



---

## IMPLEMENTASI MEDIA PEMBELAJARAN VIDEO MODELING PADA PEMBELAJARAN HATHA YOGA DI SMAS YPVDP BONTANG

Ni Made Adnyani<sup>1</sup>, H. Yudo Dwiyono<sup>2</sup> dan Effendi Limbong<sup>3</sup>

<sup>1</sup>SMA Negeri 1 Bontang

<sup>2</sup>Universitas Mulawarman Samarinda

<sup>3</sup>Universitas Mulawarman Samarinda

[nimade.adnyani@gmail.com](mailto:nimade.adnyani@gmail.com)

Diterima tanggal 20 Juli 2019, diseleksi tanggal 25 Juli 2019, dan disetujui tanggal 1 Agustus 2019

### Abstrak

Pembelajaran yoga asana (hatha yoga) merupakan salah satu topik dalam pembelajaran Pendidikan Agama Hindu dan Budi Pekerti. Merujuk pada Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 21/2016 tentang standar isi yang memuat tentang kompetensi inti yang mesti dicapai oleh peserta didik. Kompetensi inti meliputi kompetensi Inti sikap spiritual, sikap sosial, pengetahuan dan keterampilan. Yoga asana merupakan salah satu kompetensi dasar yang mesti dimiliki oleh setiap peserta didik kelas XI. Pembelajaran yoga asanas (Hatha Yoga) merupakan pembelajaran yang berbasis praktik atau Doing outcome. Target pembelajarannya berupa sikap (Attitude) dan keterampilan (Skill). Penilaian yang tepat dalam pembelajaran yang berbasis praktik adalah penilaian perilaku (manner) dan unjuk keterampilan (performance). Pada tipe pembelajaran seperti ini, media pembelajaran yang tepat adalah media pembelajaran seperti modeling, dan demonstrasi dengan langkah-langkah yang terperinci. Tulisan ini bertujuan mendeskripsikan (1) prosedur implementasi media pembelajaran Video Modeling (VM), dan (2) persepsi siswa terhadap media pembelajaran VM pada pembelajaran Hatha Yoga di SMA YPVDP Bontang. Penelitian ini dilaksanakan di SMA YPVDP Bontang, Kecamatan Bontang Selatan, Kota Bontang-Kalimantan Timur. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode penelitian kombinasi model concurrent (campuran) dengan bobot metode kualitatif lebih tinggi daripada kuantitatif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan mewawancarai dan menyebarkan kuesioner kepada siswa, kepala sekolah, guru dan orang tua siswa. Kuesioner disusun dengan menggunakan skala Likert. Sedangkan data yang bersifat kualitatif dianalisa dengan menggunakan metode Triangulasi Data. Hasil penelitian menunjukkan prosedur implementasi media pembelajaran VM dilakukan dengan 3 tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Persepsi siswa terhadap media pembelajaran VM ditentukan berdasarkan pada tiga aspek, yaitu aspek tampilan, aspek pengoperasian dan aspek kemanfaatan. Secara keseluruhan, persepsi siswa menunjukkan bahwa siswa merasa senang karena tampilan VM sangat menarik, pengoperasian yang sangat mudah dan bermanfaat dalam membantu pembelajaran mandiri siswa. Hal ini diperkuat dengan data kuantitatif bahwa aspek tampilan VM memperoleh nilai sangat baik dengan rata-rata 70,84%, aspek pengoperasian VM memperoleh nilai sangat baik dengan rata-rata 83,34%, dan aspek kemanfaatan VM menunjukkan penilaian sangat baik sebesar 75%. Media pembelajaran VM ini sangat cocok diterapkan pada pembelajaran yang menekankan pada keterampilan olah fisik.

**Kata Kunci:** Video Modeling, Pembelajaran Hatha Yoga, persepsi siswa

## I. Pendahuluan

Pembelajaran yoga asana (hatha yoga) merupakan salah satu topik dalam pembelajaran Pendidikan Agama Hindu Dan Budi Pekerti. Merujuk pada Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 21/2016 tentang standar isi yang memuat tentang kompetensi inti yang mesti dicapai oleh peserta didik. Kompetensi inti meliputi kompetensi Inti sikap spiritual, sikap sosial, pengetahuan dan keterampilan. Yoga asana merupakan salah satu kompetensi dasar yang mesti dimiliki oleh setiap peserta didik kelas XI.

Permasalahan kemudian muncul, karena tidak semua guru Pendidikan Agama Hindu dan Budi Pekerti mampu melakukan dan mengajarkan yoga asana kepada peserta didik. Sebagai contoh adalah kondisi di Kalimantan Timur, dari 24 orang guru agama Hindu mulai tingkat sekolah dasar hingga tingkat menengah atas yang berstatus ASN, kurang dari 20% yang mampu mengajarkan yoga asana. Karena itu diperlukan pendekatan atau metode lainnya agar pembelajaran yoga asana tetap dapat tersampaikan kepada peserta didik.

Melalui Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 22 tahun 2016 tentang standar proses, pemerintah mendorong agar proses pembelajaran disesuaikan dengan pembelajaran abad 21 yaitu mengembangkan pembelajaran saintifik dan desain pembelajaran sebaiknya dirancang serta disesuaikan dengan karakteristik masing-masing mata pelajaran.

