

PENGARUH MEDIA PEMBELAJARAN MODIFIKASI TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK

(Studi pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Gondang Kabupaten Mojokerto)

Rico Dwi Permana Putra

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Surabaya, ricodwipermanaputra@gmail.com

Vega Candra Dinata

Dosen S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan salah satu cara untuk mengarahkan siswa dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan olahraga, salah satunya adalah pembelajaran atletik khususnya lompat jauh. Karena itu pendidik atau tenaga pendidikan diharapkan dapat menciptakan suasana pembelajaran yang diharapkan di SMP Negeri 1 Gondang Kabupaten Mojokerto dalam penyampaian materi pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, materi yang diberikan kepada siswa disampaikan masih menekankan pada aspek teknik saja. Hal ini akan berdampak kepada siswa yang menjadi kurang antusias mengikuti pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Modifikasi dianggap sebagai salah satu hal yang dapat membantu guru selama proses kegiatan belajar mengajar dengan keterbatasan yang dimiliki oleh sekolah. Salah satu alat bantu pembelajaran atau media pembelajaran modifikasi yang dapat digunakan untuk pembelajaran atletik nomor lompat jauh adalah menggunakan media pembelajaran modifikasi berupa kardus untuk sebagai stimulus pada peserta didik untuk melakukan lompatan. dan diharapkan hasil belajar dapat meningkat. Tujuan dari penelitian ini adalah 1) mengetahui pengaruh media pembelajaran modifikasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 1 Gondang Kabupaten Mojokerto 2) mengetahui seberapa besar pengaruh media pembelajaran modifikasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 1 Gondang Kabupaten Mojokerto. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu dengan pendekatan deskriptif kuantitatif dan merupakan penelitian populasi yang berjumlah 32 siswa. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan media pembelajaran modifikasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Gondang Kabupaten Mojokerto yang dibuktikan dari hasil $t_{hitung} 32,31 > \text{nilai } t_{tabel} 2,042$ dengan taraf signifikan 0,05. Besarnya pengaruh adalah 32,31%.

Kata Kunci: media pembelajaran modifikasi (*Treatment*), hasil belajar, lompat jauh gaya jongkok

Abstract

Physical education, sport and health is one way to engage students in physical activities including sport skills, one of them is athletics learning especially long jump. So the teachers are expected to create some learning atmospheres that are expected. At Gondang Junior High School 1 Mojokerto in teach physical education, sport and health, the materials which are given to the students just focused on the technical aspect only. This way will affect in students' enthusiastic to join in physical education, sport and health lesson. Modifications are considered as one of thing that can help the teachers during the process of teaching and learning with the limitation that is haven by the school. One of the tools that can help the learning or modification learning media that can be used to learning the athletic especially long jump is use modification learning media that is hardboard as the stimulus of the students to do jumping. And it is expected can increase the long jump score. The purposes of this study were 1) determined the influence of treatment modification learning media to the long jump squat style score of seventh grade of Junior High school Gondang 1 mojokerto students 2) determined how much the influences of treatment modification learning media to the long jump squat style score of seventh grade of Junior High school Gondang 1 mojokerto students. This study used quasi-experimental study and used descriptive quantitative approach with 32 students. From the result of this study could conclude that there was a significant affect of treatment modification learning media to the long jump tuck style score of seventh grade of Junior High school Gondang 1 mojokerto students that was evidenced from the result of $32.31 t \text{ count} > t \text{ table value of } 2.042$ with a significance level of 0.05. The magnitude of the effect was 32.31%.

Keywords: treatment modification learning media, score, long jump tuck style

PENDAHULUAN

Pendidikan dalam arti sederhana sering diartikan sebagai usaha manusia untuk membina kepribadiannya sesuai dengan nilai-nilai di dalam masyarakat dan kebudayaan. Dalam perkembangannya, menurut istilah pendidikan atau *paedagogie* berarti bimbingan atau pertolongan yang diberikan dengan sengaja oleh orang dewasa agar dia menjadi dewasa atau mencapai tingkat hidup atau penghidupan yang lebih tinggi dalam arti mental. Kenyataannya, pengertian pendidikan ini selalu mengalami perkembangan, meskipun secara esensial tidak jauh berbeda (Hasbullah, 1999: 1).

Menurut UU No.20 th 2003 Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Pendidikan merupakan hal yang sangat penting bagi kehidupan manusia, karena pendidikan merupakan hal yang paling dominan dalam perkembangan serta peningkatan taraf hidup manusia. Manusia memiliki insting hidup sejak lahir tetapi manusia tidak memiliki pengetahuan tentang hidup, dalam prosesnya pengetahuan ini didapatkan dari pembelajaran melalui Pendidikan Nasional yang tercantum dalam undang-undang Republik Indonesia No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 2 ayat 3 menerangkan bahwa Pendidikan Nasional berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia tahun 1945.

