

**PENERAPAN METODE TUTOR SEBAYA TERHADAP POLA GERAK *DIAGONAL MOVEMENT*
PADA OLAHRAGA PANJAT TEBING**

Nanda Dea Cahyanigtyas*, Heryanto Nur Muhammad

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

*nandacahyanigtyas16060464173@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Olahraga panjat tebing saat ini sedang di gandrungi dan dijadikan olahraga yang mengacu adrenalin bagi para generasi saat ini. Panjat tebing juga dapat dikatakan sebagai olahraga kompetitif sehingga perlunya pembinaan yang sebaik-baiknya agar tercapainya tujuan akhir yaitu prestasi yang maksimal. Seiring berjalannya waktu, olahraga panjat tebing kini telah dijadikan lebih modern menjadi panjat tebing buatan (*wall climbing*) yang dapat diaplikasikan dalam lingkungan sekolah. Salah satunya, kegiatan ekstrakurikuler panjat tebing yang ada di SD Muhammadiyah GKB 2 Gresik. Ada berbagai macam pola gerak yang menjadi bagian dalam melakukan olahraga panjat tebing. Dalam olahraga panjat tebing, salah satu pola gerak yang paling umum digunakan adalah pola gerak *diagonal movement*. Metode yang akan diimplementasikan ke dalam pola gerak *diagonal movement* adalah metode tutor sebaya. Pada metode tutor sebaya, siswa dapat saling memberanikan diri untuk berbicara di depan temannya, baik siswa sebagai tutor maupun bukan. Tutor sebaya juga akan membuat suatu kegiatan tidak merasa bosan dan monoton. Pendekatan yang digunakan termasuk pendekatan kooperatif, sehingga memungkinkan siswa dapat melakukan kerja sama antar temannya.

Kata Kunci : tutor sebaya; *diagonal movement*; panjat tebing

Abstract

Rock climbing becomes a favorite sport recently. It is an adrenaline-exciting sport for the young generation. Rock climbing can also be qualified as a competitive sport so that the need for successful coaching to achieve the ultimate goal is maximum achievement. Over time, rock climbing uses artificial rock climbing that can be applied in a school environment. Furthermore, it is utilized in rock climbing extracurricular activities at Elementary School Muhammadiyah GKB 2 Gresik. There are various kinds of patterns of motion in rock climbing. One of the most commonly used motion patterns is the diagonal motion pattern. The coaching method which is used to teach diagonal motions is the peer tutoring method. In the peer tutoring method, students can communicate with each. Peer tutors will also make an exciting activity and monotonous. Another coaching method is cooperative, so that it allows students to collaborate among friends.

Keywords: peer teaching; *diagonal movement*; sport climbing

PENDAHULUAN

Peningkatan olahraga panjat tebing di Indonesia terlihat cukup berkembang dan semakin pesat seiring diselenggarakannya berbagai pertandingan yang diadakan baik pada tingkat daerah, nasional, maupun internasional. Panjat tebing awalnya merupakan salah satu olahraga yang dilaksanakan di alam bebas, namun seiring berjalannya waktu, panjat tebing diubah menjadi lebih modern yaitu dengan panjat tebing buatan (*wall climbing*) yang dapat diaplikasikan di lingkungan sekolah. Menurut Idham (2014), olahraga panjat tebing berkembang pesat tidak hanya sebagai olahraga prestasi namun sudah menyebar ke lingkungan pendidikan dari jenjang dasar sampai ke jenjang perguruan tinggi. Olahraga panjat tebing berkembang pesat tidak hanya sebagai olahraga prestasi namun sudah menyebar ke lingkungan pendidikan dari jenjang dasar sampai ke jenjang perguruan tinggi. Sekolah menjadi wadah untuk mendidik siswa dan memfasilitasi siswa dengan mengadakan kegiatan ekstrakurikuler agar siswa tersebut dapat mengembangkan potensi yang dimiliki serta menghindari siswa melakukan kegiatan-kegiatan yang bersifat negatif dan merugikan diri mereka. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang terdapat di SD Muhammadiyah GKB 2 adalah ekstrakurikuler panjat tebing. Adanya kegiatan ekstrakurikuler di SD Muhammadiyah GKB 2 menjadi wadah bagi para siswa untuk menyalurkan bakatnya semaksimal mungkin.