Pembelajaran yoga asanas (Hatha Yoga) merupakan pembelajaran yang berbasis praktik atau *Doing outcome*. Target pembelajarannya berupa sikap (*Attitude*) dan keterampilan (*Skill*). Penilaian yang tepat dalam pembelajaran yang berbasis praktik adalah penilaian perilaku (*manner*) dan unjuk keterampilan (*performance*). Pada tipe pembelajaran seperti ini, media pembelajaran yang tepat adalah media pembelajaran seperti *modeling*, dan demonstrasi dengan langkah-langkah yang terperinci.

Tidak hanya pemilihan metode atau model yang tepat, dalam era revolusi industry 4.0 ini media yang dipilih untuk pembelajaran juga penting. Sehingga tidak dapat dipungkiri lagi bahwa penggunaan TIK dalam pembelajaran adalah suatu kebutuhan yang logis. Penguasaan terhadap TIK menjadi modal penting untuk membangun kesuksesan pembelajaran. Hampir semua informasi dapat diperoleh melalui pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi ini, sehingga muncul istilah yang disebut teknologi

pendidikan. Menurut AECT (*Association Education of Communication and Technology*), definisi dari teknologi pendidikan adalah kajian dan praktik etis untuk memfasilitasi belajar dan memperbaiki kinerja dengan menciptakan, menggunakan, mengelola proses dan sumber-sumber teknologi yang sesuai.

Media video pembelajaran merupakan salah satu media pembelajaran berbasis TIK. Video yang berisi konten audio visual akan mampu menarik perhatian dan motivasi siswa dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Video mampu merangkum banyak kejadian dalam waktu yang lama menjadi lebih singkat dan jelas dengan disertai gambar dan suara yang dapat diulang-ulang dalam proses penggunaannya. Saat ini, video dapat ditampilkan pada beragam piranti seperti TV, komputer/laptop hingga smartphone atau piranti pemutar video lainnya.

Mengacu pada karakteristik pembelajaran Hatha Yoga yang sekaligus memiliki sisi kognitif, spiritual dan praktis, penggunaan media Video Modeling (VM) dapat sangat membantu guru dalam proses pembelajaran yoga asana. VM adalah pemanfaatan teknologi video dimana seseorang belajar dengan menonton video orang lain yang melakukan topik yang sedang dipelajari. Dari menonton kemudian meniru, hingga seorang siswa mampu melakukan dan memahami suatu topik pembelajaran.

Pada banyak penelitian sebelumnya, kebanyakan VM digunakan sebagai media pembelajaran untuk membantu anak-anak berkebutuhan khusus seperti anak dengan *autism spectrum disorder* (ASD) (Schaeffer, Hamilton, & Bauman Johnson, 2016), (Nikopoulos & Keenan, 2006). Namun demikian, VM juga dapat digunakan sebagai media dalam pembelajaran olah raga dan pembelajaran lainnya yang berbasis praktik. Penelitian ini menjadi penting keberadaannya dikarenakan belum banyak guru yang memanfaatkan VM untuk pembelajaran yang berbasis praktik, salah satunya adalah untuk pembelajaran yoga asana.

### Konsep Dasar Implementasi

Kata Implementasi memiliki arti pelaksanaan/penerapan (Setiawan, 2019). Definisi lain juga menyebutkan bahwa implementasi adalah pelaksanaan, praktik rencana, metode, desain, ide, model, spesifikasi, standar, kebijakan apapun untuk melakukan sesuatu (Rouse, 2015).

Secara sederhana implementasi bisa diartikan pelaksanaan atau penerapan. Browne dan Wildavsky mengemukakan bahwa implementasi adalah perluasan aktivitas yang saling menyesuaikan.

Pengertian implementasi bermuara pada yang berupa penginderaan dan syarat seseorang aktivitas, adanya aksi, tindakan, atau mekanisme berpengaruh melalui alat indera yang dimilikinya. suatu sistem. Ungkapan mekanisme mengandung arti Seseorang dapat mendengarkan atau melihat bahwa implementasi bukan sekadar aktivitas, tetapi informasi yang terkirim kepadanya, kemudian suatu kegiatan yang terencana dan dilakukan secara mendaftarkan semua informasi yang terkirim kepadanya sungguh-sungguh berdasarkan acuan norma tertentu tersebut. Tahap ketiga adalah interpretasi, yaitu untuk mencapai tujuan kegiatan (Gunarta, 2017).

### **Konsep Dasar Persepsi**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, tersebut bergantung pada cara pendalaman, motivasi, persepsi adalah tanggapan (penerimaan) langsung dan kepribadian seseorang (Sri Hermuningsih & dari sesuatu (Setiawan, 2019). Definisi lain dari Kristi Wardani, 2016).

persepsi adalah kemampuan otak dalam menerjemahkan stimulus atau proses untuk menerima stimulus yang masuk ke dalam alat indera manusia. Persepsi manusia memiliki alat untuk menyampaikan informasi belajar dan pesan perbedaan sudut pandang dalam penginderaan. Ada dengan memanfaatkan teknologi dan informasi, yang mempersepsikan sesuatu itu baik atau positif sehingga peserta didik dapat memahami materi yang maupun negatif yang akan mempengaruhi tindakan disampaikan dengan lebih mudah. Menurut Asyhar, manusia (Arifianto, 2014).

