

**PENGARUH MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP
TENDANGAN YOKO GERI KEKOMI**

ARTIKEL PENELITIAN



**OLEH:
NAMA IRVAN
NIM. F1102151026**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2019**

**PENGARUH AUDIO VISUAL TERHADAP
TENDANGAN YOKO GERI KEKOMI**

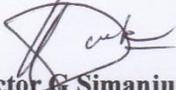
ARTIKEL PENELITIAN

**NAMA IRVAN
NIM. F1102151026**

Disetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


Prof. Dr. Victor G. Simanjuntak, M.Kes
NIP. 195505251976031002


Eka Supriatna M.Pd
NIP. 197711122006041002

Mengetahui,

Dekan FKIP Untan

Ketua Jurusan IKOR

Dr. H. Martono M.Pd
NIP.196803161994031014


Eka Supriatna M.Pd
NIP. 197711122006041002

**PENGARUH AUDIO VISUAL TERHADAP
TENDANGAN YOKO GERI KEKOMI**

ARTIKEL PENELITIAN

**NAMAIRVAN
NIM. F1102151026**

Disetujui,

PembimbingUtama

PembimbingPendamping

Prof. Dr. Victor G Simanjuntak, M.Kes

NIP. 195505251976031002

Eka Supriatna M.Pd

NIP. 197711122006041002

Mengetahui,

Dekan FKIP Untan

Ketua Jurusan IKOR

Dr. H. Martono M.Pd

NIP.196803161994031014

Eka Supriatna M.Pd

NIP. 197711122006041002

PENGARUH MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP TENDANGAN YOKO GERI KEKOMI

Irvan, Victor G Simanjuntak, Eka Supriatna

Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Untan Pontianak

Email:irvanzero20@gmail.com

Abstract

The purpose of this research was to determine the effect of audio-visual media to yoko geri kekomi in SMK Negeri 1 Sambas west Borneo Province. The metode used was exsperimental. Exsperimental from using one group pretest-posttest design. Intake of this study using purposive sampling technique with a number of 24 people. Data analysis was performed by t-test analysis. From the test result are known yoko geri kekomi kick $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($10,09 > 2,06$) can be concluded that the hypothesis is accepted, which means there is influence. There is a change in the test kicks yoko geri kekomi increase of 14,58%. This is based on test result yoko geri kekomi kick after treated (treatment), where the mean possttest langer than the mean pretest ($19,48 > 17$).

Keywords : Media audio Visual, Yoko Geri Kekomi Kick In Karate

PENDAHULUAN

Ekstrakurikuler merupakan olahraga yang dilakukan diluar jam pelajaran tetapi guna dalam memperluas wawasan serta peningkatan dan penerapan nilai-nilai pengetahuan dan kemampuan berbagai hal seperti, olahraga dan seni. Selain itu kegiatan ekstrakurikuler juga merupakan salah satu cara menampung dan mengembangkan potensi siswa yang tidak tersalurkan saat di sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu upaya pembinaan yang diselenggarakan di lingkungan sekolah. Didalam ekstrakurikuler ini, keterampilan siswa akan lebih ditingkatkan lagi dengan bentuk latihan sesuai dengan kecabangan olahraga yang diminati. Hal ini sangat terpenting agar pembibitan dan pembinaan olahraga dikalangan siswa akan terus meningkat dan mencapai hasil yang maksimal khususnya cabang olahraga beladiri karate. Ekstrakurikuler karate merupakan salah satu kegiatan yang banyak diminati dan digemari oleh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler karate. Selain itu juga olahraga karate ini menjadi daya tarik oleh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler dan banyak pula lomba-lomba yang diadakan baik tingkat

kabupaten maupun tingkat provinsi. Oleh karena itu karate sangatlah penting dalam menumbuh kembangkan atlet yang propesional dan sebagai pertahanan diri dari serangan musuh. Beladiri merupakan sebuah frasa gabungan yang berkonotasi kepada upaya atau tindakan seseorang yang bertujuan melindungi diri sendiri dari serangan manusia maupun lainnya. Oleh karena itu olahraga beladiri ini tidak seperti olahraga lainnya, olahraga beladiri ini fungsinya untuk mengembangkan kemampuan diri sendiri dalam membela diri. Dalam penelitian yang akan dilakukan, peneliti mengambil tentang beladiri khususnya olahraga karate. Poerwadarmaminta (dalam Abdul Wahid,2007:5).

