

**PENGARUH METODE TUTOR SEBYA TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA MEGGANTUNG (STUDI PADA SISWA KELS VIII SMP NEGERI 1 MOJOANYAR MOJOKERTO)**

**Yudha Tri Susilo**

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

**Vega Candra Dhinata**

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

**Abstrak**

Lompat Jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat mengangkat kaki ke atas ke depan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya. Banyak metode pembelajaran yang digunakan agar dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam menguasai tehnik dasar lompat jauh. Akan tetapi dalam kenyataannya masih banyak siswa yang belum mampu menguasai gerak dasar ini dengan metode yang diterapkan oleh para pendidik. Untuk itu diperlukan metode lain yang mampu meningkatkan kemampuan peserta didik dalam menguasai materi lompat jauh.

Tujuan dari penelitian ini adalah (1) untuk mengetahui pengaruh metode tutor sebaya terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung di SMPN 1 Mojoanyar. (2) Untuk mengetahui besarnya pengaruh metode tutor sebaya terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung di SMPN 1 Mojoanyar. Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMPN 1 Mojoanyar Mojokerto dan sampel kelas VIII E yang berjumlah 28 siswa. Instrumen dalam penelitian ini berupa tes lompat jauh gaya menggantung. Analisis yang digunakan uji t sampel sejenis.

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh metode tutor sebaya terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran penjasorkes, diketahui bahwa metode tutor sebaya dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran penjasorkes sebesar 11,15%. Untuk hasil belajar lompat jauh gaya menggantung ada peningkatan dari hasil *pre-test* dan *post-test* dengan hasil uji-t sampel berpasangan dengan t-hitung lebih besar dari t-tabel ( $10,28 > 1,70$ ). Sehingga dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan metode tutor sebaya terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran penjasorkes pada siswa kelas VIII-E di SMP Negeri 1 Mojoanyar Mojokerto.

**Kata Kunci:** Metode Tutor Sebaya, Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Menggantung

**Abstract**

The long jump is a sort of movement which lifts forward the foot as an attempt to bring the point of body weigh on the air as long possible (hovering the air) and it is done quickly to reach the longest distance. Many learning methods are used in order to enhance the student's ability to master the long jump basic motion. However, there are many students still have not been able to master these basic movements with the methods applied. It required another method that can improve the ability of learners in improving their ability in long jump basic motion.

The purpose of this study was (1) to determine the effect of peer tutoring methods on long jump hang style learning result in mojoanyar 1 junior high school (2) To determine the influence of peer tutoring on long jump hang style learning result in mojoanyar 1 junior high school. This is a quasi eksperiment research with one group pretest-posttest design. Population in this research is all student class VIII of SMPN 1 Mojoanyar Mojokerto and sample class VIII E that amounted of 28 student. Instrument in this research is a long jump hang style test. Data analysis applied is mean, standart deviation, variant, test distribution normal, paired sampels t test.

Based on the results of research on the effects of peer tutoring methods on long jump hang style learning result, it is known that the peer tutoring methods to improve long jumph hang style learning result of 11,15%. For long jump hang style learning result there is an increase from the pre-test and post-test with the results of paired samples t-test with t-count is greater than t-table ( $10,28 > 1,70$ ). So in other words it can be concluded that there is significant influence through peer tutoring methods to improve long jump hang stylelearning result in class VIII-E in the Mojoanyar 1 junior high school Mojokerto.

**Keywords:** Influence , Peer Tutoring, Long Jump Hang Style Learning Result

## PENDAHULUAN

Dewasa ini pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) mulai diperhitungkan sebagai satu dari beberapa macam program pendidikan yang ada di sekolah-sekolah. Untuk itu kegiatan ini harus mendapat perhatian khusus dalam pelaksanaannya, terutama perhatian dari sekolah, dan perhatian dari guru penjasorkes. Diharapkan dengan perhatian tersebut akan mampu memberikan suatu pengalaman belajar yang bermanfaat bagi siswa.

Penjasorkes merupakan salah satu mata pelajaran yang ada dalam kurikulum satuan pendidikan mulai dari SD, SMP, SMA dengan fokus pelaksanaan pembelajaran melalui gerak. Menurut Hartono dkk. (2013: 2) dengan penjasorkes, maka anak-anak melakukan aktivitas fisik sekaligus mendapatkan pendidikan, mengembangkan potensi fisik, mengoptimalkan gerak dasar dan juga mengembangkan karakter, hormat pada sesama anak, dan sifat-sifat baik lainnya.