Persepsi tidak terjadi begitu saja, terdapat diperhatikan dalam proses pemilihan media adalah beberapa hal yang menjadi syarat agar sesuatu yang sebagai berikut: (1) jelas dan rapi, (2) bersih dan diterima oleh indera dapat membentuk sebuah menarik, (3) cocok dengan sasaran, (4) relevan persepsi yaitu (1) adanya objek yang dipersepsi, (2) dengan topik yang diajarkan, (5) sesuai dengan tujuan adanya perhatian yang merupakan langkah pertama pembelajaran, (6) praktis, luwes dan tahan, (7) sebagai suatu persiapan dalam mengadakan persepsi, berkualitas baik, (8) ukurannya sesuai dengan (3) adanya alat indera/reseptor yaitu alat untuk lingkungan belajar (Efendi, 2018).

menerima stimulus. Saraf sensoris sebagai alat untuk meneruskan stimulus ke otak, yang kemudian sebagai **Video Modeling (VM)** alat untuk mengadakan respon (Sri Hermuningsih & Kristi Wardani, 2016).

Sebuah persepsi selain memiliki syarat-syarat, dan menampilkan video untuk memberikan model juga terdapat faktor yang mempengaruhi terjadinya visual dari perilaku atau keterampilan yang persepsi. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi ditargetkan. Video Modeling telah digunakan untuk persepsi seseorang adalah (1) faktor internal yaitu mengajarkan banyak keterampilan, termasuk perasaan, sikap dan kepribadian individu, prasangka, keterampilan sosial, komunikasi, dan kinerja atletik keinginan atau harapan, perhatian, proses belajar, (Nikopoulos, Luiselli, & Fischer, 2016).

keadaan fisik, gangguan kejiwaan, nilai dan kebutuhan, minat, dan motivasi, dan (2) faktor memanfaatkan teknologi video di mana seseorang eksterna yaitu latar belakang keluarga, informasi belajar dengan menonton video orang lain yang yang diperoleh, pengetahuan dan kebutuhan sekitar, melakukan tugas atau keterampilan (O'Handley & intensitas, ukuran, keberlawanan, pengulangan gerak, Allen, 2017).

hal-hal baru dan familiar atau ketidakasingan suatu objek (Sri Hermuningsih & Kristi Wardani, 2016).

Proses terbentuknya persepsi didasari pada Prompting (VP), Video Self-Modeling (VSM), dan beberapa tahapan. Tahap pertama yaitu Point-of-view modeling (PVM). Video prompting stimulus/rangsangan yaitu terjadinya persepsi diawali (VP) adalah bentuk VM di mana video dibagi ketika seseorang dihadapkan pada suatu menjadi klip atau segmen yang berbeda. Peserta didik stimulus/rangsangan yang hadir dari lingkungannya. menonton klip tunggal dari langkah dalam tugas dan Tahap kedua registrasi yaitu dalam proses registrasi kemudian diminta untuk melakukan langkah yang suatu gejala yang nampak adalah mekanisme fisik ditunjukkan (Kellems & Edwards, 2016).

## Pembelajaran Hatha Yoga

Hatha Yoga Pradipika adalah kitab yoga asana yang sangat populer dengan jumlah sloka sebanyak 392. Keseluruhan sloka tersebut terbagi ke dalam empat bab, yang pertama disebut prathamopadesah berjudul asana yang berisi 70 Sloka. Pada bab yang kedua disebut bagian dvitiyopadesah berjudul prānāyāma berisi 78 sloka. Sedangkan pada bab yang ketiga disebut tritiyopadesah yang berjudul mudra dengan jumlah sloka sebanyak 130 Sloka dan pada bab yang keempat disebut chaturthopadesah yang berjudul samadhi dengan jumlah 114 sloka. Hatha Yoga Pradipika menjadi kitab rujukan dalam pembelajaran Hatha Yoga.

Pembelajaran Hatha Yoga berkaitan dengan tubuh fisik dan kontrol napas. Raja Yoga berhubungan dengan pikiran. Raja Yoga dan Hatha Yoga adalah dua hal yang saling berkaitan satu sama lain. Tidak ada yang bisa menjadi Yogi (praktisi Yoga) tanpa pengetahuan tentang praktik keduanya. Raja Yoga dimulai dimana Hatha Yoga yang dipraktikkan dengan benar telah di praktikkan (Sivananda, 2014).

Sebelum memulai pembelajaran Hatha Yoga, seseorang yang ingin berlatih Hatha Yoga perlu memperhatikan pedoman umum dalam berlatih Hatha Yoga. Pedoman untuk disiplin diri atau Mahāvratā ini bersifat universal, berarti mesti diindahkan oleh setiap praktisi Yoga, dan tidak terbatas oleh latar belakang suku, tempat kelahiran maupun tempat tinggal, waktu, keadaan, dan segala perbedaan duniawi atau material lainnya (Krishna, 2015:246).

