

PENGARUH PENERAPAN METODE BAGIAN TERHADAP HASIL BELAJAR KETERAMPILAN LOMPAT KANGKANG

Christian Michael Sianturi*, Sudarso

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi , Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

*christiansianturi16060464037@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Metode bagian (*part-method*) ialah metode yang diberikan dengan cara memilah suatu pembelajaran menjadi bagian demi bagian dan menyatukannya lagi setelah siswa berhasil menguasainya dengan tujuan untuk mempermudah siswa dalam menerapkan suatu pembelajaran. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani pastinya ada beberapa materi yang telah diajarkan dalam setiap pembelajaran pendidikan jasmani disekolah dan salah satunya adalah senam lantai, senam lantai juga mempunyai beberapa materi salah satunya lompat kangkang. Lompat kangkang ialah dimana seorang berlari mengarah kuda lompat atau punggung teman berikutnya mengudara dengan tangan menumpu dan menekan kuda lompat atau punggung teman sambil melakukan lompatan dengan aksi posisi kaki kangkang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penerapan metode bagian terhadap hasil belajar keterampilan lompat kangkang. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian eksperimen murni dengan menggunakan *randomized group pretest-posttest design*. Penentuan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Sampel dari penelitian ini adalah siswa kelas XI MIPA 5 dan XI IPS 2 di SMAN 1 Mojokerto. Berdasarkan uji hipotesis pada hasil belajar penerapan metode bagian (*part-method*) dalam ranah keterampilan memiliki nilai sig $0.00 < 0.05$, maka dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan metode bagian (*part-method*) terhadap hasil belajar lompat kangkang dalam senam lantai. Dari hasil perhitungan peningkatan penerapan metode bagian (*part-method*) terhadap hasil belajar lompat kangkang pada ranah keterampilan diketahui peningkatannya sebesar 28,87%. Sedangkan pada kelompok kontrol memiliki persentase penurunan sebesar -2,64%, Melalui hasil analisis data diketahui bahwa kelompok eksperimen memiliki peningkatan yang lebih signifikan dari pada kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan.

Kata Kunci: lompat kangkang, metode bagian

Abstract

Part-method is a method that is given by dividing a learning into parts by part and putting it together again after students have mastered it. The aim is facilitating students in applying a learning. In physical education learning there must be some material that has been taught in every physical education learning at school and one of them is gymnastics on the floor, gymnastics on the floor also has some material, one of them straddle jump. Straddle jump is where a person runs toward a jump horse or the back of the next friend on the air with his hand rests and presses on the jump horse or friend's back while doing a jump with the action of the legs straddle position. The purpose of this study was to determine the effect of application part method to learning results skills straddle jump. This research is classified as a pure experimental study using randomized group pretest-posttest design. Determination of the sample using cluster random sampling techniques. The sample of this study was students of class XI MIPA 5 and XI IPS 2 at public senior high school 1 Mojokerto. Based on testing the hypothesis on learning outcomes the application of the part method in the realm of skills has a sig value of $0.00 < 0.05$, it can be stated that there is a significant effect of the application of the part method on straddle jumping learning outcomes. on the gymnastic floor. From the results of the calculation of the increase in the application of the method to the learning outcomes straddle jumping in the realm of skills known to increase by 28.87%. While the control group decreased by -2.64%. Through the results of data analysis, it was found that the experimental group had a more significant increase than the control group that did not receive treatment.

Keywords: straddle jumping, part methods.

