

PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN VISUAL, AUDITORI, KINESTETIK (VAK) TERHADAP GERAK DASAR AKTIVITAS RITMIK

¹ Ana Rukhonah (anarukhonah02@gmail.com)

² Anin Rukmana (anin_rukmana@upi.edu)

³ Encep Sudirjo (encepsudirjo@upi.edu)

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang Jl. Mayor Abdurrahman No.211 Sumedang

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini difokuskan untuk mengetahui pengaruh dari model pembelajaran visual, auditori, kinestetik (VAK) terhadap gerak dasar aktivitas ritmik. Penelitian ini berangkat dari permasalahan keterbatasan kemampuan gerak dasar aktivitas ritmik siswa dikarenakan kurangnya minat dan semangat belajar siswa. Sebagai upaya penyelesaian permasalahan tersebut, peneliti menggunakan suatu model pembelajaran yaitu visual, auditori, kinestetik (VAK). Metode penelitian yaitu eksperimen dengan desain *Quasi Non-Equivalen Control Group Desain*. Objek penelitian adalah 15 siswa kelas IV SDN Mulyasari sebagai kelompok eksperimen dan 15 siswa SDN Mandalaherang II sebagai kelompok kontrol. Analisis data dilakukan dengan cara kuantitatif berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh model pembelajaran VAK terhadap gerak dasar aktivitas ritmik berdasarkan uji-t dan didapat nilai $sig\ 0,001 < 0,05$ dengan besar perentase signifikansi pengaruh sebesar 77,7%. Berdasarkan hasil uji gain kelas eksperimen dengan rata-rata n-gain mengalami peningkatan sebesar 15,5, sedangkan pada kelas kontrol rata-rata n-gain mengalami peningkatan sebesar 9,4.

Kata kunci : Model Pembelajaran VAK, Gerak Dasar, Aktivitas Ritmik

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses untuk menyiapkan sumber daya manusia yang memiliki potensi untuk berkembang baik dari segi kognitif, afektif dan psikomotornya. Tirtarahardja & Sulo (2008, hlm. 33) menyatakan bahwa "Pendidikan diartikan sebagai kegiatan pewarisan budaya dari satu generasi ke generasi yang lain". Hakikatnya pendidikan adalah sebuah sistem yang didalamnya mempunyai beberapa komponen yang saling berkaitan untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan. Komponen-komponen tersebut adalah tujuan pelajaran, pendidik dan peserta didik, metode dan strategi belajar mengajar, sumber pelajaran, alat atau media dan juga evaluasi. Komponen utama dalam keberhasilan pembelajaran adalah pendidik. Menurut UU No 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab XI Pasal 39 ayat 2 menyatakan bahwa "Pendidik merupakan tenaga profesional yang bertugas merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, menilai hasil belajar, melakukan pembimbingan dan pelatihan serta melakukan penelitian dan pengabdian pada masyarakat untuk pendidikan tinggi". Berdasarkan penjelasan di atas menunjukkan bahwa guru adalah salah satu pendidik yang bertugas dalam merencanakan dan melaksanakan proses belajar mengajar yang diantaranya yaitu menentukan tujuan belajar yang akan dilaksanakan berupa Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Oleh karena itu, setiap guru seharusnya memahami betul mengenai tujuan pembelajaran, bagaimana cara merumuskannya serta memahami bagaimana cara memilih dan menentukan metode belajar yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