Menurut2 guru Penjasorkes yang ada di SMP Negeri 1 Mojoanyar Mojokerto, bapak Subandi dan Khoiron mengatakan pernah mengalami kesulitan dalam proses pembelajaranPenjasorkes,yaitu masih sering terdapat beberapa siswa yang belum cepat paham materi yang diajarkan. Selain itu ada juga siswa yang tidak patuh pada guru. Maka dengan demikian guruPenjasorkesharus mampu menyiasati keadaan tersebut, dengan metode pembelajaran yang efektif.

Seperti halnya dalam pembelajaran lompat jauh di SMP Negeri 1 Mojoanyar Mojokerto, pada umumnya menggunakan metode demonstrasi, *Student Team Achievement Division* (STAD) dan *Team Games Tournament* (TGT). Namun dengan metode tersebut dirasa masih belum efektif untuk mencapai hasil belajar yang maksimal. Hal tersebut dibuktikan dengan beberapa pertanyaan yang diajukan kepada 2 guru penjasorkesSMP Negeri 1 Mojoanyar Mojokerto sebelum melakukan penelitian.

Dalam skripsi ini peneliti akan mencoba metode tutor sebaya sebagai metode yang akan digunakan dalam proses pembelajaran penjasorkes. Metode tutor sebayasendiri adalah seorang atau beberapa orang siswa yang ditunjuk dan ditugaskan untuk membatu siswa-siswa yang mengalami kesulitan memahami materi dalam belajar (Rahayu, 2013: 208) metode ini jenis pembelajaran yang baru bagi siswa SMP Negeri 1 Mojoanyar, Mojokerto.Dasar pemikiran tentang tutor sebaya sendiri adalah siswa memberikan bantuan belajar kepada siswa lain.

Tugas sebagai tutor sendiri merupakan kegiatan yang kaya akan pengalaman dan sebenarnya merupakan kebutuhan anak itu sendiri, karena dalam metode pembelajaran tutor sebaya ini, mereka (para tutor) harus

berusaha mendapatkan hubungan dan pergaulan baru yang baik dengan teman sabaya, mengembangkan kecakapan intelektual dan sosial. Dengan demikian, beban yang diberikan kepada mereka akan memberi kesempatan untuk mendapatkan perannya, dan bahkan mendapatkan pengetahuan dan pengalaman (Rahayu, 2013: 209)

Bantuan yang diberikan teman-teman sebaya pada umumnya dapat memberikan hasil yang cukup baik. Peran teman sebaya dapat menumbuhkan dan membangkitkan persaingan hasil belajar secara sehat, karena siswa yang dijadikan tutor, eksistensinya diakui oleh teman sebaya.(Semiawan,1985: 72)

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka penulis akan mengadakan penelitian dengan judul “pengaruh metode tutor sebaya terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung” pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Mojoanyar Mojokerto.

Pengertian penjasorkes adalah bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani, pembinaan, dan emosional yang serasi, selaras, dan seimbang.(Kristiyandaru, 2010: 33)

Tujuan pendidikan atau pengajaran menurut Bloom (Sriundy, 2010:26-37) dibedakan menjadi tiga aspek penting yaitu :

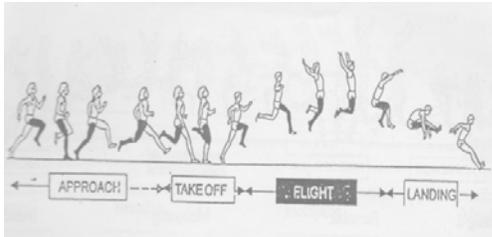
- a. Aspek kognitif (*cognitive domain*)  
Aspek kognitif merupakan tipe hasil belajar yang berkenaan dengan kemampuan intelektual. Komponen kognitif adalah keyakinan atau keyakinan peserta didik terhadap obyek yang dipelajari.
- b. Aspek afektif (*affective domain*)  
Hasil belajar efektif adalah perasaan atau penilaian yang dimiliki peserta didik setelah mempelajari suatu obyek ajar. Jadi secara umum hasil belajar berupa kecakapan afektif berkaitan dengan sikap, tingkah laku, minat, emosi dan motivasi kerjasama, koordinasi.
- c. Aspek psikomotor (*psychomotor domain*)  
Kecakapan psikomotor merupakan tipe hasil belajar berbentuk keterampilan dan kecakapan untuk bertindak.

