

PENGARUH PERMAINAN LOMPAT KARDUS TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA MENGGANTUNG DALAM PEMBELAJARAN PJOK

Achmad Amik Erwansyah

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

Bambang Ferianto T.K.

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

Abstrak

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan mata pelajaran yang memiliki fungsi dan peranan dalam peningkatan kemampuan siswa baik dari kompetensi sikap, pengetahuan dan keterampilan. Pada pembelajaran lompat jauh, guru memberikan pembelajaran yang sulit diterima siswa, sehingga hasil belajar belum bisa tercapai. Penerapan model pembelajaran dalam bentuk permainan lompat kardus dapat dijadikan salah satu cara efektif untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh lompat kardus terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran PJOK dan seberapa besar pengaruh permainan lompat kardus terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Surabaya. Jenis penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu dengan pendekatan deskriptif kuantitatif dan menggunakan desain penelitian *one group pre test post test design*. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMPN 25 Surabaya dengan jumlah 10 kelas, sampel yang didapat adalah kelas VIII B SMPN 25 Surabaya. Penentuan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*, sehingga dari 10 kelas VIII tersebut hanya 1 kelas yang menjadi sampel penelitian. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 03 februari 2016 hingga selesai sebanyak 4 kali pertemuan. Instrumen yang digunakan adalah penilaian kurikulum 2013, Kuesioner FCE, Lembar Observasi Kelas Dikjasor, dan Analisa Proporsi Fokus. Hasil penelitian dari instrumen di atas sebagai berikut, dari hasil Kuesioner FCE didapat nilai rata rata 3 (kategori sedang) pada perlakuan 1 dan nilai rata rata 4 (kategori baik) pada perlakuan 2. Kemudian dari hasil Lembar Observer Kelas Dikjasor didapat tingkat efektivitas pembelajaran sebesar 71,98% (kategori baik) pada perlakuan 1 dan didapat tingkat efektivitas pembelajaran sebesar 70,48% (kategori baik) pada perlakuan 2. Hasil yang ketiga yaitu Analisa Proporsi Fokus dengan hasil *Active Time Allotment (ATA)* sebesar 83,33% pada perlakuan 1 dan 80,39% pada perlakuan 2, dengan *Student's Direct Enggagement (SDE)* sebesar 27,05% pada perlakuan 1 dan 26,97% pada perlakuan 2. Dan dari hasil analisis menggunakan *wilcoxon*, dengan hasil asymp sig kompetensi sikap $0,020 < \alpha$ adalah 0,05, kemudian asymp sig kompetensi pengetahuan $0,000 < \alpha$ adalah 0,05, dan terakhir asymp sig kompetensi keterampilan $0,000 < \alpha$ adalah 0,05. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari pemberian perlakuan permainan lompat kardus terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Surabaya. Dengan persentase peningkatan sebesar 13,91% untuk kompetensi sikap, kemudian besar peningkatan kompetensi pengetahuan sebesar 104,09%, dan besar peningkatan kompetensi keterampilan sebesar 32,72%.

Kata Kunci : Permainan lompat kardus, hasil belajar lompat jauh gaya menggantung.

Abstract

Sports physical and health education is a subject of the study that has a function and role to improve student's ability neither in attitude, cognitive nor psychomotor competences. In the long jump teaching learning process, the teacher gives a difficult explanation to the students, so the result of teaching learning process did not achieve yet. The implementation of jumping box game can be used as an effective way to improve student's result in the long jump hanging style learning. The objective of this study is to figure out whether there is any significant influence of jumping box game toward the result of long jump hanging style learning in the PJOK teaching learning process. It also attempts to figure out how much the jumping box game influence the long jump hanging style learning in the PJOK teaching learning process to the eighth graders in SMP Negeri 25 Surabaya. This study uses quasi experiment with descriptive quantitative method and uses one group pre-test post-test design. The research population is eighth graders of SMP Negeri 25 Surabaya including ten classes. The sample is eight B grade of SMP Negeri 25 Surabaya. The sample was decided using cluster random sampling technique, so from ten