Pembelajaran Hatha Yoga dilakukan dalam beberapa tahap yaitu: 1) duduk hening (silent sitting); 2) Pavanamukta asana; 3) Suryanamaskara; 4) beberapa postur pilihan seperti postur berdiri (standing pose), postur duduk (sitting pose), postur berbaring (lying pose); 5) postur istirahat (restorative pose); 6) pengaturan nafas (Prānāyāma); 7) Meditasi (Dhyana); 8) Sankalpa.

## Metode

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kombinasi (*mixed methods*). Metode penelitian kombinasi adalah suatu metode penelitian yang mengkombinasikan atau menggabungkan antara metode kualitatif dan metode kuantitatif untuk digunakan secara bersama-sama dalam suatu kegiatan penelitian

sehingga memperoleh data yang lebih komprehensif, valid, reliabel, dan objektif (Sugiyono, 2017:404).

Metode penelitian kombinasi memiliki beberapa tipe/varian diantaranya metode kombinasi model *concurrent* (campuran) dan metode kombinasi model *sequential* (kombinasi berurutan). Masing – masing dari model ini memiliki variasi yang diuraikan berdasarkan perbandingan antara kualitatif dan kuantitatif. Dalam penelitian ini digunakan metode kombinasi model *concurrent* (campuran) dengan bobot metode kualitatif lebih tinggi daripada kuantitatif.

Metode kombinasi model *concurrent* (campuran) dengan bobot metode kualitatif lebih tinggi daripada kuantitatif memungkinkan penyajian data kualitatif yang ditunjang dengan data kuantitatif, karena peneliti ingin mendeskripsikan tentang prosedur implementasi media pembelajaran Video Modeling, strategi implementasi media pembelajaran Video Modeling dan persepsi siswa terhadap media pembelajaran Video Modeling pada pembelajaran Hatha Yoga di SMAS YPVDP Bontang. Sekolah ini berada di Kawasan perusahaan PT. Badak NGL yang terletak di kecamatan Bontang Selatan. SMA Swasta Yayasan Pendidikan Vidya Dahana Patra (SMAS YPVDP) merupakan lembaga pendidikan yang berada di bawah Yayasan Vidatra. SMAS YPVDP Bontang dengan nomor NPSN 30401787 memiliki 40 guru dengan rombongan belajar sebanyak 18 rombel. Jumlah siswa di SMAS YPVDP Bontang adalah 533 siswa dengan jumlah laki-laki sebanyak 264 siswa dan perempuan sebanyak 269 siswa. Sekolah ini telah menerapkan kurikulum 2013 dengan penyelenggaraan sehari penuh dan 5 hari dalam seminggu. Sekolah ini memiliki area seluas 4.000 m<sup>2</sup> dengan 21 ruang kelas, 4 ruang laboratorium, perpustakaan dan sanitasi. Peserta pembelajaran adalah siswa kelas X dan kelas IX yang beragama Hindu. Untuk mengukur keberhasilan implementasi VM dilakukan dengan menggunakan Pedoman observasi, instrument wawancara dan kuesioner.

Kuesioner digunakan untuk mengetahui persepsi siswa terhadap penggunaan VM. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner berstruktur dengan menggunakan *skala Likert*. Alternatif jawaban menurut skala Likert yaitu; sangat baik (SB), baik (B), cukup (C), kurang (K), dan sangat kurang (SK) (Sukardi, 2009:146). Sedangkan aspek yang dinilai meliputi aspek tampilan, aspek pengoperasian, dan aspek kemanfaatan seperti ditunjukkan pada Tabel 1.

NO.	ASPEK	INDIKATOR
1	Tampilan	Penyajian Video sesuai dengan materi yang diajarkan
		Kejelasan pada video/gambar dapat terlihat
		Penggunaan Bahasa pada video mudah dimengerti
		Penggunaan Bahasa pada video tegas dan jelas
		Penggunaan bahasa asing pada video dapat dimengerti
		Penggunaan jenis huruf dalam teks pada video ini tampak jelas
		Keterbacaan bentuk huruf yang digunakan
		Pemilihan warna huruf kontras dengan <i>background</i> , sehingga teks dapat terbaca
2	Pengoperasian	Kemudahan Video Modeling ini untuk digunakan
		Penyajian Video Modeling ini sudah runtut dari langkah awal ke langkah berikutnya
3	Pemanfaatan	Penyajian video modeling ini dapat mempermudah pembelajaran mandiri siswa
		Penyajian video modeling ini dapat menarik perhatian saya sehingga dapat memberikan rangsangan untuk belajar
		Penyajian musik dapat menampak semangat saya untuk memperhatikan pelajaran
		Penyajian Video modeling ini dapat membangkitkan daya tangkap belajar

Tabel 1 Kisi-kisi Kuesioner Implementasi VM dalam pembelajaran

Wawancara digunakan untuk mengetahui persepsi responden tentang isi atau materi yang disampaikan menggunakan VM. Sebagai responden adalah siswa, orang tua siswa, guru dan kepala sekolah. Aspek yang digali melalui wawancara meliputi aspek media, aspek materi dan aspek pembelajaran, seperti ditunjukkan pada Tabel 2.

