

**PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI,
OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA MATERI POLA MAKAN
SEHAT, BERGIZI, DAN SEIMBANG UNTUK KELAS VII
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
Sebagai Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelara Sarjana Pendidikan*



Oleh:

**MUHAMMAD FADHOLI SIMAMORA
NIM. 17086261**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani,
Olahraga dan Kesehatan pada Materi Pola Makan Sehat,
Bergizi, dan Seimbang Untuk Kelas VII di Sekolah Menengah
Pertama
Nama : Muhammad Fadholi Simamora
Nim/TM : 17086261/2017
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2022

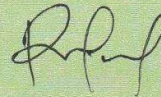
Disetujui oleh:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 196112301988031003

Pembimbing



Rika Sepriani, M.Farm., Apt.
NIP.198609042010122003

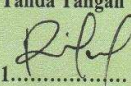
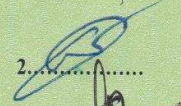

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani,
Olahraga Dan Kesehatan Pada Materi Pola Makan Sehat,
Bergizi, Dan Seimbang Untuk Kelas VII Di Sekolah
Menengah Pertama
Nama : Muhammad Fadholi Simamora
NIM : 17086261
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2022

Tim Penguji

Nama		Tanda Tangan
1. Ketua	: Rika Sepriani, M.Farm., Apt.	1..... 
2. Sekretaris	: Dr. Asep Sujana Wahyuri, S.Si., M.Pd.	2..... 
3. Anggota	: Hilmainur Syampurma, S.Pd., M.Pd.	3..... 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Pada Materi Pola Makan Sehat, Bergizi, Dan Seimbang Untuk Kelas VII Di Sekolah Menengah Pertama.”
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain kecuali dari pembimbing.
3. Didalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tulisan dengan jelas dicantumkan sebagai acuan didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan yang berlaku.

Padang, Januari 2022

Yang membuat pernyataan



Muhammad Fadholi Simamora
NIM. 17086261

ABSTRAK

Muhammad Fadholi Simamora. 2022: Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi Berbasis Audiovisual Pada Materi Pola Makan Sehat, Bergizi Dan Seimbang Untuk Kelas VII Di Sekolah Menengah Pertama.

Penelitian ini berawal dari pengamatan peneliti di sekolah SMPN 1 Bukittinggi pada saat praktek lapangan, terlihat para siswa kurang kemauannya dalam belajar dan juga sulit dalam memahami materi yang disampaikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan berbasis Audiovisual Pada Materi Pola makan sehat, bergizi dan seimbang untuk kelas VII SMP dalam meningkatkan kemauan belajar dan pemahaman siswa.

Jenis penelitian ini adalah *Research and Development* (R&D) menggunakan model Borg and Gall yang diadopsi oleh Sugiyono melalui 6 tahap yang disederhanakan sesuai kebutuhan peneliti yaitu: (1) Potensi dan masalah (2) Pengumpulan Informasi (3) Desain Produk (4) Validasi Desain (5) Revisi Desain (6) Ujicoba Produk. Penelitian ini dibantu Oleh beberapa validator yang terdiri dari validator ahli materi, ahli media, ahli bahasa dan ditambah responden yang terdiri dari para siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan lembar validasi serta angket dan teknik analisis data menggunakan skala penelitian dan rentang presentase.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa media pembelajaran pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi berbasis audiovisual sangat layak untuk digunakan sebagai media pembelajaran pada materi pola makan sehat, bergizi dan seimbang untuk kelas VII di Sekolah Menengah Pertama.

Kata kunci : Media Pembelajaran, Audiovisual, Pola Makan Sehat, Bergizi dan Seimbang.

KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan atas berkat serta rahmat dan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Berbasis Audiovisual Materi Pola Makan Sehat, Bergizi dan Seimbang Untuk Kelas VII di Sekolah Menengah Pertama”. Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan (S1) pada jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam pelaksanaan Penelitian dan penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terimakasih kepada:

1. Orang tua tersayang yaitu Ibuk dan Almarhum Bapak yang telah banyak berkorban serta memberikan dukungan, motivasi dan saran baik moril maupun materil demi terselesaikannya pendidikannya.
2. Bapak Prof. Drs. H. Ganefri, M.Pd., Ph.D. sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf.

3. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd. sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes. sebagai ketua jurusan beserta staf pengajar jurusan pendidikan olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Rika Sepriani, M.Farm., Apt. sebagai Dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, saran, masukan, pengarahan, motivasi dan perbaikan dalam penyelesaian skripsi ini
6. Penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada Bapak Dr. Asep Sujana Wahyuri, S.Si., M.Pd. dan Ibu Hilmainur Syampurma, S.Pd., M.Pd. selaku tim penguji yang telah memberikan banyak kritikan, saran, bimbingan, masukan yang positif dan perbaikan dalam menyelesaikan skripsi ini
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
8. Bapak Kepala Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik beserta staf yang telah memberikan izin kesekolah dalam melakukan penelitian pada skripsi ini
9. Bapak Kepala Sekolah dan wakil beserta staf Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Bukittinggi yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian dalam mengambil data dalam menyelesaikan skripsi ini.

10. Siswa dan siswi Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Bukittinggi yang telah bersedia meluangkan waktu dan mau untuk bekerjasama dalam proses pengambilan data
11. Keluarga yang secara langsung maupun tidak langsung yang terus memberikan dukungan moril serta materil untuk penulis menyelesaikan pendidikan S1 serta skripsi ini.
12. Teman-teman ku, yang tidak pernah bosan dalam memotivasi dan membantu penulis mencari bahan dan melakukan penelitian demi keperluan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. *Last but not least, I wanna thank me, for believing in me, for doing all this hard work, for having no days off, for never quitting, for always being a giver and tryna give more than I receive, for tryna do more right than wrong, and for just being me at all times*

Semoga apa yang Bapak, Ibu, Orang Tua, Keluarga serta semua pihak yang telah mau berikan bantuan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini mendapatkan balasan yang setimpal dari Allah SWT.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini jauh dari kesempurnaan, untuk itu kritik dan saran yang sifatnya membantu sangat diharapkan dimasa yang akan datang. Semoga skripsi ini memberikan manfaat baik untuk penulis sendiri maupun untuk kemajuan ilmu pengetahuan.

Padang, Januari 2022

Muhammad Fadholi Simamora

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	8
1. Hakikat belajar dan pembelajaran	8
a. Pengertian Belajar.....	8
b. Pengertian Pembelajaran.....	9
c. Ciri-ciri Belajar	10
d. Prinsip Belajar	11
e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Belajar dan Pembelajaran	12
2. Media pembelajaran.....	13
a. Pengertian Media Pembelajaran	13
b. Jenis-jenis Media Pembelajaran	14
c. Tujuan Media Pembelajaran.....	15

d. Fungsi Media Pembelajaran	15
3. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	16
a. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	16
b. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	18
c. Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga.....	20
4. Kurikulum 2013	21
5. Pola Makan Sehat Bergizi dan Seimbang	23
B. Kerangka Konseptual	24
C. Hipotesis Penelitian.....	25
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	26
B. Metode Penelitian.....	27
C. Prosedur Penelitian dan Pengembangan.....	28
D. Subjek dan Tempat Penelitian.....	31
E. Instrumen Pengumpulan Data	31
F. Teknik Analisis Data	32
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian dan Pengembangan	35
1. Potensi dan Masalah	35
2. Pengumpulan Informasi	36
3. Desain Produk	37
4. Validasi Desain.....	40
5. Revisi Desain.....	47
6. Ujicoba Produk.....	48
B. Pembahasan Penelitian	55
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	59

B. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....	61

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Skala Penilaian	32
2. Kriteria Persentasi Lembar Validasi.....	33
3. Kriteria Persentase Angket Siswa	34
4. Nama Para Ahli	40
5. Hasil Validasi Ahli Materi	41
6. Hasil Validasi Ahli Media.....	44
7. Hasil Validasi Ahli Bahasa	46
8. Saran dan Revisi Produk	47
9. Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	50
10. Hasil Rata-rata <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	51
11. Hasil Hubungan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-Test</i>	51
12. Hasil Uji Signifikan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-Test</i>	52
13. Hasil Angket Siswa.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Langkah-langkah Penggunaan Metode <i>Research and Development (R&D)</i> Borg & Gall	27
2. Melakukan kegiatan pendahuluan	37
3. Penjelasan fungsi dari makanan	38
4. Penjelasan dari makanan sehat	38
5. Penjelasan dari kegunaan zat gizi	39
6. Penjelasan dari gizi salah	39
7. Melakukan evaluasi	39
8. Kegiatan penutup	40
9. Diagram hasil uji validitas oleh ahli materi	43
10. Diagram hasil uji validitas oleh ahli media	45
11. Diagram hasil uji validitas oleh ahli bahasa	46
12. Hasil revisi produk	48
13. Diagram hasil respon siswa	55
14. Lembar Validitas yang telah divalidkan	69
15. Lembar Validitas yang telah divalidkan	70
16. Lembar Validitas yang telah divalidkan	71
17. Lembar Validitas yang telah divalidkan	72
18. Lembar Validitas yang telah divalidkan	73
19. Lembar Validitas yang telah divalidkan	74
20. Hasil Validasi Ahli Materi	75
21. Hasil Validasi Ahli Materi	76
22. Hasil Validasi Ahli Materi	77
23. Hasil Validasi Ahli Materi	78
24. Hasil Validasi Ahli Materi	79
25. Hasil Validasi Ahli Materi	80
26. Hasil Validasi Ahli Materi	81