classes of eighth graders only one class used as a study sample. The research was conducted on February 3rd 2016 until four meetings. The instruments that was used including 2013 curriculum assessment and evaluation, FCE questionnaire, classroom activity observation sheet of PJOK class, and the analysis of focus proportion. The results of the study based on the instruments above including: based on the FCE questionnaire it was found that the mean is 3 (average category) in the first treatment and 4 for the mean (moderate category) in the second treatment. Next is the result of the classroom activity observation sheet of PJOK class, it was found that there is 71,98% (moderate category) for the effectiveness of the teaching learning process in the first treatment and 70,48% (moderate category) for the effectiveness of the teaching learning process in the second treatment. Then, from the analysis of focus proportion using Active Time Allotment (ATA) it was found that 83,33% in the first treatment and 80,39% in the second treatment. By using Student's Direct Engagement (SDE) it was found 27,05% for the first treatment and 26,97% for the second treatment. After that, by using Wilcoxon, with the asymp sig of attitude competence it was found that $0,020 < \alpha$ is 0,05; the asymp sig of cognitive competence found that $0,000 < \alpha$ is 0,05; and the asymp sig of psychomotor competence found that $0,000 < \alpha$ is 0,05. Based on those result, it can be inferred that jumping box game gives a significant influence toward the student's result in the long jump hanging style learning of PJOK class to the eighth graders in SMP Negeri 25 Surabaya. There is 13,91% improvement in the attitude competence; 104,09% improvement in the cognitive competence and 32,72% improvement in the psychomotor competence.

Keywords: jumping box game, result on long jump hanging style learning

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah hidup, Pendidikan adalah segala pengalaman belajar yang berlangsung dalam segala lingkungan dan sepanjang hidup. Pendidikan adalah segala situasi hidup yang mempengaruhi pertumbuhan individu (Mudyaharjo, 2001: 3). Sedangkan dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20

Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Bab I Pasal 1 menyebutkan bahwa 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.

Hal tersebut dapat kita peroleh di salah satu mata pelajaran yaitu mata pelajaran pendidikan jasmani atau saat ini disebut juga dengan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), pengertian PJOK itu sendiri adalah mata pelajaran yang membekali siswa dengan pengetahuan tentang gerak jasmani dalam berolahraga serta faktor kesehatan yang dapat mempengaruhinya, keterampilan dalam melakukan gerak jasmani dalam berolahraga dan menjaga kesehatannya, serta sikap perilaku yang dituntut dalam berolahraga dan menjaga kesehatan sebagai suatu kesatuan yang utuh, sehingga terbentuk peserta didik yang sadar kebugaran jasmani, sadar olahraga, dan sadar kesehatan adalah tidak terbatas (Mudyaharjo, 2001: 4).

Dari pengertian dan tujuan pendidikan jasmani kita bisa mengetahui hal-hal apa saja yang dapat mengembangkan dan menumbuhkan kemampuan kita baik dari segi sikap, pengetahuan, dan keterampilan. Akan tetapi tidak mudah mewujudkan hal tersebut karena

pada saat kita melakukan proses belajar mengajar masalah dapat saja muncul dan menghambat proses pembelajaran. Hal tersebut dapat di pengaruhi oleh berbagai macam hal, contohnya dari perangkat pembelajaran, SDM guru, karakter siswa, metode mengajar guru, lingkungan, bahkan bisa juga sarana prasarana yang di butuhkan sebagai media pembelajaran belum bisa mendukung pembelajaran dengan baik dan permasalahan lainnya yang menghambat proses belajar mengajar.

Tujuan proses belajar-mengajar dapat dicapai dengan baik bila ditunjang oleh berbagai faktor, antara lain media pendidikan. Media merupakan salah satu faktor yang turut menentukan keberhasilan pengajaran karena ia membantu siswa dan guru dalam menyampaikan materi pelajaran sehubungan dengan tujuan pengajaran yang telah dirumuskan dalam perencanaan pengajaran. Dalam kondisi ini penggunaan media pendidikan dapat meningkatkan efisiensi proses dan mutu hasil belajar-mengajar (Hamalik, 2012:64). Hal tersebut akan lebih mudah didapat apabila peserta didik memilih instansi pendidikan yang memiliki kualitas yang baik, salah satunya yaitu adanya sekolah kawasan. SMPN

25 Surabaya merupakan salah satu sekolah yang ditunjuk sebagai sekolah kawasan oleh dinas pendidikan kota Surabaya untuk wilayah barat.

Dalam peraturan walikota Surabaya nomor 47 tahun 2013 tentang penyelenggaraan dan pengelolaan pendidikan di kota Surabaya pada pasal 76 ayat 6 dijelaskan bahwa "Sistem penerimaan peserta didik baru melalui jalur kawasan merupakan sistem penerimaan yang memberikan kesempatan kepada peserta didik yang memenuhi kriteria batas minimal nilai ujian nasional yang ditentukan oleh Dinas Pendidikan dan mengikuti tes potensi akademik yang diselenggarakan oleh Dinas

Pendidikan”.