NO.	ASPEK	INDIKATOR
1	Media	Penggunaan bahasa dalam media
		Penggunaan gambar, video, dan suara dalam media
		Kemudahan dalam penggunaan media
		Petunjuk penggunaan
2	Materi	Penyajian materi
		Ketepatan istilah dan penggunaan kalimat
3	Pembelajaran	Suāsana pembelajaran
		Dampak penggunaan media terhadap siswa
		Kendala dalam penggunaan media

Tabel 2 Kisi-Kisi Instrumen Wawancara pada implementasi VM

Data yang diperoleh dari hasil kuesioner dan hasil wawancara selanjutnya diolah menggunakan statistik deskriptif untuk mengetahui hasil implementasi VM pada pembelajaran. Dalam penelitian ini, peneliti berhasil mengumpulkan data dari sejumlah informan yang berasal dari kalangan yang berbeda dengan informan lainnya. Para informan mampu menjawab seluruh pertanyaan yang peneliti berikan. Sebaran informan berdasarkan fungsinya ditampilkan pada tabel 3 berikut ini.

NO.	INFORMAN	KETERANGAN	JUMLAH
1	Kepala Sekolah	Kepala Sekolah SMAS YPVDP Bontang	1 orang
2	Guru	Guru SMAS YPVDP Bontang	5 orang
3	Orang tua	Orang tua siswa Hindu	1 orang

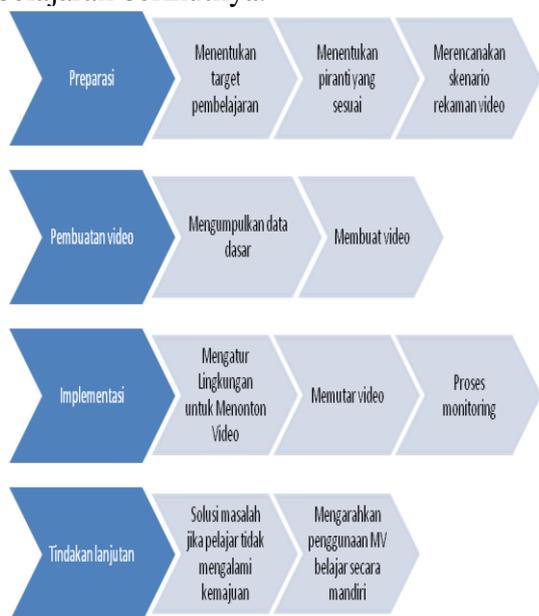
3	Orang tua	Orang tua siswa Hindu	1 orang
4	Siswa	Siswa Hindu Kelas X dan XI	6 orang
Jumlah Informan		13 orang	

Tabel 3  
Sebaran informan

Dari tabel di atas menggambarkan bahwa dalam penelitian ini sebaran informan berdasarkan fungsi yang sesuai dengan kebutuhan dari peneliti. Dengan jumlah informan 13 orang sebagai siswa sudah menjawab pertanyaan dari fokus penelitian. Karena menurut Moleong (2006:225), pada sampel bertujuan seperti ini jumlah sampel ditentukan oleh pertimbangan-pertimbangan informan yang diperlukan. Jika maksudnya memperluas informasi, dan jika tidak ada lagi informasi yang dapat dijangkau, maka penarikan sampel pun sudah dapat diakhiri. Jadi, kuncinya di sini ialah jika sudah mulai terjadi pengulangan informasi, maka penarikan sampel sudah harus dihentikan. Dari hasil pengumpulan data terhadap informan tersebut, terdapat temuan penelitian yang sesuai dengan tujuan penelitian sebagai berikut:

## II. Pembahasan

Implementasi video modeling ditunjukkan pada Gambar 1 yang diadopsi dari LaCava (2008), yang berisi 10 tahapan implementasi video modeling dalam pembelajaran. Dimulai dari persiapan hingga tindakan lanjutan, yang selanjutnya kembali ke tahap persiapan untuk topik pembelajaran berikutnya.



Gambar 1. Siklus Video Modeling

Tahap persiapan terdiri dari tiga kegiatan yaitu 1) menentukan target pembelajaran, yang berisi sasaran yang ingin dicapai, durasi waktu yang diperlukan serta sasaran lainnya; 2) Menentukan piranti yang sesuai, yakni menentukan piranti yang nantinya digunakan untuk memutar video untuk pembelajaran. Misalkan LCD proyektor, TV, smartphone atau lainnya; 3). Membuat skenario atau storyline untuk video yang akan dibuat.

Tahap pembuatan video terdiri dari dua kegiatan yaitu mengumpulkan data dasar dan proses pembuatan video. Data dasar merupakan semua materi yang diperlukan untuk tujuan produksi video pembelajaran. Data ini dapat berupa teks literature, bahan kajian, gambar, klip atau bentuk-bentuk lainnya. Gambar 2 adalah salah satu contoh postur yoga yang akan ditampilkan dalam video pembelajaran yoga asana. Kegiatan pembuatan video dimulai dengan pembuatan storyline, dilanjutkan dengan perekaman hingga proses editing video.



Gambar 2  
Tampilan VM Isi Materi Bhujanggasana

Tahap implementasi VM dilaksanakan setelah video selesai diproduksi. Dimulai dengan menyiapkan atau mengatur lingkungan untuk mengkondisikan suasana pembelajaran agar efektif, dilanjutkan dengan memutar video untuk pembelajaran siswa dan diakhiri dengan monitoring. Tahap implementasi berkaitan erat dengan tahap tindakan lanjutan yang merupakan respon dari hasil monitoring.

