhayati Simatupang. 2018. *The Difference Between Certified And Non Certified PE Teachers Performance Based On Range Of Service Period*. Atlantis Press. 3rd Annual International Seminar on Transformative Education and Educational Leadership (AISTEEL 2018). *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, Volume. 200. Hal 215-219.

Aqib, Zainal, dkk. 1999. *Buku Tindakan Kelas Untuk SMP, SMA, SMK*. Bandung: Yrama widya.

Arikunto, S. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

Arsyad, A. 1997. Media Pengajaran. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Gerry, A. Carr. 1997. Atletik Untuk Sekolah. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Irwansyah. 2006. Pendidikan Jasmani. Bandung: Grafindo Media Utama.

Sudjana, nana. 2009. Penilaian Hasil dan Proses Belajar Mengajar. Jakarta: Remaja Rosdakarya.



THE
Character Building
UNIVERSITY