

# Penerapan Media Audio Visual untuk Meningkatkan Kemampuan Numerasi Pada Pembelajaran Lompat Jauh SMA Negeri 6 Semarang

Fiki Maulana Putra<sup>1</sup>, Danang Aji Setyawan<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Semarang  
e-mail: [penulis1fikimaulanaputra2@gmail.com](mailto:penulis1fikimaulanaputra2@gmail.com)

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan penjelasan dan mengetahui tentang penerapan media audio visual untuk meningkatkan kemampuan numerasi pada pembelajaran lompat jauh SMA Negeri 6 Semarang. Metode penelitian ini yaitu metode kuantitatif dengan desain *quasi eksperimental design*. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 6 Semarang, dengan jumlah sebanyak 36 siswa, yang terdiri dari 18 anak dikategorikan ke kelas kontrol dan 18 anak dikategorikan menjadi kelas eksperimen. Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *one group pre-test post-test*. Tahapan dalam penelitian ini dibagi menjadi empat tahap yaitu tahap pertama merupakan tahap *pre* lapangan, tahap kedua yaitu pengamatan proses pembelajaran, serta melakukan pengumpulan data, tahap ketiga analisis data, serta tahap keempat yaitu membuat laporan tertulis dari penelitian yang telah dilakukan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *t*-tabel pada uji *t-test for equality of means* dengan taraf signifikan kedua kelas menunjukkan bahwa untuk nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,000 > 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Maka dari hipotesis dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata dari nilai *posttest* baik dari kelas kontrol dan kelas eksperimen. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan media audio visual yang berisi tentang pembelajaran lompat jauh menjadikan siswa menjadi lebih antusias dalam pembelajaran.

**Kata kunci:** Kemampuan Numerasi, Lompat Jauh

## Abstract

This research aims to provide an explanation and find out about the application of audio visual media to improve numeracy skills in long jump learning at SMA Negeri 6 Semarang. This research method is a quantitative method with a quasi-experimental design. This research was conducted at SMA Negeri 6 Semarang, with a total of 36 students, consisting of 18 children categorized into the control class and 18 children categorized into the experimental class. The experimental design used in this research is one group pre-test post-test. The stages in this research are divided into four stages, namely the first stage is the pre-field stage, the second stage is observing the learning process and collecting data, the third stage is data analysis, and the fourth stage is making a written report from the research that has been carried out. The research results show that the *t*-table value in the *t-test for equality of means* with a significant level for both classes shows that for the Sig. (2-tailed) is  $0.000 > 0.05$  so that  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted. So from the hypothesis it can be concluded that there is a difference in the average *posttest* scores for both the control class and the experimental class. So it can be concluded that the application of audio visual media which contains long jump learning makes students more enthusiastic in learning.

**Keywords :** Numeracy Ability, Long Jump

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hal yang wajib ditempuh oleh seluruh masyarakat Indonesia, terutama pendidikan formal. Pendidikan formal yang wajib di tempuh oleh masyarakat Indonesia meliputi pendidikan pada jenjang SD, SMP, SMA atau SMK, (Widianto et al., 2021). Hal ini disebabkan dengan menempuh pendidikan diharapkan dapat merubah pola pikir masyarakat menjadi lebih baik, selain itu dengan menempuh pendidikan juga dapat meningkatkan ketrampilan

individu pada suatu hal tertentu, (Safitri et al., 2022). Agar mendapatkan hasil pendidikan yang memuaskan, maka setiap individu diwajibkan untuk memiliki jiwa yang sehat dan tubuh yang sehat.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang dapat meningkatkan kesehatan tubuh, sehingga mata pelajaran ini harus diajarkan pada seluruh jenjang pendidikan, baik Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, maupun Sekolah Menengah Atas atau Sekolah Menengah. Kejuruan, untuk Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 37 ayat 1h dalam (Mustafa & Winarno, 2020). Pendidikan jasmani merupakan wadah untuk mendorong kemampuan potensi fisik, pengetahuan, penalaran, dan pembiasaan pola hidup sehat untuk merangsang tumbuh kembang yang seimbang, Putranto & Andriadi dalam (Oktariana & Hardiyono, 2020).