Karate adalah seni beladiri tangan kosong dimana kaki dan tangan digunakan secara sistematis misal apabila ada serangan yang muncul apakah itu pukulan maupun tendangan yang datang secara tiba-tiba dan mengejutkan dari lawan maka kedua tangan dan kaki bergerak secara sistematis kearah serangan ataupun dengan senjata yang sebenarnya. (Victor G Simanjuntak). Hal terpenting yang harus dikuasai adalah teknik dasar, seperti yang diketahui bahwa gerak dasar adalah suatu

penentu dalam keberhasilan seseorang cabang olahraga karate. Dari beberapa gerak dasar karate seperti pukulan (Tzuki), tendangan (Geri), tangkisan (Uke). Inilah ketiga gerak dasar yang harus dikuasai untuk menjadi seorang karateka. Sebab satu gerak dasar yang harus dikuasai dalam gerak karate adalah tendangan. Tendangan merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari karate karena tendangan bisa memperoleh nilai yang maksimal saat pertandingan. Dalam pertandingan teknik tendangan yoko geri kekomi sangatlah diperlukan untuk mendapatkan poin yang banyak sasaran dikepala, oleh karena itu peneliti hanya terfokus dan menekankan pada proses gerak dasarnya saja khususnya tendangan yoko geri kekomi.

Menurut Paul Perry (1992:75), "yoko geri kekomi adalah tendangan yang menusuk kesamping dengan awalan kuda-kuda kibha dachi dan langkah yang menyilang". Sedangkan menurut Sajoto (dalam Risma Satria Wijaya, 2014:249), "yoko geri kekomi adalah suatu teknik tendangan yang ditujukan pada sasaran muka, leher dan perut dan paha bagian samping lawan. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, tendangan yoko geri kekomi khususnya yang mengikuti ekstrakurikuler karate masih belum menunjukkan hasil yang diharapkan, hal ini dapat dilihat saat peneliti melakukan wawancara dengan pelatih disekolah tersebut hasil tendangan yang belum sesuai dengan yang diharapkan ditujukan dari penguasaan materi yang kurang, teknik tendangan yang salah, dan sikap awal dalam melakukan tendangan yaitu berupa ayunan kaki yang masih salah dan pada saat selesai menendang kaki langsung diturunkan tidak ditekek terlebih dahulu. Kesalahan tersebut dikarenakan beberapa faktor yang mempengaruhi salah satunya model latihan yang masih kurang bervariasi dimana proses latihan berpusat pada pelatih, penyampaian materi oleh pelatih didepan ada siswa dengan jumlah yang banyak membuat pelatih kesulitan menyampaikan materi. Seperti pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler dengan jumlah peserta didik 24 orang.

Dengan permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik, peneliti mencoba meneliti dengan menerapkan dengan menggunakan media audio visual dalam karate khususnya pada tendangan yoko geri kekomi. Media audio visual ini sangat membantu dalam memudahkan para siswa mendengar info atau pesan yang disampaikan melalui video. Media audio visual ini memiliki kelebihan antara lain, memperjelas penyajian pesan agar tidak terlalu bersifat verbalistis (dalam bentuk kata-kata maupun lisan), mengatasi keterbatasan ruang, waktu dan daya indera, seperti objek yang terlalu besar digantikan dengan realitas, gambar, film bingkai, film atau model. Peneliti memberikan sebuah video tentang tendangan yoko geri kekomi yang ditampilkan dilayar maupun laptop, kemudian siswa menonton video dengan durasi waktu 10 menit, setelah menonton selama 10 menit kemudian peserta didik melakukan tendangan yang telah diputar atau ditayangkan selama 10 menit selama 5 kali pengulangan. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh media audio visual terhadap tendangan yoko geri kekomi.