Begitu pula dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang mengharuskan guru untuk kreatif, inovatif dan membuat perencanaan yang matang supaya guru mampu menyampaikan pembelajaran dengan baik, mampu mengembangkan minat anak untuk belajar pendidikan jasmani dan mampu mewujudkan hasil belajar siswa yang sesuai dengan apa yang diinginkan. Menurut Abdillah, Rukamana & Sudirjo (2018) mengungkapkan bahwa “pendidikan jasmanii dan olahraga merupakan dua istilah yang saling dan sangat berdampak bagi perkembangan dan kkeberfungsian nilai-nilai sosial olahraga”. Pendidikan jasmani sendiri memiliki arti yaitu sebagai proses mengembangkan keterampilan gerak manusia melalui aktivitas fisik atau aktivitas jasmani yang bergunai sebagai bekal untuk ketrampilan hidup (*life skill*). Menurut Chen (2018, hlm.1) mengungkapkan bahwa “*Physical Education (PE) is a key channel that impacts chlidren’s decisions and behaviors for healthful living.*” Dapat diartikan bahwa pendidikan jasmani adalah kunci utama yang mempengaruhi keputusan anak-anak dan berperilaku hidup sehat. Jadi pendidikan jasmani merupakan salah satu hal yang membentuk perilaku hidup sehat. Baik sehat jasmani maupun sehat rohaninya serta mampu membentuk watak dan kepribadian anak karena pada dasarnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani anak-anak dengan sendirinya akan belajar menghargain lawan bermain, belajar sportfi, jujur dan tanggung jawab. Sedangkan menurut Suherman (2018) mengungkapkan bahwa Pendidikan jasmani merupakan salah satu alat yang sangat penting untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, khususnya pertumbuhan dan perkembangan gerak manusia yaitu gerak yang dibutuhkan manusia dalam aktivitas kesehariannya baik untuk belajar mengenal alam sekitar maupun belajar mengenal dirinya sebagai makhluk individu dan makhluk sosial dalam usaha mengatasi dan menyesuaikan perubahan yang terjadi di lingkungannya. Seperti halnya yang dikemukakan oleh Departemen Pendidikan Nasional (2003) bahwa Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematik melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila.

Jadi pada dasarnya, pendidikan jasmani merupakan salah satu cara untuk mewujudkan tercapainya cita-cita bangsa yang luhur yaitu untuk menciptakan manusia yang sesungguhnya. Manusia yang beriman dan berakhlak mulia, cerdas dan kreatif, baik budi pekertinya dan sehat jasmani dan rohaninya. Pada Sekolah Dasar (SD), pembelajaran Pendidikan Jasmani mencakup 7 materi pembelajaran yaitu Permainan dan Olahraga, Aktivitas Pengembangan, Aktivitas Senam, Aktivitas Ritmik, Aktivitas Akuatik, Pendidikan Luar Kelas, dan Pendidikan Kesehatan. Aktivitas ritmik sendiri sering dikenal dengan senam ritmik yang berarti gerakan senam yang dilaksanakan dengan iringan musik. Senada dengan pendapat

Mukholid (2007) bahwa aktivitas ritmik ialah bentuk aktivitas yang memadukan antara berbagai bentuk gerakan dengan irama sebagai iringannya. Ritmik bisa diiringi dengan irama tepuk tangan, ketukan, nyanyian, musik, siulan, hitungan dan sebagainya. Keindahan bentuk gerakan menciptakan variasi gerakan, dan membentuk gerakan melalui koordinasi antara berbagai bentuk gerakan dengan irama. Prinsip dasar aktivitas ritmik adalah adanya kelenturan tubuh di dalam melakukan gerakan dan kesinambunga antara gerakan yang satu dan gerakan yang lainnya sesuai dengan irama. Pembelajaran aktivitas ritmik memiliki arti penting untuk anak-anak, baik untuk kepentingan diri anak sendiri maupun sebagai bagian dari kurikulum pendidikan di Sekolah Dasar. Aktivitas ritmik memberikan kesempatan pada anak-anak untuk mengembangkan kemampuan untuk menciptakan gerakan. Melalui aktivitas ritmik anak dapat merespon lingkungan seperti warna, ruang, bunyi, irama, gerak dan orang-orang disekitarnya. Hal tersebut diharapkan mampu mengembangkan potensi anak dengan optimal.