Sedangkan menurut William (dalam Abdullah dan Manadji, 1994: 3) menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah semua aktifitas manusia yang dipilih jenisnya dan dilaksanakan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Menurut Ahmadi dan Supriyono (2003: 184) metode tutor sebaya ini memiliki kebaikan, yaitu sebagai berikut: Kebaikan metode tutor sebaya adalah:

1. Adanya hubungan yang lebih dekat dan akrab.
2. Tutor sendiri kegiatannya merupakan pengayaan dan menambah motivasi belajar.
3. Dapat meningkatkan rasa tanggung jawab dan kepercayaan diri.

Model pembelajaran adalah suatu rencana atau pola yang dapat digunakan untuk membentuk kurikulum (rencana pembelajaran jangka panjang), merancang bahan-bahan pembelajaran, dan membimbing pembelajaran di kelas atau yang lain (Rusman, 2011: 133)

Lompat jauh gaya menggantung, di sebut juga gaya lenteng (sneper). Gaya ini sama seperti sikap badan pada orang yang sedang menggantung dengan badan dilentingkan kebelakang (Syarifuddin, 1992; 94).



Gerakan Keseluruhan Lompat Jauh Menggantung(Muller & Walfgang, 2000: 88)

Hasil belajar lompat jauh gaya menggantung adalah perubahan yang terjadi akibat kegiatan belajar yang dilakukan oleh siswa, perubahan tersebut berupa hasil yang telah dicapai dalam proses pembelajaran. Hasil belajar dalam proposal penelitian ini merupakan hasil belajar yang ditunjukkan dengan nilai dari tes keterampilan gerak siswa dalam melakukan lompat jauh gaya menggantung.

**METODE**

Jenis penelitian yang digunakan dalam skripsi ini adalah eksperimen semu. Menurut Maksum (2012:65) penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab-sebab akibat diantara variabel-variabel. Salah satu ciri pokok dari penelitian eksperimen adalah adanya perlakuan (*treatment*), yang diberikan kepada subyek penelitian, perlakuan bisa dengan memberikan beban latihan tertentu, dan sebagainya sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun desain penelitian yang digunakan adalah *One Group Pre test-Post test Design*.

Tabel penilaian tes lompat jauh gaya menggantung

No	Nama	Keterampilan				Pengetahuan		Sikap			NA
		Awalan	Tumpuan	Gaya	Mendarat	Teknik dasar	gaya Lompat	Doa	Kerjasama	Disiplin	
		10	10	20	10	10	10	10	10	10	
1											100
2											
3											

(Sumber : Tiga belas jurus mengelola pembelajaran Penjasorkes sehingga menarik dan produktif (Suroto: 2008))

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada deskripsi data penelitian ini, peneliti membahas tentang rata-rata, standar deviasi, varian, rentangan nilai tertinggi dan nilai terendah yang diperoleh dari hasil (*pre test*) sebelum pemberian pembelajaran lompat jauh gaya menggantung dengan metode tutor sebaya dan sesudah pemberian pembelajaran (*post test*) oleh sampel kelompok eksperimen dalam pembelajaran penjasorkes. Berdasarkan hasil hitung manual dan menggunakan program IBM *Statistical Package for The Social Sciences (SPSS) Statistics 20*, maka dapat dideskripsikan data dari hasil penelitian sebagai berikut:

**Tabel 1 Deskripsi Hasil Data Lompat Jauh Gaya Menggantung.**

Deskripsi	Pretest	Posttest	Beda
Jumlah sampel	28	28	-
Rata-rata	64,12	71,26	7,14
SD	4,57	5,08	0,51
Varian	20,88	25,81	4,93
NilaiMaksimum	77,00	83,00	6,00
Nilai Minimum	56,50	63,00	6,50
Pengaruh	11,15%		

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat dilihat bahwa rata-rata hasil *pretest* sebesar 64,12, standart deviasi sebesar 4,57 dengan varian sebesar 20,88 serta nilai maksimum sebesar 77,00 dan nilai minimum sebesar 56,50. Sedangkan untuk *posttest* didapatkan nilai rata-rata sebesar 71,26, standar deviasi 5,08 dengan varian sebesar 25,81 serta nilai maksimum 83,00 dan nilai minimum 63,00.