Dengan adanya sekolah kawasan tersebut akan menghasilkan peserta didik yang berkualitas juga karena melalui proses input dengan tes potensi akademik. Dari hal tersebut membuat peserta didik memiliki hasil belajar yang bagus. Tetapi apakah peserta didik yang memiliki hasil belajar yang bagus dalam potensi akademik juga memiliki hasil belajar potensi non akademik yang bagus juga.

Dalam teori ekologi perkembangan (Bronfenbrenner,1995; Bronfenbrenner & Morris, 1997) dijelaskan bahwa lingkungan sangat berpengaruh terhadap perkembangan individu, termasuk didalamnya bagaimana lingkungan memberi kesempatan kepada individu untuk menggapai keberhasilan.

Sehingga perlu ada pembuktian melalui mata pelajaran PJOK dalam salah satu materi pembelajaran. Materi pembelajaran tersebut adalah atletik pada nomor lompat jauh gaya menggantung, karena menurut M. Hasan dalam buku pedoman lomba atletik menjelaskan bahwa ketangkasan ber-atletik adalah suatu pengajaran yang sangat baik bagi semua orang dalam segala usia, tua-muda. Selain itu pemilihan materi pembelajaran atletik lompat jauh gaya menggantung ini dipilih berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru PJOK menyampaikan bahwa pada tahun pembelajaran ini belum diberikan kepada peserta didik kelas VIII, sehingga materi ini juga tepat untuk mengetahui kemampuan hasil belajar non akademis peserta didik.

Dari hal tersebut peneliti memiliki sebuah pemikiran bahwa dengan memberikan suatu permainan dalam pembelajaran lompat jauh diharapkan mendapatkan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung yang maksimal. Dengan latar belakang tersebut maka penulis menyusun suatu penulisan yang berjudul: “Pengaruh Permainan Lompat Kardus Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Menggantung Dalam Pembelajaran PJOK (Studi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 25 Surabaya).

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen dengan pendekatan diskriptif kuantitatif, menurut Maksom (2012:65). Penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen semu. Penelitian eksperimen semu adalah penelitian eksperimen yang tidak bisa memenuhi empat ciri terutama dalam hal randomisasi dan kelompok kontrol (Maksom, 2012:67). Salah satu ciri utama dari penelitian eksperimen adalah adanya perlakuan (*treatment*) yang dikenakan kepada subjek atau objek penelitian. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh permainan

lompat kardus terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan.

Desain Penelitian

Dalam penelitian ini jenis penelitian menggunakan metode eksperimen dengan bentuk *One Group Pretest-Posttest Design*. Dalam desain ini tidak ada kelompok kontrol, dan subjek tidak ditempatkan secara acak.

Populasi adalah keseluruhan individu atau objek yang dimaksudkan untuk diteliti, yang nantinya akan dikenai generalisasi. Generalisasi adalah suatu cara pengambilan kesimpulan terhadap kelompok individu atau objek yang lebih luas berdasarkan data yang diperoleh dari sekelompok individu atau objek yang lebih sedikit (Maksom 2012:53). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Surabaya yang berjumlah 10 (sepuluh) kelas dan setiap kelas berjumlah 38 siswa.

Sampel merupakan sebagai kecil individu atau objek yang dijadikan wakil dalam penelitian disebut sampel (Maksom,2012:53). Dalam penelitian ini sampel diambil menggunakan teknik *Cluster Random Sampling* yaitu dimana yang dipilih dalam penelitian ini bukan individu, melainkan kelompok atau area yang kemudian disebut *cluster*. Dalam penelitian ini sampel yang akan digunakan adalah salah satu kelas VIII dari jumlah keseluruhan kelas VIII SMP Negeri 25 Surabaya.

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data di dapat pada saat melakukan *pretest* dan saat *posttest*. Data yang dikumpulkan adalah data hasil lompat jauh gaya menggantung yang dilakukan oleh siswa-siswi yang terbagi dalam 3 penilaian yaitu : penilaian keterampilan, penilaian pengetahuan dan penilaian sikap. Berikut rangkaian pengambilan data :

1. Pada pertemuan 1 pengambilan data awal kompetensi keterampilan dan kompetensi pengetahuan
2. Pada pertemuan 2 dilakukan pemberian perlakuan pembelajaran dalam bentuk permainan lompat kardus yang pertama dan pengambilan data kompetensi sikap
3. Pada pertemuan 3 dilakukan pemberian perlakuan pembelajaran dalam bentuk permainan lompat kardus yang kedua dan pengambilan data kompetensi sikap
4. Pada pertemuan 4 pengambilan data akhir kompetensi keterampilan dan kompetensi pengetahuan.