Seperti pernyataan Sukarma (2001) bahwa aktivitas ritmik mampu: (1) Mengembangkan keterampilan jasmani yang memungkinkan individu mengembangkan koordinasi neuro-muskular dan persepsi kinestetik untuk bergerak secara efektif dan efisien, (2) Mengembangkan kebugaran jasmani yang meliputi unsur kekuatan, daya tahan, kelenturan dan mengembangkan sikap yang baik, (3) Menanamkan pengetahuan dan kesadaran tentang kebugaran jasmani, menanamkan kebiasaan hidup sehat dan memupuk kreativitas, keberanian dan percaya diri, (4) Mengembangkan keterampilan emosional dan bakat sosial, (5) Mengembangkan sikap dan kepribadian dan *self concept* yang positif. Senada dengan pendapat Suharjana (2010) bahwa “Ada tiga buah bentuk tarian yang dapat guru aplikasikan untuk memberikan pengalaman gerak pada anak-anak, diantaranya yaitu tarian nyanyian (*singing dance*), tarian rakyat (*folk dance*) serta tarian kreatif (*creative dance*)”. Dapat disimpulkan bahwa aktivitas ritmik merupakan salah satu materi yang ada pada pembelajaran pendidikan jasmani yang diartikan sebagai suatu pembelajaran gerak dengan menggunakan irama musik atau ketukan atau bisa juga dengan tepukan tangan yang memiliki tujuan untuk memperluas ruang gerak persendian anak agar anak menjadi lentur juga agar anak mampu berkreativitas dalam menciptakan karya dalam wujud gerakan senam.

Kenyataan di Sekolah Dasar (SD), aktivitas ritmik menjadi pembelajaran yang tidak diminati oleh siswa karena penyampaian materi aktivitas ritmik yang guru berikan dirasa membosankan. Menurut Rukmana (2011) dari hasil observasi dan diskusi dengan para guru pendidikan jasmani di SD kecamatan Ganeas Kabupaten Sumedang bahwa permasalahan mendasar para guru pendidikan jasmani di SD di kecamatan Ganeas adalah keberanian dan kemampuan mengoptimaalkan pembelajaran aktivitas ritmik terstruktur bebas, dengan memanfaatkan berbagai peluang pendukung yang ada disekitarnya, yang meliputi pemanfaatan media, potensi yang ada pada guru dan potensi yang ada pada siswa, serta etos kerja untuk belajar memaksimalkan proses pembelajaran. Salah satu materi ajar yang paling sering dan paling

umum mendapatkan kesulitan dalam pembelajarannya adalah materi aktivitas ritmik. Kurang optimalnya pembelajaran aktivitas ritmik ini akan mengurangi optimalisasi kemampuan siswa akan terbentuknya nilai-nilai estetika pada tatanan fisik, meliputi organik dan motorik. Pada tatanan kognitif akan mengurangi kepekaan perasaan siswa pada perilaku berpikir dan penentuan sikap. Sedangkan pada tatanan afektif akan mengurangi kepekaan perasaan siswa pada pengendalian emosional dan kepekaan sosial.

Jika permasalahan tersebut dibiarkan dan terus berpengaruh pada kemampuan motorik, kognitif dan afektif siswa, maka tujuan dari pendidikan jasmani itu sendiri dan ketuntasan hasil belajar akan sulit dicapai oleh siswa. Siswa akan terus merasa jenuh dan bosan saat pembelajaran aktivitas ritmik disampaikan. Lebih ditakutkan lagi, apabila metode pembelajaran aktivitas ritmik yang terus disampaikan secara monoton akan membuat siswa kurang senang belajar pendidikan jasmani.

Dari permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk menemukan solusi dan mencoba untuk memecahkan masalah tersebut dengan menggunakan sebuah model pembelajaran yang inovatif dan efektif. Menurut Santyasa (2007, hlm.14) menyatakan bahwa “Model pembelajaran yang efektif adalah model pembelajaran yang memiliki landasan teoretik yang humanistik, lentur, adaptif, berorientasi kekinian, memiliki sintak pembelajaran yang sederhana, mudah dilakukan, dapat mencapai tujuan dan hasil belajar yang disasar”. Untuk itu peneliti tertarik pada model pembelajaran Visual, Auditori, Kinestetik (VAK). Model Visual, Auditori, Kinestetik (VAK) menurut DePorter, Reardon & Singer (2000) menitik beratkan pada tiga modalitas yang ada pada manusia. Modalitas Pertama yaitu visual yang mempunyai ciri pada kemampuan siswa dalam menyerap materi pembelajaran dengan modalitas visual mereka. Biasanya melalui warna, gambar dan juga tulisan. Modalitas kedua yaitu auditori yang mempunyai ciri pada kemampuan siswa dalam menyerap materi pembelajaran dengan modalitas auditori atau pendengaran mereka. Biasanya melalui bunyi (musik, nada, irama) dan juga dialog langsung atau penjelasan langsung dari gurunya atau orang lain.