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Ruhimat, dkk, 2011: 20-21)

Di dalam pendidikan salah satu yang ada didalamnya adalah pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani adalah aktifitas *psikomotorik* yang dilakukan atas dasar pengetahuan atau *kognitif* dan pada saat melaksanakannya akan terjadi yang terkait sikap atau *afeksi* (seperti kedisiplinan, kejujuran, percaya diri, ketangguhan) dan sikap perilaku sosial seperti kerjasama dan saling menghargai (Widijato, 2007: 1). BSNP (2006: 512) menerangkan bahwa:

“pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran

jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih dan direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional”

Pendidikan jasmani merupakan sebuah wadah untuk meningkatkan kebugaran siswa dan pembiasaan pola hidup sehat yang bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Pendidikan jasmani juga merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara alamiah, neuromuskuler, perseptual, kognitif dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional. Dalam pendidikan jasmani, pendidik harus dapat mengajarkan pada peserta didik berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan, nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani, sportifitas, jujur, saling bekerja sama, disiplin, dan pembiasaan hidup sehat (Suherman, 2000: 3).

Salah satu olahraga yang sangat penting adalah Atletik. Atletik di Indonesia diartikan sebagai cabang olahraga yang memperlombakan nomor-nomor jalan, lari, lompat dan lempar. Istilah yang digunakan di Indonesia adalah “*leichtathletik*” (Jerman), “*Athletismo*” (Spanyol), “*Olahraga*” (Malaysia), dan “*Track and Field*” (USA) (Bahagia, 1999/2000: 9).

Di antara nomor atletik salah satunya adalah nomor lompat, nomor lompat termasuk pada keterampilan gerak *asikliss* (*Acyclic motion*). Perbedaan yang paling mencolok dari semua nomor lompat adalah fase melayang di udara (*flight phase*). Nomor-nomor lompat dalam atletik adalah lompat jauh, lompatangkit, lompat tinggi. Dan lompat galah (Bahagia, 2000: 15).

Dari beberapa nomor lompat salah satunya adalah lompat jauh. Lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat mengangkat kaki ke atas ke depan dalam upaya membawa titik berat badanselama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat dan dengan jelas melakukan tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya. Dan teknik yang harus dilakukan untuk melakukan lompat jauh yaitu: awalan atau ancang-ancang, tolakan, sikap badan di udara dan sikap mendarat. Dalam lompat jauh terdapat beberapa macam gaya diantaranya ada 3 sikap melayang di udara yaitu: 1. Gaya jongkok (*Tuck*), 2. Gaya menggantung (*hang stile*), 3. Gaya jalan diudara (*Walking in the air*) (Syarifuddin, 1992: 90).

Pada pembelajaran jasmani tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan

jasmani, oleh sebab itu seorang pendidik masih menggunakan yang bersifat olahraga dan menekankan pada aspek teknik saja. Oleh karena itu guru harus menggunakan alat bantu pembelajaran atau media pembelajaran modifikasi yang dapat menunjang hasil belajar yang berguna untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam pembelajaran.

Modifikasi dianggap sebagai salah satu hal yang dapat membantu guru selama proses kegiatan belajar mengajar dengan keterbatasan yang dimiliki oleh sekolah, Salah satu alat bantu pembelajaran atau media pembelajaran modifikasi yang dapat digunakan untuk pembelajaran atletik nomor lompat jauh adalah menggunakan media pembelajaran modifikasi berupa kardus untuk pembelajaran. Sebagai contohnya materi lompat jauh yang dimaksud adalah lompat jauh gaya jongkok. Untuk mencapai hasil lompatan yang maksimal seorang pendidik harus mengajari tahapan-tahapan yang benar mulai dari awalan, tumpuan atau tolakan, gaya diudara dan mendarat. Hal tersebut dapat dimaksimalkan dengan menggunakan media pembelajaran modifikasi dengan menggunakan kardus sebagai stimulus pada peserta didik untuk melakukan lompatan.

Kardus merupakan salah satu barang bekas yang mudah diperoleh. Padahal kardus merupakan media pembelajaran jasmani yang efektif karena mudah dipinda-pindah ataupun secara acak dan banyak juga variasi permainan yang dapat disusun menggunakan kardus. Kardus juga mudah didapatkan diantaranya kardus air mineral, kardus mie instan dan lain-lain. Jadi penggunaan media kardus sangat efektif dan efisien bagi siswa (Soepartono, 2000: 49).

Maka rumusan masalahnya dalam penelitian ini adalah: 1. Adakah pengaruh media pembelajaran modifikasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 1 Gondang Kabupaten Mojokerto? 2. Seberapa besar pengaruh media pembelajaran modifikasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 1 Gondang Kabupaten Mojokerto?

Didalam dunia Olahraga, banyak sekali cabang olahraga diantaranya adalah atletik, senam, permainan dan beladiri. Dari keempat cabang olahraga tersebut atletik mempunyai peranan penting, karena gerakan-gerakannya merupakan gerak dasar bagi cabang olahraga lainnya.

Atletik berasal dari bahasa Yunani, yaitu *Atlon* atau *Atlum* yang artinya pertandingan, perlombaan, pergulatan, atau perjuangan, sedangkan orang yang melakukannya dinamakan *Athlete* (atlet). Dengan demikian dapatlah dikemukakan, bahwa Atletik adalah salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan atau

diperlombakan yang meliputi atas nomor-nomor jalan, lari, lompat dan lempar (Syarifuddin, 1992: 2).

Lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat mengangkat kaki ke atas ke depan dalam upaya membawa titik berat beban selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat dan dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya (Syarifuddin, 1992: 90).

Menurut Dimiyati dan Mudjiono (1999: 7), hasil belajar merupakan hal yang dapat dipandang dari dua sisi yaitu sisi siswa dan dari sisi guru. Dari sisi siswa hasil belajar adalah merupakan tingkat perkembangan mental yang lebih baik bila dibandingkan pada saat sebelum belajar. Tingkat perkembangan mental tersebut terwujud pada jenis-jenis ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Sedangkan dari sisi guru, hasil belajar merupakan saat terselesainya bahan pelajaran.

Hasil belajar siswa dipengaruhi oleh dua faktor utama, yakni faktor dari dalam diri siswa (*internal factor*) dan faktor yang datang dari luar diri siswa atau faktor lingkungan (*external factor*). Faktor dari dalam diri siswa terutama menyangkut kemampuan yang dimiliki siswa. Faktor ini besar sekali pengaruhnya terhadap hasil belajar yang akan dicapai. Berkaitan dengan faktor dari dalam diri siswa, selain faktor kemampuan, ada juga faktor yang lain yaitu motivasi, minat, perhatian, sikap, kebiasaan belajar, ketekunan, kondisi sosial ekonomi, kondisi fisik dan psikis. Salah satu faktor lingkungan yang paling dominan mempengaruhi hasil belajar adalah kualitas pengajaran (Mustiqon, 2012: 8).

Secara lebih utuh media pembelajaran dapat didefinisikan sebagai alat bantu berupa fisik maupun nonfisik yang sengaja digunakan sebagai perantara antara guru dan siswa dalam memahami materi pembelajaran agar lebih efektif dan efisien. Sehingga materi pembelajaran lebih cepat diterima siswa dengan utuh serta menarik minat siswa untuk belajar lebih lanjut. Pendek kata, media merupakan alat bantu yang digunakan guru dengan desain yang disesuaikan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran (Musfiqon, 2012: 28).

Modifikasi merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh para guru agar pembelajaran mencerminkan DAP (*Developmentally Appropriate Practice*) artinya tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Oleh sebab itu cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa dari yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, dari tingkat yang tadinya lebih rendah menjadi memiliki tingkat yang lebih tinggi (Bahagia dan Suherman, 1999/2000: 1).

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu dengan pendekatan diskriptif kuantitatif, menurut Maksom (2012: 65) penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui pengaruh sebab akibat diantara variabel. Salah satu ciri utama dari penelitian eksperimen adalah adanya perlakuan (*treatment*) yang dikenakan kepada subjek atau objek penelitian.

Desain penelitian merupakan sebuah rancangan bagaimana suatu penilaian akan dilakukan. Rancangan tersebut digunakan untuk mendapatkan jawaban terhadap pertanyaan peneliti yang dirumuskan. Dalam sebuah desain penelitian biasanya dijelaskan bagaimana data/informasi dikumpulkan, mekanisme kontrol dilakukan, dan upaya peningkatan validitas penelitian (Maksom, 2012: 95). Jenis penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu dengan bentuk *One Group Pretest-Posttest Design*. Dalam desain ini tidak ada kelompok kontrol. Kelebihan desain ini adalah dilakukannya pretest dan posttest sehingga dapat diketahui dengan pasti perbedaan hasil akibat perlakuan yang diberikan (Maksom, 2012: 97).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 1 Gondang yang terdiri dari 8 kelas dikarnakan kelas VII belum pernah melakukan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok menggunakan media pembelajaran modifikasi dan sampel yang di adalah kelas VII A

Menurut Maksom (2009: 67) menyimpulkan instrumen adalah alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Secara garis besar, alat pengumpulan data ada kategori yaitu tes, tes adalah sebuah prosedur yang sistematis dan objektif untuk memperoleh data atau keterangan yang diinginkan dengan cara yang relatif tepat. Intrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes lompat jauh gaya jongkok dengan tiga aspek penilaian yaitu: aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotor.

Di dalam analisis data, yang pertama adalah menghitung data menggunakan penghitungan statistik deskriptif. Selanjutnya data penelitian akan dianalisis menggunakan analisis parametrik untuk uji hipotesis yaitu uji *dependent* yaitu menguji perbedaan antara *pretest* dan *possttest* dan uji beda nilai *possttest*.

Analisis deskriptif yang dimaksud adalah rata-rata (*mean*), standar deviasi, dan varian. Uji hipotesis menggunakan uji *t dependen*. Sebelum data diuji hipotesis maka data harus memenuhi syarat uji. Syarat uji yang dimaksud adalah uji normalitas menggunakan *chi square* dan uji homogenitas menggunakan anava.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.

Analisis hasil penelitian akan dikaitkan dengan tujuan penelitian sebagaimana yang telah dikemukakan pada bab 1, akan dapat diuraikan dengan deskripsi data dan hasil pengujian hipotesis. Deskripsi yang akan disajikan berupa nilai kognitif, afektif dan psikomotor *pre test* dan *post test* yang diperoleh dari pengambilan data lompat jauh gaya jongkok dengan media pembelajaran modifikasi yaitu dengan media kardus untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada penelitian ini menggunakan bentuk *one group pretest-posstest design*. Jumlah siswa yang dijadikan sampel dalam penelitian ini adalah 32 siswa kelas VII A tahun ajaran 2014/2015 semester ganjil di SMP Negeri 1 Gondang Mojokerto.

Kemudian hasil pengolahan data tersebut akan dijabarkan lebih lanjut pada berikut ini:

Deskripsi Data

Pada deskripsi data akan membahas tentang rata-rata, standar deviasi, varian, nilai terendah dan tertinggi, perbedaan hasil *pre test* dan *post test*, serta persentase peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) menggunakan media pembelajaran modifikasi. Hasil belajar dianalisis dengan hasil perhitungan manual dan dengan menggunakan program SPSS (*Statistic Package of Social Sciences*) versi 20.0,

Tabel 1 Deskripsi Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok

	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>	Beda
Mean	62.93	83.26	20.33
Standar Deviasi	7.66	4.93	-2.73
Varian	58.65	24.29	-34.36
Min	52.07	74.14	22.07
Max	81.64	94.14	12.49
Persentase Peningkatan	32.31%		

Hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dengan jumlah 32 siswa pada *pre test* diperoleh rata-rata sebesar 62,93 untuk standar deviasi sebesar 7,66 dan varian 58,65 dan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada *post test* diperoleh rata-rata sebesar 83,26 untuk standar deviasi sebesar 4,93 dan varian 24,29.

Perubahan skor hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada *pre test* dan *post test* diperoleh rata-rata sebesar 20,33 untuk standar deviasi sebesar -2,73 dan varian -34,36. Dan nilai terendah pada *pre test* 52,07 untuk nilai *post test* 74,14. Dan untuk nilai tertinggi pada *pre test* sebesar 81,64 dan *post test* sebesar 94,14 dengan

beda 22,07 untuk nilai minimal dan 12,49 untuk nilai maksimal. Persentase perubahan skor hasil belajar lompat jauh gaya jongkok sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) dengan jumlah 32 siswa diperoleh sebesar 32,31%.

Uji beda dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh media pembelajaran modifikasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Gondang Mojokerto yang dilihat hasil *pre test* dan *post test* yang telah dilakukan.

Tabel 2 Hasil Perhitungan *Dependent Sample T Tests*

	t_{hitung}	t_{tabel}	Keterangan
Uji <i>Dependent Sample T Test</i>	32,31%	2,042	Ada perbedaan

Berdasarkan perhitungan dengan menggunakan *dependent sample t test* diperoleh nilai *t* hitung sebesar 32,31%.

Dengan mengkonsultasikan nilai *t* hitung dan nilai *t* tabel maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak karena nilai 32,31 > nilai *t* tabel 2,042. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dengan taraf signifikan 0,05 antara hasil *pre test* dan *post test* lompat jauh gaya jongkok pada media pembelajaran modifikasi siswa kelas VII SMP Negeri 1 Gondang.

Dalam pembahasan ini akan membahas penguraian penelitian tentang pengaruh media pembelajaran modifikasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok di SMP Negeri 1 Gondang Mojokerto. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana.

Di SMP Negeri 1 Gondang Mojokerto dalam pelaksanaan pembelajaran di sekolah, guru menggunakan metode pengajaran yang umum, materi yang diberikan kepada siswa disampaikan secara monoton, media yang digunakan kurang variatif dan minim. Hal ini akan berdampak kepada siswa yang menjadi kurang antusias mengikuti pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Media pembelajaran modifikasi merupakan salah satu cara yang dibuat agar siswa tertarik dengan materi lompat jauh. media pembelajaran modifikasi yang digunakan disini adalah dengan menggunakan media kardus, kardus disini digunakan sebagai permainan berbagai variasi lompat yang dapat memberikan pengaruh positif bagi siswa serta dapat meningkatkan hasil belajar siswa di bidang lompat jauh gaya jongkok serta menimbulkan rasa senang dan siswa tidak

mengalami kebosanan saat pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan dan hasil penelitian tentang pengaruh media pembelajaran modifikasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok di SMP Negeri 1 Gondang Mojokerto dapat dikatakan menunjukkan hasil belajar yang baik. Dari hasil uji *t* antara *pre test* dan *post test* menunjukkan bahwa hasil t_{hitung} 32,31 lebih besar dari t_{tabel} 2,042 dengan menggunakan taraf signifikan 0,05. Sehingga dengan demikian maka H_a yang diajukan oleh peneliti diterima dan H_o ditolak. Jadi ada pengaruh yang signifikan antara hasil belajar lompat jauh gaya jongkok sebelum dan sesudah permainan menggunakan media pembelajaran modifikasi pada siswa kelas VII. Dari hasil perhitungan, pembelajaran dengan menerapkan media pembelajaran modifikasi dapat mempengaruhi hasil belajar siswa sebesar 32,31%.

PENUTUP

Simpulan

Setelah peneliti melakukan analisis data pada bab IV, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada pengaruh yang signifikan dari hasil perhitungan nilai t_{hitung} 32,31 > nilai t_{tabel} 2,042 dengan taraf signifikan 0,05 terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Gondang Mojokerto.
2. Besarnya pengaruh untuk hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Gondang Mojokerto pada saat sebelum dan sesudah permainan lompat sebesar 32,31%.

Saran

Berdasarkan keseluruhan hasil penelitian dan simpulan yang telah dikemukakan sebelumnya, maka beberapa saran yang diharapkan dapat memberi manfaat hasil penelitian ini. Adapun saran tersebut antara lain:

1. Sesuai dengan hasil penelitian maka sebaiknya penerapan media pembelajaran modifikasi dapat dijadikan sebagai acuan para guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dalam proses pembelajaran, dengan media modifikasi yang sederhana dan tidak mengeluarkan banyak biaya.
2. Pembelajaran menggunakan media pembelajaran modifikasi sebaiknya perlu perencanaan dan penerapan pembelajaran yang lebih baik, yaitu yang sesuai dengan karakteristik, kemampuan dan kondisi siswa, sehingga dapat dengan mudah menyerap materi pembelajaran dengan baik.
3. Diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat menggunakan media pembelajaran modifikasi yang

lebih kreatif, efektif dan efisien untuk pembelajaran yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Bahagia, Yoyo dan Adang Suherman. 2000. *Atletik*. Jakarta. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Bahagia, Yoyo dan Adang Suherman. 2000. *Prinsip-prinsip pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah.
- BSNP. 2006. *Panduan Penyusunan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Jenjang Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta: Badan Standar Nasional Pendidikan.
- Dimiyati dan Mudjiono. 1999. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta (online) tersedia di <http://indramunawar.blogspot.com/2009/06/hasil-belajar-pengertian-dan-definisi.html> pada tanggal 24 Februari 2014 pukul 19.10.
- Hasbullah. 1999. *Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan*. Bandung: Raja Grafindo Persada.
- Maksum, Ali. 2009. *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Surabaya.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press
- Musfiqon. 2012. *Media dan Sumber Pembelajaran*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya.
- Ruhimat, Toto, dkk. 2011. *Kurikulum & Pembelajaran*. Bandung: Raja Grafindo Persada.
- Soepartono. 2000. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Syarifuddin, Aip. 1992. *Atletik*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.