

# 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



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY



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



## 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



Medan, September 2018  
Dekan FIK UNIMED

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



## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR .....	i
DAFTAR ISI .....	ii
<b>OLAHRAGA PENDIDIKAN</b>	
<i>Kepemimpinan Dalam Kepelatihan Olahraga</i> <i>Andarias Ginting .....</i>	1
<i>Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Melalui Pembelajaran Pencak Silat</i> <i>Alan Alfiansyah Putra Karo Karo .....</i>	7
<i>Minat Siswa Kelas XI Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Renang</i> <i>Iswanta Ginting .....</i>	12
<i>Instrumen Literasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Siswa Melalui</i> <i>Lembar Kerja Peserta Didik</i> <i>Akbar Zahriali .....</i>	17
<i>Aplikasi Media Audiovisual Pada Materi Belajar Tendangan Sabit Pada Pencak Silat</i> <i>Roy Marwan .....</i>	23
<i>Perbedaan Pengaruh Gaya Mengajar Dan Konsep Diri Terhadap Hasil Belajar</i> <i>Lompat Jauh</i> <i>Zuni Arpan Nasution .....</i>	28
<i>Perbedaan Pengaruh Pembelajaran Kooperatif Dan Kemampuan Motorik</i> <i>Terhadap Hasil Gerak Dasar Lari</i> <i>Johannes Indra .....</i>	33
<i>Pengembangan Pembelajaran Permainan Bola Voli Mini</i> <i>Ronny Siringoringo .....</i>	38
<i>Pengembangan Permainan Zombie Tsunami Pada Siswa MIN Kota Medan</i> <i>Nurul Fadhillah .....</i>	44
<i>Perbandingan Pembelajaran Konvensional Dan Pembelajaran Sainifik</i> <i>Terhadap Kreativitas Dan Hasil Belajar Penjas</i> <i>Wicaksono .....</i>	48
<i>Pengembangan Media Pembelajaran Audio-Visual Tutorial Materi Renang Gaya Bebas</i> <i>Aan Deki Praja Pane .....</i>	52
<i>Evaluasi Implementasi Kurikulum 2013 SMK Di Kabupaten Batubara</i> <i>Mauluddin M. Noor .....</i>	57



## PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO-VISUAL TUTORIAL MATERI RENANG GAYA BEBAS

Aan Deki Praja Pane

Pascasarjana Universitas Negeri Medan  
aandekiprajapane@gmail.com

**Abstrak.** Tujuan penelitian ini adalah (1) Untuk menghasilkan media pembelajaran Audio-Visual Tutorial materi renang gaya bebas untuk SMA sederajat. (2) mengetahui efektifitas penggunaan media pembelajaran audio-visual tutorial materi renang gaya bebas untuk SMA sederajat. Penelitian ini menggunakan model pengembangan dari Borg dan Gall yang diadaptasi menjadi model yang sederhana. Penelitian ini akan dilaksanakan di kecamatan Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang Sumatra Utara. Sasaran dalam penelitian pengembangan media pembelajaran audio-visual Tutorial ini adalah seluruh Guru PJOK dan Siswa-siswi SMA sederajat. Dari hasil pembahasan diketahui bahwa media pembelajaran audio-visual tutorial sangat membantu guru dalam proses pembelajaran di SMA sederajat, dan media pembelajaran audio-visual sangat efektif untuk digunakan didalam pembelajaran pendidikan jasmani materi renang gaya bebas.

**Kata Kunci :** Pengembangan , Media Pembelajaran, Pendidikan Jasmani

### PENDAHULUAN

Perputaran dari era industri ke era informasi atau yang lebih dikenal dengan era berbasis ICT memaksa perubahan dalam berbagai bidang, termasuk dalam bidang olahraga. Olahraga yang selama ini lebih banyak aktivitas psikomotorik dibandingkan dengan aktivitas kognitif dan efektifnya maka seharusnya dapat memanfaatkan teknologi saat ini dalam upaya mengembangkan pendidikan olahraga.

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik.

Pendidikan jasmani dapat diartikan juga sebagai suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik,



pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotorik, kognitif, dan afektif setiap siswa. Dalam proses pendidikan sangatlah membutuhkan media pembelajaran agar apa yang ingin disampaikan guru dengan mudah diterima siswa.

Media pembelajaran audio-visual berupa VCD Tutorial adalah salah satu media pembelajaran yang dapat membantu proses belajar mengajar, media ini juga dapat memberikan penjelasan yang lebih rinci dengan menghentikan tayangan pada gerakan tertentu, sehingga yang menonton tayangan tersebut dapat lebih jelas, selain itu dengan gambar dan suara yang dihasilkan akan membuat tayangan semakin menarik sehingga yang melihat tayangan tersebut tertarik untuk memperhatikan materi yang ada di dalam VCD Tutorial tersebut. Semua materi yang ada di dalam pembelajaran PJOK sangatlah membutuhkan media, salah satunya materi renang.