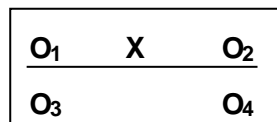
METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Bentuk desain Kuasi Ekperimen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *nonequivalent control group design*. Menurut Suherman (2013, hlm. 53), “ada dua kelompok dan masing-masing diberikan pra tes dan pasca tes namun hanya satu kelompok yang diberikan perlakuan”. Pada desain ini ada dua kelompok yang tidak dipilih secara acak yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, kelompok tersebut sama diberikan perlakuan tetapi dengan cara yang berbeda. Perlakuan yang diberikan dengan menggunakan metode Hellison untuk kelompok eksperimen dan perlakuan yang diberikan dengan menggunakan metode Konvensional untuk kelompok kontrol.

Nonequivalent control group design pemilihan kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara acak artinya pemilihan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sudah ditentukan oleh peneliti. Menurut Sugiono (2008 , hlm. 79), “desain ini hampir sama dengan pretest-posttest control group design, hanya pada desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara *random*.”

Desain Kuasi Eksperimen *Nonequivalent Control Group Design* digambarkan sebagai berikut :



Gambar 1. The non equivalent control group desain

Keterangan :

- O1 - O3 : Tes awal (*Pre test*) sikap tanggung jawab.
- O2 - O4 : Tes akhir (*Post test*) sikap tanggung jawab.
- X : *Treatment Model Pembelajaran Hellison*.

Partisipan

Partisipan merupakan orang-orang yang turut berperan serta dalam pelaksanaan penelitian. Menurut Yusainy (2016, hlm. 148) “partisipan adalah deskripsi singkat tentang sampel dalam eksperimen peneliti. Aspek utama yang dituliskan pada bagian ini adalah mengenai siapa partisipan dan bagaimana cara partisipan dialokasikan dalam kondisi-kondisi eksperimen”. Partisipan dalam penelitian ini adalah 62 siswa yang terdiri dari dua Sekolah Dasar (SD) di Kecamatan Cimalaka yaitu 40 siswa kelas IV SDN Mulyasari dan 32 siswa kelas IV SDN Mandalaherang II. Dan akan dipilih sampel 15 orang untuk kelas eksperimen dan 15 orang untuk kelas kontrol.

Populasi dan Sampel

Populasi adalah seluruh objek yang diteliti bukan hanya mengenai jumlah objek ataupun subjeknya melainkan juga segala karakteristik atau sifat dari objek atau subjek tersebut. Menurut Siyoto (2015, hlm.63) mengungkapkan bahwa “populasi adalah merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek/subyek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Populasi dalam penelitian ini adalah 40 siswa kelas IV SDN Mulyasari dan 32 siswa kelas IV SDN Mandalaherang II Kecamatan Cimalaka Kabupaten Sumedang. Kemudian dipilih dengan cara *purposive sampling* sebanyak 15 siswa untuk kelas eksperimen dan 15 siswa untuk kelas kontrol. Sampel ialah subjek penelitian yang dipilih untuk mewakili

seluruh populasi melalui beberapa jenis sampling. Untuk pengambilan sampel nya yaitu dengan menggunakan metode *Nonprobability Sampling*. Menurut Bungin (2005, hlm 119) mengungkapkan bahwa “Pada rancangan sampel non probabilitas, penarikan sampel tidak penuh dilakukan dengan menggunakan hukum probabilitas, artinya bahwa tidak semua unit populasi memiliki kesempatan untuk dijadikan sampel penelitian”. Peneliti mengambil teknik *purposive sampling* yang artinya teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu dari peneliti yang lebih mengutamakan tujuan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan dengan membandingkan pengaruh model pembelajaran visual, auditori, kinestetik (VAK) dengan model pembelajaran konvensional terhadap gerak dasar aktivitas ritmik. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas IV SDN Mulyasari dan SDN Mandalaherang II Kecamatan Cimalaka Kabupaten Sumedang. Hasil Pengolahan data penelitian dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut.