Kaki merupakan anggota tubuh yang memiliki kekuatan yang lebih dari tangan. Dengan dapatnya menguasai secara baik pada kaki, maka seseorang memiliki kelebihan secara tersendiri. Karate juga dikenal dengan tendangannya. Menurut Asepta (2008:22), "tendangan dalam karate sama seperti halnya penggunaan dan fungsi tangan yang merupakan suatu kekuatan. Jika ditinjau dari tapak kekuatan, maka kekuatan kaki atau tendangan memiliki kekuatan lebih besar dari tangan. Salah satu tendangan yang ada dalam karate yaitu tendangan yoko geri kekomi. Yoko Geri Kekomi adalah salah satu tendangan yang menusuk kesamping dengan mengarahkan keperut, leher dengan menggunakan sokuto atau tepian telapak kaki. Terkadang dalam sebuah pertandingan hanya karateka yang menggunakan tendangan ini agar bisa mendapatkan ippon atau tiga poin. Menurut Risma Satria Wijaya (2015:249), "yoko geri kekomi adalah salah satu jenis tendangan dalam karate, secara bahasa yoko berarti "samping", geri

“tendangan”, kekomi berarti kekuatan mendorong”. Sedangkan menurut Paul Perry (1992:75),”yoko geri kekomi adalah salah satu tendangan menusuk kesamping dengan mengunkana kuda-kuda kibha dachi dan langkah menyilang”. Tendangan yoko geri kekomi adalah tendangan menusuk kesamping. Bagian kaki yang dipukulkan adalah tepian telapak kaki, caranya dengan mengangkat kaki lalu ditekuk lalu lontar kearah sasaran. Adapun tahapan-tahapan dalam melakukan tendangan yoko geri kekomi menurut Paul Perry (1992:75):

1. Sikap permulaan untuk melakukan tendangan menusuk kesamping. Dengan mengambil posisi dasar kuda-kuda kibha dachi dan langkah menyilang. Angkat kaki sebelah kanan maupun kiri kemudian lutut ditekuk. Tendangan ini menggunakan tepian telapak kaki.
2. Tungkai penopang harus tetap ditekuk. Angkat lutut dari kaki yang menendang 45 derajat kearah yang dituju. Tarik pinggung kebelakang seolah-olah akan duduk dikursi dan jaga tensi tubuh bagian atas khususnya otot-otot samping dari kaki yang menendang.
3. Selagi tungkai yang menendang mulai terlontar ke depan ke arah sasaran, tetaplh menjaga posisi bagian atas dengan tekanan lengan sedikit keras dari sisi yang menendang.

Adapunkuda-kuda yang digunakan dalam menggunakan tendangan yoko geri kekomi adalah kuda-kuda kibha dachi. Menurut Victor G Simanjuntak (2004:6),”kiba dachi adalah teknik kuda-kuda dimana kaki dibuka selebar bahu dengan lutut ditekukdan posisi telapak kaki sejajar lurus kedepan. Secara umum media merupakan kata jamak dari “medium”, artinya perantara atau pengantar. Istilah media digunakan dalam bidang pendidikan atau pengajaran sehingga istilahnya menjadi media pembelajaran atau media pendidikan.

Menurut Salahudin (1986:3), kata media berasal dari bahasa latin dan merupakan bentuk jamak dari kata”medium”yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar, maksudnya sebagai perantara atau alat menyampaikan sesuatu”. Sedangkan menurut

Giri Wiarto (2015:6),”media adalah suatu alat komunikasi dalam dunia pendidikan seperti media massa, komunikasi massa,surat kabar, majalah,radio dan televisi”. Selanjutnya menurut Garlach dan Eli (dalam Sapto Haryoko 2009:3) mengatakan bahwa media apabila dipahami secara garis besar adalah manusia, materi atau kejadian yang membangun kondisi membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan dan sikap”. Media adalah sumber belajar sehingga secara luas media dapat diartikan dengan manusia, benda, ataupun peristiwa yang memungkinkan siswa memperoleh pengetahuan serta keterampilan. Media adalah alat bantu yang dapat berupa apa saja yang dijadikan sebagai penyalur pesan guna mencapai tujuan pembelajaran (Djamarah, 2010:120). Dapat disimpulkan bahwa media adalah suatu alat yang bisa menghantarkan suatu materi pembelajaran agar dapat mempermudah suatu proses pembelajaran agar mencapai suatu tujuan.

Menurut Rohani (1997:97-98),”audio visual adalah media intruksional modern yang sesuai dengan perkembangan jaman,meliputi media yang dapat dilihat dan didengar”.

Menurut Muthmainnah Usman (2019:2),”media audio visual merupakan media intruksional yang sesuai dengan perkembangan jaman. Menurut Wina Sanjaya (2010:172),”media audio visual adalah media yang mempunyai suara dan unsur gambar yang bisa dilihat, misalnya rekaman video, slide, suara dan sebagainya”. Media audio visual merupakan menghubungkan antara unsur suara dan unsur gambar bergerak dalam menerima informasi sehingga memudahkan pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran karena dengan media audio visual peserta didik dapat mendengarkan informasi sekaligus melihat gambar yang bergerak. Media audio visual adalah kombinasi antara audio dan video yang diciptakan sendiri seperti slide yang dikombinasikan dengan kaset audio”(Wingkel,2009:321). Dalam proses belajar mengajar media diartikan sebagai alat yang berupa alat-alat *grafis*, *photografis*, atau elektronik untuk menangkap, memproses dan menyusun kembali informasi baik visual

maupun verbal. Jadi, media digunakan sebagai perantara untuk menyampaikan isi dari pembelajaran agar tujuan dalam proses belajar mengajar dapat disampaikan secara maksimal. Menurut Soedjarwono, (1997:175) bahwa media audio visual menjadi delapan kelas yaitu : 1). Media *audio visual* gerak contoh televisi, video, tape, film dan media audio pada umumnya seperti kaset program, piringan, dan sebagainya. 2). Media *audio visual* diam contoh film stip bersuara, slide bersuara, komik dengan suara. 3). Media *audio* semi gerak contoh telewriter, mose, dan media board. 4). Media *visual* gerak contoh film bisu. 5). Media *visual* diam contoh mikrofon, gambar, dan *grafis*, peta globe. 6). Media semi gerak. 7). Media *audio* contoh radio, telepon, tape, disk, dan sebagainya. 8). Media cetak contoh koran, majalah dan lainnya.

Dalam pemilihan metode latihan tentunya membutuhkan suatu media *audio visual* yang dapat membantu seorang guru dalam menyampaikan pesan agar bisa lebih jelas dan dipahami siswa. Selain itu juga media *audio visual* dapat membangkitkan motivasi dan minat belajar siswa yang baru dalam diri siswa. Salah satu media yang dapat digunakan dalam latihan adalah media audio visual. Media ini mempunyai kemampuan yang lebih, karena media ini mengandalkan dua indera sekaligus yaitu indera pendengaran dan indera penglihatan. Adapun tujuan dari media audio visual adalah: 1). Mempermudah dalam menyampaikan dan menerima atau informasi serta dapat menghindarkan salah pengertian. 2). Mendorong keinginan untuk mengetahui lebih banyak, hal ini disebabkan karena sifat audio visual yang menarik dengan gambar yang dibuat semenarik mungkin agar peserta didik tertarik. 3). Mengenalkan pengertian yang didapat, karena selain bisa menampilkan

gambar, grafik, diagram, ataupun cerita. 4). Tidak membuat peserta didik menjadi bosan.

Adapun kelebihan dan kelemahan dari media audio visual diantaranya: Kelebihan 1). Dapat mengatasi keterbatasan pengalaman yang dimiliki peserta didik. 2). Media audio visual memungkinkan adanya interaksi antara peserta didik dengan lingkungan sekitarnya. 3). Dapat menyampaikan suara seorang ahli sekaligus melihat penampilannya. 4). Dapat menanamkan konsep yang benar. 5). Meningkatkan daya tarik dan perhatian siswa. 6). Dapat membangkitkan keinginan dan minat baru. 7). Melengkapi alat sumber belajar. Kelemahan 1). Perhatian penonton sulit dikuasai, partisipasi mereka jarang di praktekkan. 2). Audien tidak dapat mengikuti dengan baik kalau video yang ditampilkan terlalu cepat. 3). Memerlukan pralatan yang mahal dan kompleks. 4). Terpaku pada aliran listrik.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini digunakan metode eksperimen. Menurut Sugiyono (2013:107), "metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari suatu pengaruh yang terdapat dalam suatu masalah dalam bentuk perlakuan terhadap kondisi yang terkendalkan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan bentuk desain eksperimen *pre-experimental design*.

Pre experimental design adalah desain penelitian dimana masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen, jadi hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen ini bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen.

Tabel 1

Rancangan Penelitian *One Group Pretest Posttest design*

Pretest	Perlakuan	Posttest
O1	X	O2

(Sugiyono 2012 :111)

Analisis data merupakan bagian yang sangat penting dalam penelitian. Sebab dengan adanya analisis data, maka hipotesis yang ditetapkan bisa diuji kebenarannya untuk

diambil kesimpulannya. Berdasarkan penjelasan tersebut, maka analisis data dilakukan yaitu dengan uji pengaruh. Sebelum menggunakan uji-t data yang diperoleh tidak

menjamin normal ataupun homogen untuk itu data harus di uji dengan uji normalitas dan homogenitas.

Menurut Sarjo dan Julianita (2011:53),” uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu distribusi data apakah data mengikuti, mendekati distribusi normal atau tidak, teknik pengujian normalitas data dengan menggunakan Chi Kuadrat (X^2). Menurut Sugiyono (2012:19),”Chi Kuadrat satu sampel adalah teknik statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis deskriptif bila dalam populasi terdiri atas dua atau lebih kelas, data berbentuk nominal dan sampelnya besar”. Dalam rencana penelitian ini uji normalitas data menggunakan uji chi Kuadrat (X^2), karena akan dilihat apakah chi kuadrat hitung lebih kecil dari harga chi kuadrat tabel maka hal ini akan dinyatakan berdistribusi normal. Dalam melakukan uji homogenitas menggunakan pengujian homogenitas varian terbesar dibandingkan varian terkecil (uji F). Setelah kedua data berdistribusi normal dan homogen data penelitian akan dianalisis dengan menggunakan uji-t. Menurut Ali

Maksum (2007:38),”t-test adalah teknik statistik yang digunakan untuk menguji signifikansi perbedaan dua buah mean yang berasal dari dua buah distribusi”. Oleh karena itu sampel digunakan sejenis maka t-test yang dipakai adalah t-test sampel sejenis.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pelaksanaan dalam penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 1 Sambas. Tujuan dalam pelaksanaan penelitian ini adalah untuk meningkatkan teknik tendangan yoko geri kekomi peserta didik.

Pengolahan data hasil penelitian berdasarkan hasil tes yang telah dilakukan terhadap peserta didik dengan analisis uji pengaruh. Hasil analisis data dibandingkan dan diambil kesimpulan untuk mengetahui hasil penelitian sebagai jawaban masalah penelitian. Berdasarkan hasil penelitian adapun data penelitian diperoleh sebagai berikut:

Deskriptif data hasil penelitian

Data	db	Nilai Thitung	Nilai Ttabel
<i>Pretest</i>	24	10,09	2,06
<i>Posttest</i>	24	10,09	2,06
Keputusan	Terdapat Pengaruh		

Berikut ini adalah gambaran hasil pengolahan data yang telah dilakukan dari hasil penelitian yang telah dilakukan baik tes awal (*pretest*) maupun tes akhir (*posttest*).

Tabel hasil data *Pretest*

Jumlah	424
Rata-rata	17
$\sum X$	424
$\sum X^2$	7329
Standar Deviasi	2,08
Nilai Terendah	13
Nilai Tertinggi	28

Adapun deskripsi data penelitian berdasarkan tabel diatas menunjukkan hasil belajar yang terdiri dari 24 sampel maka diperoleh jumlah

424, rata-rata 17, $\sum X$ 424, $\sum X^2$ 7329, standar deviasi, nilai terendah 13, nilai tertinggi 28.

Tabel hasil data *Posttest*

Jumlah	487
Rata-rata	19,48
$\sum X$	487
$\sum X^2$	9571

Standar Deviasi	1,87
Nilai Terendah	16
Nilai Tertinggi	28

Adapun deskripsi data penelitian berdasarkan tabel di atas menunjukkan hasil belajar siswa terdiri dari 24 sampel, dengan jumlah 487, rata-rata 19,48, $\sum X$ 487, $\sum X^2$ 9571, standar deviasi 1,87, nilai terendah 16, nilai tertinggi 28. Berdasarkan hasil analisis deskripsi data *pretest* dan *posttest* maka hasil rata-rata tendangan yoko geri kekomi pada peserta didik

pretest adalah 17 sedangkan pada *posttest* adalah 19,48.

Hasil Analisis Data Penelitian

Sebelum menguji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan pengujian prasyarat analisis. Adapun pengujian persyaratan analisis dilakukan dengan:

Hasil Uji Normalitas

Statistik Pretest Posttest		
N 24 24		
\bar{X} 17 19,48		
SD	2,08	1,87
X^2_{hitung}	0,663	1,972
X^2_{tabel}	8,656	8,656
Kesimpulan	Data Distribusi Normal	

Berdasarkan tabel di atas untuk data hasil *pretest* diperoleh X^2 hitung $< X^2$ tabel ($0,663 < 8,656$), sedangkan hasil *posttest* diperoleh X^2 hitung $< X^2$ tabel ($1,972 < 8,656$).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data hasil *pretest* dan *posttest* hasil tendangan yoko geri kekomi berdistribusi normal.

Hasil Uji Homogenitas

Statistik	Pretest	Posttest
S^2	2,08	1,87
F_{hitung}	1,11	
F_{tabel}	4,30	
Kesimpulan	Data Homogen	

Harga F hitung dibandingkan dengan harga F tabel dengan dk pembilang sama, kebetulan jumlah n_1 sama n_2 sama yaitu $24-1=23$ (dk pembilang dan dk penyebut sama), jadi berdasarkan tabel F , maka harga F hitung lebih

kecil dari F tabel ($1,11 < 4,30$) untuk F tabel 1%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa varian data yang akan dianalisis homogen.

Hasil Uji-t

Tes Pretest Posttest	
Rata-rata 17 19,48	
T_{tes} 10,09	
d.b 23	
T_{tabel}	2,06
Taraf Signifikansi	5%

Berdasarkan data pada tabel di atas nilai T_{test} yaitu sebesar 10,09. Dengan melihat tabel statistika dimana pada derajat kebebasan

$dk=(N-1)$ adalah $24-1=23$ dan pada taraf signifikansi 5% diperoleh nilai T_{tabel} sebesar 2,06. Dengan demikian nilai dari $T_{test} = 10,09$

lebih besar dari nilai $T_{tabel} = 2,06$ dan terjadi peningkatan sebesar 14,58%, artinya hipotesis diterima berarti terdapat pengaruh media audio visual terhadap tendangan yoko geri kekomi.

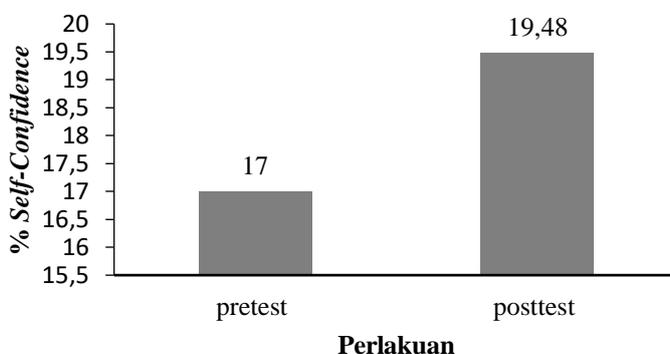
Pembahasan

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen untuk meningkatkan teknik yang dimiliki peserta didik yang materi karate khususnya tendangan yoko geri kekomi dengan menggunakan media audio visual yang dilakukan pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler karate di SMK Negeri 1 Sambas. Penelitian ini dilakukan dengan melihat kemampuan tes awal selanjutnya diberikan strategi dengan materi tendangan yoko geri kekomi dengan menggunakan media audio visual memiliki dua tahapan, yang pertama mempersiapkan media audio visual infokus, posisi peserta didik, dan alat-alat mendukung lainnya dengan mengoperasikan