27. Hasil Validasi Ahli Materi	82
28. Hasil Validasi Ahli Materi	83
29. Hasil Validasi Ahli Materi	84
30. Hasil Validasi Ahli Bahasa	85
31. Hasil Validasi Ahli Bahasa	86
32. Hasil Validasi Ahli Bahasa	87
33. Hasil Validasi Ahli Media.....	88
34. Hasil Validasi Ahli Media.....	89
35. Hasil Validasi Ahli Media.....	90
36. Hasil Angket Siswa.....	91
37. Hasil Angket Siswa.....	92
38. Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	93
39. Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	94
40. Uji validitas bahasa dan Lembar Validasi dengan Dosen FBS UNP Bapak Prof. Dr. Yasnur Asri, M.Pd	95
41. Uji validitas Materi dengan Dosen FIK UNP Bapak Dr. Edwarsyah, M.Kes.....	96
42. Uji validitas Media dengan Dosen FT UNP Bapak Bayu Ramadhani Fajri, M.Ps.	97
43. Uji validitas Materi dengan Guru SMPN 1 Bukittinggi Ibuk Fifi Agustia, S.Pd., M.Pd.	98
44. Siswa dan Siswi Mengisi Angket Respon.....	99
45. Ujicoba Produk/Media	100
46. Siswa dan Siswi melakukan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	101
47. Sesi Foto Bersama Siswa dan Siswi kelas VII Beserta Guru PJOK SMPN 1 Bukittinggi	102
48. Surat Izin Penelitian dari Kantor KESBANGPOL.....	103
49. Surat Balasan dari SMPN 1 Bukittinggi	104

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Silabus PJOK Kelas VII	63
2. RPP Materi Pola Makan Sehat, Bergizi dan Seimbang	67
3. Lembar Validasi yang telah divalidkan	69
4. Hasil Validasi Ahli Materi	75
5. Hasil Validasi Ahli Bahasa	85
6. Hasil Validasi Ahli Media	88
7. Hasil Angket Siswa	91
8. Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	93
9. Dokumentasi Penelitian	95
10. Surat Izin Penelitian	103

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyelenggaraan pendidikan merupakan proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, salah satunya ialah mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK). Menurut Susanto dalam Herina (2020: 1), "PJOK menjadi suatu alat untuk merangsang pertumbuhan dan berkembang pada aspek keterampilan, pengetahuan, penghayatan nilai, dan pembiasaan pola hidup sehat secara seimbang". Mata pelajaran PJOK memberikan kesempatan pada peserta didik untuk terlibat secara langsung berbagai pengalaman belajar yang dilakukan secara terarah, terprogram, dan sistematis. Pemberian pengalaman belajar diarahkan untuk membentuk dan membina pola hidup sehat sepanjang hayat.

Ruang lingkup pada mata pelajaran PJOK dengan materi pendidikan kesehatan menfokuskan pada upaya membiasakan perilaku hidup sehat. Upaya meningkatkan kesehatan menurut Sayoga dalam Herina (2020: 2), "ialah meningkatkan lingkungan hidup sehat dengan berolahraga, melaksanakan pemberantasan penyakit, memberikan pendidikan, meningkatkan mutu gizi, dan memberikan penyuluhan mengenai kebersihan dan kesehatan.

Kaitan usaha kesehatan di sekolah untuk meningkatkan kesadaran perilaku hidup sehat itu penting. Pemberian materi pendidikan kesehatan di sekolah sebagai berikut materi pola makan sehat, bergizi, dan seimbang; perkembangan tubuh remaja; cara menjaga keselamatan diri dan orang lain di

jalan raya; bahaya pergaulan bebas; pencegahan penyakit; dan tindakan pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K)”. Hal ini membuktikan, bahwa pendidikan kesehatan pada mata pelajaran PJOK harus disampaikan secara optimal, supaya kesadaran untuk membuang jauh-jauh kebiasaan buruk yang merugikan kesehatan.