Table 1. Uji Normalitas dan Uji Homogenitas Hasil Penelitian

	Uji Normalitas Data Pretes	Uji Normalitas Data Posttes	Uji Homogenitas Seluruh Data
Kelas Eksperimen	0.550	0.605	0,731
Kelas Kontrol	0.345	0.346	

Pada tabel 1 dapat dilihat uji normalitas dan uji homogenitas hasil penelitian dengan nilai α sebesar 5% (0,05). Tabel tersebut menunjukkan hasil uji normalitas data pretes kelas eksperimen didapatkan nilai sebesar 0.550 lebih dari α yang berarti data berdistribusi normal, untuk kelas kontrol didapatkan nilai sebesar 0.345 lebih dari α yang berarti data berdistribusi normal. Hasil uji normalitas data posttes kelas eksperimen didapatkan nilai sebesar 0.605 lebih besar dari α yang berarti data berdistribusi normal, untuk kelas kontrol didapatkan nilai sebesar 0.346 lebih besar dari α yang berarti bahwa data berdistribusi normal. Hasil uji homogenitas seluruh data didapatkan nilai sebesar 0.731 lebih besar dari α berarti data bersifat homogen. Data yang berdistribusi normal dan homogen diuji dengan uji parametrik sedangkan data yang tidak normal atau tidak homogen diuji dengan uji nonparametrik. Selanjutnya dilakukan uji statistik parametris karena data memenuhi syarat yaitu tidak terdapat perbedaan karakteristik data dengan populasi (data berasal dari populasi berdistribusi normal) dan penggunaan uji parametris juga mengharuskan data dua kelompok atau lebih tidak terdapat perbedaan varians antara dua kelompok sampel (homogen). Kemudian untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh model pembelajaran visual, auditori, kinestetik (VAK) terhadap gerak dasar aktivitas ritmik dilanjutkan dengan melakukan uji data dengan pengujian beda rata-rata nilai pretes dan posttes kelas eksperimen. Hasil uji beda dua rata-rata dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut :

Table 2. Uji Beda Dua Rata-Rata Data Hasil Penelitian

	N	Mean (x)	St Dev	Sig
<i>Gain Eksperimen</i>	15	15,5	6,19	0,001
<i>Gain Control</i>	15	9,4	4,58	0,001

Dapat dilihat hasil uji beda dua rata-rata pada tabel di atas hasil penelitian dengan taraf signifikansi α sebesar 5% (0,05). Pada tabel tersebut menunjukkan hasil dari uji beda dua rata-rata pada kelas eksperimen didapatkan nilai sig sebesar 0.001 hasil tersebut diatas taraf signifikansi α sebesar 5% (0,05) yang berarti bahwa terdapat perbedaan pada gerak dasar aktivitas ritmik siswa. Hasil uji beda dua rata-rata pada kelas kontrol didapatkan nilai sebesar 0.001 lebih kecil dari taraf signifikansi α sebesar 5% (0,05). artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada gerak dasar aktivitas siswa. Maka untuk mana yang lebih berpengaruh maka dilakukan perbandingan dari hasil uji-gain.

Hasil Penelitian Kelompok Eksperimen

Tabel 3. Paired Samples Tes

	N	Mean (x)	St Dev	Sig.	Fhitung	Ftabel
<i>Pretest Eksperimen</i>	15	58,33	12,59	0,001	2,201	2,048
<i>Posttest Eksperimen</i>	15	73,89	12,83			

Berdasarkan hasil penghitungan sebagaimana dapat dilihat pada Tabel 3, didapat nilai Sig. 0,001 ini berarti $\text{Sig} (0,001) \leq 0,05$ dan nilai F-hitung (2,201) > F-tabel (2,048), F-tabel merupakan nilai dari T-tabel yang dapat dicari pada lampiran halaman 78. Dengan demikian hipotesis H_0 ditolak. Kemudian nilai mean pada *pretest* yaitu 58,33 dan pada *posttest* yaitu 73,89 terdapat perbedaan nilai rata-rata menjadi meningkat sebesar 15,55 sehingga dapat disimpulkan bahwa data menunjukkan terdapat pengaruh model pembelajaran Visual, Auditori, Kinestetik (VAK) terhadap gerak dasar aktivitas ritmik.