Banyak metode yang dapat diaplikasikan dalam pembelajaran, salah satunya adalah metode tutor sebaya. Pembelajaran tutor sebaya adalah pembelajaran dimana siswa saling membantu mempelajari suatu materi melalui latihan dan pengulangan konsep (Bowman-Perrott *et al.*, 2013). Menurut Burhanudin dkk. (2012) memaparkan bahwa, tutor sebaya merupakan sumber belajar selain guru yang dapat dilakukan oleh siswa yang lebih pandai dan cakap dalam membantu teman yang berkesulitan belajar. Tutor sebaya dapat memudahkan proses pembelajaran, siswa memiliki peran aktif, serta dapat memecahkan berbagai permasalahan secara bersama-sama, sehingga pemerataan pemahaman terhadap materi pembelajaran yang akan diberikan dapat tercapai sesuai dengan tujuan pembelajaran.

Masalah yang dapat terjadi biasanya apabila materi yang telah tersampaikan oleh pembina ekstrakurikuler terkadang sebagian siswa saja yang mampu menyerap materi yang diberikan. Kemudian, masalah lain muncul ketika kegiatan ekstrakurikuler sedang berlangsung siswa terlihat jenuh dengan penyampaian materi yang terkesan statis dan monoton. Siswa juga merasa sungkan ketika langsung bertanya dengan pembina ekstrakurikuler

terkait materi yang telah diajarkan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, pembina ekstrakurikuler mengatakan bahwa hanya beberapa siswa yang dirasa mampu memahami materi yang sudah disampaikan. Bahkan terkadang ada siswa yang ingin bertanya namun masih sungkan dan lebih memilih bertanya ke temannya. Dengan memilih metode tutor sebaya yang memiliki ciri-ciri yaitu teman sebaya yang menyampaikan materi, diharapkan siswa memiliki rasa ingin tahu dan semangat yang tinggi sehingga akan muncul antusias dikarenakan ada sesuatu yang berbeda.

Dalam olahraga panjat tebing, kemampuan untuk menempatkan posisi tangan dan kaki pada pijakan sangat diperlukan dalam pola gerak *diagonal movement*. Menurut Aris (2011), *diagonal movement* adalah teknik gerakan yang paling mendasar apabila tangan kanan sebagai pegangan dan kaki kiri sebagai tumpuan begitu sebaliknya sehingga secara otomatis gerakan yang ada akan seimbang dengan sendirinya dan lebih ringan untuk membawa beban badan dalam upaya menambah ketinggian memanjat. Penempatan posisi tubuh juga sangat diperlukan untuk keseimbangan agar pemanjat tidak mudah jatuh. Pola gerak *diagonal movement* juga merupakan pola gerak yang sering digunakan dalam jalur pemanjatan olahraga ini.

Setelah dilakukan observasi dan wawancara dengan pembina ekstrakurikuler, dalam kegiatan ekstrakurikuler panjat tebing di SD Muhammadiyah GKB 2 belum pernah diterapkan metode tutor sebaya dalam latihan panjat tebing. Saat dilakukan observasi di ekstrakurikuler panjat tebing di SD Muhammadiyah GKB 2, dapat disimpulkan bahwa proses latihan berlangsung kurang efektif dikarenakan pembina ekstrakurikuler harus menjelaskan kepada siswa secara satu persatu tentang kesalahan-kesalahan yang dilakukan saat pemanjatan dan siswa kurang mengerti apa yang disampaikan oleh pembina ekstrakurikuler. Oleh karena itu, untuk memperbaiki semuanya diperlukan pengembangan metode dalam melatih agar dapat meningkatkan keterampilan dan memaksimalkan potensi yang dimiliki siswa yang mengikuti ekstrakurikuler panjat tebing.