PENDAHULUAN

Pembelajaran tentang Pendidikan Jasmani yang banyak diajarkan disetiap sekolah-sekolah, seperti bola basket, tenis meja, atletik, silat, dan olahraga populer lainnya. Namun, dari sekian banyak pembelajaran yang diajarkan terdapat salah satu pembelajaran yang juga penting yaitu pembelajaran senam. Bahkan pembinaan olahraga ini mulai dilakukan pada usia 6 tahun dan kompetisi resmi pada usia 8 tahun (Coppola *et al.*, 2015). Sehingga kompetensi guru pengajar yang mumpuni sangat diperlukan supaya tujuan pembelajaran bisa tercapai (Djawa, *et al.*, 2019). Senam dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani adalah sebagai “alat dan tujuan” yang akan dicapai melalui proses pembelajaran (Nurkholis, 2015: 11). Proses pembelajaran pada SMA 1 Kota Mojokerto khususnya dalam pendidikan jasmani, dimana banyak materi pembelajaran yang diajarkan dari bola besar, bola kecil, atletik dan bela diri. Terdapat juga materi pembelajaran olahraga yang diajarkan yaitu senam, dimana proses pembelajarannya ditemukan pengajaran materi guling depan, guling belakang dan meroda dengan pengajaran menggunakan metode keseluruhan/tidak secara bertahap. Pengalaman penulis sebagai pendamping guru pada waktu menjalankan tugas mata kuliah Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) bahwa materi lompat kangkang belum pernah dilakukan disekolah tersebut, tetapi disaat penulis memulai pengajaran pada hari pertama barulah diajarkan materi lompat kangkang dengan menggunakan peti lompat tetapi tidak menggunakan/tidak adanya *spring board*. Maka dari itu sebagian siswa belum bisa melakukan lompat kangkang dengan baik karena adanya keterbatasan dalam media disekolah tersebut. *Spring board* adalah alat untuk menunjang keberhasilan siswa dalam melakukan lompat kangkang dengan baik serta kurang baiknya kondisi pada papan tumpuan tersebut. Permasalahan yang ada diatas penulis ingin menggantikan *spring board* kematras dan standar ketinggian peti lompat sesuai dengan kemampuan siswa. Disini penulis menggunakan materi lompat kangkang yaitu merupakan salah satu senam ketangkasan. Penafsiran Hidayati (2014: 66), dimana seorang berlari mengarah kuda lompat atau punggung teman berikutnya mengudara dengan tangan menumpu dan menekan kuda lompat atau punggung teman sambil melakukan lompatan dengan aksi posisi kaki kangkang. Hasil penjelasan diatas penulis ingin mencoba melakukan pembelajaran dengan menggunakan metode bagian sebagai pembelajaran, karena pembelajaran disekolah SMAN 1 Kota Mojokerto khususnya pada materi senam lantai ditemukan bahwa setiap pembelajaran guru tidak mengajarkan/menyampaikan materi secara bertahap.

Sehingga siswa belum mengetahui tahapan/cara melakukan materi senam dengan benar. Penafsiran Okon (1984: 121), “*In general sense it will be a conscious choice and repetitive actions. For the purposes of teaching, we can use the concept of the method by W. Okoń, who describes method as tested and consistently applied system of activities, teachers and students and choice of means and procedures, in order to cause the assumed changes in the personality of the student*”. Artinya ialah secara umum akan menjadi suatu pilihan yang sadar dan tindakan berulang-ulang dalam tujuan pengajaran, kita dapat menggunakan konsep metode oleh W. Okoń, yang menggambarkan metode sebagai sistem kegiatan, guru dan siswa yang diuji dan diterapkan secara konsisten, serta pilihan cara dan prosedur, untuk menyebabkan perubahan yang diasumsikan dalam kepribadian siswa. Penafsiran Firdaus (2014), metode bagian adalah metode yang pembelajarannya diberikan dengan cara menjelaskan bagian per-bagian tentang tahapan hingga siswa dapat menguasainya, barulah diberikan secara menyeluruh guna untuk mempermudah siswa dalam melakukan pembelajaran. Penafsiran Merrienboer (2014: 444) menyatakan “*part-task models have been found to be very effective to reduce task difficulty, but they hinder integration of knowledge, skills, and attitudes and limit the opportunities to learn to coordinate component skills*”. Diartikan model bagian ialah tugas yang telah ditemukan secara sangat efektif untuk mengurangi kesulitan tugas, tetapi beberapa ada yang menghambat integrasi pengetahuan, keterampilan, dan sikap, ini dibatasi dengan peluang untuk belajar mengoordinasikan keterampilan komponen. Dalam setiap pembelajaran pasti adanya suatu hasil pencapaian yang harus didapat. Hasil belajar adalah sesuatu keberhasilan yang telah sukses dicapai atau diperoleh siswa karena adanya usaha yang mana hal tersebut dinyatakan dalam bentuk pengetahuan, kecakapan dan penguasaan dasar yang ada didalam berbagai aspek kehidupan. Penafsiran Raiola (2017: 2241), “*Learning movement consists of developing cognitive structures, known as motor program, through information processing*”. Yang artinya, pembelajaran terdiri dari pengembangan aspek kognitif dengan teratur maka akan menghasilkan motorik yang baik dalam pemrosesan informasi. Hasil belajar tidak luput juga dari pembelajaran yang memerlukan perhatian dalam peningkatan pembelajaran agar pencapaian suatu hasil belajar tersebut dapat memuaskan. Jadi dengan menggunakan metode tersebut penulis bertujuan ingin mengetahui seberapa besar pengaruh yang terdapat pada hasil belajar keterampilan lompat kangkang.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen murni (*true experiment*). Peneliti menggunakan desain penelitian *randomized control group pretest-posttest design*. Waktu pelaksanaan penelitian ini akan dilakukan 4 kali pertemuan dengan pertemuan pertama melakukan pretest beserta treatment 1, pertemuan kedua melakukan treatment 2, pertemuan ketiga melakukan treatment 3, dan pertemuan keempat melakukan treatment 4 beserta posttest dengan durasi waktu 3x45 menit yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Mojokerto. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI yang terdiri dari 6 kelas IPA dan 3 kelas IPS dengan jumlah keseluruhan 308 siswa. Pada penelitian ini menggunakan jenis teknik sampel *cluster random sampling*. Penafsiran Maksim (2018: 68), *cluster random sampling* yang dipilih bukanlah individu, melainkan kelompok atau area yang disebut *cluster*. Sampe dalam penelitian ini terdapat 2 kelas yang terpilih dengan cara melakukan undian sebagai penentu kelas eksperimen dan kelas kontrol. Adapun yang menjadi sampe dalam penelitian ini yaitu kelompok eksperimen kelas XI IPA 5 dengan jumlah 34 siswa dan kelompok kontrol kelas XI IPS 2 dengan jumlah 32 siswa. Instrumen penelitian ini menggunakan item tes keterampilan lompat kangkang, yang butir penilaiannya meliputi: 1) lompatan awal, 2) tumpuan tangan dan kaki, 3) tolakan tangan dan posisi badan, 4) pendaratan akhir. Dalam penelitian ini menggunakan analisis data berupa uji deskriptif, uji normalitas, dan uji beda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data berupa penelitian tentang hasil belajar didasarkan dari *pretest* dan *posttest* untuk nilai psikomotor dari lompat kangkang dalam senam lantai.

