



Efektivitas Media Audiovisual terhadap Hasil Belajar *Passing* Bawah Sepak Bola

Achmad Syifaudin^{1*}, Wasis Himawanto², Mokhammad Firdaus³

¹⁻³Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri

***e-mail:** syifakdrfns@gmail.com

Diterima:
05 July 2026

Dipresentasikan:
30 July 2026

Terbit:
5 Oktober 2026

ABSTRAK

Rendahnya hasil belajar teknik *passing bawah* pada pembelajaran sepak bola masih menjadi permasalahan dalam proses pembelajaran PJOK di MTs Al Hikmah 2 Kediri. Kondisi tersebut disebabkan oleh penggunaan metode pembelajaran yang masih bersifat konvensional sehingga siswa mengalami kesulitan memahami dan mempraktikkan teknik *passing bawah* dengan benar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan media audiovisual dalam meningkatkan hasil belajar *passing bawah* pada siswa kelas VIII MTs Al Hikmah 2 Kediri. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model Kemmis dan McTaggart yang dilaksanakan dalam tiga siklus, meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah 51 siswa yang terdiri atas 27 siswa kelas VIII-1 dan 24 siswa kelas VIII-2. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, tes keterampilan (*performance test*), dan dokumentasi. Data dianalisis menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dan deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media audiovisual mampu meningkatkan hasil belajar *passing bawah* siswa. Pada tahap pra siklus hanya 9 siswa (17,65%) yang mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Setelah penerapan tindakan selama tiga siklus, terjadi peningkatan hasil belajar yang ditandai dengan meningkatnya nilai rata-rata, persentase ketuntasan belajar, serta aktivitas siswa selama proses pembelajaran. Media audiovisual juga meningkatkan perhatian, motivasi, dan pemahaman siswa terhadap teknik *passing bawah* melalui penyajian gerakan yang dapat diamati secara jelas dan berulang. Dengan demikian, penggunaan media audiovisual terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar *passing bawah* pada pembelajaran sepak bola serta dapat dijadikan sebagai alternatif media pembelajaran yang inovatif dalam pembelajaran PJOK.

Kata Kunci : Media Audiovisual, Hasil Belajar, *Passing Bawah*, Sepak Bola, Penelitian Tindakan Kelas.

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang berperan penting dalam mengembangkan kemampuan peserta didik secara menyeluruh, baik pada aspek pengetahuan, keterampilan, maupun sikap. Melalui pembelajaran PJOK, peserta didik diharapkan mampu menguasai berbagai keterampilan gerak dasar serta menerapkannya dalam aktivitas olahraga maupun kehidupan sehari-hari. Salah satu materi yang diajarkan pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP/MTs) adalah permainan sepak bola (Fathurrohman, Subroto, and Rahmat 2024).

Sepak bola merupakan permainan beregu yang menuntut kemampuan teknik dasar, taktik, kondisi fisik, dan kerja sama antarpemain. Salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh peserta didik adalah passing bawah. Teknik passing bawah berfungsi untuk mengoper bola secara akurat kepada rekan satu tim sehingga menjadi dasar dalam membangun pola permainan. Oleh karena itu, penguasaan teknik passing bawah menjadi kompetensi penting yang harus dimiliki siswa dalam pembelajaran sepak bola (Pratama 2019).

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di kelas VIII MTs Al Hikmah 2 Kediri, hasil belajar passing bawah masih belum optimal. Sebagian besar siswa mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan secara benar, terutama pada posisi kaki tumpu, perkenaan kaki terhadap bola, serta gerakan lanjutan setelah melakukan passing. Kondisi tersebut berdampak pada rendahnya hasil belajar siswa, baik pada aspek psikomotor maupun aspek kognitif. Selain itu, proses pembelajaran masih didominasi metode ceramah dan demonstrasi sederhana sehingga siswa kurang memperoleh gambaran yang jelas mengenai teknik passing bawah yang benar.

Salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah penerapan media audiovisual. Media audiovisual mampu menyajikan informasi melalui unsur gambar bergerak dan suara secara bersamaan sehingga peserta didik dapat mengamati setiap tahapan gerakan secara lebih jelas. Penggunaan media audiovisual juga dapat meningkatkan perhatian, motivasi belajar, serta membantu siswa memahami konsep maupun teknik gerak yang dipelajari (Fathoni, Jasmani, and Surabaya 2024).