Prosedur implementasi media pembelajaran Video Modeling pada pembelajaran Hatha Yoga di SMAS YPVD Bontang di bagi ke dalam tiga tahap yaitu langkah perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi yaitu (1) pada tahap perencanaan dilakukan menetapkan indikator kompetensi, menyiapkan peralatan, membuat skrip, mengumpulkan data dasar,

membuat dan mengedit video. (2) pada tahap pelaksanaan dilakukan kegiatan mengatur lingkungan untuk menonton video, menampilkan Video, memantau siswa dan melakukan pemecahan masalah.

Strategi implementasi media pembelajaran dengan materi yang diajarkan dan juga kejelasan pada adalah usaha sadar dengan memperhatikan video/gambar dapat terlihat jelas. Selain itu, VM keseluruhan aspek pembelajaran diantaranya aspek mempermudah pembelajaran mandiri siswa kompetensi dasar, indikator pencapaian kompetensi, (Wawancara, 12 Maret 2019).

tujuan pembelajaran, materi pembelajaran, media pembelajaran dan penilaian. Strategi implementasi melakukan wawancara dengan siswa juga dilakukan media pembelajaran Video Modeling (VM) ini wawancara terhadap kepala sekolah, guru dan orang dilakukan dengan cara menginventarisir seluruh tua. Kepala sekolah mengatakan bahwa tampilan VM aktivitas yang diperlukan dalam pengimplementasian sangat baik dengan penyajian VM yang menarik, media pembelajaran sehingga pembelajaran dengan sementara informan dari unsur guru mengatakan VM media pembelajaran VM dapat menjadikan siswa ini sangat menarik digunakan dalam pembelajaran aktif dan pembelajaran berpusat pada siswa.

Strategi implementasi media pembelajaran permodelan. Sedangkan orang tua siswa mengatakan VM dilakukan dengan menentukan tujuan tampilan VM sangat menarik karena penggunaan implementasi, memperhatikan konten/materi bahasa dapat dimengerti dan jelas (Wawancara, 23 pembelajaran, dan memperhatikan kondisi siswa. Mei 2019).

Kegiatan implementasi VM membantu tercapainya tujuan pembelajaran yaitu penekanan aspek juga disajikan data kuantitatif yang diperoleh dari psikomotor dan afektif dengan kompleksitas tingkat kuesioner yang dijawab oleh informan. Dari sedang. Dalam usaha mencapai tujuan tersebut kuesioner yang dijawab oleh siswa menunjukkan memerlukan ketekunan dalam berlatih. Strategi kedua bahwa aspek tampilan mendapat penilaian sangat baik adalah memperhatikan konten/materi pembelajaran. dengan nilai 68,75%. Sedangkan aspek tampilan Implementasi VM membantu mempermudah siswa bernilai baik sebesar 31,25%. Hal ini menunjukkan dalam pembelajaran, dimana materi pembelajaran aspek tampilan VM mendapat nilai sangat baik Hatha yoga berupa materi berupa konsep, dan dengan prosentase tertinggi. Demikian halnya dengan prosedur. Strategi ketiga adalah memperhatikan data kuantitatif dari kuesioner yang diisi oleh kepala kondisi siswa. Implementasi VM sesuai dengan sekolah, guru dan orang tua. Dari data tersebut tingkat kematangan siswa, kondisi fisik, psikis siswa ditemukan bahwa aspek tampilan sangat baik dengan dan gaya belajar siswa.

Persepsi siswa terhadap media pembelajaran sebesar 25% dan bernilai cukup sebesar 2,08%.

VM ditentukan berdasarkan pada tiga aspek, yaitu Pada aspek pengoperasian siswa merasa aspek tampilan, aspek pengoperasian dan aspek senang dengan VM karena sangat mudah kemanfaatan. Secara keseluruhan, persepsi siswa pengoperasiannya. Jika VM digunakan dalam menunjukkan bahwa siswa merasa senang karena pembelajaran mandiri, VM hanya memerlukan alat tampilan VM sangat menarik, pengoperasian yang pemutar video dimana seluruh komputer maupun sangat mudah dan bermanfaat dalam membantu laptop sudah dilengkapi dengan alat pemutar video pembelajaran mandiri siswa. Hal ini diperkuat sehingga siswa tidak perlu lagi menginstal software dengan data kuantitatif bahwa aspek tampilan VM khusus untuk memutar VM ini (Wawancara, 12 Maret memperoleh nilai sangat baik dengan rata-rata 2019).

70,84%, aspek pengoperasian VM memperoleh nilai Wawancara dengan kepala sekolah, guru dan sangat baik dengan rata-rata 83,34%, dan aspek orang tua juga menunjukkan hal yang serupa, dimana kemanfaatan VM menunjukkan penilaian sangat baik mereka mengatakan bahwa VM ini sangat mudah sebesar 75%. Media pembelajaran VM ini sangat dioperasikan dan runtut dalam langkah-langkah cocok diterapkan pada pembelajaran yang pembelajarannya (Wawancara, 23 Mei 2019). menekankan pada keterampilan olah fisik.