Tabel 1. Distribusi Data Preetest-Posttest Hasil Belajar lompat Kangkang dengan Menggunakan Metode Bagian (*Part-method*)

Kelompok	Tes	N	Mean	Varian	SD	Min	Max
Eksperimen	Pretest	32	5.415	1.550	1.245	4,00	9,00
	Posttest	32	6.925	1.932	1.390	4,00	9,30
Kontrol	Pretest	32	5.08	0.82	0.90	4.00	7.00
	Posttest	32	5.23	1.96	1.40	4.00	9.30

Dari tabel tersebut dapat diketahui hasil rata-rata data *pretest* dari kedua kelompok hampir sama, namun pada kelompok eksperimen terjadi peningkatan yang cukup besar yang dimungkinkan karena ada perlakuan yang diberikan. Sedangkan pada kelompok kontrol diketahui hasil rata-rata data *pretest* ke *posttest* mengalami peningkatan tetapi tidak meningkat secara signifikan.

Tabel 2. Uji Normalitas Distribusi Data Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Kelompok	Tes	Z	Sig	Keterangan
Eksperimen	Pre	0.224	0.01	Tidak normal
	Post	0.187	0.06	Tidak normal
Kontrol	Pre	0.181	0.09	Tidak normal
	Post	0.232	0.00	Tidak normal

Pada tabel 2 menunjukkan hasil uji normalitas distribusi dengan menggunakan uji Kolmogorov Smirnov. Dari tabel tersebut dapat diketahui nilai signifikansi data *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen maupun kontrol lebih kecil dari pada 0,05, maka distribusi dapat dikatakan tidak normal. Sehingga uji beda menggunakan uji statistik nonparametrik.

Tabel 3. Uji Beda Nilai Pretets dan Posttest Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Berdasarkan Distribusi Data Yang Dihasilkan

Kelompok	Tes	Sig	(Ha)	Jenis Uji
Eksperimen	Pre	0.00	Ada pengaruh	Wilcoxon
	Post			
Kontrol	Pre	0.45	Tidak ada pengaruh	Wilcoxon
	Post			

Dari tabel tersebut dapat diketahui hasil data pretest dan posttest dengan menggunakan jenis uji Wilcoxon. pada kelompok eksperimen yang dapat dikatakan ada pengaruh penerapan metode bagian terhadap hasil belajar keterampilan lompat kangkang atau nilai sig 0,00 <0,05. Pada kelompok kontrol yang dapat dikatakan tidak ada pengaruh atau nilai sig 0,45 >0,05.

Tabel 4. Uji Beda Distribusi Data Pretest-Posttest Hasil Belajar Pada kelompok Kontrol dan Eksperimen

Kelompok	Tes	Mean	Selisih	Peningkatan	Sig
Eksperimen	Pre	5.41	2,3	27,87%	0,00
	Post	6,92			
Kontrol	Pre	5,08	1,3	2,64%	0,45
	Post	5,23			

Dari tabel tersebut dapat diketahui hasil data kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 27,87% dengan nilai sig sebesar 0,00 <0,05 maka dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh pada kelompok eksperimen dan pada kelompok kontrol mengalami

peningkatan sebesar 2,64% dengan nilai *sig* sebesar $0,45 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh pada kelompok kontrol.