Pengembangan Instrumen

Penelitian menggunakan beberapa instrumen untuk menjawab hipotesis, berikut instrumen yang digunakan:

1. “ Permendikbud nomor 104 tahun 2014 tentang penilaian hasil belajar oleh pendidik pada pendidikan

dasar dan pendidikan menengah". Data instrumen ini berupa hasil belajar kompetensi sikap, pengetahuan dan keterampilan

2. kuesioner *Formative Class Evaluation (FCE)*.

Data instrumen ini menjelaskan tingkat efektivitas pembelajaran berdasarkan pengamatan siswa.

3. Lembar Observasi Kelas Dikjasor. Data yang dihasilkan berupa persentase kesiapan, proses dan akhir pembelajaran. dengan prosedur melalui observer dari mahasiswa Pendidikan Olahraga FIK UNESA angkatan 2012. Berikut observer LOK Dikjasor:

a. Devian Sena R.

b. Davin Aldesy P.K.

c. Akh. Fitratul Rizqi.

4. Analisa Proporsi Fokus (APF), instrumen ini digunakan untuk menganalisis video hasil penelitian. Bertujuan untuk mengetahui proporsi alokasi waktu belajar gerak (*active time direct engagement*). Proporsi alokasi waktu belajar gerak adalah alokasi waktu yang disediakan guru bagi siswa untuk melakukan aktifitas gerak. Sedangkan proporsi jumlah siswa dalam aktifitas belajar gerak adalah jumlah siswa yang terlibat langsung dalam aktifitas belajar gerak per jumlah siswa (Depdiknas Balitbang, 2007:30).

HASIL PEMBAHASAN

Pada deskripsi data ini membahas hasil *pre-test* dan *post-test* tentang rata-rata, standart deviasi, varian, nilai maksimum, dan nilai minimum kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan. Dari kelas VIII B SMP Negeri 25 Surabaya yang berjumlah 38 peserta didik yang terdiri dari 14 laki- laki dan 24 putri, dan menghasilkan data sebagai berikut:

1. Data Pre Test dan Post Test Hasil Tes Lompat Jauh Gaya Menggantung Kompetensi Sikap

Deskripsi Hasil Tes Kompetensi Sikap

Deskripsi	Pre Test	Post Test	Beda
Rata-Rata	2,746	2,900	0,154
Standart Deviasi	0,638	0,476	0,162
Varians	0,408	0,227	0,181
Nilai Maksimum	3,000	3,125	0,125
Nilai Minimum	1,000	1,000	0
Besar Pengaruh	13,91 %		

Dari hasil tabel tersebut diketahui bahwa terdapat perbedaan hasil belajar antara *pre test* dan *post test* pada penilaian kompetensi sikap sebesar 13,91%.

2. Data Pre Test dan Post Test Hasil Tes Lompat Jauh Gaya Menggantung Kompetensi Pengetahuan

Tabel 2 Deskripsi Hasil Tes Kompetensi Pengetahuan

Deskripsi	Pre Test	Post Test	Beda
Rata-Rata	1,555	3,170	1,615
Standart Deviasi	0,378	0,465	0,087
Varians	0,144	0,217	0,073
Nilai Maksimum	2,25	4,0	1,75
Nilai Minimum	1,00	2,3	1,3
Besar Pengaruh	104,09 %		

Dari hasil tabel tersebut diketahui bahwa terdapat perbedaan hasil belajar antara *pre test* dan *post test* pada penilaian kompetensi pengetahuan sebesar 104,09%.

3. Data Pre Test dan Post Test Hasil Tes Lompat Jauh Gaya Menggantung Kompetensi Keterampilan

Tabel 3 Deskripsi Hasil Tes Kompetensi Keterampilan

Deskripsi	Pre Test	Post Test	Beda
Rata-Rata	1,666	2,170	0,504
Standart Deviasi	0,510	0,720	0,21
Varians	0,260	0,520	0,26
Nilai Maksimum	2,75	3,8	1,05
Nilai Minimum	1,00	1,0	0
Besar Pengaruh	32,72 %		

4. Data Hasil Belajar Berdasarkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) Mata Pelajaran PJOK SMPN 25 Surabaya.

Nilai kriteria ketuntasan minimal (KKM) mata pelajaran PJOK SMPN 25 Surabaya adalah 80 yang terdapat dalam lembar KKM. Hasil rata-rata yang didapat pada saat *pre test* adaah 53,03, sedangkan pada saat *post test* rata-rata nilai yang didapat 62,63. Sehingga hasil pembelajaran belum mencapai KKM.