Permendikbud Nomor 23 Tahun 2016 mengemukakan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi oleh peserta didik, peserta didik dengan pendidik, dan pendidik dengan sumber belajar. Sumber belajar dapat diartikan sebagai alat untuk mendapatkan informasi yang digunakan oleh guru dan peserta didik. Contohnya, berupa buku, majalah, internet, guru, gambar, radio, video, dan lain sebagainya. Seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi (Iptek) yang sangat pesat, banyak hal positif dalam mendorong pengembangan dan penciptaan hal-hal yang baru pada berbagai bidang, tidak lain dalam bidang pendidikan.

Kemajuan Iptek dalam proses pendidikan dan media pembelajaran membuat semakin interaktif dan inovatif. Masuknya berbagai pengaruh ke dalam dunia pendidikan seperti ilmu komunikasi dan perkembangan teknologi, mengakibatkan proses pembelajaran dalam dunia pendidikan juga harus menyesuaikan dengan perkembangan tersebut. Perkembangan media tampil dalam berbagai jenis dan format, misalnya komputer, laptop, *compact disc* (CD), dan *handphone*. Pada implementasi Kurikulum 2013, selain buku teks, guru harus mampu memanfaatkan sumber belajar lainnya. Guru sekurang-kurangnya dapat menggunakan teknologi yang modern dan juga dituntut

untuk dapat lebih kreatif, inovatif dalam mengembangkan dan mencipta media pembelajaran. Media merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari proses belajar mengajar demi tercapainya tujuan pendidikan nasional dan tujuan pembelajaran di sekolah pada khususnya. Melalui perkembangan teknologi saat ini, guru dapat memberikan berbagai variasi untuk menarik perhatian dan minat peserta didik.

Dikatakan demikian karena media pembelajaran sangat membantu pendidik dalam memberikan pengajaran secara maksimal, efektif, dan efisien. Guru dapat membuat media pembelajaran yang berisikan video, gambar, dan suara yang disimpan ke dalam CD. Pembelajaran ditampilkan semenarik mungkin yang akan mengembangkan daya nalar dan daya rekamnya sehingga peserta didik mampu memahami pesan yang dipelajari dengan lebih baik. Melalui pengembangan media pembelajaran yang sesuai merupakan salah satu cara untuk peningkatan mutu pendidikan.

Pengembangan media pembelajaran yang bersifat terstruktur dan sistematis menjadi salah satu solusi yang dipilih peneliti untuk mengatasi masalah yang terjadi. Pengembangan media pembelajaran secara tidak langsung memberikan pengalaman baru bagi peserta didik, di samping itu juga kemasan dan tampilan media pembelajaran dibuat menarik, sehingga dapat meningkatkan minat belajar peserta didik. Hal ini media pembelajaran yang akan dikembangkan diharapkan layak dari segi kualitas dan kemanfaatan materi serta layak dari segi pengoperasian, dan kemanfaatan media pembelajaran. Media pembelajaran tersebut diharapkan dapat menuntun peserta

didik mengembangkan potensi diri dengan menyesuaikan kemampuan yang dimiliki.

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan ke beberapa guru, peneliti menduga pada kelas VII SMPN 1 Bukittinggi dihasilkan beberapa data yakni, pada kelas VII yang terdiri dari 8 kelas rata-rata masih menggunakan media pembelajaran sederhana seperti buku dan soal-soal yang dikirim melalui aplikasi grup *Whatsapp* pada mata pelajaran PJOK terutama pada materi pola makan sehat, bergizi dan seimbang. Sehingga peserta didik kurang termotivasi dan mudah merasa bosan dengan pembelajaran yang monoton serta peserta didik sulit memahami materi sehingga kurang tertarik pada materi yang disampaikan oleh guru. Dan ketika para siswa melaksanakan ulangan harian pada mata pelajaran PJOK masih banyak para peserta didik yang belum mencapai nilai KKM. Ditunjukkan oleh guru PJOK SMPN 1 Bukittinggi kelas VII hanya mencapai nilai 50-60 yang dimana seharusnya para peserta didik harus mampu mencapai hasil belajar yang setara maupun melebihi KKM dengan nilai 70. Berdasarkan dari data tersebut dapat diketahui bahwa media yang digunakan oleh guru – guru di sekolah tersebut masih terbilang sederhana. Guru hanya memanfaatkan media buku pembelajaran dan soal – soal yang dikirim melalui aplikasi grup *Whatsapp* tanpa menggunakan media atau alat pendukung proses pembelajaran dalam kegiatan belajar mengajar.

Peserta didik rata-rata belum mencapai hasil belajar yang diinginkan dan proses pembelajaran memang masih banyak didominasi oleh peran guru, guru lebih menempatkan peserta didik sebagai objek bukan subjek, sehingga

peserta didik kurang mendapatkan kesempatan berpikir secara kreatif, kritis, dan logis. Pada kenyataannya, terdapat masalah yang utama yakni tidak semua guru dapat memanfaatkan teknologi yang semakin maju. Fenomena yang terjadi saat ini anak-anak jauh lebih senang membaca tulisan atau mendengar suara yang dihasilkan pada teknologi komputer, karena memang menjadi sesuatu yang baru dan membuat peserta didik terpancing rasa ingin tahunya. Banyak keuntungan yang bisa didapatkan pada peserta didik dalam pemanfaatan teknologi ini, karena teknologi dapat mengatasi kesulitan belajar yang dialami oleh peserta didik. Penggunaan media pembelajaran sangat penting bagi proses belajar dan mengajar. Pada saat proses pembelajaran, penggunaan media sebagai sarana belajar bertujuan untuk mengatasi keterbatasan ruang, waktu, dan jarak. Media pembelajaran bisa dijadikan pendamping dari proses pembelajaran peserta didik.

Media pembelajaran yang akan dikembangkan juga diharapkan dapat memberi manfaat kepada peserta didik, sehingga efektif untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik terkhusus pada ranah kognitif. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui kelayakan pengembangan media pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada materi pola makan sehat, bergizi, dan seimbang untuk peserta didik sekolah menengah pertama kelas VII.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya optimalisasi sumber belajar pada pelajaran PJOK dalam proses belajar mengajar salah satunya melalui media pembelajaran.
2. Hasil ulangan harian peserta didik SMP kelas VII pada mata pelajaran PJOK materi pola makan sehat, bergizi, dan seimbang banyak yang belum mencapai nilai KKM.
3. Guru masih menggunakan media pembelajaran buku dan soal-soal yang dikirimkan melalui media komunikasi seperti aplikasi *Whatsapp*.
4. Para peserta didik kurang tertarik terhadap pelajaran PJOK pada materi yang dilaksanakan di dalam kelas.
5. Dibutuhkan inovasi/pengembangan media pembelajaran untuk mempermudah siswa dalam memahami materi.
6. Pembelajaran yang monoton serta peserta didik sulit memahami materi sehingga kurang tertarik pada materi yang disampaikan oleh guru.

C. Pembatasan Masalah.

Perlu ada pembatasan masalah dalam penelitian ini mengingat luasnya masalah yang telah diidentifikasi agar masalah yang dikaji lebih fokus dan tidak meluas. Adapun masalah dalam penelitian ini dibatasi tentang pengembangan media pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan berbasis audiovisual materi pola Makan sehat, bergizi, dan seimbang untuk kelas VII di sekolah menengah pertama.

D. Rumusan Masalah

1. Apakah pengembangan media pembelajaran materi pola makan sehat, bergizi, dan seimbang valid untuk peserta didik SMP kelas VII?

2. Apakah pengembangan media pembelajaran materi pola makan sehat, bergizi, dan seimbang layak untuk peserta didik SMP kelas VII?

E. Tujuan Penelitian

Mengetahui kelayakan dari pengembangan media pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada materi pola makan sehat, bergizi, dan seimbang untuk peserta didik SMP kelas VII.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis/Peneliti sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.
2. Bagi peserta didik, Sebagai sarana dalam meningkatkan pemahaman dalam pembelajaran PJOK khususnya pada mata pelajaran pola makan sehat, bergizi dan seimbang sesuai dengan kemampuan perkembangan teknologi yang semakin canggih
3. Bagi Sekolah dan lembaga yang terkait dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar pada materi pola makan sehat, bergizi dan seimbang.
4. Bagi guru, media ini memudahkan guru dalam melaksanakan pembelajaran dan membimbing siswa dalam membangun pengetahuan serta pemahaman.
5. Sebagai bahan acuan bagi Mahasiswa FIK dalam proses belajar pada Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.