Dari aspek tampilan VM, sesuai hasil yang ditemukan oleh peneliti menunjukkan bahwa seluruh siswa merasa senang dengan VM pada pembelajaran

Mendukung data kualitatif pada aspek pengoperasian tersebut diatas, disajikan pula temuan data kuantitatif dimana diperoleh penilaian sangat baik sebesar 91,67% dan bernilai baik sebesar 8,33%. Hal ini menunjukkan aspek pengoperasian VM mendapat nilai sangat baik dengan prosentase tertinggi. Demikian halnya dengan data kuantitatif dari kuesioner yang diisi oleh kepala sekolah, guru

dan orang tua. Dari data tersebut ditemukan bahwa aspek pengoperasian sangat baik dengan nilai 75% dan bernilai baik sebesar 25%.

Pada aspek kemanfaatan siswa berpersepsi bahwa VM sangat bermanfaat dalam mempermudah pembelajaran mandiri siswa, dapat menarik perhatian siswa sehingga dapat memberikan stimulus untuk belajar dan dengan backsound yang lembut memungkinkan perasaan menjadi tenang (Wawancara, 12 Maret 2019).

Kepala sekolah, guru dan orang tua juga mengatakan hal yang senada bahwa VM ini sangat bermanfaat dalam mempermudah pembelajaran mandiri siswa karena dapat digunakan sebagai pedoman untuk berlatih dalam kehidupan sehari-hari dimana penyajiannya dengan perlahan-lahan (Wawancara, 23 Mei 2019).

Memperkuat data kualitatif tersebut diatas, disajikan pula data kuantitatif pada aspek kemanfaatan yaitu dengan penilaian sangat baik sebesar 29,17%, bernilai baik sebesar 58,33% dan bernilai cukup sebesar 12,5%. Hal ini menunjukkan penilaian baik mendapat prosentase tertinggi. Sedikit berbeda dengan penilaian kuantitatif yang diperoleh dari kepala sekolah, guru dan orang tua. Mereka memberikan penilaian dengan nilai sangat baik sebesar 75% dan penilaian baik sebesar 25%. Hal ini menunjukkan penilaian sangat baik mendapat prosentase tertinggi. Berdasarkan uraian di atas, dapat dirangkum data kuantitatif sebagai penguat data kualitatif sebagai berikut:

NO	PERSEPSI INFORMAN	ASPEK TAMPILAN			ASPEK PENGOPERASIAN			ASPEK KEMANFAATAN		
		C (%)	B (%)	SB (%)	C (%)	B (%)	SB (%)	C (%)	B (%)	SB (%)
1	Siswa	-	31,25	68,75	-	8,33	91,67	12,5	58,33	29,17
2	Kepsek, Guru dan	2,08	25	72,92	-	25	75	-	25	75

Ortu									
Rata-Rata	2,08	28,13	70,84		16,67	83,34	12,50	41,67	52,09

Tabel 4

Data Hasil Kuesioner Persepsi Siswa, Kepala Sekolah, Guru dan Orang Tua Siswa Terhadap Media Pembelajaran Video Modeling Pada pembelajaran Hatha Yoga

### III. Penutup

Berdasarkan hasil penelitian kualitatif dengan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi yang peneliti lakukan tentang implementasi media pembelajaran Video Modeling dalam pembelajaran Hatha Yoga di SMAS YPVDP Bontang dapat diambil beberapa kesimpulan. Simpulan tersebut sebagai berikut :

Prosedur implementasi media pembelajaran video modeling terdiri dari 3 tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Pada tahap perencanaan dilakukan menetapkan indikator kompetensi, menyiapkan peralatan, membuat skrip, mengumpulkan data dasar, membuat dan mengedit video. Pada tahap pelaksanaan dilakukan kegiatan mengatur lingkungan untuk menonton video, menampilkan Video, memantau siswa dan melakukan pemecahan masalah. Pada tahap evaluasi, dilakukan wawancara tentang persepsi siswa terhadap media pembelajaran VM.

Adapun strategi implementasi media pembelajaran VM pada pembelajaran Hatha Yoga di SMAS YPVDP Bontang adalah sebagai berikut: Menentukan Tujuan Implementasi Implementasi VM membantu tercapainya tujuan pembelajaran yaitu penekanan aspek psikomotor dan afektif dengan kompleksitas tingkat sedang. Dalam usaha mencapai tujuan tersebut memerlukan ketekunan dalam berlatih. Memperhatikan Konten/Materi Pembelajaran. Implementasi VM membantu mempermudah siswa dalam pembelajaran, dimana materi pembelajaran Hatha yoga berupa materi berupa konsep, dan prosedur. Dan untuk mempelajari materi tersebut memerlukan prasyarat tertentu. Memperhatikan Kondisi Siswa. Implementasi VM sesuai dengan tingkat kematangan siswa, kondisi fisik, psikis siswa dan gaya belajar siswa.

mendapat penilaian sangat baik dengan nilai 68,75%. Persepsi siswa tersebut diperkuat dengan wawancara terhadap kepala sekolah, guru dan orang tua yang mengatakan tampilan VM sangat baik dengan penyajian VM yang menarik, penggunaan bahasa dapat dimengerti dan jelas.