Berdasarkan permasalahan tersebut, dilakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan menerapkan media audiovisual pada pembelajaran passing bawah sepak bola. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan media audiovisual dalam pembelajaran passing bawah serta mengetahui peningkatan hasil belajar passing bawah melalui penerapan media audiovisual pada siswa kelas VIII MTs Al Hikmah 2 Kediri.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model Kemmis dan McTaggart yang terdiri atas empat tahapan, yaitu perencanaan (*planning*), pelaksanaan tindakan (*acting*), observasi (*observing*), dan refleksi (*reflecting*). Penelitian dilaksanakan di MTs Al Hikmah 2 Kediri pada semester genap Tahun Pelajaran 2025/2026. Subjek penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII yang berjumlah 51 siswa.

Penelitian dilaksanakan dalam tiga siklus. Setiap siklus diawali dengan penyusunan perangkat pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran menggunakan media audiovisual, observasi terhadap aktivitas guru dan siswa, serta refleksi sebagai dasar perbaikan pada siklus berikutnya. Pada Siklus II dan Siklus III dilakukan penyempurnaan tindakan berdasarkan hasil refleksi sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif.

Teknik pengumpulan data meliputi observasi, tes hasil belajar, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk mengetahui keterlaksanaan pembelajaran serta aktivitas siswa selama proses pembelajaran. Tes digunakan untuk mengukur

hasil belajar siswa pada aspek psikomotor dan kognitif setelah setiap siklus tindakan. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa foto kegiatan pembelajaran dan dokumen hasil penelitian.

Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif dengan menghitung nilai rata-rata, jumlah siswa yang mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), serta persentase ketuntasan belajar pada setiap siklus. Hasil analisis kemudian dibandingkan dengan kondisi pra siklus untuk mengetahui peningkatan hasil belajar setelah penerapan media audiovisual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan media audiovisual memberikan dampak positif terhadap proses pembelajaran passing bawah sepak bola. Pada kondisi awal (pra siklus), hasil belajar psikomotor siswa masih tergolong rendah. Dari 51 siswa, hanya 9 siswa (17,65%) yang mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), sedangkan 42 siswa (82,35%) belum mencapai KKM. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan teknik passing bawah dengan benar.

Setelah penerapan media audiovisual pada Siklus I, hasil belajar psikomotor mengalami peningkatan. Jumlah siswa yang mencapai KKM meningkat menjadi 16 siswa (31,37%), sedangkan 35 siswa (68,63%) belum mencapai KKM. Apabila dibandingkan dengan kondisi pra siklus, terjadi peningkatan ketuntasan sebesar 13,72 poin persentase. Meskipun demikian, hasil tersebut belum memenuhi indikator keberhasilan penelitian sehingga dilakukan perbaikan pembelajaran pada siklus berikutnya.

Pada Siklus II, guru melakukan penyempurnaan tindakan berdasarkan hasil refleksi Siklus I dengan memperjelas penyajian video pembelajaran, meningkatkan intensitas latihan praktik, serta memberikan umpan balik secara langsung kepada siswa. Hasilnya menunjukkan peningkatan yang lebih baik, yaitu 26 siswa (50,98%) telah mencapai KKM, sedangkan 25 siswa (49,02%) belum tuntas. Dibandingkan dengan Siklus I, ketuntasan belajar meningkat sebesar 19,61 poin persentase.

Perbaikan pembelajaran kembali dilakukan pada Siklus III melalui penguatan materi menggunakan media audiovisual, latihan yang lebih terarah, serta bimbingan individual kepada siswa yang masih mengalami kesulitan. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan, yaitu seluruh 51 siswa (100%) telah mencapai KKM. Dengan demikian, terjadi peningkatan sebesar 49,02 poin persentase dibandingkan Siklus II dan indikator keberhasilan penelitian telah tercapai.

Pada Siklus III dilakukan penyempurnaan pembelajaran melalui penguatan materi, latihan yang lebih intensif, dan penerapan permainan sederhana untuk meningkatkan keterampilan siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketuntasan belajar secara klasikal telah tercapai sehingga tujuan penelitian dinyatakan berhasil. Siswa menunjukkan peningkatan keterampilan melakukan passing bawah,

pemahaman terhadap teknik dasar, serta keaktifan selama proses pembelajaran.

Tabel 1. Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar Psikomotor

Tahap	Jumlah Siswa Tuntas	Persentase
Pra Siklus	9	17,65%
Siklus I	16	31,37%
Siklus II	26	50,98%
Siklus III	51	100%

Tabel 2. Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar Kognitif

Tahap	Jumlah Siswa Tuntas	Persentase
Siklus I	13	25,49%
Siklus II	31	60,78%
Siklus III	51	100%

Penerapan media audiovisual pada pembelajaran passing bawah sepak bola dilaksanakan melalui tiga siklus tindakan yang meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Pada setiap siklus, guru memanfaatkan video pembelajaran yang menampilkan teknik passing bawah secara sistematis, kemudian siswa mengamati gerakan, mendiskusikan teknik yang benar, dan mempraktikkannya secara langsung. Proses pembelajaran pada setiap siklus terus diperbaiki berdasarkan hasil refleksi sehingga mampu menciptakan pembelajaran yang lebih efektif.

Penggunaan media audiovisual memberikan pengalaman belajar yang lebih konkret dibandingkan metode ceramah. Melalui tayangan video, siswa dapat melihat secara jelas posisi tubuh, ayunan kaki, perkenaan kaki terhadap bola, dan gerakan lanjutan setelah melakukan passing bawah. Kondisi tersebut memudahkan siswa dalam memahami urutan gerakan sehingga kesalahan teknik dapat diminimalkan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan pendapat Arsyad (2019) yang menyatakan bahwa media audiovisual mampu menyajikan informasi melalui perpaduan unsur visual dan audio sehingga pesan pembelajaran lebih mudah dipahami peserta didik. Selain itu, Daryanto (2020) menjelaskan bahwa penggunaan media audiovisual dapat meningkatkan perhatian, motivasi, dan pemahaman siswa karena materi disajikan secara menarik dan lebih nyata dibandingkan penyampaian secara verbal.

Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Rahman dan Putra (2022) yang menunjukkan bahwa penggunaan media audiovisual dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani mampu meningkatkan aktivitas belajar siswa karena siswa memperoleh contoh gerakan yang jelas sehingga lebih mudah menirukan teknik yang dipelajari.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan media audiovisual mampu meningkatkan hasil belajar passing bawah pada setiap siklus. Pada aspek psikomotor,

ketuntasan belajar meningkat dari 17,65% pada pra siklus menjadi 31,37% pada Siklus I, kemudian meningkat menjadi 50,98% pada Siklus II, dan mencapai 100% pada Siklus III. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media audiovisual memberikan dampak positif terhadap penguasaan keterampilan passing bawah siswa.

Peningkatan hasil belajar tersebut terjadi karena media audiovisual memberikan contoh gerakan yang dapat diamati secara berulang sehingga siswa lebih mudah memahami teknik dasar passing bawah. Selain itu, proses refleksi pada setiap siklus memungkinkan guru memperbaiki strategi pembelajaran dengan memberikan latihan yang lebih terarah, umpan balik terhadap kesalahan siswa, dan penguatan materi melalui tayangan video.

Pada aspek kognitif juga terjadi peningkatan hasil belajar. Ketuntasan belajar meningkat dari 25,49% pada Siklus I menjadi 60,78% pada Siklus II, kemudian mencapai 100% pada Siklus III. Hasil tersebut menunjukkan bahwa media audiovisual tidak hanya meningkatkan kemampuan praktik siswa, tetapi juga meningkatkan pemahaman siswa terhadap konsep dan teknik dasar passing bawah.

Menurut Sudjana (2017), hasil belajar merupakan perubahan kemampuan peserta didik yang meliputi ranah kognitif, afektif, dan psikomotor setelah mengikuti proses pembelajaran. Dalam penelitian ini, peningkatan hasil belajar terlihat pada aspek kognitif dan psikomotor, sehingga tujuan pembelajaran dapat dikatakan tercapai.

Temuan penelitian ini juga memperkuat teori Dale dalam *Cone of Experience* yang menjelaskan bahwa pembelajaran yang melibatkan pengalaman melihat dan mendengar secara bersamaan memberikan pemahaman yang lebih baik dibandingkan pembelajaran yang hanya mengandalkan penjelasan lisan. Tayangan video memungkinkan siswa memperoleh gambaran yang lebih nyata mengenai teknik passing bawah sehingga lebih mudah mengingat dan mempraktikkannya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nugroho dan Kurniawan (2021) yang menyimpulkan bahwa penggunaan media audiovisual dapat meningkatkan hasil belajar teknik dasar sepak bola karena siswa lebih mudah memahami gerakan yang dicontohkan. Penelitian Pratama dkk. (2023) juga menunjukkan bahwa media audiovisual efektif meningkatkan keterampilan teknik dasar olahraga melalui penyajian materi yang menarik, interaktif, dan mudah dipahami.

Berdasarkan hasil penelitian dan berbagai teori yang mendukung, dapat dijelaskan bahwa media audiovisual berperan sebagai media pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan hasil belajar passing bawah. Penyajian materi melalui gambar bergerak dan suara mampu meningkatkan perhatian, motivasi, serta pemahaman siswa sehingga berdampak pada peningkatan hasil belajar baik pada aspek kognitif maupun psikomotor. Dengan demikian, media audiovisual dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif media pembelajaran dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, khususnya pada materi teknik dasar passing bawah sepak bola.

KESIMPULAN

Penggunaan media audiovisual yang disertai latihan terarah dan umpan balik guru meningkatkan hasil belajar passing bawah sepak bola pada 51 siswa kelas VIII MTs Al Hikmah 2 Kediri. Ketuntasan psikomotor meningkat dari 17,65% pada pra-



siklus menjadi 31,37% pada Siklus I, 50,98% pada Siklus II, dan 100% pada Siklus III. Pada aspek kognitif, ketuntasan meningkat dari 25,49% pada Siklus I menjadi 60,78% pada Siklus II dan 100% pada Siklus III.

Peningkatan ketuntasan pada setiap siklus memperkuat bahwa penggunaan media audiovisual yang disertai latihan terarah, umpan balik, dan bimbingan guru dapat mendukung peningkatan hasil belajar passing bawah sepak bola.

Guru PJOK disarankan memanfaatkan media audiovisual sebagai pendukung demonstrasi dan latihan praktik agar siswa lebih mudah memahami teknik passing bawah. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan subjek dan sekolah yang berbeda, menggunakan instrumen penilaian yang teruji, serta mengembangkan variasi media pembelajaran untuk mengetahui efektivitasnya pada materi PJOK lainnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Islam, U., & Antasari, N. (2025). *Penelitian tindakan kelas. 2*, 727–743.
- López-fernández, D., Gordillo, A., Pérez, J., & Tovar, E. (2023). *Learning and Motivational Impact of Game-Based Learning : Comparing Face-To- Face and Online Formats on Computer Science Education. 66(4)*, 360–368.
<https://doi.org/10.1109/TE.2023.3241099>
- Melati, E., Fayola, A. D., Hita, I., Saputra, A., Zamzami, Z., & Ninasari, A. (2023). Pemanfaatan Animasi sebagai Media Pembelajaran Berbasis Teknologi untuk Meningkatkan Motivasi Belajar. *Journal on Education. https://doi.org/10.31004/joe.v6i1.2988*
- Moto, M. M. (2019). *Indonesian Journal of Primary Education Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran dalam Dunia Pendidikan. 3(1)*, 20–28.
- Pratama, R. (2019). *No Title*. Pratama, R. (2019). Upaya Peningkatan Keterampilan Passing Dan Stopping Sepak Bola Melalui Strategi Pembelajaran Sesama Teman Pada Siswa Kelas VIII SMPN 7 Tapung (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Rahayu, A., Saskia, A., Guru, P., Ibtidaiyah, M., Sarolangun, A. S., Artikel, I., & Process, L. (2025). *Metode Penelitian Tindakan Kelas : Konsep , Tahapan dan Keunggulan dalam Praktik Pembelajaran. 4(4)*, 828–836.
<https://doi.org/10.54259/diajar.v4i4.5792>
- Rohima, N., & Keguruan, F. (2023). *Penggunaan Media Pembelajaran Untuk Meningkatkan Keterampilan Belajar Pada Siswa. 1–12*.
- Tengah, J. (2018). *Edunomika – Vol. 02, No. 01 (Pebruari 2018) PENELITIAN TINDAKAN KELAS (PTK) SOLUSI ALTERNATIF PROBLEMATIKA PEMBELAJARAN Dwi Susilowati. 02(01)*, 36–46.



Virgantoro, E. D. (2025). *MENINGKATKAN PRESTASI DAN HASIL BELAJAR SISWA PADA FASE A. 2(1)*, 442–456.

Widaningsih, S., Husaeni, A., & Mahdani, Z. Z. (2024). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. 20(2)*, 120–129.