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani biasanya lebih banyak di luar kelas dari pada di dalam kelas, walaupun terkadang tetap melaksanakan pembelajaran di dalam kelas hal ini disebabkan mata pelajaran pendidikan jasmani berhubungan dengan kegiatan olahraga. Olahraga yaitu kebutuhan manusia yang sangat penting dilakukan untuk membentuk rohani dan jasmani yang kuat, sehingga setiap orang yang sering melakukan kegiatan olahraga akan memiliki kesehatan rohani dan jasmani yang lebih baik dibandingkan, orang yang jarang melakukan kegiatan olahraga, (Safitri et al., 2024).

Tujuan diimplementasikannya mata pelajaran penjasokes yaitu untuk melatih kebiasaan siswa agar senang berolahraga sehingga dapat meningkatkan kesehatan jasmaninya. Implementasinya pembelajaran jasmani cenderung menggunakan model pembelajaran konvensional, dimana metode pembelajaran ini lebih menekankan keaktifan pendidik dibandingkan keaktifan siswa, (Kurniawan et al., 2021). Penggunaan metode konvensional sendiri dirasakan tidak begitu efektif, hal ini disebabkan karena sebagian besar siswa tidak begitu tertarik ketika pelaksanaan menggunakan model pembelajaran konvensional dengan hanya berceramah.

SMA Negeri 6 Semarang merupakan salah satu sekolah yang kegiatan pembelajaran penjasokesnya sering menerapkan model pembelajaran konvensional, sehingga dengan adanya hal ini mengakibatkan banyaknya siswa yang merasa jenuh ketika melaksanakan proses pembelajaran, selain itu karena guru hanya menjelaskan saja membuat sebagian besar siswa terkadang masih bingung dalam melaksanakan praktik materi yang diajarkan. Lompat jauh merupakan salah satu materi yang tergolong mudah untuk dipraktikkan tetapi pada implementasinya masih banyak sebagian siswa yang belum menguasai materi mengenai lompat jauh.

Lompat jauh merupakan gerakan melompat kedepan atas selama mungkin di udara atau melayang di udara yang di lakukan dengan cepat, dengan melakukan tolakan pada dua kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya, (Hafidz et al., 2021). Kelas XII MIPA 1 SMA Negeri 6 Semarang merupakan salah satu kelas yang masih terdapat banyak siswa yang belum menguasai teknik lompat jauh, hal ini terbukti pada banyaknya siswa yang nilai praktiknya masih di bawah KKM.

**Tabel 1 Nilai Praktik Lompat Jauh Siswa Kelas XII MIPA 1 SMA Negeri 6 Semarang**

<b>Keterangan</b>	<b>Jumlah</b>
Mencapai KKM	13 siswa
Dibawah KKM	23 siswa
Total siswa	36

Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa kelas XII MIPA 1 SMA Negeri 6 Semarang masih banyak yang nilainya di bawah KKM sebanyak 23 siswa, sedangkan 13 siswa lainnya nilainya di atas KKM, maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa belum menguasai praktik dan materi mengenai lompat jauh. Dengan adanya permasalahan ini maka mengharuskan pengajar untuk melaksanakan pembelajaran dengan menerapkan media yang efektif yang dapat meningkatkan keikutsertaan siswa dalam melaksanakan pembelajaran.

Audiovisual merupakan salah satu media yang dirasa cocok untuk meningkatkan keikutsertaan siswa dalam melaksanakan pembelajaran. Media visual adalah media yang menampilkan

suara dan gambar. Media ini memiliki kemampuan lebih baik sebagai penunjang proses pembelajaran, karena tidak hanya melibatkan indra penglihatan saja, namun juga melibatkan indra pendengar sekaligus, Salsabila et al., (2020). Sehingga diharapkan dapat meningkatkan pemahaman siswa mengenai materi lompat jauh maupun cara mempraktikkan lompat jauh.

Media audiovisual juga dipercaya dapat meningkatkan kemampuan numerasi. Kemampuan numerasi merupakan kemampuan seseorang dalam menganalisis suatu hal, sehingga dapat meningkatkan pemikiran logis, serta dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam memecahkan masalah, Patriana et al., dalam (Wulandari et al., 2023). Penelitian ini berkaitan dengan penelitian (Niswah et al., 2022) bahwa media audiovisual dapat meningkatkan ketrampilan numerik dan pemahaman pada siswa, selain itu hal ini juga sejalan dengan penelitian (Panglipur & Rosita, 2023) bahwa media audiovisual dapat meningkatkan pemahaman siswa dalam pelaksanaan pembelajaran, sehingga dapat meningkatkan kemampuan numerik siswa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan penjelasan dan mengetahui tentang penerapan media audio visual untuk meningkatkan kemampuan numerasi pada pembelajaran lompat jauh SMA Negeri 6 Semarang.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian yaitu kuasi atau *quasi eksperimental design*. Menurut Sugiyono (2019 hlm 77) terdapat dua macam desain kuasi eksperimen yaitu *time-series design* dan *nonequivalent control group design*. *Time-series design* digunakan untuk penelitian yang tidak dapat dipilih secara random. Sedangkan *nonequivalent control group design*, merupakan desain yang sama seperti *pretest-posttest control group design*, hanya saja kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random.

Pada penelitian ini, kelas kelas kontrol ataupun kelas eksperimen dipilih tidak secara acak namun berdasarkan kelas yang telah ditentukan, oleh karena itu, desain pada penelitian ini adalah desain *nonequivalent* atau *pretest and posttest control group design*. Tujuan penelitian eksperimen yaitu untuk mengetahui bagaimana pengaruh suatu model yang dilakukan dengan memberikan perlakuan tertentu terhadap beberapa kelompok yang ditentukan atau kelas eksperimen. Penelitian ini dilaksanakan di SMA N 6 Semarang yang beralamat di Jl.Ronggolawe Bar. No.4, Gisikdrono Semarang, Jawa Tengah.

Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *one group pre-test post-test* dengan pola sebagai berikut. Pola:

T1	X	T2
----	---	----

Keterangan:

T1 adalah *pre-test*

T2 adalah *post-test*

X adalah perlakuan atau penerapan media audio visual

Proses pengolahan dan penyusunan data pada penelitian ini yang diperoleh secara sistematis, dengan mengelompokkan data ke dalam kelompok tertentu, menjabarkan menjadi bagian-bagian, menggabungkan data, menyusun pola, memilah dan memilih data yang penting untuk dipelajari, serta menyimpulkan data agar dapat dipahami oleh peneliti ataupun pembaca adalah pengertian dari analisis data. Pada penelitian ini, tehnik yang akan digunakan adalah berupa observasi, test.

Instrumen penelitian ini bertujuan melihat seberapa besar model media audio visual untuk meningkatkan kemampuan numerasi pada pembelajaran lompat jauh SMA N 6 Semarang. Adapun instrumrn pada penelitian ini terdapat lembar observasi dan lembar soal tes.

Tahapan dalam penelitian ini dibagi menjadi 4 tahap, tahap pertama merupakan tahap *pre* lapangan kegiatan pada tahap ini meliputi penyusunan proposal terkait pelaksanaan penelitian, selanjutnya tahap kedua, pada tahap ini peneliti melaksanakan mengamati proses pembelajaran, serta melakukan pengumpulan data atau informasi yang terkait fokus penelitian. Pada tahap ketiga dilaksanakan analisis data dengan langkah-langkah reduksi data, penyajian data dan verifikasi atau penarikan kesimpulan. Pada tahap ini peneliti juga menyusun data yang telah terkumpul

secara sistematis dan terinci sehingga data tersebut mudah dipahami dan diinformasikan kepada pihak lain secara jelas. Tahap akhir yang peneliti lakukan adalah dengan membuat laporan tertulis dari penelitian yang telah dilakukan. Pada tahap ini, peneliti menyusun data yang telah dianalisis dan disimpulkan dalam bentuk laporan penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil penelitian untuk kelas kontrol dan eksperimen nilai *posttest* dan *pretest* data penelitian sebagai berikut :

**Tabel 2. Hasil *Pretest* dan *Posttets* Kelas Kontrol**

Variabel	N	Mean	Median	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretes Kontrol	18	35,8333	35	6,47393	25	50
Postest Kontrol	18	64,4444	65	9,98365	45	80
Pretes eksperimen	18	39,4444	40	9,05683	25	60
Postes eksperimen	18	78,0556	75	9,09733	60	95