C. Syarat Pengujian Hipotesis

Tabel 4 Pengujian Normalitas

	Pre-Test			Post-Test		
	Sikap	Pengetahuan	Keterampilan	Sikap	Pengetahuan	Keterampilan
<i>P value</i>	,000	0,48	,000	,000	,000	,008
Signifikan	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
Kategori	Tidak Normal	Normal	Tidak Normal	Tidak Normal	Tidak Normal	Tidak Normal

Berdasarkan Tabel 4 dapat dijelaskan bahwa nilai signifikan (P_{value}) *pre test* kompetensi sikap, *pre test* kompetensi keterampilan, *post test* kompetensi sikap, *post test* kompetensi pengetahuan, lebih kecil dari nilai α (5%) atau 0,05 dengan $Sig < \alpha$ ($0,000 < 0,05$) dan nilai *post test* keterampilan $0,008 < 0,05$, sehingga diputuskan H_0 diterima dan H_a ditolak maka data tidak normal. Sedangkan nilai (P_{value}) *pre test* kompetensi pengetahuan lebih besar dari nilai α (5%) atau 0,05 dengan $Sig > \alpha$ ($0,48 > 0,05$). Sehingga diputuskan H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti bahwa data normal.

Berdasarkan hasil perhitungan *wilcoxon Z* adalah *pre test* dan *post test* kompetensi sikap $-2,333^b$, *pre test* dan *post test* kompetensi pengetahuan $-5,018^b$, kemudian *pre test* dan *post test* kompetensi keterampilan $-4,442^b$. Dari tabel asymp sig kompetensi sikap $0,020 < \alpha$ adalah 0,05, kemudian asymp sig kompetensi pengetahuan $0,000 < \alpha$ adalah 0,05, dan terakhir asymp sig kompetensi keterampilan $0,000 < \alpha$ adalah 0,05. Maka dari hasil kompetensi sikap, kompetensi pengetahuan, dan kompetensi keterampilan dapat dikatakan H_a diterima yang berarti bahwa ada pengaruh yang signifikan antara hasil belajar tes lompat jauh gaya menggantung sebelum dan sesudah pemberian *treatment* (permainan lompat kardus) pada siswa-siswi kelas VIII SMP Negeri 25 Surabaya.

D. Hasil Pengolahan Instrumen

1. Formative Class Evaluation (FCE)

Berdasarkan hasil, perlakuan pertama memiliki proses pembelajaran dengan kategori “Sedang”. Kemudian pada saat perlakuan / *treatment* kedua mengalami perubahan atau peningkatan yaitu dengan ditunjukkan dengan hasil dari proses perlakuan kedua memiliki proses pembelajaran dengan kategori “Baik”.

2. Lembar Observasi Kelas Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (LOK Penjasorkes)

Tabel 5 Hasil Pengolahan Lembar Observer Kelas Penjasorkes

No	Deskripsi	Total Nilai	Nilai Maks	Efektivitas	Kategori
1.	Treatment 1	429	596	71,98 %	BAIK
2.	Treatment 2	437	620	70,48 %	BAIK

Berdasarkan Tabel 5 di atas diperoleh pengertian bahwa proses pembelajaran yang berlangsung pada saat penelitian menunjukkan proses belajar mengajar dengan kategori “Baik” dengan nilai efektivitas pembelajaran sebesar 71,98 % pada *treatment 1* dan nilai efektivitas pembelajaran sebesar 70,48% pada *treatment 2*.

3. Analisa Proporsi Fokus (APF)

Tabel 6 Hasil Pengolahan APF

Deskripsi	Jumlah Siswa	ATA	SDE
Treatment 1	34	83,33 %	27,05 %
Treatment 2	33	80,39 %	26,97 %

Berdasarkan Tabel 6 di atas diperoleh pengertian bahwa model pembelajaran yang proporsi alokasi waktu belajar gerak yang diberikan guru (ATA) sebesar 80,39 % dan jumlah siswa yang bergerak (SDE) sebesar 27,05 % dari 34 siswa. Dari hasil analisis proporsi fokus di atas dapat diketahui bahwa pada *treatment 1* dan *treatment 2* didapat hasil SDE dengan selisih 2,94 % sedangkan hasil dari ATA didapat selisih 0,08 %.

E. Pembahasan

Pada bagian ini akan membahas tentang pengaruh permainan lompat kardus terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Surabaya dan mengenai pencapaian hasil belajar peserta didik melalui kriteria ketuntasan minimal, sebagai tugas guru PJOK dalam memberikan suatu pembelajaran bagi peserta didik.

Dalam penelitian ini, peneliti mencoba mengaplikasikan suatu inovasi pembelajaran dalam sebuah bentuk permainan menggunakan media kardus untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung pada siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Surabaya, yang bisa dikatakan teknik yang digunakan masih terasa sukar bagi siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Surabaya. Dan besar harapan peneliti untuk bisa meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung pada siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Surabaya.