Persepsi siswa terhadap media pembelajaran Video Modeling (VM) pada pembelajaran Hatha Yoga di SMAS YPVPD Bontang ditentukan berdasarkan pada tiga aspek, yaitu aspek tampilan, aspek pengoperasian dan aspek kemanfaatan. Pada aspek tampilan VM, siswa merasa senang dengan VM pada pembelajaran Hatha Yoga karena penyajian VM sesuai dengan materi yang diajarkan, kejelasan pada video/gambar dapat terlihat dan VM mempermudah pembelajaran mandiri siswa. Temuan ini diperkuat oleh data kuantitatif yaitu bahwa aspek tampilan

### Rekomendasi

Wawancara orang tua tersebut juga diperkuat oleh data kuantitatif bahwa aspek tampilan sangat baik dengan nilai 72,92%. Sehingga keseluruhan menunjukkan bahwa pada tampilan memperoleh nilai sangat baik dengan rata-rata 70,84%. Pada aspek pengoperasian, siswa merasa senang dengan VM karena sangat mudah pengoperasiannya. Jika VM digunakan dalam pembelajaran mandiri, VM hanya memerlukan alat pemutar video dimana seluruh komputer maupun laptop sudah dilengkapi dengan alat pemutar video sehingga siswa tidak perlu lagi menginstal software khusus untuk memutar VM ini. Uraian ini didukung oleh data kuantitatif dimana diperoleh penilaian sangat baik sebesar 91,67%. Sementara Wawancara On Autism Spectrum Disorders

### Daftar Pustaka

Arifianto, F. 2014. Pengaruh Motivasi Diri Dan Persepsi Mengenai Profesi Akuntan Publik Terhadap Minat Menjadi Akuntan Publik Pada Mahasiswa Prodi Akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta. *Jurnal Nominal*, 3(33), 150–161.

Efendi, A. Dkk. 2018. Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Video Tutorial Pada Mata Kuliah Mekanika Tanah. *Jurnal UNS*, (4).

Franzone, E., Collet-, & Klingenberg, L. (2008). *Module: Video Modeling Overview Of Video Modeling. National Professional Development Center*.

Gunarta, I. K. 2017. Implementasi Pembelajaran Yoga Dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar. *Jurnal Penjaminan Mutu IHDN Denpasar*, 3, 180–189.

Kellems, R. O., & Edwards, S. (2016). Using Video Modeling And Video Prompting To Teach Core Academic Content To Students With Learning Disabilities. *Preventing School Failure*, 60(3), 207–214. <https://doi.org/10.1080/1045988x.2015.106787>

Kellems, R. O., Mourra, K., Morgan, R. L., Riesen, T., Glasgow, M., & Huddleston, R. 2016. Video Modeling And Prompting In Practice: Teaching Cooking Skills. *Career Development And Transition For Exceptional Individuals*, 39(3), 185–190. <https://doi.org/10.1177/2165143416651718>

Krishna, Anand. 2015. *Yoga Sutra Patañjali Bagi Orang Modern*. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama

Ma Bilingual. *Jurnal Pendidikan*

Setiawan, Ebta. 2019. *KBBI Online*. Badan Pengembangan Dan Pembinaan Bahasa, Kemdikbud (Pusat Bahasa). <https://kbbi.web.id>. 26 Januari 2019

penilaian dengan nilai sangat baik sebesar 75%.

Luu, K., & Hall, P. A. 2016. Hatha Yoga And Executive Function: A Systematic Review. *The Journal Of Alternative And Complementary Medicine*, 22(2), 125–133. <https://doi.org/10.1089/acm.2014.0091>

Muktibodhananda, S. 2013. Hatha Yoga Pradipika. *Yoga Vidya Com.* <https://doi.org/10.1116/1.4898117>

Rumainur. 2016. Pengembangan Media Ajar Berbasis Multimedia Autoplay Studio 8 Dalam Pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam Kelas XI

Setiawan, Ebta. 2019. KBBI Online. Badan Pengembangan Dan Pembinaan Bahasa, Kemdikbud (Pusat Bahasa). <https://kbbi.web.id>. 26 Januari 2019

Sindhu, Pujiastuti. 2013. Panduan Lengkap Yoga Untuk Hidup Sehat Dan Seimbang. Qanita Pt. Mizan Pustaka. Bandung

Sinh, Pancham. 2016. The Hatha Yoga Pradipika of Svatmarama. <http://sacredtexts.com>

Sri Hermuningsih, & Kristi Wardani. 2016. Persepsi Mahasiswa Terhadap Metode Simulasi Online Trading Di Bursa Efek Indonesia Di Fakultas Ekonomi. *Ekonomi & Bisnis*, 17(2), 199–207.

Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods). Alfabeta. Bandung

Uebelacker, L. A., Epstein-Lubow, G., Tremont, G., & Miller, I. W. 2010. Hatha Yoga For Depression : Critical Review Of The Evidence For Efficacy , Plausible Mechanisms Of Action , And Directions For Future Research, 16(1), 22–33. [http://autismpdc.fpg.unc.edu/sites/autismpdc.fpg.unc.edu/files/imce/documents/videomodelling\\_complete.pdf](http://autismpdc.fpg.unc.edu/sites/autismpdc.fpg.unc.edu/files/imce/documents/videomodelling_complete.pdf)