Nilai beda rata-rata antara *pretest* dan *posttest* adalah sebesar 7,14, standar deviasi 0,51 dengan varian sebesar 4,93 dan nilai beda antara nilai maksimum *pretest* dan *posttest* sebesar 6,00 sedangkan nilai beda antara nilai minimum *pretest* dan *posttest* sebesar sebesar 6,50. Dari hasil tersebut maka dapat diketahui bahwa pembelajaran lompat jauh gaya menggantung menggunakan metode belajar Tutor sebaya pada sampel penelitian mengalami pengaruh sebesar 11,15 %.

Pada bagian ini akan dijelaskan pengujian hipotesis berdasarkan dari hasil tabulasi data yang telah diperoleh dari sampel. Untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan, ada langkah-langkah yang diperlukan antara lain :Hal-hal yang diperlukan untuk mengetahui uji

hipotesis dalam analisis penelitian ini adalah :Uji normalitas digunakan untuk menguji normal atau tidak normalnya suatu sebaran data. Maka di perlukan suatu perhitungan untuk mengetahui kenormalan sebaran suatu data. Banyak perhitungan yang bisa di gunakan namun dalam penelitian ini peneliti menggunakan suatu perhitungan yaitu dengan metode *kolmogorov-smirnov* sebagai uji kenormalan. Uji ini dilakukan untuk menguji sebuah kenormalan sebaran data. Dengan dasar analisis yang digunakan dalam mengambil keputusan apakah distribusi data mengikuti distribusi normal atau tidak yaitu jika nilai signifikansi lebih besar dari 5% (0,05) maka data tersebut berdistribusi normal.

Berdasarkan hasil Uji Normalitas dengan alat bantu komputer yang menggunakan program *SPSS for windows20* diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 2 Hasil Uji Normalitas Data**

Variabel	N	K-S Z	Sig
LompatJauh Gaya Menggantung			
- Pre Test	28	0,813	0,524
- Post Test	28	0,526	0,945

Berdasarkan pada tabel 2 di atas menunjukkan bahwa: Besarnya nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* data *pretest* kelompok sebesar 0,524 lebih besar 0,05. Sesuai kriteria pengujian dapat dikatakan bahwa data tersebut berdistribusi normal. Besarnya nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* data *posttest* kelompok sebesar 0,945 lebih besar 0,05. Sesuai kriteria pengujian dapat dikatakan bahwa data tersebut dinyatakan berdistribusi normal. Berdasarkan pada tabel 4.2 di atas menunjukkan bahwa besarnya nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* lebih besar dari 5% (0,05), hal ini dapat dikatakan bahwa sebaran data hasil belajar lompat jauh gaya menggantung pada kelompok, baik *pretest* maupun *posttest* adalah merupakan data yang berdistribusi normal. Dalam hal ini peneliti menggunakan taraf signifikan ( $\alpha$ ) 0,05 dengan kriteria pengujian sebagai berikut: Hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima apabila  $t\text{-hitung} < t\text{-tabel}$ ,  $H_a$  ditolak. Hipotesis kerja ( $H_a$ ) diterima apabila  $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ ,  $H_0$  ditolak. Berdasarkan hasil perhitungan manual dan dengan menggunakan program *IBM Statistical Package for The Social Sciences (SPSS) Statistics 20* dapat dideskripsikan hasil uji beda rata-rata berpasangan sebagai berikut:

**Tabel 3 Hasil Uji Beda Rata-rata**

Variabel	Mean	MD	t-hitung	t-tabel	Peningkatan
<i>Pre-test</i>	64,12	7,14	10,28	1,70	11,15%
<i>Post-test</i>	71,26				

Dari Tabel 3 di atas dapat memberikan penjelasan bahwa hasil perhitungan uji beda rata-rata menunjukkan hasil  $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$  ( $10,28 > 1,70$ ), maka Hipotesis kerja ( $H_a$ ) diterima apabila  $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ ,  $H_0$  ditolak. Dari hasil uji hipotesis di atas, dapat dikatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada peningkatan hasil lompat jauh gaya menggantung siswa sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) penggunaan metode tutor sebaya. Dengan hasil perhitungan tersebut juga dapat diketahui bahwa metode tutor sebaya dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung sebesar 11,15%.

Pada bagian ini akan membahas hasil penelitian tentang pengaruh metode tutor sebaya terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung studi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Mojoanyar Mojokerto. Hasil belajar adalah kepekaan dalam menerima rangsangan dari luar yang datang pada siswa, baik dalam bentuk masalah, situasi, gejala dan lain-lain yang termasuk kesadaran, keinginan untuk menerima stimulus, control dan seleksi gejala atau rangsangan dari luar. Sedangkan Modifikasi adalah Pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dianggap sebagai satu hal yang dapat membantu guru selama proses kegiatan belajar mengajar berlangsung dengan keterbatasan sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah maupun kemampuan siswa.

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh metode tutor sebaya terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Mojoanyar Mojokerto, diketahui bahwa metode tutor sebaya dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung sebesar 11,15%. Sehingga dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan melalui pembelajaran metode tutor sebaya terhadap hasil lompat jauh gaya menggantung siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Mojoanyar Mojokerto.

**PENUTUP**  
**Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian secara umum pengaruh metode tutor sebaya terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung pada siswa kelas VIII-E di SMPN 1 Mojoanyar Mojokerto, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Ada pengaruh yang signifikan pengaruh metode tutor sebaya terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung pada siswa kelas VIII-E di SMPN 1 Mojoanyar Mojokerto, terbukti dari hasil perhitungan uji t terdapat nilai t hitung lebih besar dari t tabel ( $10,28 > 1,70$ ) dengan taraf signifikansi 0,05.
2. Besarnya pengaruh metode tutor sebaya terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung pada siswa

kelas VIII-E di SMPN 1 Mojoanyar Mojokerto adalah sebesar 11,15%.

#### Saran

Dari hasil dan pembahasan pada penelitian ini, maka diberikan saran agar hasil penelitian ini dapat benar-benar bermanfaat, yaitu sebagai berikut:

1. Sesuai dengan hasil penelitian maka sebaiknya metode tutor sebaya dapat dijadikan sebagai metode pembelajaran yang dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung.
2. Metode tutor sebaya sebagai model pembelajaran tidak hanya digunakan untuk pembelajaran lompat jauh gaya menggantung saja tetapi juga bisa diterapkan pada kompetensi dasar yang lain.
3. Agar mendapatkan hasil yang lebih maksimal khususnya dalam pembelajaran lompat jauh gaya menggantung dengan menggunakan metode tutor sebaya, maka penerapan pembelajaran ini harus disesuaikan dengan saran dan prasarana sekolah dan kondisi siswa sehingga proses pembelajaran bias berjalan dengan lancar.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi dan Supriyono. (2003). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rieka Cipta
- Hartono, dkk. (2013). *Pendidikan Jasmani (Sebuah Pengantar)*. Surabaya: Unesa University Press.
- Kristiyandaru, Advendi. (2010). *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: University Press.
- Maksum, A. (2007). *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya: University Press.
- Maksum, A. (2008). *Psikologi Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, A. (2009). *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, A. (2012). *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press.
- Muller, Harald dan Wolfgang, Ritzdorf. Tanpa Tahun. *Pedoman Mengajar: lari lompat lempar*. Terjemah Oleh Suyono Danusyogo. 2000. Jakarta: Staf Sekretariat IAAF-RDC.
- Rahayu, E (2013). *Strategi Pembelajaran Pendidikan jasmani*. Bandung: ALFABETA, cv
- Rusman. (2011). *Model-Model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru (edisi ke-2)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Semiawan, C. (1985). *Pendekatan Keterampilan Proses*. Jakarta: D.A Tisna Amidjaja.
- Sriundy M., I Made. (2010). *Pengantar Evaluasi Pengajaran*. Surabaya: Unesa University Press.

Suroto. (2008). *Tiga Belas Jurus Mengelola Pembelajaran Penjasorkes sehingga Menarik dan Produktif*. Surabaya: Materi Seminar Nasional di Gedung Wanita "Candra Kirana" Jl. Kalibokor Selatan.

Syarifuddin, Aip. (1992). *Atletik*. Surabaya: Tanpa Penerbit