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan penelitian, dan hasil penelitian tentang pengaruh permainan lompat kardus terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran PJOK, maka diketahui ada pengaruh permainan lompat kardus terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes yang diberikan, yaitu hasil *pre test* kompetensi pengetahuan sebelum diberikan *treatment*, didapatkan hasil 1,555 (*Mean*); 0,378 (*Standart Deviasi*); 0,144 (*Varian*); 1,00 (*Minimum*); dan 2,25 (*Maximum*). Kemudian nilai *pre test* kompetensi keterampilan sebelum diberikan *treatment*, didapatkan hasil 1,666 (*Mean*); 0,510 (*Standart Deviasi*); 0,260 (*Varian*); 1,00 (*Minimum*); dan 2,75 (*Maksimum*). Dan yang terakhir hasil *pre test* kompetensi sikap didapatkan hasil 2,746 (*Mean*); 0,638 (*Standart Deviasi*); 0,408 (*Varian*); 1,000 (*Minimum*); dan 3,000 (*Maksimum*). Setelah peneliti mendapatkan hasil awal (*pre test*) sebelum di berikan *treatment*. Berikut hasil tes setelah

diberikan *treatment* permainan lompat kardus, hasil yang didapatkan dari *post test* kompetensi pengetahuan 3,170 (*Mean*); 0,465 (*Standart Deviasi*); 0,217 (*Varian*); 2,3 (*Minimum*); dan 4,0 (*Maksimum*). Hasil tes yang kedua adalah *post test* kompetensi keterampilan setelah diberikan *treatment* lompat kardus, didapatkan hasil 2,170 (*Mean*); 0,720 (*Standart Deviasi*); 0,520 (*Varian*); 1,0 (*Minimum*); dan 3,8 (*Maksimum*). Yang terakhir hasil *post test* sikap, didapatkan hasil 2,900 (*Mean*); 0,476 (*Standart Deviasi*); 0,227 (*Varian*); 1,000 (*Minimum*); dan 3,125 (*Maksimum*).

Berdasarkan Tabel 5 diketahui P_{value} 0,000 untuk *pre test* kompetensi sikap, 0,000 untuk *pre test* kompetensi keterampilan, 0,000 untuk *post test* kompetensi sikap, 0,000 untuk *post test* kompetensi pengetahuan, 0,008 untuk *post test* kompetensi keterampilan. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa data pada *pre test* kompetensi sikap, *pre test* kompetensi keterampilan, *post test* kompetensi sikap, *post test* kompetensi pengetahuan, dan *post test* kompetensi keterampilan tidak normal karena $P_{\text{value}} < 0,05$. Sedangkan hasil *pre test* kompetensi pengetahuan saja yang merupakan data normal, karena dari $P_{\text{value}} > 0,05$ yaitu sebesar 0,48. Setelah diketahui dari ke enam hasil *pre test* ataupun *post test* hanya *pre test* kompetensi pengetahuan saja yang normal, maka selanjutnya hal yang dilakukan adalah mencari apakah terdapat pengaruh dengan menggunakan rumus yang ada didalam SPSS IBM 22, yang disebut dengan *Wilcoxon Z*. Berikut hasil perhitungan menggunakan *Wilcoxon Z*, *pre test* – *post test* sikap -2,333; *pre test* – *post test* pengetahuan -5018; dan *pre test* – *post test* keterampilan -4,422. Dengan nilai dari tabel *asymptotic sig* kompetensi sikap $0,020 < \alpha$ adalah 0,05, kemudian *asymptotic sig* kompetensi pengetahuan $0,000 < \alpha$ adalah 0,05, dan terakhir *asymptotic sig* kompetensi keterampilan $0,000 < \alpha$ adalah 0,05. Demikian sesuai dengan ketentuan jika *asymptotic sig* < nilai α dengan taraf nilai signifikan 5% maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Akan tetapi jika *asymptotic sig* > nilai α dengan taraf signifikan 5% maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh untuk peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dengan menerapkan pembelajaran dalam bentuk permainan lompat kardus. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil perhitungan yang menunjukkan adanya peningkatan, untuk peningkatan kompetensi sikap sebesar 13,91%, kemudian besar peningkatan kompetensi pengetahuan sebesar 104,09%, dan yang terakhir besar peningkatan kompetensi keterampilan sebesar 32,72% . Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh permainan lompat kardus terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran PJOK pada

siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Surabaya. Tetapi hasil tersebut belum mencapai tujuan pembelajaran PJOK yang mengacu pada kriteria ketuntasan minimal (KKM), hal tersebut dapat diketahui dari rata-rata hasil belajar saat *pre test* sebesar 53,03 dan pada hasil belajar *post test* sebesar 62,63. Hasil tersebut belum mencapai KKM mata pelajaran PJOK yang telah ditentukan dengan skor 80 dan dari 38 siswa yang mengikuti penelitian didapat 3 orang siswa yang hasilnya memenuhi nilai KKM mata pelajaran PJOK. Dari hal tersebut dapat diketahui bahwa pencapaian pembelajaran PJOK pada kelas VIII B belum tercapai, yang bisa dikatakan tugas guru sebagai mediator, inovator, motivator, dan tutor belum terlaksana dengan maksimal, sehingga perlu adanya evaluasi pembelajaran PJOK.s

Dari hasil statistik di atas yang menunjukkan ada pengaruh, hal tersebut juga diperkuat dengan hasil kuesioner *Formative Class Evaluation (FCE)* yang diberikan ke siswa untuk mengetahui pendapat siswa terkait pembelajaran yang diberikan oleh guru. Dari hasil kuesioner FCE yang diambil pada saat *treatment* menunjukkan hasil yang baik, yaitu pada *treatment 1* dengan rata-rata nilai 3 dengan kategori “sedang”, kemudian hasil *treatment 2* dengan rata-rata nilai 4 dengan kategori “baik”. Hal tersebut menunjukkan bahwa dari 38 siswa yang diberikan *treatment* merasakan pembelajaran yang berbeda dan lebih baik. Setelah hasil dari kuesioner FCE penelitian ini juga menggunakan Lembar Observasi Kelas Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (LOK Penjasorkes) untuk mengetahui persiapan guru, pelaksanaan pembelajaran, dan aktifitas siswa terkait dengan pembelajaran, dari LOK Penjasorkes tersebut didapatkan hasil pada *treatment* pertama dengan kategori “baik” dengan tingkat efektivitas sebesar 71,98%, kemudian pada *treatment* kedua dengan kategori “baik” dengan tingkat efektivitas sebesar 70,48%. Dan yang terakhir yaitu Analisa Proporsi Fokus (APF) sebagai instrumen terakhir penelitian ini mendapatkan hasil pada *treatment* pertama *Active Time Allotment (ATA)* sebesar 83,33% dengan *Student's Direct Engagement (SDE)* sebesar 27,05%, sedangkan pada *treatment* kedua mendapatkan hasil *Active Time Allotment (ATA)* sebesar 80,39% dengan *Student's Direct Engagement (SDE)* sebesar 26,97%. Hasil tersebut terdapat perbedaan dengan salah satu penelitian sebelumnya pernah dilakukan dengan judul yang hampir sama maksud dan tujuannya. Penelitian tersebut berjudul “Pengaruh Permainan

PENUTUP

Simpulan

Dari hasil penelitian maka pada akhir penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh yang signifikan dari pemberian *treatment* permainan lompat kardus terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran PJOK, dibuktikan dengan hasil wilcoxon asymp sig dari kompetensi sikap $0,020 < \alpha$ adalah 0,05, kemudian asymp sig kompetensi pengetahuan $0,000 < \alpha$ adalah 0,05, dan terakhir asymp sig kompetensi keterampilan $0,000 < \alpha$ adalah 0,05.
2. Berdasarkan hasil perhitungan persentase, besarnya pengaruh *treatment* permainan lompat kardus terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Surabaya yaitu sebesar 13,91% untuk kompetensi sikap, kemudian besar peningkatan kompetensi pengetahuan sebesar 104,09%, dan yang terakhir besar peningkatan kompetensi keterampilan sebesar 32,72%. Dan berdasarkan KKM mata pelajaran PJOK SMPN 25 Surabaya, kelas yang menjadi sampel penelitian belum mengalami ketuntasan belajar dikarenakan hasil setelah melakukan proses pembelajaran terdapat 3 siswa yang mencapai KKM dari 38 siswa yang mengikuti proses pembelajaran.