Besar Pengaruh Kelompok Eksperimen

Tabel 4. Uji Regression Nilai Model Summary

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.882 ^a	.777	.760	6.17078
a. Predictors: (Constant), Posttest Eksperimen				

Berdasarkan uraian tabel *model summary* pada tabel 4 di atas dapat dilihat nilai R Square yaitu $0,777 \times 100\%$, maka dapat dinyatakan 77,7% persentase besar pengaruh model pembelajaran Visual, Auditori, Kinestetik (VAK) terhadap gerak dasar aktivitas ritmik.

Perbedaan Peningkatan Gerak Dasar Siswa Kelas Eksperimen Dengan Kelas Kontrol

Perbedaan perlakuan yang diberikan kepada siswa untuk memberikan pengaruh terhadap gerak dasar siswa ditunjukkan pada tabel 5 sebagai berikut.

Table 5. Perbedaan Gerak Dasar Siswa Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

	N	Mean	Std. Deviation
Pretest Eksperimen	15	58.33	12.59
Posttest Eksperimen	15	73.89	12.83
Pretest Control	15	68.88	16.05
Posttest Control	15	78.33	13.19

Berdasarkan tabel 5 nilai pretes antara kelas eksperimen dan kelas kontrol menunjukkan perbedaan dan perubahan yakni pada kelas eksperimen dengan nilai rata-rata awal kelas eksperimen sebesar 58,33 dan rata-rata akhir pada kelas eksperimen sebesar 73,89. Sedangkan pada hasil nilai awal pada kelas kontrol sebesar 68,88 dan pada nilai akhir didapat nilai 78,33. Dari hasil skor awal dan akhir gerak dasar siswa menunjukkan perbedaan peningkatan skor di kelas eksperimen dan kelas kontrol yaitu pada kelas eksperimen terjadi peningkatan sebesar 15,5 dan pada kelas kontrol terjadi peningkatan sebesar 9,4. Hal tersebut menunjukkan terdapat perbedaan peningkatan yang lebih besar pada kelas eksperimen yang mendapatkan perlakuan pembelajaran visual, auditori, kinestetik (VAK) dibandingkan dengan kelas kontrol yang mendapatkan perlakuan pembelajaran dengan menggunakan model konvensional.

Hasil uji-gain ternormalisasi pada kelas eksperimen dan kelas kontrol, hasil dari pegujian gain ternormalisasi pada kelompok eksperimen sebesar 0,005 sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 0.003. Hal tersebut menunjukkan nilai rata-rata gain ternormalisasi pada kelas eksperimen lebih tinggi dari pada nilai rata-rata gain ternormalisasi pada kelompok kontrol, dari perbedaan nilai rata-rata gain ternormalisasi berikut menunjukkan bahwa adanya perbedaan peningkatan pada gerak dasar siswa pada kelas eksperimen yang medapatkan pembelajaran dengan model visual, auditori, kinestetik (VAK) lebih besar dari pada kelas kontrol yang mendapatkan pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran konvensional dikarenakan model VAK menyajikan media visual yang mampu memperjelas ceramah dan demonstrasi yang guru berikan, juga dibentuk kelompok supaya anak mempunyai kesempatan untuk belajar lebih banyak bukan hanya dari penjelasan guru tetapi bisa melalui bertanya dengan teman kelompoknya. Dengan kata lain, bahwa model pembelajaran Visual, Auditori, Kinestetik (VAK) merupakan perpaduan pendekatan formal dan informal sehingga mampu meningkatkan gerak dasar aktivitas ritmik dengan optimal. Karena menurut Rukmana (2011) pembelajaran aktivitas ritmik menggunakan pendekatan formal-informal akan memperoleh hasil yang optimal dengan pertimbangan bahwa, pembentukan gerak dasar aktivitas ritmik cukup rumit sehingga pada awal pembelajaran

memerlukan proses pembelajaran yang seksama, disiplin dan bertanggung jawab, sehingga diperlukan pendekatan belajar yang mencerminkan suasana yang serius dan disiplin. Untuk itu pendekatan yang relevan dengan kondisi demikian adalah pendekatan formal yang terdiri dari metode ceramah, demonstrasi dan komando. Dalam rangka mengembangkan kreativitas siswa berdasarkan potensi siswa secara individual, kolektif dan memberikan kebebasan seluas-luasnya untuk belajar dengan modal kemampuan teknik dasar gerak yang telah dimiliki, maka penerapan pendekatan informal akan memberikan peluang yang besar pada anak untuk mengembangkan bahan ajar secara mandiri dan kelompok.