Dalam pembelajaran PJOK mewajibkan guru untuk mengajarkan seluruh materi yang ada di kurikulum PJOK, banyaknya materi yang akan diajarkan guru kepada peserta didik tentunya tidak lah mudah bagi seorang guru, untuk menguasai dan memiliki semua bahan atau media pembelajaran yang akan disampaikan kepada siswa sangatlah sulit, contohnya materi renang gaya bebas. Renang gaya bebas masuk dalam kurikulum PJOK sehingga di sekolah kita menemukan pembelajaran renang gaya bebas. Dalam proses pembelajaran di sekolah guru PJOK harus mengerti bagaimana mengajarkan materi renang gaya bebas dengan didukung oleh media, alat, sarana sehingga dapat diterima oleh siswa.

Kenyataannya dilapangan proses pembelajaran tidak berjalan dengan baik dikarenakan guru merasa kesulitan menemukan media pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan siswa, sehingga mengakibatkan guru PJOK kesulitan untuk mengajarkan materi renang gaya bebas dan siswa merasa kesulitan memahami dan menerima materi renang gaya bebas yang diajarkan oleh guru. Hal lain juga ditemukan di sekolah-sekolah Labuhan Deli pada saat pembelajaran renang gaya bebas, guru merasa kesulitan menemukan media pembelajaran renang gaya bebas sehingga guru hanya mengajar dengan menggunakan alat atau buku saja tanpa didukung oleh media pembelajaran, sehingga mengakibatkan kurangnya pemahaman siswa terhadap materi yang diajarkan oleh guru dan mengakibatkan rendahnya hasil belajar siswa.

Berdasarkan pengalaman peneliti selama menjadi guru PJOK, peneliti melihat siswa mengalami kesulitan untuk memahami materi renang gaya bebas terutama saat melakukan gerakan dan penjelasan yang diberikan guru. Peneliti mencari bermacam-macam sumber belajar di internet atau youtube, peneliti menemukan video pembelajaran renang *Freestyle Technique by Speedo*, menurut peneliti video tersebut tidak sesuai dengan kebutuhan guru dan siswa. video renang *Freestyle Technique by Speedo* tersebut tidak memiliki teks, hanya penjelasan secara lisan dengan menggunakan bahasa inggris sehingga menyulitkan guru dan siswa dalam menelaah atau mencerna isi video tersebut, selain itu video *Freestyle Technique by Speedo* tersebut juga belum menggambarkan dengan baik tahapan dan urutan gerak yang

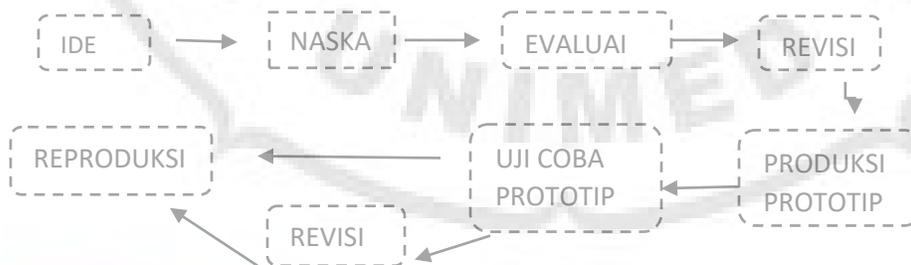


sesuai dengan pembelajaran PJOK materi renang gaya bebas. Menurut peneliti video pembelajaran renang *Freestyle Technique by Speedo* tersebut perlu di kembangkan untuk memenuhi kebutuhan guru-guru PJOK.

## METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian pengembangan media pembelajaran audio-visual Tutorial materi renang gaya bebas untuk SMA sederajat ini menggunakan model pengembangan *Research & Development (R&D)* dari Borg dan Gall (1989:775) terdiri dari sepuluh langkah yaitu : (1) penelitian dan pengumpulan data (pengukuran kebutuhan, penelitian dalam skala kecil) (2) perencanaan, menyusun rencana penelitian (merumuskan tujuan,) (3) pengembangan bentuk produk (pengembangan bahan pembelajaran, proses pembelajaran dan instrument evaluasi) (4) uji coba lapangan awal (menggunakan 6-12 subyek) (5) merevisi (menyempurnakan hasil uji coba) (6) melakukan uji lapangan utama (dengan 30-100 subyek) (7) penyempurnaan produk hasil ujicoba lapangan (8) Uji pelaksanaan lapangan (dengan 40-200 subyek) (9) penyempurnaan produk akhir (10) diseminasi dan implementasi (melaporkan hasilnya dalam pertemuan profesional dan dalam jurnal, bekerjasama dengan penerbit untuk penerbitan. Memonitor penyebaran untuk pengontrolan kualitas.