infokus. Kedua setelah setelah menyaksikan video yang ditampilkan maka setelah itu peserta didik mempraktikkan teknik yang telah disaksikan selanjutnya setelah itu selama 12 kali pertemuan maka dilakukan tes akhir (*posttest*). Selanjutnya setelah proses penelitian dilakukan maka tahapan selanjutnya yaitu menganalisis uji pengaruh antara *pretest* dan *posttest* dimana berdasarkan hasil analisis data penelitian maka dapat dinyatakan bahwa tes awal diperoleh nilai kemampuan yang lebih rendah dibandingkan tes akhir. Berdasarkan hasil tersebut bahwa terlihat peningkatan antara tes awal dan tes akhir.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis uji pengaruh maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh media audio visual terhadap tendangan yoko geri kekomi yang signifikan. Rata-rata *pretest* 17, sedangkan pada *posttest* 19,48 dengan persentase peningkatan sebesar 14,58%.

Grafik Histogram hasil Rata-rata Pretest dan Posttest



SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan analisis data dan hasil penelitian yang sudah dilakukan yaitu berdasarkan hasil rekapitulasi data baik *pretest* dan *posttest* menunjukkan sebuah peningkatan dengan analisis uji pengaruh. Berdasarkan

analisis melalui uji pengaruh dimana nilai dari $t_{hitung} 10,09$ lebih besar dari nilai $t_{tabel} 2,06$ atau ($10,09 > 2,06$).

Maka dapat ditarik kesimpulan yaitu terdapat pengaruh media audio visual terhadap tendangan yoko geri kekomi dengan uraian sebagai berikut: nilai *pretest* dari jumlah 24

sampel mencapai nilai rata-rata sebesar 17, nilai *posttest* dari jumlah 24 sampel mencapai nilai rata-rata sebesar 19,48.

Dengan demikian selisih peningkatan dari *pretest* dan *posttest* sebesar 2,48 skor. Jika diubah dalam persentase terdapat pengaruh peningkatan sebesar 14,58%.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMK Negeri 1 Sambas, peneliti memberikan saran sebagai berikut : 1) menerapkan pendekatan dengan menggunakan media audio visual menuntut kreativitas, inisiatif dan pendekatan guru untuk menciptakan kegiatan belajar mengajar yang beraneka ragam dan menyenangkan, sehingga siswa responsive, 2) dengan menggunakan media dalam memberikan materi atau pembelajaran kepada siswa dapat mengurangi resiko yang akan diterima oleh siswa itu sendiri, 3) penerapan media audio visual dapat digunakan sebagai acuan untuk referensi dan penelitian lanjut dalam cabang olahraga permainan yang lain dan, 4) pihak sekolah serta pihak terkait diharapkan dapat menambah pengadaan sarana dan prasarana agar dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, meningkatkan semangat belajar dan prestasi olahraga.

DAFTAR RUJUKAN

- Abduljabar, B (2008), Manajemen Pendidikan Jasmani Olahraga. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia.
- Arikunto, Suharsimi (2006), Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta.
- Gulo, W (2000), Metodologi Penelitian. Jakarta : Grasindo.
- Indrapura, Hilman (2010), Beladiri Untuk Anak. Jakarta : Dian Rakyat.
- Notoatmojo, Soekidjo (2010), Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Maksum, Ali (2007), Statistik Dalam Olahraga. Surabaya : Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Surabaya.
- Rudianto, Dody (2010), Seni Beladiri Karate. Jakarta : Golden Terayon Press.
- Simanjuntak, Victor, G dan Marta, Dinata (2004), Teknik Dasar Karate. Pondok Hijau : Cerdas Jaya
- Sujoto (1996), Teknik Oyama Karate Seri Kihon. Jakarta : Alex Media Komputido.
- Wahid, Abdul (2007), Shotokan. Jakarta : Rajagrafindo Persada.