



## Pengaruh Media *Audio Visual* terhadap Kemampuan *Passing Chest Pass* dalam Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 1 Lemahabang

Dea Ayu Safitri<sup>1</sup>, Saepul Ma'mun<sup>2</sup>, Rhama Nurwansyah Sumarsono<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Singaperbangsa Karawang, Indonesia

E-mail: [deaa3647@gmail.com](mailto:deaa3647@gmail.com), [saepul.mamun@fkip.unsika.ac.id](mailto:saepul.mamun@fkip.unsika.ac.id), [rhama.nurwansyah@fkip.unsika.ac.id](mailto:rhama.nurwansyah@fkip.unsika.ac.id)

Article Info	Abstract
<b>Article History</b> Received: 2022-08-11 Revised: 2022-09-22 Published: 2022-12-01  <b>Keywords:</b> <i>Audio Visual Media;</i> <i>Passing Chest Pass;</i> <i>Basketball</i>	The purpose of this study was to determine the effect of audio visual media on the ability of passing chest pass in basketball extracurriculars at SMP Negeri 1 Lemahabang. This type of research is quantitative experimental. The method used in this study is the experimental method with the treatment given to students in the basketball extracurricular experimental class at SMP Negeri 1 Lemahabang, totaling 30 students. The data analysis used in this study is an analytical technique using the normality test and the mann withney nonparametric test, in this study it was successful to show that there were differences in the effect of audio visual learning methods on conventional learning methods in basketball extracurricular students at SMP Negeri 1 Lemahabang with percentage categories "low" is 3% (1 student), "medium" is 70% (21 students). And "high" is 27% (8 students).
Artikel Info	Abstrak
<b>Sejarah Artikel</b> Diterima: 2022-08-11 Direvisi: 2022-09-22 Dipublikasi: 2022-12-01  <b>Kata kunci:</b> <i>Media Audio Visual;</i> <i>Operan Dada;</i> <i>Bola Basket</i>	Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh media <i>audio visual</i> terhadap kemampuan <i>passing chest pass</i> dalam ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1 Lemahabang. Jenis penelitian ini kuantitatif eksperimen. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode eksperimen dengan adanya perlakuan ( <i>Treatment</i> ) yang diberikan kepada siswa kelas eksperimen ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 1 Lemahabang yang berjumlah 30 siswa. Analisis data data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan teknik analisis menggunakan uji normalitas dan uji nonparametrik mann whitney, dalam penelitian ini berhasil menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh metode pembelajaran audio visual terhadap metode pembelajaran konvensional pada siswa ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 1 Lemahabang dengan persentase ketegori "rendah" sebesar 3% (1 siswa), "sedang" sebesar 70% (21 siswa), dan "tinggi" sebesar 27% (8 siswa).

### I. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dilaksanakan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat. Artinya dalam pendidikan jasmani tidak hanya aspek jasmani saja tetapi juga aspek kognitif, afektif dan psikomotor (Hambali, 2018) dalam (Penjas, 2021). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan satu mata ajar yang diberikan di suatu jenjang sekolah tertentu yang merupakan salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk bertumbuh dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang (Depdiknas, 2006:131). Ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan meliputi olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, sepakbola, bolabasket, bolavoli,

tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri serta aktivitas lainnya. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran, pelaksanaannya dilakukan di sekolah ataupun diluar sekolah untuk meningkatkan kemampuan siswa. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan oleh sekolah adalah bola basket, ekstrakurikuler bola basket merupakan kegiatan sekolah tambahan dari proses pembelajaran pendidikan jasmani yang bertujuan memperdalam pengetahuan tentang bola basket sehingga bisa mewujudkan prestasi melalui ekstrakurikuler tersebut.

Bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukan bola ke dalam keranjang lawan (Abbas, 2010: 2) dalam (Samsudin, 2020). Bola basket bisa dilakukan di ruang terbuka dan di ruang tertutup dan hanya memerlukan lapangan yang relatif kecil. Selain itu, bola basket mudah dipelajari karena bentuk bolanya yang besar, sehingga

tidak menyulitkan pemain ketika memantulkan atau melempar bola tersebut. Untuk menentukan point dalam per-mainan bola basket yaitu dengan seberapa banyak bola tersebut masuk kedalam ring, semakin banyak bola masuk maka semakin besar kemungkinan untuk menang dalam permainan ini. Maka untuk itu diperlukan teknik dasar dan keterampilan serta akurasi yang baik pada permainan bola basket, salah satu teknik dasar yang sering digunakan adalah teknik *passing*. *Passing* pada permainan bola basket sendiri banyak macamnya, salah satunya adalah *Chest Pass*. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan non akademik yang dilakukan di luar jam sekolah, tujuannya agar peserta didik dapat menyalurkan minat, bakat, serta kreativitas dalam kegiatan tersebut salah satunya dalam kegiatan olahraga bola basket. Kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 1 Lemahabang banyak diminati peserta didik, melalui kegiatan ini peserta didik dapat mempelajari lebih dalam tentang olahraga bola basket dan peserta didik diharapkan dapat memperdalam pembetulan nilai-nilai kepribadian seperti kerja sama, saling menghargai, disiplin, dan membangun rasa percaya diri. Kegiatan ekstrakurikuler ini memiliki tujuan yaitu sebagai wadah bagi peserta didik untuk meningkatkan dan mengembangkan minat, bakat serta kreativitas dalam olahraga bola basket. Selain itu juga kegiatan ekstrakurikuler menjadi kegiatan mengisi waktu luang para peserta didik sehingga dapat bermanfaat bagi dirinya atau lingkungannya.

Agar ekstrakurikuler bola basket lebih efektif dibutuhkan sistem latihan yang efektif agar peserta didik lebih cepat menguasai teknik, seperti menggunakan media *audio visual* atau bisa disebut menampilkan video untuk menguasai kemampuan atau keterampilan tertentu dalam proses latihan. Menindak lanjuti perihal peserta didik yang kurang menguasai teknik *passing chest pass*. Maka dibutuhkan media *audio visual* untuk membuat peserta didik lebih cepat dalam menguasai teknik *passing chest pass*. Dari latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk meng-adakan penelitian dengan judul "Pengaruh Media *Audio Visual* Terhadap Kemampuan *Passing Chest Pass* Dalam Ekstrakurikuler Bola Basket Smp Negeri 1 Lemahabang".

## II. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini kuantitatif eksperimen. Metode yang digunakan dalam penelitian ini

adalah Metode eksperimen dengan adanya perlakuan (*Treatment*) yang diberikan kepada siswa kelas eksperimen ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 1 Lemahabang yang berjumlah 30 siswa. Analisis data data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan teknik analisis menggunakan uji normalitas dan uji nonparametrik mann whitney,

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa metode media *audio visual* dapat memberikan kontribusi yang positif terhadap peningkatan keterampilan *passing chest pass* dalam ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1 Lemahabang. Hasil metode *media audio visual* memberikan pengaruh terhadap keterampilan *passing chest pass*. Hal ini menjadi tolak ukur seberapa besar keberhasilan program latihan menggunakan metode media *audio visual* yang diberikan kepada siswa ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1 Lemahabang.

### B. Pembahasan

Latihan menggunakan metode media *audio visual* memberikan hal baru kepada siswa ekstrakurikuler dalam menjalankan latihan untuk meningkatkan keterampilan *passing chest pass*, dengan melaksanakan latihan yang terprogram dan teratur maka siswa akan mampu mengetahui kebutuhan dan kelemahannya masing-masing sehingga latihan sebagai sarana untuk meningkatkan keterampilannya. Proses latihan dapat dilakukan dengan bimbingan pelatih maupun berlatih sendiri. Akan tetapi, dengan intruksi pelatih maka siswa akan mengetahui kebutuhan yang harus dipenuhi sehingga latihan dapat ter-program dengan baik. Kesuksesan kegiatan ekstrakurikuler tidak terlepas dari peran pelatih atau guru dalam membimbing siswanya untuk dapat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dengan baik. Perbedaan kebutuhan masing-masing siswa dan kesamaan tujuan bersama menjadi alasan bagi pelatih untuk dapat menyeimbangkan kemampuan bermain secara berkelompok. Dengan adanya perbedaan kebutuhan tersebut menuntut pelatih untuk dapat memberikan latihan yang mampu memfasilitasi siswa dalam meningkatkan kemampuannya tanpa mengorbankan siswa lain. Kegiatan latihan yang monoton akan membuat siswa merasa

jenuh sehingga perlu adanya inovasi menjadikan suasana yang menyenangkan dan berorientasi pada tercapainya tujuan bersama. Beberapa bentuk latihan yang digemari oleh pelatih untuk menyampaikan materi ajarannya. Namun, penyampaian tersebut belum tentu dapat memberikan suasana yang menyenangkan yang mampu mendorong siswa untuk meningkatkan keterampilan teknik dasarnya. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan ini bahwa metode media *audio visual* dapat meningkatkan keterampilan dasar yaitu keterampilan *passing chest pass*.

Menurut (Rusman, dkk. 2011; 181) Media *audio visual* adalah jenis media yang selain mengandung unsur suara juga mengandung unsur gambar yang bias dilihat. Media audio visual akan menjadikan penyajian bahan ajar kepada siswa semakin lengkap dan optimal. Sesuai dengan namanya, media ini kombinasi audio dan visual atau bisa disebut media pandang-dengar. Selain itu media ini dalam batas-batas tertentu dapat juga menggantikan peran dan tugas guru. Sebab, penyajian materi bisa digantikan oleh media, dan guru bisa beralih menjadi fasilitator belajar, yaitu memberikan kemudahan bagi para siswa untuk belajar (Tausikal syam, dkk;2013). Secara khusus pembelajaran dengan menggunakan metode media audio visual akan membantu siswa untuk dapat meningkatkan keterampilan dasar *passing chest pass* dalam bermain bola basket. Inovasi pembelajaran atau latihan yang diberikan ini ditujukan agar siswa dapat mengembangkan kemampuannya saat latihan maupun saat permainan berlangsung. Dengan adanya media audio visual maka siswa dapat mencerna pembelajaran lebih mudah karena sudah mengamati video yang telah ditampilkan. Seiring berlangsungnya latihan dengan metode media audio visual ini siswa dituntut untuk dapat mengembangkan kemampuan dasarnya. Di sisi lain, dengan latihan menggunakan metode media audio visual ini siswa harus mampu melakukan *passing chest pass* yang baik. Dengan tidak disadari siswa telah diberikan inovasi pembelajaran latihan yang menghilangkan kejenuhan tetapi tidak mengurangi esensi tujuan pembelajaran.

Dengan melakukan latihan menggunakan metode media *audio visual* siswa dapat mengamati gerakan *passing chest pass* dimana saja, baik pada saat latihan maupun pada saat dirumah. Sehingga siswa dapat mengembang-

kan kemampuannya kapan saja dan dimana saja. Selain perkembangan siswa yang menjadi tujuan bersama maka guru ataupun pelatih dapat menerapkan inovasi metode media pembelajaran yang memiliki efektifitas yang baik. Sehingga tingkat kejenuhan yang tidak digemari oleh siswa dapat diminimalisir yang *berpengaruh* pada peningkatan penguasaan keterampilan teknik dasar yang dimiliki para siswa. Hasil dari kemampuan *passing chest pass* yang lebih baik disebabkan karena saat melakukan treatment selama 10 pertemuan setelah menonton video siswa melakukan drill *passing chest pass* selama 5 menit 2x repetisi. Dengan memiliki peningkatan teknik dasar maka siswa akan memiliki tingkat kemampuan *passing chest pass* yang lebih baik dan juga mampu bermain dengan menerapkan teknik dasar *passing chest pass* ketika pertandingan berlangsung secara maksimal. Karena bermain dengan teknik dasar *passing chest pass* tidak cukup untuk mengatasi permainan lawan yang memiliki teknik dasar *passing chest pass* yang lebih baik dari siswa tersebut. Akan tetapi, teknik dasar *passing chest pass* yang baik akan menghasilkan permainan yang baik bagi tim dan menyulitkan lawan ketika pertandingan berlangsung dan penerapan strategi dan taktik dari pelatih akan lebih efektif untuk mencapai tujuan prestasi.

#### IV. SIMPULAN DAN SARAN

##### A. Simpulan

Dari hasil analisis data dan pembahasan penelitian dapat diambil kesimpulan. Bahwa pengaruh antara hasil *pretest* dan *posttest*. Maka hipotesis secara keseluruhan dari hasil kemampuan *passing chest pass* siswa Hipotesis diterima = Adanya pengaruh media audio visual terhadap kemampuan *passing chest pass* dalam ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1 Lemahabang. Dengan beberapa rincian sebagai berikut: Adanya pengaruh yang signifikan antara media audio visual terhadap kemampuan *passing chest pass* dalam ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1 Lemahabang, hal tersebut dapat diketahui dengan kategori "rendah" sebesar 3% (1 siswa), "sedang" sebesar 70% (21 siswa), dan "tinggi" sebesar 27% (8 siswa). Dan dapat disimpulkan dari kategori yang diperoleh bahwa pengaruh media audio visual terhadap kemampuan *passing chest pass* dalam ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1

Lemahabang dalam kategori “Cukup Efektif”, yang berarti pengaruh pengaruh media audio visual terhadap kemampuan passing chest pass dalam ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1 Lemahabang itu cukup baik, yang mana tidak rendah dan juga tidak tinggi.

## B. Saran

Berlandaskan dari hasil yang didapat dari judul “Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Kemampuan Passing Chest Pass Dalam Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 1 Lemahabang”, mampu memberikan saran dari peneliti diantaranya:

1. Bagi guru atau pelatih, harus mampu menjadi fasilitator bagi siswa sehingga siswa dapat meningkatkan dan mengembangkan keterampilannya dalam bermain bola basket.
2. Bagi sekolah, harus mampu memberikan fasilitas yang mendukung sepenuhnya kegiatan ekstrakurikuler bola basket yang akan menampung bakat dan minat para siswa terhadap permainan bola basket.
3. Bagi peneliti, agar kedepannya melakukan penelitian selanjutnya yang melibatkan teknik dasar pada permainan bola basket yang lain seperti dribbling, shooting dan sebagainya.

## DAFTAR RUJUKAN

- Adinda, M., Saripin, D., Aifo, M. K., Agust, K., Pd, S., & Pd, M. (n.d.). *Status Keterampilan Teknik Dasar Bola Basket Pada Tim Atlit Putra Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia ( Perbasi ) Kabupaten Siak Pada Tim Atlit Putra Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia ( Perbasi ) Kabupaten Siak*. 1–15.
- Becker, F. G., (2015). PENGARUH LATIHAN MENGGUNAKAN NET TERHADAP KEMAMPUAN CHEST PASS PESERTA EKSTRAKULIKULER BOLA BASKET DI SMP NEGERI 3 WONOSARI KABUPATEN GUNUNGKIDUL.
- Bona, Jufri, Subhan Hayun, A. S. (2021). Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* <https://jurnal.unibrah.ac.id/index.php/JIWP> , 7(1).
- Fadillah, A. (2020). *Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X Di Sma N 1 Banguntapan Kabupaten Bantul Terhadap Peraturan Permainan Bola Basket Tugas*.
- Fahyuni, E. F., & Pembelajaran, I. M. (n.d.). *No Title*.
- Groot, K. de. (2018). MINAT PESERTA EKSTRAKULIKULER BOLA BASKET TERHADAP AKTIVITAS EKSTRAKULIKULER BOLABASKET DI SMK NEGERI 5 YOGYAKARTA.
- Iqbal, R., Zinat Achmad, I., Ratri Julianti, R., & Mukhtarsyaf, F. (n.d.). *Penggunaan Media Bola Karet Untuk Meningkatkan Kemampuan Shooting Bola Basket Pada Mahasiswa Pjkr Kelas D Semester 2 Universitas Singaperbangsa Karawang*. 4, 47–59.
- Junaedi, A., & Wisnu, H. (2016). Survei Tingkat Kemajuan Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di Sma, Smk, Dan Ma Negeri Se-Kabupaten Gresik. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 3(3), 834–842.
- Muhammad Syahrizal Yusuf, A. R. S. T. (2021). Pengaruh Sarana Prasarana Terhadap Efektivitas Ekstrakurikuler Bola Basket Di Sma Negeri 8 Surabaya. *Jpok*, 09(1), 395–399. <https://ejournal.unesa.ac.id>
- Nurahman, F., & Ridwan, M. (2019). Pengaruh Variasi Latihan Passing Berkelompok Terhadap Kemampuan Chest Pass. *Jurnal Patriot*, 1(2), 715–724.
- Penjas, J. M. (2021). *Jurnal master penjas & olahraga*. 2(April), 59–65.
- Pinar Arwanda, N., Kresnapati, P., & Ariwidyatmoko, F. (2021). Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Hasil Belajar Dribble Bola Basket Kelas XI SMA Negeri 15 Semarang Tahun Ajaran 2020. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 2(1), 55–63.
- Rahman, I., Gani, R. A., & Achmad, I. Z. (2020). Persepsi Siswa Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Tingkat SMA. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(2), 144–154.
- Saichudin, D., & Rifqi, M. K. S. A. (2019). *Penulis: Dr. Saichudin, M.Kes Sayyid Agil Rifqi Munawar, S.Or*.
- Samsudin, C. M. (2020). PENGARUH LATIHAN VISUALISASI MELALUI MEDIA VIDIO

TERHADAP PENINGKATAN SHOOTING  
FREETHROW BOLA BASKET DI SMA  
NEGERI 3 KLATEN.

- Sugiyono. (2018). Teknik Analisis Kualitatif. *Teknik Analisis*, 1-7. <http://staffnew.uny.ac.id/upload/132232818/pendidikan/Analisis+Kuantitatif.pdf>
- Sunarno, A. (2015). Efektivitas Media Audiovisual dan Media Berbasis Teks (Cetakan) terhadap Hasil Belajar Chest Pass. *Jurnal Penjakora*, 2(1), 16-27.
- Tahir, R. R. (1375). *PENINGKATAN HASIL BELAJAR CHEST PASS MELALUI MEDIA AUDIO VISUAL PADA PERMAINAN BOLA BASKET SISWA KELAS VIII-A SMP NEGERI 2 PALOPO*.
- Trimawartinah. (2020). Bahan Ajar Statistik Non Parametrik. In *Uhamka* (Nomor 1, hal. 35).
- Yuliana, Adelya ika, Ketut Astra, P. P. A. (2018). Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Passing Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 8(2), 2-8.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Cet.26. Alfabeta.
- Syahrum dan salim. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Cipustaka Media