1. Hasil skor pada saat sebelum diberikan perlakuan dengan penerapan media audio visual terhadap hasil belajar lompat jauh *pretest* yaitu diperoleh jumlah skor rata-rata sebesar 39,44 median 35; standar deviasi 9,05; skor terendah 25 dan skor tertinggi adalah 60.
2. Hasil skor pada saat sesudah diberikan perlakuan dengan penerapan media audio visual terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *posttest* yaitu diperoleh jumlah skor rata-rata sebesar 78,05; median 75; standar deviasi 9,09; skor terendah 60 dan skor tertinggi adalah 95.
3. Hasil skor media audio visual terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *posttest* antara kelas *control* dan eksperimen menunjukkan ada perbedaan rata-rata. Diketahui bahwa rata-rata kelas eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol

Hasil tabel tersebut diketahui bahwa terdapat perbedaan kemampuan lompat jauh gaya siswa sebelum dan sesudah menerima penerapan media audio visual. Jadi, dapat dikatakan bahwa dalam penerapan media audio visual ada pengaruh yang signifikan terhadap hasil rata-rata peningkatan lompat jauh gaya jongkok.

#### 1. Uji Normalitas

Untuk mengetahui suatu data berdistribusi normal, dengan metode *kolmogorov-smirnov*, dengan ketentuan jika nilai *asyp.sig* lebih besari dari 0,05 maka data berdistribusi normal. Adapun hasil perhitungan uji normalitas sebagai berikut.

**Tabel 3. Distribusi Hasil Uji Normalitas**

Test Normality	statistic	df	Sig
Pretes	0,133	18	200
Posttest	0,187	18	0,096

#### 2. Uji Hipotesis

Uji t dimaksudkan untuk menyelidiki apakah ada pengaruh penerapan media audio visual untuk meningkatkan kemampuan numerasi pada pembelajaran lompat jauh SMA N 6 Semarang dengan melihat beda hasil materi lompat jauh gaya jongkok antara sebelum dan sesudah. Ketentuan yang berlaku bila jika nilai sig. t hitung <0,05, maka keputusannya Ho ditolak dan H1 diterima, begitu sebaliknya. Adapun hasil pengujian beda rata-rata (uji T) sebagai berikut.

## Pembahasan

Pada bagian ini akan membahas penguraian penelitian tentang penerapan media audio visual untuk meningkatkan kemampuan numerasi pada pembelajaran lompat jauh SMA N 6 Semarang. Dalam pelaksanaan pembelajaran di sekolah para guru pendidikan jasmani

olahraga dan kesehatan masih menggunakan pengajaran yang bersifat standar dan umum, oleh karena itu perlu diberikan suatu gambaran model pembelajaran dengan media audio visual yang berisi tentang pembelajaran lompat jauh. Hal tersebut menjadikan siswa menjadi lebih antusias dalam pembelajaran, menciptakan pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa, mempermudah pemahaman siswa dalam proses pembelajaran, dan memberikan motivasi sehingga siswa bersemangat untuk mengikuti pembelajaran.

Jadi dapat dikatakan dalam hal ini fungsi media sebagai alat bantu dalam kegiatan pembelajaran. Media audio visual merupakan media yang cocok digunakan dalam pembelajaran olahraga yang bersifat individu yakni lompat jauh. Media audio visual merupakan media yang menggunakan gambar dan suara dapat membantu siswa dalam memahami pembelajaran yang disampaikan guru.

Media audio visual terbuat dari video yang menampilkan gambar-gambar dengan pembelajaran lompat jauh gaya. Penggunaan media ini diharapkan mampu meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok serta memudahkan proses pembelajaran khususnya dalam bidang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disekolah SMA N 6 Semarang.

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil belajar pada SMA N 6 Semarang terhadap pembelajaran lompat jauh gaya jongkok menggunakan media audio visual, dapat dikatakan bahwa secara keseluruhan menunjukkan adanya hasil belajar yang meningkat dari *pre test* ke *post test*.

Berdasarkan uji t terlihat bahwa nilai ttabel pada uji *t-test for equality of means* dengan taraf signifikan kedua kelas. Uji Independent t-test menunjukkan bahwa untuk nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,000 > 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Maka dari hipotesis dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata dari nilai *posttest* baik dari kelas kontrol dan kelas eksperimen.

