

PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA PEMBELAJARAN (*AUDIO-VISUAL*) TERHADAP KETERAMPILAN SEPAKTAKRAW PADA ATLET UKO UNP PADANG

Zumroni¹ Padli², and Hasriwandi Nur³

Universitas Negeri Padang

zumroni@fik.unp.ac.id

Abstract

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya keterampilan sepaktakraw serta masih belum ditemukannya metode pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan keterampilan sepaktakraw pada atlet UKO UNP Padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk : (1) melihat pengaruh penggunaan metode konvensional terhadap peningkatan keterampilan sepaktakraw pada atlet UKO UNP Padang, (2) melihat pengaruh penggunaan media pembelajaran (*audio-visual*) terhadap peningkatan keterampilan sepaktakraw pada atlet UKO UNP Padang, (3) melihat perbedaan pengaruh antara metode konvensional dengan penggunaan media pembelajaran (*audio-visual*) terhadap peningkatan keterampilan sepaktakraw pada atlet UKO UNP Padang. Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Populasi penelitian ini adalah atlet sepaktakraw UKO UNP Padang yang berjumlah 26 orang, terdiri dari 16 orang putra dan 10 orang putri. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dengan menetapkan atlet putra sebanyak 16 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan instrument tes : (a) tes menimang bola, (b) tes *passing*, dan (c) tes *service*. Data dianalisis dengan menggunakan statistik uji t *dependent sample*, dan uji t *independent sample*. Berdasarkan hasil penelitian ini dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa (1) terdapat pengaruh yang signifikan peningkatan keterampilan sepaktakraw dengan metode konvensional, (2) terdapat pengaruh yang signifikan peningkatan keterampilan sepaktakraw dengan metode pembelajaran (*audio-visual*), (3) terdapat perbedaan peningkatan keterampilan sepaktakraw antara kelompok latihan metode konvensional dengan kelompok metode pembelajaran (*audio-visual*). Dimana kelompok latihan metode pembelajaran (*audio-visual*) lebih efektif dalam peningkatan keterampilan sepaktakraw atlet UKO UNP Padang. Berdasarkan temuan penelitian ini, dapat direkomendasikan untuk meningkatkan keterampilan sepaktakraw disarankan agar melakukan latihan dengan metode pembelajaran (*audio-visual*) karena terbukti efektif digunakan dalam peningkatan keterampilan sepaktakraw.

Kata kunci : Metode Latihan, Keterampilan Sepaktakraw

Pendahuluan

Sepaktakraw atau sepakraga merupakan cabang olahraga tradisional orang melayu, yang muncul dan berkembang di negara-negara kawasan Asia Tenggara, sehingga cabang olahraga ini dianggap sebagai cabang olahraga asli negara-negara di Asia Tenggara. Menurut Hakim dkk. (2007:4) "kata sepak dan raga berasal dari bahasa melayu, dimana sepak berarti menyepak dan raga adalah bola rotan yang digunakan dalam permainan, yang



mana pemain-pemainnya berdiri dalam sebuah lingkaran”. Selanjutnya Engel (2010:1) menyatakan “sepaktakraw, atau yang biasa disingkat “Takraw”, bisa disebut juga “*Kick Volleyball*” (bola voli sepak) atau “*Soccer Volleyball*” (sepak bola voli). Menurut Rahman dalam Winarno (2004:17) “keterampilan individual meliputi: sepak sila, sepak kuda, sepak petik, sepak badek, sepak cangkul, menggunakan paha, dan menyundul bola (*heading*). Sedangkan keterampilan penguasaan pertandingan meliputi: sepak mula, timangan, memberikan umpan (*passing*), melakukan *smash*, dan melakukan *block*”.

Zaidul (2005:7) berpendapat sepak sila merupakan salah satu teknik dasar sepakanan yang mempergunakan lekukan kaki bagian dalam, pada permainan sepaktakraw, sepak sila sangat dominan sekali dipergunakan untuk; 1) menerima bola *service* lawan, 2) memberikan umpan kepada *smasher*, 3) menerima *smash*/menahan *smash* lawan. Hal ini diperjelas Sulaiman (2008:16) bahwa sepak sila adalah menyepak bola dengan kaki bagian dalam, yang mana pada saat menyepak posisi kaki pukul seperti bersila. Teknik sepak sila digunakan untuk menerima, menimang dan menguasai bola, mengumpan, operan bola untuk menyelamatkan serangan lawan.

Untuk memulai permainan dalam sepaktakraw adalah dengan melakukan *service* ke daerah lawan oleh tekong. Engel (2008:48) tekongbiasanya ”otak” dalam sebuah regu, Menurut Harjono dalam Tim mengajar Sepaktakraw (2006:123) “*service* adalah suatu gerak kerja yang penting dalam permainan sepaktakraw, karena point hanya dapat dibuat oleh regu yang melakukan *service*”. Sedangkan Suhud (1990:20) mengemukakan bahwa; “*service* merupakan serangan yang pertama terhadap regu lawan. Melalui *service* suatu regu dapat menghasilkan nilai sekaligus memimpin pertandingan sesuai dengan tipe yang dikehendaki regu yang melakukan *service*”. PB. PERSETASI dalam Tim mengajar sepaktakraw (2006:123) menyatakan “*service* atau sepak mula merupakan awal dari permainan sepaktakraw. Asril Bahar (2008:10) bahwa jenis *service* yang dapat digunakan dalam permainan sepaktakraw berdasarkan hasil sepakan, adalah sebagai berikut :(1) *Service* bawah, (2) *Service* atas, (3) *Service* kaki bagian dalam, (4) *Service* punggung kaki, (5) *Service* telapak kaki.

Mengumpan merupakan keterampilan sepaktakraw yang penting dikuasai oleh atlet, dengan umpan yang baik maka serangan dalam keterampilan dasar bermain sepaktakraw akan terlihat. Mengumpan sering disebut juga dengan mengoper atau *passing*. Menurut Tim mengajar sepaktakraw (2006:129) “mengumpan adalah gerakan lanjutan dari pada menerima bola, di mana diharapkan hasil dari mengumpan dapat dilakukan gerakan selanjutnya yaitu *smash*”.



adalah umpan lambung yang ditujukan kepada *smasher*. Menurut Engel (2010:51) “umpan lambung dilakukan dengan mendorong bola ke atas dengan cukup tinggi, sehingga bola jatuh lurus, didekat jaring sehingga pemain yang sama atau lainnya dapat melakukan *smash* pada bola ke lapangan lawan”.

Untuk mencapai penampilan yang optimal dan prestasi yang baik, seorang atlet harus mendapatkan materi latihan dengan metode yang tepat sehingga atlet akan mudah menguasai keterampilan teknik dalam pertandingan. Jika hal ini terpenuhi diyakini atlet akan siap dan mampu bertanding dengan baik serta mudah meraih kemenangan dalam bertanding. Selain itu atlet juga harus memiliki mental tanding yang baik, dengan demikian prestasi puncak yang ingin dicapai akan terealisasi. Begitu juga dengan penguasaan keterampilan teknik bagi atlet sepakakraw, jika ingin meraih prestasi yang baik maka diperlukan penguasaan keterampilan teknik yang baik dan kondisi fisik yang baik pula. Hal lain yang tidak kalah pentingnya adalah ketersediaan sarana dan prasarana dalam latihan, untuk menguasai teknik dengan maksimal.

Syafruddin (2011:21) “latihan merupakan realisasi atau implementasi dari materi atau bentuk-bentuk latihan yang telah direncanakan sebelumnya berulang-ulang dengan tuntutan yang semakin dipersulit untuk memperbaiki kemampuan fisik dan mental”. Dalam hal ini latihan harus dilakukan secara berulang-ulang (tidak terhenti), secara sistematis (teratur), yang berurutan serta penambahan suatu beban, dengan demikian prestasi dapat diperbaiki. Latihan adalah hal penting yang perlu dilakukan oleh setiap anak yang bergelut pada salah satu cabang olahraga. Latihan dilakukan dengan harapan agar setiap sesi latihan yang dijalani menghasilkan keterampilan dan pengetahuan baru bagi anak tersebut. Latihan yang dijalani haruslah secara berkesinambungan dan terstruktur agar kemampuan yang diperoleh nantinya dapat maksimal (Cohen and Squire,1980 dalam Sarah dan Thierry, 2011). Dalam olahraga sepakakraw, banyak metode latihan yang dapat diberikan demi meningkatkan keterampilan sepakakraw bagi atlet. Diantaranya adalah metode dengan menggunakan media pembelajaran (*audio-visual*).

Maldino dkk,(2008:6) mengemukakan media merupakan berbagai perantara yang bermakna komunikasi. Berasal dari bahasa latin medium (diantara), istilah ini berarti segala sesuatu yang membawa informasi antara sumber (guru) dan penerima (atlet). Sadiman (2006:6) mendefinisikan media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan. Suparman dalam Sutikno (2009:106) “mendefinisikan, media sebagai alat yang digunakan untuk menyalurkan pesan atau informasi dari pengirim kepada penerima data. Dari kutipan di atas dapat kita pahami bahwa media pembelajaran merupakan alat perantara

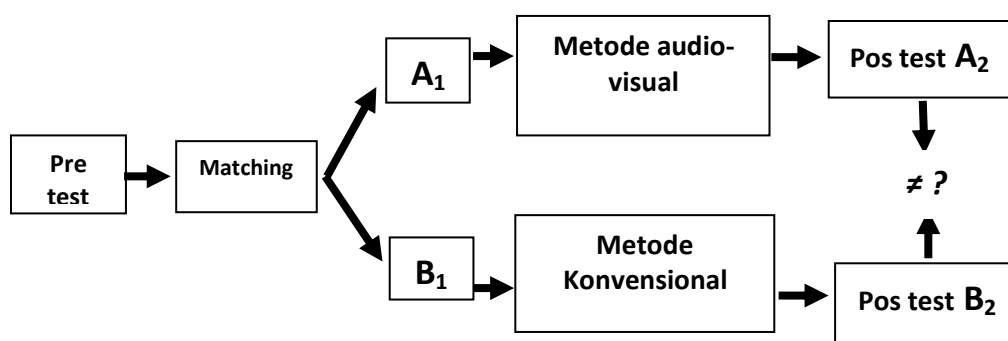


yang digunakan dalam proses belajar mengajar. Media pembelajaran yang digunakan bertujuan agar si belajar dalam hal ini atlet bisa terangsang pikiran, perasaan, dan perhatiannya untuk bisa belajar lebih baik lagi. Selain itu media pembelajaran digunakan agar proses belajar bisa berjalan secara efisien dan efektif.

Pendapat ini menjelaskan bahwa media (*audio-visual*) merupakan media instruksional modern yang menampilkan unsur gambar dan suara sekaligus. Gambar yang dilihat dan diiringi dengan suara yang didengar akan memudahkan atlet dalam memahami dan mempelajari teknik yang diajarkan, sehingga tujuan belajar yang ingin dicapai bisa terwujud dengan baik. Salah satu contoh dari media (*audio-visual*) adalah media video. Berdasarkan penjelasan di atas tentang pembelajaran konvensional berupa ceramah dan demonstrasi serta media (*audio-visual*), maka peneliti akan menggunakan media (*audio-visual*) dan konvensional

Metodologi

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu. Sukmadinata (2010:207) menjelaskan bahwa “eksperimen ini disebut kuasi, karena bukan merupakan eksperimen murni, eksperimen ini biasa juga disebut eksperimensemu. Karena berbagai hal, terutama berkenaan dengan pengontrolan variabel, kemungkinan sukar sekali dapat digunakan eksperimen murni”. Dengan demikian dapat dikatakan penelitian ini adalah eksperimen semu yang dilakukan di atlet UKO UNP Padang. Kemudian desain penelitian dengan rancangan *Pre Test and Post Test Two Group Design*. Menurut Suharsimi Arikunto (2006:212) “*two group pretest-posttest design* yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada dua kelompok pembandingan”. Penelitian eksperimen ini menggunakan dua kelompok yang memperoleh perlakuan yang berbeda dengan tujuan untuk melihat pengaruh metode *Konvensional* dan metode dengan media pembelajaran (*audio-visual*) terhadap keterampilan sepak takraw atlet UKO UNP Padang.



Gambar 1: Desain penelitian



Keterangan :

Pre Test = Tes yang diberikan kepada atlet sebelum diberikan perlakuan

Post Test = Tes yang diberikan kepada atlet sesudah diberikan perlakuan

Matching = Pembagian sampel/pencocokan sampel berdasarkan rangking

A₁ = Kelompok atlet akan diberikan metode media pembelajaran *audio-visual*

A₂ = Kelompok atlet sesudah diberikan latihan media pembelajaran *audio-visual*

B₁ = Kelompok atlet akan diberikan metode *konvensional*

B₂ = Kelompok atlet sesudah diberikan metode *konvensional*

Hasil Penelitian

Sebelum dilakukan pengujian terhadap hipotesis yang diajukan terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analisis dengan Uji Normalitas data untuk mengetahui apakah data dari variabel yang diteliti berdistribusi normal atau tidak berdistribusi normal. Uji normalitas ini menggunakan uji Lilliefors dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Hipotesis uji Lilliefors:

Tabel 1. Rangkuman Uji Normalitas Data

| Data | L _{observasi} | L _{tabel} | Ket |
|---|------------------------|--------------------|--------|
| Metode media audio-visual (<i>Pre Test</i>) | 0.1054 | 0.285 | Normal |
| Metode media audio-visual (<i>Pre Test</i>) | 0.1964 | 0.285 | Normal |
| Metode konvensional (<i>Pre Test</i>) | 0.1515 | 0.285 | Normal |
| Metode konvensional (<i>Pre Test</i>) | 0.2043 | 0.285 | Normal |

Pengaruh metode media pembelajaran (*audio-visual*) terhadap keterampilan sepaktakraw atlet UKO UNP Padang, berdasarkan uji statistik yang digunakan adalah t-test yaitu melihat pengaruh dari rata-rata hitung dalam satu kelompok yang sama dengan taraf signifikan 0,05. Hasil tes awal (*pre test*) media pembelajaran (*audio-visual*) dengan jumlah sampel 8 orang diperoleh rata-rata hitung (*mean*) yaitu 50,00. Sedangkan untuk nilai rata-rata hitung tes akhir (*post test*) adalah 71,15. Berdasarkan hasil analisis data, dapat dilihat bahwa $t_{hitung} = 11,32 > t_{tabel} = 1.86$. Hal ini berarti bahwa metode media pembelajaran (*audio-visual*) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap Keterampilan sepaktakraw atlet UKO UNP



Padang. Peningkatan keterampilan sepak takraw atlet adalah sebesar 21,15 yaitu dari skor rata-rata *pre test* 50,00 dan *post test* menjadi 71,15 sebagaimana disajikan dalam tabel berikut ini.

Tabel 2. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis I

| Audio-visual | Mean | t_{hitung} | t_{tabel} | Hasil Uji | Ket |
|------------------|-------|--------------|-------------|------------|---|
| <i>Pre Test</i> | 50,00 | 11,32 | 1.86 | Signifikan | H₀ ditolak dan H_a diterima |
| <i>Post Test</i> | 71,15 | | | | |

Pengaruh metode konvensional terhadap keterampilan sepak takraw atlet UKO UNP Padang berdasarkan uji statistik yang digunakan adalah t-test yaitu melihat pengaruh dari rata-rata hitung dalam satu kelompok yang sama dengan taraf signifikan 0,05. Hasil tes awal (*pre test*) metode konvensional dengan jumlah sampel 8 orang diperoleh rata-rata hitung (*mean*) yaitu 50,00. Sedangkan untuk nilai rata-rata hitung tes akhir (*post test*) adalah 58,67. Berdasarkan hasil analisis data, dapat dilihat bahwa $t_{hitung} = 7,16 > t_{tabel} = 1.86$. Hal ini berarti bahwa metode konvensional memberikan pengaruh yang signifikan terhadap Keterampilan sepak takraw atlet UKO UNP Padang. Peningkatan keterampilan sepak takraw atlet adalah sebesar 8,67 yaitu dari skor rata-rata *pre test* 50,00 dan *post test* menjadi 58,67 sebagaimana disajikan dalam tabel berikut ini.

Tabel 3. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis II

| Audio-visual | Mean | t_{hitung} | t_{tabel} | Hasil Uji | Ket |
|------------------|-------|--------------|-------------|------------|---|
| <i>Pre Test</i> | 50,00 | 7,16 | 1.86 | Signifikan | H₀ ditolak dan H_a diterima |
| <i>Post Test</i> | 58,67 | | | | |

Perbedaan pengaruh metode latihan media pembelajaran audio-visual dengan metode latihan konvensional terhadap keterampilan sepak takraw atlet UKO UNP Padang, berdasarkan uji statistik yang digunakan adalah uji-t independent sampel yaitu melihat perbedaan pengaruh dari rata-rata hitung antara kelompok sampel dengan taraf signifikan 0,05. Hasil tes akhir (*post test*) metode media audio-visual diperoleh rata-rata hitung (*mean*) yaitu 71,15. Sedangkan untuk nilai rata-rata hitung tes akhir (*post test*) metode konvensional adalah 58,67. Berdasarkan hasil analisis data, dapat dilihat bahwa $t_{hitung} = 3,36 > t_{tabel} = 1.86$. Hal ini berarti bahwa terdapat perbedaan pengaruh dari efek latihan antara Metode media (*audio-visual*) dengan metode konvensional. Beda efek dari masing masing peningkatan metode latihan terhadap keterampilan sepak takraw atlet adalah sebesar 12,48,



sebagaimana disajikan dalam tabel berikut ini.

Tabel 4. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis III

| Kelompok | Mean | t_{hitung} | t_{tabel} | Hasil Uji | Ket |
|---------------------|-------|--------------|-------------|------------|---|
| <i>Audio-visual</i> | 71.15 | 3,36 | 1.86 | Signifikan | H₀ ditolak dan H_a diterima |
| konvensional | 58,67 | | | | |

Hasil

Berdasarkan hasil analisis data, hasil pengujian hipotesis dan hasil pembahasan penelitian yang diperoleh, maka pada bab ini akan dikemukakan beberapa kesimpulan dan saran.

1. Pengaruh metode media pembelajaran (*audio-visual*) terhadap keterampilan sepaktakraw atlet UKO UNP Padang, dengan peningkatan keterampilan sepaktakraw atlet adalah sebesar 21,15.
2. Pengaruh metode konvensional terhadap keterampilan sepaktakraw atlet UKO UNP Padang dengan peningkatan keterampilan sepaktakraw atlet adalah sebesar 8,67 yaitu dari skor rata-rata *pre test* 50,00 dan *post test* menjadi 58,67.
3. Perbedaan pengaruh metode latihan media pembelajaran audio-visual dengan metode latihan konvensional terhadap keterampilan sepaktakraw atlet UKO UNP Padang, didapat $t_{hitung} = 3,36 > t_{tabel} = 1.86$. Beda skor efek dari masing masing peningkatan metode latihan terhadap keterampilan sepaktakraw atlet adalah sebesar 12,48.

Daftar Pustaka

- Hakim, Abdul Aziz, dkk.(2007). Sepaktakraw. Surabaya; UNESA University Pres
- Engel, Rick. (2010). Dasar - Dasar Sepaktakraw Instruksi Lengkap/Panduan Mengajar Sepaktakraw. Bandung: Pakar Raya
- Winarno. (2004). Pengembangan Permainan Sepaktakraw. Malang: Center For Human Capacity Development Universitas Negeri Malang.
- Zaidul. (2005). Permainan Sepaktakraw. Diknas. Padang.
- Sulaiman. 2008. Sepak Takraw.Semarang. Unnes Press.
- Tim Mengajar Sepaktakraw. (2006). Sepaktakraw. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
- PB. PSTI, (2006). Peraturan dan Pertandingan Sepaktakraw. Jakarta
- Syafruddin, (2011). *Ilmu Keplatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.



- Sarah Merbah & Thierry Meulemans. (2011). Learning A Motor Skill: Effects Of Blocked Versus Random Practice A Review. *Psychologica Belgica* 2011, 51-1, 15-48
- Sutikno, M. Sobry. (2009). Belajar dan Pembelajaran. "Upaya Kreatif dalam Mewujudkan Pembelajaran yang Kreatif. Bandung: Prospect
- Sukmadinta, Nana Syaodih. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : PT. Rineka Cipta