SIMPULAN

Penelitian mengenai pengaruh model pembelajaran visual, auditori, kinestetik (VAK) terhadap gerak dasar aktivitas ritmik berdasarkan analisis pengolahan hasil data penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa peningkatan gerak dasar aktivitas ritmik di kelas eksperimen setelah mendapatkan perlakuan menggunakan model pembelajaran visual, auditori, kinestetik (VAK) dalam pembelajaran aktivitas ritmik sebanyak duabelas kali pertemuan dari hasil analisis data hasil penelitian didapatkan kesimpulan bahwa terdapat pengaruh model pembelajaran visual, auditori, kinestetik (VAK) terhadap gerak dasar aktivitas ritmik. Pengaruh tersebut ditunjukkan dari hasil *pretes* dan *posttes* pada siswa kelas eksperimen yang memperlihatkan peningkatan.

Pengaruh yang diberikan oleh model pembelajaran VAK terhadap peningkatan yang terjadi pada gerak dasar aktivitas ritmik siswa cukup signifikan. Dapat dikatakan bahwa bahwa penggunaan model pembelajaran merupakan salah satu faktor meningkatnya konseptual anak dalam belajar sehingga mampu mencapai tujuan pembelajaran.

Perbandingan antara siswa yang memperoleh pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik dengan menggunakan model pembelajaran visual, auditori, kinestetik (VAK) dengan siswa yang memperoleh pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran konvensional dari hasil analisis data penelitian didapatkan kesimpulan bahwa terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan pada kemampuan gerak dasar aktivitas ritmik siswa yang memperoleh pembelajaran aktivitas ritmik menggunakan model pembelajaran visual, auditori, kinestetik (VAK) dengan siswa yang memperoleh pembelajaran aktivitas ritmik menggunakan model konvensional. Hal tersebut dilihat dari peningkatan kemampuan gerak dasar siswa pada kelas eksperimen dan kelas kontrol. Namun dalam hal ini siswa yang mendapatkan pembelajaran aktivitas ritmik dengan menggunakan model pembelajaran visual, auditori, kinestetik (VAK) terdapat peningkatan *n-gain* lebih baik dibandingkan dengan siswa pada kelas kontrol.

REFERENSI

- Abdillah, Rukmana & Sudirjo. (2018). Meningkatkan Gerak Dasar Lari Sprint Melalui Permainan Bebetengan Pada Kelas VI SDN Banjarsari VI. *Jurnal Sportive 1.1 Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang*.
- Bungin, B. (2005). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Chen, S. (2018). Evaluation of a concept-based physical education unit for energy balance education. *Journal of Sport and Health Science*, 7(3), 353–362.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2003). *Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Kemendikbud.
- DePorter, Mark Reardon, S. S. (2000). *Quantum Teaching*. (F. Syahrani, Ed.). Bandung: Mizan Media Utama.
- Mukholid, Agus. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Yudhistira.
- Rukmana, Anin (2011). Penyuluhan Tentang Pembelajaran Aktivitas Ritmik Terstruktur Bebas Pada Guru-guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Se-Kecamatan Ganeas Kabupaten Sumedang.
- Santyasa, I. W. (2007). Model-model pembelajaran inovatif. *Prosiding Seminar Pelatihan Penelitian Tindakan Kelas Universitas Pendidikan Ganesha*.
- Siyoto, S. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2008). *Metode penelitian pendidikan:(pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D)*. Alfabeta.
- Suharjana, F. (2010). Aktivitas ritmik dalam pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 7.1.
- Suherman, A. (2013). *Penelitian Pendidikan*. Cimahi: CV. Arjuna Indra.
- Sukarma. (2001). *Senam Ritmik*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Tirtarahardja, U., & Sulo. (2008). *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Yusainy, C. (2016). *Panduan Riset Eksperimental dalam Psikologi*. Malang: Universitas Brawijaya Press.