## SIMPULAN

Berdasarkan analisis dan hasil mengenai Penerapan Media Audio Visual Untuk Meningkatkan Kemampuan Numerasi Pada Pembelajaran Lompat Jauh SMA Negeri 6 Semarang, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Berdasarkan uji t terlihat bahwa nilai ttabel pada uji *t-test for equality of means* dengan taraf signifikan kedua kelas menunjukkan bahwa untuk nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,000 > 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Maka dari hipotesis dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata dari nilai *posttest* baik dari kelas kontrol dan kelas eksperimen. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapakan media audio visual yang berisi tentang pembelajaran lompat jauh menjadikan siswa menjadi lebih antusias dalam pembelajaran, menciptakan pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa, mempermudah pemahaman siswa dalam proses pembelajaran, dan memberikan motivasi sehingga siswa bersemangat untuk mengikuti pembelajaran. Sehingga nantinya dapat meningkatkan kemampuan numerasi siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hafidz, I. A., Syafei, M. M., & Afrinaldi, R. (2021). Survei Pengetahuan Siswa Terhadap Pembelajaran Atletik Nomor Lompat Jauh di SMAN 1 Rengasdengklok. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(2), 104–109.
- Kurniawan, D., Yulianti, D., & Riswandi. (2021). Pengembangan Media Pembelajaran Audio Visual Berbasis SAVI Untuk Meningkatkan Prestasi Lompat Jauh Gaya Jongkok (Gaya Ortodok) Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 2372–2382.
- Mustafa, P. S., & Winarno, M. E. (2020). Pengembangan Buku Ajar Pengajaran Remedial Dalam Pendidikan Jasmani Untuk Mahasiswa S1 Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Universitas Negeri Malang. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(1), 1–12.
- Niswah, N., Nugroho, V. A., & Fauziah, S. (2022). Upaya Peningkatan Kemampuan Numerasi Melalui Video Animasi dengan Karakter Loomie pada Peserta Didik Kelas IV SDN 3 Karangrandu. *Prosiding Seminar Nasional Sultan Agung Ke-4*, 1(1), 151–165.
- Oktariana, D., & Hardiyono, B. (2020). Pengaruh Daya Ledak Otot Lengan, Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Hasil Smash Bola Voli Pada Siswa SMK

- Negeri 3 Palembang. *Journal Coaching Education Sports*, 1(1), 13–26.
- Panglipur, I. R., & Rosita, M. (2023). Berpikir Matematis Siswa Pada Pembelajaran Audio Visual Berbantuan Lkpd Berbasis Literasi Numerasi. *Jurnal Kajian Pembelajaran Dan Keilmuan*, 7(1), 78–87.
- Safitri, A. O., Yunianti, V. D., & Rostika, D. (2022). Upaya Peningkatan Pendidikan Berkualitas di Indonesia: Analisis Pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs). *Jurnal Basicedu*, 6(4), 7096–7106.
- Safitri, K. N., Irdhillah, S., Deskia, M., Naufaldy, M. F., Rahayu, R., Kusumawicitra, N., Triwanvi, S., & Mulyana, A. (2024). Pembelajaran Penjasorkes Di Sekolah Dasar: Manfaat Olahraga Untuk Kesehatan Tubuh. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Ilmu Pendidikan*, 3(2), 44–56.
- Salsabila, U. H., Sofia, M. N., Seviarica, H. P., & Hikmah, M. N. (2020). Urgensi Penggunaan Media Audiovisual Dalam Meningkatkan Motivasi Pembelajaran Daring. *Jurnal Insania*, 25(2), 284–304.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Widianto, E., Shafia, A. B., Sari, M. A., Maula, N. M. N., Salsabila, N. R., & Hidayat, T. (2021). Peran Pembelajaran Daring bagi Warga Belajar Program Pendidikan Kesetaraan dalam Melaksanakan Pembelajaran Jarak Jauh. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 5(1), 24–30.
- Wulandari, N., Tindangen, M., Fendiyanto, P., & Rosifah, D. (2023). Meningkatkan Kemampuan Literasi Dan Numerasi Peserta Didik Dengan Media Pembelajaran Digital Canva Pada Materi Pencemaran Lingkungan. *Prosiding Seminar Nasional PPG Universitas Mulawarman*, 4(1), 21–26.