B. Saran

Saran yang dapat diajukan sebagai Lompat Kardus Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan (Studi pada Siswa Kelas V SDN Kabuh I Jombang)" yang dibuat oleh mahasiswa pendidikan olahraga FIK Universitas Negeri Surabaya angkatan 2010 yang bernama Hermin Luluk Arifah. Dimana hasil penelitiannya menunjukkan terdapat pengaruh pemberian permainan lompat kardus terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dengan besar pengaruh sebesar 26,14%. Hasil tersebut berbeda dengan penelitian ini yang mendapat besar pengaruh pemberian permainan lompat kardus terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung sebesar 13,91% untuk kompetensi sikap, kemudian besar peningkatan kompetensi pengetahuan sebesar 104,09%, dan yang terakhir besar peningkatan kompetensi keterampilan sebesar 32,72%. rekomendasi umum kepada semua pihak, terutama untuk perkembangan didalam dunia pendidikan antara lain :

1. Dengan adanya inovasi pembelajaran dalam sebuah bentuk permainan, memudahkan guru memberikan materi pembelajaran yang jelas, singkat, berbobot, dan dengan hasil yang diharapkan dengan proses pembelajaran yang berkesan bagi siswa tanpa harus

membutuhkan waktu yang lama.

2. Dalam mencapai tujuan pembelajaran pada tingkat satuan pendidikan, kita sebagai guru dapat menerapkan berbagai macam cara untuk mencapai hasil belajar berdasarkan KKM. Karena dengan tercapainya KKM peserta didik menjadi faktor penting tuntasnya guru dalam memberikan pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifah, Hermin Luluk. 2014. Pengaruh Permainan Lompat Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (Studi pada Kelas V SDN Kabuh I Jombang)".*Skripsi* tidak diterbitkan. Surabaya : JPO FIK UNESA.
- Depdiknas Balitbang, 2007. *Buku Model Pembelajaran Penjasorkes Inovatif Untuk Pendidikan Dasar (Model IU-07-1)*. Depdiknas. Surabaya
- Fanie, R. Zainuddin, K.H., *PEDOMAN PENDIDIKAN MODERN*, Penerbit PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri, Solo, 2011
- Hamalik, Omar. *Psikologi Belajar & Mengajar*. Penerbit Sinar Baru Algensindo. Bandung, 2012.
- <http://pgsd.uad.ac.id/wp-content/uploads/lampiran-permendikbud-no-104-tahun-2014.pdf> diakses pada tanggal 11 Desember 2015 pada pukul 14.34 (Permendikbud no. 104 tahun 2014)
- Katzenbogner, Hans & Medler, Michael. 1995. *Buku Pedoman Lomba Atletik Seri 2 Nomor Lompat*. Terjemahan oleh Suyono Ds. 1996. Penerbit PASI.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. 2013. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Penerbit Politeknik Negeri Media Kreatif, Jakarta.
- Komara, Endang. 2014. *Belajar dan Pembelajaran Interaktif*. Penerbit PT Refika Aditama. Bandung.
- Kunandar. 2013. *Penilaian Autentik (Penilaian Hasil Belajar Peserta Didik Berdasarkan Kurikulum 2013)*. Penerbit PT Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Majid, Abdul. 2014. *Penilaian Autentik Proses Dan Hasil Belajar*. Penerbit PT Remaja Rosdakarya. Bandung.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2009. *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Surabaya.
- Maksum, Ali. 2006. *Metodologi Penelitian dalam*

- Olahraga*. Belum diterbitkan. Surabaya.
- Maksum, Ali. 2008. *Psikologi Olahraga Teori dan Aplikasi*. Penerbit Unesa University Press. Surabaya.
- Mudyaharjo, Redja, *Pengantar Pendidikan*, Penerbit PT Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2001.
- Muhaimin, Yahya A. 2000. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga*. Penerbit: Balai Pustaka Jakarta.
- Pardijono & Yulfadinata, Afifan. 2013. *Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga*. Surabaya.
- Peraturan Walikota Surabaya Nomor 47 Tahun 2013 "Penyelenggaraan dan Pengelolaan Pendidikan Di Kota Surabaya.
- Program Pendidikan & Sistem Sertifikasi Pelatih Atletik Pasi.1994. *IAAF LEVEL I Teknik-Teknik dan Tahap-Tahap Mengajarkan*.
- Setyorini. 2013. Hubungan Antara Kompetensi Pedagogik Guru Dengan Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (Studi pada Guru Pegawai Negeri Sipil Sekolah Dasar Negeri Se- Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo Tahun 2013). *Skripsi* tidak diterbitkan. Surabaya : JPO FIK UNESA.
- Soemitro. 1992. *Permainan Kecil*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan. Subroto, Toto. 2000. *Pemantapan Kemampuan Mengajar (PKM)*. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D- III.
- Sukintaka. 1992. *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Penjaskes*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Supranto J. Statistik. 1988. *Statistik Teori Dan Aplikasi*. Penerbit Erlangga. Jakarta.
- Syarifuddin, Aip. 1992. *Atletik*. Jakarta. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Bab I Pasal 1
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Bab I Pasal 3.
- Wiarto, Giri. 2013. *ATLETIK*. Penerbit Graha Ilmu. Yogyakarta.