perencanaan produk pengembangan pembelajaran renang gaya bebas ini di kutip dari sadiman (2003:6) adapun langkah-langkahnya sebagai berikut:



Sumber: Sadiman, Arif. S. 2003. *Media pendidikan pengertian, dan pemanfaatannya* (jakarta: pustekomDikbud)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah memproduksi produk selanjutnya melakukan uji coba produk guna untuk memperoleh data yang digunakan sebagai dasar menetapkan kelayakan produk yang dikembangkan peneliti. Tahapan dalam uji coba produk ini ialah: 1) menetapkan desain uji coba, 2) menetapkan subyek yang akan di uji coba, 3) menetapkan jenis data, 4) menetapkan instrument pengumpulan data 5) teknik analisis data.

Penelitian pengembangan ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif dengan persentase. Teknik ini digunakan untuk menganalisis data kuantitatif yang diperoleh dari hasil penyebaran angket evaluasi dari ahli/pelatih renang, ahli pembelajaran pendidikan jasmanidan ahli media mengenai hasil produk yang dikembangkan. Untuk mengolah data menggunakan Rumus sebagai berikut:



Rumus untuk mengolah data per responden uji coba:

$$P = \frac{X}{X_i} \times 100\%$$

b.rumus untuk mengolah data secara keseluruhan responden uji coba.

$$P = \frac{\sum X}{\sum X_i} \times 100\%$$

## KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian pengembangan media pembelajaran audio-visual Tutorial materi renang gaya bebas untuk SMA sederajat ini menggunakan model pengembangan *Research & Development* (R&D) dari Borg dan Gall, Setelah memproduksi produk selanjutnya melakukan uji coba produk guna untuk memperoleh data yang digunakan sebagai dasar menetapkan kelayakan produk yang dikembangkan peneliti. Dengan penelitian ini diharapkan dapat di tindak lanjuti dengan melakukan sebuah pengamatan yang dapat di kembangkan.

## DAFTAR PUSTAKA

Aip Syarifudin, dkk.2009. *pendidikan jasmani dan pemanfaatannya*. Bandung: Raja Grafindo

Aji.2016. *Olahraga paling lengkap*. Jakarta: PT serambi semesta distribusi

Ali,M., Asrori, M.2016. *Metodologi & Aplikasi Riset Pendidikan*. Jakarta:Bumi Aksara

Arsyad, Azhar. 2007. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo

Asyhar. 2011. *Media pembelajaran dan petunjuk penyusunan*. Yogyakarta: Gava Media

Cheryl A Coker. 2004. *Motor Learning and control practitioners*. New Mexico: Mcgrawhill.

Cecep Kustandi dan Bambang Sutjipto. (2013). *Media Pembelajaran Manual dan Digital Edisi Kedua*. Bogor: Ghalia Indonesia.

Daryanto. 2016. *Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Gava Media

Dwiyogo. D. Walsis. 2004. *Konsep penelitian & pengembangan*. Disajikan pada lokakarya metodologi penelitian jurusan kepelatihan fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri semarang. Malang: Universitas Negeri Malang

Kurniawan, A.w. 2009. *Pengembangan Pembelajaran Judo Teknik Banting KYU 4 Dengan Media VCD Untuk Pejudo PJSI (Persatuan Judo seluruh Indonesia)*. Jakarta:Unuversitas Negeri Jakarta



- Latuheru, jhon. D. 1988. *Media pembelajaran dalam proses belajar mengajarmaa kini.* (jakarta:dapartemen p & K Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Praktek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan),P.4
- Nohantiya.2016. *Pengembangan VCD Instruksional peregangan aktif (Ative Stretching) kebugaran jasmani siswa smp dimalang.* Jurnal Multilateral, Volume 15, No. 2 hlm. 101-110.
- Nursalim. 2010. *Media pembelajaran dan pengembangan.* Jakarta, PT. RosdaKenanga
- Rahmani.2017.*Buku pintar renang.* Jakarta PT. Anugrah
- Susilana, Rudi. Ryana, Cepi. 2009. *Media Pembelajaran Hakikat, Pengembangan, Pemamfaatan, dan Penilaian.* bandung: CV Wacana Prima.
- Syarifudin. 2000. *pendidikan jasmani disekolah.* Bandung:Remaja Rosdakarya

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY