

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MULTIMEDIA DALAM PEMBELAJARAN KEBUGARAN JASMANI PESERTA DIDIK SMP NEGERI 5 SIPIROK

**Abdur Rohim Fadlan¹, Anisa Sholiha Mia², Rina Mayangsari³, Ozha Wahyu
Pra Adha⁴, Oyatra Utama Warda⁵, Lusi Angelia⁶, Yummi Meirafoni⁷,
Universitas Negeri Padang^{1,2,3,4,5,6,7}
abdurrohim0608@unp.ac.id**

Abstrak

Penurunan minat belajar peserta didik menyebabkan turunnya hasil belajar utamanya di masa pandemi *covid 19*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas multimedia pembelajaran dalam meningkatkan pemahaman peserta didik pada materi kebugaran jasmani. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif jenis pra eksperimental dengan menggunakan *desain One Group Pretest-Posttest*. Multimedia yang digunakan telah diuji kelayakannya oleh ahli menggunakan angket validasi. Untuk instrumen penilaian hasil belajar peserta didik menggunakan *pre test* dan *post test* berupa pemberian soal kepada 21 peserta didik kelas VII SMP Negeri 5 Sipirok. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji T (*paired sample test*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan hasil belajar peserta didik sebesar 23,8 %, dari 64,4 % (*pretest*) menjadi 88,2 % (*posttest*). Nilai yang diperoleh menggunakan N-Gain sebesar 0,71, dengan kategori tinggi. Hal ini membuktikan bahwa penggunaan multimedia efektif dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik pada materi kebugaran jasmani. Sehingga, multimedia dapat menjadi sumber belajar yang inovatif, kreatif dan efektif. Penelitian ini merekomendasikan penelitian lebih lanjut tentang pengembangan multimedia interaktif untuk pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tingkat SMP/MTS.

Kata Kunci: *Multimedia, Kebugaran Jasmani, Hasil Belajar*

THE EFFECTIVENESS OF USING MULTIMEDIA IN LEARNING PHYSICAL FITNESS SMP NEGERI 5 SIPIROK STUDENTS

Abstract

The decline in student interest in learning caused a decrease in learning outcomes, especially during the Covid-19 pandemic. This study aims to test the effectiveness of multimedia learning in increasing students' understanding of physical fitness material. This research is a quantitative research type pre-experimental using the One Group Pretest-Posttest design. The multimedia used has been tested for feasibility by experts using validation questionnaires. For the assessment instrument of student learning outcomes using pre test and post test in the form of giving questions to 21 grade VII students of SMP Negeri 5 Sipirok. The data obtained were analyzed using the T test (paired sample test). The results showed that there was an increase in student learning outcomes by 23.8%, from 64.4% (pretest) to 88.2% (posttest). The value obtained using N-Gain is 0.71, with a high category.. This proves that the use of multimedia is effective in improving student learning outcomes on physical fitness materials. Thus, multimedia can be an innovative, creative and effective learning resource. This research recommends further research on the development of interactive multimedia for pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan learning at the junior high school / MTS level.

Keywords: *Multimedia; Physical fitness ; Learning outcomes*



PENDAHULUAN

Keterbatasan bahan pembelajaran membuat pembelajaran dimasa penedmi tidak berjalan dengan efektif dikarenakan pada masa penedemi siswa dituntut untuk melakukan proses pembelajaran secara online. Masa pandemi mengharuskan setiap orang untuk meminimalisir kegiatan diluar rumah, seperti kegiatan pembelajaran di sekolah (Barbour et al., 2021). Siswa harus mengikuti pembelajan via *online*. Hal ini dilakukan untuk mencegah penyebaran virus *covid 19*. Dengan kondisi pembelajaran *online/daring*, pihak sekolah, guru dan orangtua tentu sangat berperan penting, dalam memaksimalkan kegiatan belajar anak. Pendidik juga diharuskan memberikan bahan ajar yang dapat digunakan secara *online*. Salah satunya adalah media pembelajaran yang kreatif dan inovatif dalam memaksimalkan kegiatan belajar untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditentukan. Perkembangan teknologi harus diseimbangi dengan kualitas pendidikan agar teknologi tidak memperalat manusia namun manusialah yang memperalat teknologi(Muhali, 2019). Guru harus memiliki kemampuan dalam menyesuaikan kebutuhan peserta didik dengan perkembangan zaman, seperti pemberian sumber belajar yang memadai, seperti pemanfaatan teknologi dalam menciptakan media pembelajaran.

Media pembelajaran juga sangat berperan penting dalam peningkatan kualitas dan mutu pendidikan (Hikmawan et al., 2019). Multimedia merupakan gabungan dari beberapa media yang sangat baik untuk digunakan dalam pembelajaran *online* maupun *offline*. Media yang terdiri dari tulisan, gambar, video, dan audio menjadikan pembelajaran lebih menarik (Abdulrahaman et al., 2020). Semakin banyak cara penyampaian informasi yang mengenai indera tubuh, maka penyerapan informasi yang disampaikan juga akan lebih mudah untuk dipahami seperti multimedia pembelajaran. Multimedia adalah penggabungan antara media audio, gambar, teks dan video dengan menggunakan teknologi (Limbong & Simarmata, 2020). Multimedia merupakan sumber belajar yang dapat merangsang pikiran, perasaan dan perhatian peserta didik untuk belajar (Marjuni & Harun, 2019).



Multimedia dapat digunakan secara bersama maupun mandiri, sehingga sangat membantu guru dalam menyampaikan materi pembelajaran terlebih di masa pandemi *covid 19* yang terhalang oleh jarak. Pembelajaran menggunakan multimedia dapat meningkatkan pemahaman peserta didik, karena media pembelajarannya lebih menarik, mudah digunakan, menyenangkan dan membuat peserta didik lebih bersemangat untuk belajar (Atika Aini Nasution et al., 2022). Materi kebugaran jasmani sangatlah penting untuk dikuasai, bukan hanya untuk kebutuhan akademik, namun juga untuk kebutuhan hidup yang lebih produktif serta mencegah penularan penyakit (Anderson & Durstine, 2019).Kebugaran jasmani sangatlah penting untuk diberikan pembelajaran yang maksimal khususnya dimasa pandemi *covid 19*, untuk meningkatkan imunitas tubuh dalam mencegah penyebaran virus (Woods et al., 2020).

Berdasarkan hasil penelitian awal berupa observasi dan wawancara dengan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dan peserta didik kelas VII, bahwa multimedia pembelajaran kebugaran jasmani masih belum pernah diterapkan dalam pembelajaran. Siswa masih menggunakan bahan ajar media cetak dan informasi via *chat/pesan* di *WhatsApp*. Hal ini menyebabkan peserta didik kurang bersemangat dan termotivasi dalam mengikuti pembelajaran, sehingga hasil belajar yang diperoleh kurang dari nilai KKM yang ditetapkan. Kondisi yang tidak bisa dipaksakan untuk memaksimalkan pembelajaran disekolah menjadi kendala dalam mencapai tujuan pembelajaran. Ketika peserta didik kurang memahami materi yang disampaikan lewat tulisan/media cetak dan chat, mempengaruhi kemauan peserta didik untuk belajar maksimal. Sebab, belum tersedianya media yang mendukung. Sementara, masa pandemi *covid 19*, sangat membutuhkan dan menyarankan setiap orang untuk berolahraga di rumah (Woods et al., 2020). Melalui multimedia pembelajaran dapat memudahkan guru dalam menyampaikan materi, dan membantu peserta didik dalam memahami dan mengulangi kembali secara mandiri. Pemberian multimedia pembelajaran materi latihan kebugaran jasmani menjadi solusi dalam meningkatkan pemahaman peserta didik (Dwijayani, 2019).



Di dalam multimedia pembelajaran dilengkapi dengan defenisi materi, penjelasan secara lengkap melalui tulisan, dibantu dengan gambar dan disempurnakan melalui video dari masing-masing bentuk latihan kebugaran jasmani yang dipaparkan. Multimedia yang dihasilkan dapat diakses langsung oleh peserta didik melalui sebuah *link* yang *dishare* oleh peneliti. Siswa dapat menggunakan multimedia tanpa terhalang waktu dan tempat. Setiap materi diberikan contoh latihan yang dapat dilakukan dirumah demi keamanan peserta didik dari virus. Bentuk latihan yang diberikan juga sederhana untuk dillakukan dan dapat menggunakan sarana dan prasarana yang ada dirumah seperti *plank*, naik turun tangga, *push up*, *sit up*, bersepeda, *jogging* dan lain sebagainya (Bafirman & Wahyuri, 2019). Jadi, peserta didik dapat terbantu dari segi pembelajaran sekaligus juga dapat melakukan olahraga untuk meningkatkan imunitas dan kesehatan tubuh melalui latihan di dalam multimedia.

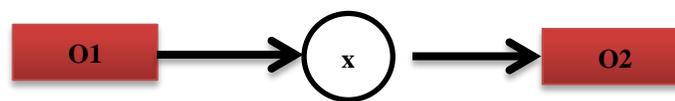
Media belajar yang semakin menarik, dapat lebih maksimal dalam meningkatkan pemahaman peserta didik (Hikmawan et al., 2019). Apabila peserta didik dapat memahami materi yang disampaikan, maka peserta didik akan termotivasi dan bersemangat dalam mengikuti proses pembelajaran atau materi yang disampaikan (Fitriyah* & Fardhani, 2022). Dengan penyampaian informasi atau materi melalui multimedia, akan semakin baik dalam memudahkan peserta didik dalam memahami materi kebugaran jasmani yang disampaikan (A'yun et al., 2022). Telah banyak penelitian yang menunjukkan bahwa pembelajaran melalui multimedia dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Dengan munculnya motivasi tersebut akan mendorong peserta didik dalam melaksanakan pembelajaran yang lebih maksimal (Papademetriou et al., 2022).

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis pra-eksperimental. Desain penelitian ini yaitu *one group pretest-posttest* kepada peserta didik kelas VII SMP Negeri 5 Sipirok dengan jumlah 21 peserta didik yang berusia kisaran 12-14 tahun. Sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling, yakni



seluruh populasi dijadikan sampel penelitian (Sugiyono, 2007). Untuk menguji efektivitas multimedia pembelajaran, maka diambil data awal tingkat pemahaman peserta didik sebelum melakukan pembelajaran menggunakan multimedia atau hanya menggunakan buku cetak dan media gambar seadanya berupa menjawab soal kuis yang ada didalam multimedia. Setelah itu, diberikan pembelajaran dengan menggunakan multimedia pembelajaran dan diambil data akhir dengan cara yang sama, yaitu menjawab soal kuis.



Gambar 1. Skema penelitian (Sugiyono, 2013)

Keterangan :

X : Perlakuan, pembelajaran menggunakan multimedia

O1 : Pengambilan data awal/*pretest* sebelum menggunakan multimedia

O2 : Pengambilan data akhir/*posttest* sesudah menggunakan multimedia

Dalam penelitian ini menggunakan dua analisis data, yaitu (1) analisis deskriptif digunakan untuk mengolah hasil data angket validasi dan disesuaikan dengan kriteria penilaian angket (Riduwan, 2015), (2) analisis kuantitatif digunakan untuk mengolah data angket dan soal yang berbentuk angka/skor yang diujikan (Ahyar et al., 2020). Pada pengujian hipotesis dianalisis menggunakan uji t melalui uji normalitas untuk melihat apakah data berdistribusi normal atau tidak (Nuryadi et al., 2017). Kemudian dilanjutkan dengan uji lilliefors H_0 diterima atau ditolak. setelah itu, dilakukan uji homogenitas untuk mencari kehomogenan satu populasi yang terpisah jadi dua, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Untuk H_0 , jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ artinya sampel homogen. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini terkait pengujian hipotesis yaitu uji t dependen. Uji ini dilakukan karena berasal dari sampel yang sama namun dua perlakuan yang berbeda. Penelitian ini melihat apakah ada perbedaan tingkat pemahaman peserta didik sebelum dan



sesudah menggunakan multimedia pembelajaran pada materi kebugaran jasmani kelas VII (Ahyar et al., 2020).

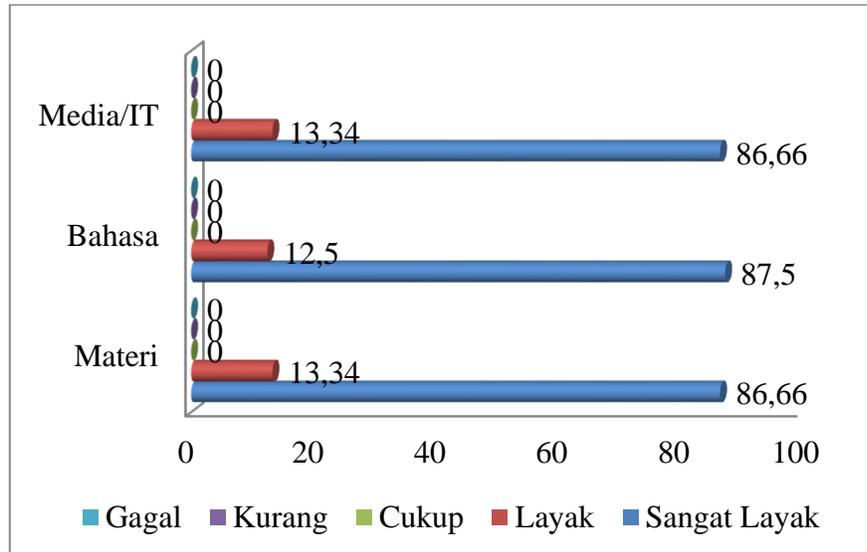
HASIL DAN PEMBAHASAN

Efektivitas multimedia dilakukan setelah diuji validitas/kelayakan oleh para ahli sesuai kebutuhan produk yaitu ahli materi kebugaran jasmani oleh dosen kebugaran jasmani dan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SMP, ahli bahasa oleh dosen bahasa indonesia dan ahli Media/IT oleh dosen teknik informatika, hasil uji valid aspek materi multimedia pembelajaran yang diperoleh dari empat validator A adalah 81,66 % (sangat layak), validator B 81,66 % (sangat layak), validator C 91,66 % (sangat layak), validator D 80 % (layak). Sehingga, diperoleh nilai rata-rata sebesar 86,66 % dengan kategori sangat layak. Hasil uji valid aspek bahasa multimedia pembelajaran yang diperoleh dari validator E adalah 87,5 % dengan kriteria (sangat layak). Hasil uji valid aspek media/IT multimedia pembelajaran yang diperoleh dari validator F adalah 86,66 % dengan kriteria (sangat layak).

Tabel 1. Rekapitulasi hasil uji valid multimedia pembelajaran

Validator	Aspek	Jumlah data	Persentase (%)	Kriteria
A	Materi	49/60	81,66 %	Layak
B	Materi	49/60	81,66 %	Layak
C	Materi	55/60	91,66 %	Sangat layak
D	Materi	48/60	80 %	Layak
E	Bahasa	35/40	87,5 %	Sangat layak
F	Media/IT	52/60	86,66 %	Sangat layak
Rata-rata			86,94 %	Sangat layak

Sehingga, melalui tabel rekapitulasi hasil uji validasi di atas menunjukkan bahwa hasil uji valid multimedia pembelajaran berdasarkan aspek materi, bahasa dan media/IT sangat layak layak digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi aktivitas latihan kebugaran jasmani dengan perolehan nilai rata-rata sebesar 86,94 %. Untuk lebih jelasnya, dapat dilihat melalui gambar berikut ini!



Gambar 2. Diagram hasil uji valid multimedia pembelajaran

Hasil belajar peserta didik SMP N 5 Sipirok melalui penelitian ini dari pemberian soal kebugaran jasmani *pada pre test* (sebelum menggunakan multimedia pembelajaran) dan *post test* (setelah menggunakan multimedia pembelajaran). Adapun untuk lebih jelasnya dipaparkan dalam tabel dibawah ini.

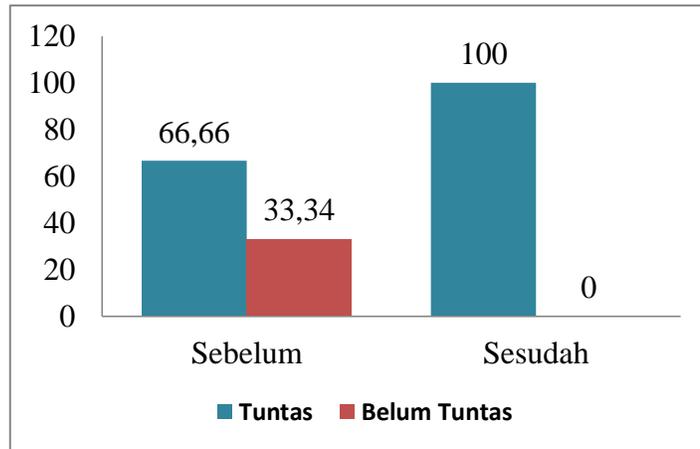
Tabel 2. Peningkatan dan N-Gain sebelum dan sesudah pemberian multimedia

Rata-rata		Peningkatan	N-Gain	Nilai tertinggi		Nilai terendah	
<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>			<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
64,4	88,2	23,8	0,71	80	100	40	75

Berdasarkan tabel diatas,diperoleh data hasil belajar terkait pemahaman peserta didik *pretest* atau sebelum diberikan pembelajaran menggunakan multimedia adalah sebesar 64,4 %. Setelah diberikan perlakuan berupa pembelajaran menggunakan multimedia atau *posttest*, diperoleh data hasil belajar terkait pemahaman peserta didik sebesar 88,2 %. Dari kedua data *pretest* dan *posttest* terlihat jelas bahwa adanya peningkatan pemahaman peserta didik dalam menjawab soal kuis yang ada pada multimedia sebesar 23,8 %. Sebelum diberikan pembelajaran menggunakan multimedia sebanyak 66 % nilai pemahaman peserta didik masih



dibawah nilai KKM sekolah yaitu 75. Untuk melihat lebih jelas peningkatan hasil belajar peserta didik, dapat dilihat melalui tabel histogram berikut :



Gambar 2. Histogram nilai ketuntasan hasil belajar peserta didik

Perolehan hasil belajar peserta didik sebelum menggunakan multimedia adalah sebesar 66,66 % atau 14 orang peserta didik yang memiliki nilai tuntas di atas KKM, sementara 33,34 % atau 7 orang peserta didik dengan nilai belum tuntas. Hal ini juga dibuktikan dengan perolehan N-Gain sebesar 0,71 dengan kategori tinggi. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa penggunaan multimedia dalam pembelajaran kebugaran jasmani peserta didik kelas VII SMP N 5 Sipirok efektif untuk meningkatkan hasil belajar terkait pemahaman peserta didik.

Tabel 3. Efektivitas hasil belajar terkait hasil belajar/pemahaman peserta didik melalui uji T (*paired sample test*)

Paired Samples Test									
	Paired Differences					t	df	Significance	
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				One-Sided p	Two-Sided p
				Lower	Upper				



Pai	pretest	-	4.55966	.9950	-	-	-	2	<,00	<,00
r 1	-	23.7619		0	25.8374	21.6863	23.88	0	1	1
	posttes	0			4	7	1			
	t									

Berdasarkan uji t (*paired sample test*) efektivitas penggunaan multimedia dalam pembelajaran kebugaran jasmani diatas, diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,001 < 0,005$, t hitung sebesar 23,881 dengan taraf kepercayaan sebesar 0,05, $dk = n - 1 = 21 - 1 = 20$, sehingga diperoleh ttabel sebesar 2,086. Artinya, karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel} = 23,881 > 2,086$, maka, dapat ditarik kesimpulan bahwa pemberian multimedia pembelajaran meningkatkan hasil belajar yang signifikan terkait pemahaman peserta didik pada materi kebugaran jasmani.

PEMBAHASAN

Media pembelajaran merupakan salah satu pendorong bagi peserta didik dalam mencapai tujuan belajar (Cahyati et al., 2022). Dengan adanya media pembelajaran, peserta didik akan lebih mudah dalam memahami materi yang disampaikan baik mengenai teori maupun praktek. Namun, media yang digunakan juga harus selalu disesuaikan dengan materi yang akan disampaikan, karakteristik peserta didik yang jadi sasaran, tingkat efektivitas dan efisiensi penggunaan media (Mulyatiningsih, 2015). Sehingga, media pembelajaran mampu memberikan dampak yang positif dalam proses pembelajaran guna tercapainya tujuan pembelajaran. Media belajar yang kreatif dan inovatif menjadi kebutuhan dalam pembelajaran saat ini yang sangat berpengaruh terhadap kesuksesan atau ketercapaian tujuan belajar (Hikmawan et al., 2019). Pemahaman peserta didik yang baik akan lebih mudah tercapai apabila materi disampaikan dengan jelas, bahasa yang mudah dipahami, sesuai dengan karakteristik peserta didik dan menarik perhatian serta mampu menumbuhkan memotivasi (Purba et al, 2020). Sehingga, salah satu solusi atas kesenjangan ini adalah pengembangan multimedia pembelajaran yang didesain semenarik mungkin untuk diuji kelayakan dan keefektifannya dalam pembelajaran di sekolah.



Multimedia pembelajaran merupakan gabungan dari beberapa media seperti teks, gambar, video, suara dan grafik yang dapat digunakan dalam kegiatan proses belajar mengajar (Abdulrahman et al., 2020). Apalagi di masa pandemi dan *new normal* yang tengah dialami, yang mengharuskan peserta didik untuk lebih banyak belajar mandiri (Singaram et al., 2022). Salah satunya adalah dengan menggunakan multimedia pembelajaran yang bisa diakses di internet atau sosial media, yang akan sangat membantu peserta didik dalam memahami materi dan mengulang kembali di rumah secara mandiri (Ermawati & Rufaidah, 2019). Menggunakan media yang menarik merupakan salah satu cara yang bisa dilakukan untuk mengantisipasi menurunnya semangat belajar, terutama yang berkaitan dengan praktek seperti pembelajaran pendidikan jasmani (Indarini & Abidin, 2021). Hal ini disebabkan karena pengurangan kegiatan belajar mengajar di sekolah. Sehingga, pembelajaran dilakukan secara jarak jauh atau *online*. Masih banyak sekolah yang belum memiliki sarana dan prasarana yang lengkap untuk dijadikan sebagai sumber belajar yang efektif digunakan dalam kondisi pembelajaran *online*. Sementara, kondisi yang ada mengharuskan pihak guru dan peserta didik untuk memaksimalkan kegiatan pembelajaran *online* dan *offline*. Sehingga, upaya pengembangan sumber belajar di era globalisasi sangat berkembang pesat. Jaringan internet yang sudah sangat mudah diperoleh, teknologi yang semakin canggih dan mudah didapatkan menjadi salah satu hal yang dapat didayagunakan.

Penelitian dan pengembangan ini menggunakan model pengembangan Dick and Carrey yang disesuaikan dengan materi yang ada dibuku cetak Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kemdikbud kurikulum 2013 revisi tahun 2017 yang digunakan disekolah tempat penelitian (Muhajir, 2017). Materi dengan media cetak dikembangkan menjadi multimedia pembelajaran yang lebih menarik dan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta didik serta untuk mendukung pelaksanaan kegiatan belajar peserta didik dimasa *covid 19* atau pembelajaran *online*.

Dengan adanya multimedia pembelajaran akan mendorong peserta didik untuk bersemangat untuk belajar sehingga tercapainya hasil belajar dari segi



pemahaman yang lebih baik (Dwijayani, 2019). Adapun tampilan multimedia yang dihasilkan adalah sebagai berikut!



Gambar 2. Halaman awal/menu multimedia pembelajaran

Dengan adanya multimedia pembelajaran juga, peserta didik dapat menggunakan bahan ajar tersebut tanpa batas ruang dan waktu (Baticulon et al., 2021). Hal ini, sangat memudahkan guru dan juga orangtua dalam mengontrol pembelajaran peserta didik secara *online* atau mandiri. Didalam multimedia terdapat tujuan pembelajaran yang jelas, materi kebugaran jasmani dan evaluasi berupa soal terkait pembelajaran yang dipaparkan. Diawali dengan tampilan multimedia yang menarik, akses yang dapat dilakukan kapan saja dan dimana saja, memiliki berbagai media yang dapat diserap dari berbagai jenis indera tubuh peserta didik, dan yang lebih menarik, disertai dengan video sebagai contoh gerakan yang dapat dilakukan secara berkelompok dan mandiri. pembelajaran masa pandemi *covid 19* lebih mengutamakan pembelajaran mandiri, yang mana multimedia menjadi sumber belajar yang sangat membantu terlaksananya pembelajaran yang lebih maksimal.

Dengan menggunakan multimedia dalam proses pembelajaran dapat memberikan kemudahan bagi peserta didik dalam memahami materi pelajaran, terlebih dalam materi aktivitas kebugaran jasmani yang sangat membutuhkan media yang tidak hanya menjelaskan teori namun juga membutuhkan tampilan contoh/peragaan untuk memperkuat isi materi. Ada banyak manfaat daripada multimedia pembelajaran menjadi bahan/media ajar. Media pembelajaran yang



menarik dan memotivasi untuk belajar, dapat menjadi media belajar mandiri sesuai kemampuan dan minat peserta didik, media yang menyenangkan karena terdiri dari beberapa media yang didesain dengan menarik, peserta didik dapat mengulang kembali pelajaran dimana saja sesuai dengan apa yang dibutuhkan, memberikan nuansa baru bagi perkembangan otak peserta didik dan yang lebih penting adalah memudahkan guru dan peserta didik dalam melakukan kegiatan pembelajaran secara jarak jauh atau *online* (Arsyad, 2014).

Setiap peserta didik memiliki ciri belajar tersendiri, ada yang lebih dominan dengan membaca, memperhatikan gambar, menonton video, mendengarkan audio atau bahkan melalui gabungan beberapa media seperti multimedia pembelajaran (Pakpahan et al., 2020). Multimedia pembelajaran memberikan daya tarik lebih kepada peserta didik untuk mengulas dan membahas materi didalamnya. Tampilan yang menarik, dapat digunakan tanpa batas ruang dan waktu dan dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan individu peserta didik (Yang, 2020). Multimedia juga menjadi inovasi dan kreasi yang selalu berkembang khususnya dalam sektor pendidikan. Hal ini, didukung oleh teknologi dan informasi yang semakin berkembang pesat (Al-Fraihat et al., 2020). Dengan multimedia, peserta didik akan lebih mudah untuk menyesuaikan diri dan kemampuannya untuk mempelajari materi yang disampaikan oleh guru. Sehingga, apabila motivasi dan semangat peserta didik untuk belajar sudah meningkat, maka tujuan pembelajaran yang akan dicapai juga akan semakin mudah diperoleh.

Multimedia pembelajaran ini dikatakan efektif sebagai sumber belajar bagi peserta didik karena memberikan dampak yang positif terhadap kegiatan pembelajaran (Alobaid, 2021) seperti dapat menarik perhatian peserta didik untuk mengikuti kegiatan belajar (Nur Jannah, 2020), memudahkan dan membantu peserta didik dalam belajar (Anggraini, 2013), dapat digunakan tanpa batas ruang dan waktu (Lotan, 2019), (Schrader & Bastiaens, 2012), meningkatkan hasil belajar (A'yun et al., 2022), (Schrader & Bastiaens, 2012) dan memudahkan tercapainya tujuan pembelajaran (Alobaid, 2020).



KESIMPULAN

Di era globalisasi, pendidikan semakin meningkat pesat dengan adanya pembelajaran berbasis elektronik, baik berupa media, e modul, aplikasi, situs *web* dan lain-lain. Pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi dalam sektor pendidikan semakin banyak dikembangkan. Penerapan multimedia berdampak positif terhadap hasil belajar peserta didik. Daya akses yang tak dibatasi baik oleh ruang maupun waktu. Berdasarkan analisis data yang diperoleh melalui *pretest* sebesar 64,4 % dan *posttest* sebesar 88,2 %, terjadi peningkatan sebesar 23,8 % sesudah penggunaan multimedia dalam pembelajaran. Perbedaan ini juga dapat dilihat melalui perhitungan N-Gain sebesar 0,71 dengan kategori tinggi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa multimedia pembelajaran efektif untuk digunakan dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi kebugaran jasmani kelas VII. Dengan ini multimedia pembelajaran sangat bagus digunakan dalam proses pembelajaran terutama pada materi kebugaran jasmani, proses pembelajaran yang dilakukan disekolah sebaiknya guru memberikan materi menggunakan multimedia pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- A'yun, Q., Sulastris, S., Eka Wati, D., Ratna Sari, D., Ma'rufa, H., & Nur Khafidhloh, F. (2022). Effectiveness of Using the Quizzz Application in Islamic Religious Education. *International Journal of Science Education and Cultural Studies*, 1(1), 16–31. <https://doi.org/10.58291/ijsecs.v1i1.23>
- Abdulrahman, M. D., Faruk, N., Oloyede, A. A., Surajudeen-Bakinde, N. T., Olawoyin, L. A., Mejabi, O. V., Imam-Fulani, Y. O., Fahm, A. O., & Azeez, A. L. (2020). Multimedia tools in the teaching and learning processes: A systematic review. *Heliyon*, 6(11), e05312. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e05312>
- Ahyar, H., Maret, U. S., Andriani, H., Sukmana, D. J., Mada, U. G., Hardani, S.Pd., M. S., Nur Hikmatul Auliya, G. C. B., Helmina Andriani, M. S., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (Issue March).
- Al-Fraihat, D., Joy, M., Masa'deh, R., & Sinclair, J. (2020). Evaluating E-learning systems success: An empirical study. *Computers in Human Behavior*, 102(June 2019), 67–86. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.08.004>
- Alobaid, A. (2020). Smart multimedia learning of ICT: role and impact on language



- learners' writing fluency— YouTube online English learning resources as an example. *Smart Learning Environments*, 7(1). <https://doi.org/10.1186/s40561-020-00134-7>
- Alobaid, A. (2021). ICT multimedia learning affordances: role and impact on ESL learners' writing accuracy development. *Heliyon*, 7(7), e07517. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07517>
- Anderson, E., & Durstine, J. L. (2019). Physical activity, exercise, and chronic diseases: A brief review. *Sports Medicine and Health Science*, 1(1), 3–10. <https://doi.org/10.1016/j.smhs.2019.08.006>
- Anggraini, S. dan D. (2013). Pengembangan Bank Soal Dan Pembahasan Ujian Nasional Berbasis Multimedia Pembelajaran Interaktif Dengan Macromedia Authorware 7.0. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 3, 394–408. <https://doi.org/10.21831/cp.v0i3.1138>
- Atika Aini Nasution, Baginda Harahap, Rohmah Alawiyah Harahap, & Nasrul Wahdi. (2022). Socialization of the Use of Multimedia as a Learning Tool to Improve the Skills of MAS Darul Ilmi Students. *International Journal of Community Service (IJCS)*, 1(1), 48–61. <https://doi.org/10.55299/ijcs.v1i1.88>
- Bafirman, B., & Wahyuri, A. S. (2019). *Pembentukan Kondisi Fisik* (2019th ed.).
- Barbour, N., Menon, N., & Mannering, F. (2021). A statistical assessment of work-from-home participation during different stages of the COVID-19 pandemic. *Transportation Research Interdisciplinary Perspectives*, 11(July), 100441. <https://doi.org/10.1016/j.trip.2021.100441>
- Baticulon, R. E., Sy, J. J., Alberto, N. R. I., Baron, M. B. C., Mabulay, R. E. C., Rizada, L. G. T., Tiu, C. J. S., Clarion, C. A., & Reyes, J. C. B. (2021). Barriers to Online Learning in the Time of COVID-19: A National Survey of Medical Students in the Philippines. *Medical Science Educator*, 31(2), 615–626. <https://doi.org/10.1007/s40670-021-01231-z>
- Cahyati, S. S., Tukiyo, T., Saputra, N., Julyanthry, J., & Herman, H. (2022). How to Improve the Quality of Learning for Early Childhood? An Implementation of Education Management in the Industrial Revolution Era 4.0. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 5437–5446. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2979>
- Dwijayani, N. M. (2019). Development of circle learning media to improve student learning outcomes. *Journal of Physics: Conference Series*, 1321(2). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1321/2/022099>
- Ermawati, & Rufaidah, D. (2019). Implementation of Tri-N (Niteni-Nirokke-Nambahi) and PPK (Strengthening of Character Education) in Explanation Text Learning Development of Grade 8th. *Proceedings: The International Conference on Technology, Education, and Science*, 1(1), 33.
- Fitriyah*, I. J., & Fardhani, I. (2022). Increase Students' Motivation in Learning Science by Developing Instructional Media in The Form of Powtoon. *Jurnal IPA & Pembelajaran IPA*, 6(2), 111–118. <https://doi.org/10.24815/jipi.v6i2.24639>
- Hikmawan, T., Sutarni, N., & Hufad, A. (2019). The role of electronic learning media



- in creativity learning. *Journal of Physics: Conference Series*, 1375(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1375/1/012030>
- Indarini, A. D., & Abidin, Z. (2021). Implementasi Media Smartpoli dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar pada Pembelajaran di Era Pandemi. *Jurnal Basicedu*, 6(1), 242–252. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i1.1863>
- Lotan, F. F. (2019). Making a positive internet through Socmed Agawe Guyub. *International Journal of Communication and Society*, 1(1), 9–16. <https://doi.org/10.31763/ijcs.v1i1.22>
- Marjuni, A., & Harun, H. (2019). Penggunaan Multimedia Online Dalam Pembelajaran. *Idaarah: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 3(2), 194. <https://doi.org/10.24252/idaarah.v3i2.10015>
- Muhajir. (2017). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Olahraga, dan kesehatan* (2017th ed., Vol. 1).
- Muhali, M. (2019). Pembelajaran Inovatif Abad Ke-21. *Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmu Pendidikan: E-Saintika*, 3(2), 25. <https://doi.org/10.36312/e-saintika.v3i2.126>
- Mulyatiningsih, E. (2015). PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN Endang. *Islamic Education Journal*, 35,110,114,120,121.
- Nur Jannah, I. (2020). Efektivitas Penggunaan Multimedia dalam Pembelajaran IPA di SD. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 4(1), 54. <https://doi.org/10.23887/jisd.v4i1.24135>
- Nuryadi, Astuti, T. D., Utami, E. S., & Budiantara, M. (2017). *Buku Ajar Dasar-dasar Statistik Penelitian*.
- Papademetriou, C., Anastasiadou, S., Konteos, G., & Papalexandris, S. (2022). COVID-19 Pandemic: The Impact of the Social Media Technology on Higher Education. *Education Sciences*, 12(4). <https://doi.org/10.3390/educsci12040261>
- Schrader, C., & Bastiaens, T. J. (2012). The influence of virtual presence: Effects on experienced cognitive load and learning outcomes in educational computer games. *Computers in Human Behavior*, 28(2), 648–658. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2011.11.011>
- Singaram, V. S., Naidoo, K. L., & Singh, S. (2022). Self-Directed Learning During the COVID-19 Pandemic: Perspectives of South African Final-Year Health Professions Students. *Advances in Medical Education and Practice*, 13, 1–10. <https://doi.org/10.2147/AMEP.S339840>
- Woods, J. A., Hutchinson, N. T., Powers, S. K., Roberts, W. O., Gomez-Cabrera, M. C., Radak, Z., Berkes, I., Boros, A., Boldogh, I., Leeuwenburgh, C., Coelho-Júnior, H. J., Marzetti, E., Cheng, Y., Liu, J., Durstine, J. L., Sun, J., & Ji, L. L. (2020). The COVID-19 pandemic and physical activity. *Sports Medicine and Health Science*, 2(2), 55–64. <https://doi.org/10.1016/j.smhs.2020.05.006>
- Yang, Z. (2020). A study on self-efficacy and its role in mobile-assisted language learning. *Theory and Practice in Language Studies*, 10(4), 439–444. <https://doi.org/10.17507/tpls.1004.13>