Metode bagian (*part-method*) adalah metode yang bertujuan untuk membantu siswa dapat lebih memahami lompat kangkang dalam materi pembelajaran senam lantai dengan menggunakan media pembelajaran yang sudah dimanipulasi, seperti tidak adanya *springboard* dan peti tumpuan yang mengalami sedikit kerusakan, maka dari itu dibagian atas peti digunakan matras dan dibagian bawah sebagai yang menggantikan *springboard* yaitu matras. Dengan kondisi yang terjadi dilapangan serta kurangnya sarana dan prasarana, Diharapkan memudahkan siswa untuk lebih cepat memahami materi dan berani mencoba/melakukan lompat kangkang dalam materi senam lantai. Pada saat peneliti melakukan undian yang menggunakan *cluster random sampling* yang dilakukan oleh perwakilan kelas (ketua kelas), maka yang terpilih sebagai kelompok eksperimen adalah kelas IPA 5 dan kelompok kontrol IPS 2. Dimana kelas IPA 5 terdiri dari 34 siswa dan IPS 2 adalah 32 siswa, pada saat peneliti melakukan *pretest* didapati 2 siswa dari kelas IPA 5 tidak dapat masuk dikarenakan sakit, sehingga untuk sampel dari 2 kelas tersebut menjadi 32 siswa.

Kelebihan dari metode bagian tersebut yaitu: (1) Siswa dapat menguasai perbagian dari materi secara baik; (2) Siswa dapat meminimalkan terjadinya kesalahan, karena masing-masing bagian materi harus dikuasai baru adanya peningkatan; (3) Membangkitkan minat dan motivasi belajar siswa. Dilihat dari kelebihan tersebut, bahwa metode bagian sangat membantu siswa dalam memahami suatu pembelajaran dan membuat siswa lebih bisa menguasai pembelajaran tersebut secara lebih baik.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang sudah diuraikan sebelumnya maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh penerapan metode bagian (*part-method*) terhadap hasil belajar lompat kangkang.
2. Besarnya pengaruh penerapan metode bagian (*part-method*) terhadap hasil belajar lompat kangkang yaitu sebesar 27,87%.

Saran

Adapun saran yang dapat dikemukakan sesuai hasil dari penelitian pembahasan maupun pada simpulan yang telah diuraikan adalah yaitu sebagai berikut:

1. Bagi guru PJOK agar dapat memberikan pembelajaran materi yang belum siswa ketahui agar

siswa dapat lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran PJOK dengan materi senam lantai.

2. Bagi siswa agar tetap bersemangat dalam melakukan aktivitas gerak pada pembelajaran PJOK
3. Bagi peneliti agar tidak merasa cukup dalam hasil yang didapat dan lebih termotivasi lagi, dan jika ingin melakukan penelitian lagi bisa menjadikan bahan penelitian ini menjadi batu loncatan untuk meneliti dengan sampel dan populasi yang lebih luas lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Coppola, S., Vastola, R., Scatigna, M., & Fabiani, L. (2015). Training and Health in Gymnastics. *Journal of Human Sport and Exercise*, 10 (2): 391-398.
- Djawa, B., Wisnu, H., Prabowo, S. A., Al Ardha, M. A., & Prakoso, B. B. (2019). Physical Education Teacher's Quality Based on the Indonesia National Standards. *In 1st International Conference on Education Social Sciences and Humanities (ICESSHum 2019)*, 335: 824-829.
- Firdaus, H. (2014). Perbandingan Metode Pembelajaran Bagian (Part-Method) Dan Metode Pembelajaran Keseluruhan (Whole-Method) Terhadap Kemampuan Siswa Dalam Melakukan Smash Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 2(2): 363-369.
- Hidayati, N. (2014). Peningkatan Hasil Belajar Pada Materi Lompat Kangkang Dengan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teams Games Tournament (TGT). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 2(2): 350-353.
- Maksum, A. (2018). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Merrienboer, J. J., & Kester, L. (2008). Whole-Task Models in Education. *Handbook of research on educational communications and technology*, 3: 441-456.
- Nurkholis. (2015). *Senam Dasar*. Surabaya: Unesa University Press.
- Okon, W. (1984). The Methods in The Process of Physical Education. *Scientific Riview of Physical Cultura*, 6(2): 5-10.
- Raiola, G. (2017). Motor Learning and Teaching Method. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(5): 2239-2243.