Berdasarkan uraian di atas, artikel ini akan membahas tentang penerapan metode tutor sebaya dengan pola gerak *diagonal movement* pada olahraga panjat tebing, dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui bagaimana metode tutor sebaya dapat diimplementasikan dalam pola gerak *diagonal movement* pada olahraga panjat tebing.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan melakukan kajian terhadap beberapa literatur atau sumber yang berhubungan dengan penerapan metode tutor sebaya

terhadap pola gerak *diagonal movement* pada olahraga panjat tebing. Penelitian ini dilaksanakan dengan mengkaji sumber yang berupa artikel ilmiah pada jurnal dan buku. Sumber artikel yang digunakan merupakan artikel yang memenuhi kriteria yang telah ditentukan oleh penulis, yaitu artikel yang terbit pada 10 tahun terakhir (2010-2020) dengan mencari di *Google Scholar*. Pencarian dilakukan dengan memasukkan kata kunci atau *keyword* yang berhubungan dengan artikel yang akan di *review*. Adapun beberapa kata kunci yang digunakan oleh peneliti adalah Metode Pembelajaran Tutor Sebaya, *Peer Teaching*, Panjat Tebing, *Rock Climbing*, *Climbing Grades*, Pola Gerak *Diagonal Movement*. Berdasarkan kriteria tersebut, peneliti menemukan 1 sumber dari buku, 10 artikel nasional dan 5 artikel internasional yang berhubungan dengan tema yang telah ditetapkan. Penulisan artikel ini dilakukan dengan beberapa tahapan, yaitu: (1) memilih topik yang akan direview, (2) mengidentifikasi artikel yang relevan, (3) melakukan analisis dan sintesis literatur, (4) mengorganisasi penulisan review. Peneliti juga akan menggunakan instrumen dalam pengambilan data. Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner berupa 10 daftar pertanyaan yang digunakan untuk mengukur tingkat pemahaman terhadap penerapan metode tutor sebaya terhadap pola gerak *diagonal movement*. Sampel pada penelitian ini adalah pembina ekstrakurikuler panjat tebing dan semua siswa yang mengikuti ekstrakurikuler panjat tebing di SD Muhammadiyah GKB 2 yang berjumlah 10 siswa. Kuesioner tersebut telah memenuhi uji ahli sehingga dapat dijadikan instrumen penelitian. Selanjutnya peneliti akan mengidentifikasi hasil dari jawaban yang telah diberikan. Rancangan tersebut nantinya akan dipergunakan untuk memperoleh jawaban terhadap rumusan masalah dalam penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode Tutor Sebaya

Saat ini ada berbagai macam metode-metode yang digunakan oleh pengajar untuk memudahkan kegiatan pengajaran yang dilakukan. Metode-metode tersebut pada dasarnya memiliki tujuan untuk menciptakan suasana pengajaran yang kondusif, efektif, serta menyenangkan yang akan menumbuhkan motivasi belajar siswa. Salah satu metode yang dapat dilakukan untuk memudahkan proses belajar-mengajar digunakan adalah metode tutor sebaya.

Tutor sebaya berarti siswa mengajar siswa lainnya atau yang berperan sebagai pengajar adalah siswa (Febianti, 2014). Tutor sebaya adalah strategi pengajaran yang melibatkan siswa yang saling membantu melalui

pengulangan konsep (Bowman-Perrott *et al*, 2013). Tutor sebaya merupakan satu siswa maupun beberapa siswa yang dipilih dan diberi tugas oleh pengajar yang dapat membantu siswa lainnya yang memiliki kesulitan belajar.

Model pembelajaran *Peer Teaching* adalah siswa saling memberi pengetahuannya kepada sesama rekannya atau mengajar teman sejawatnya (Haris, 2018). *Peer teaching* adalah model pembelajaran yang mengikutsertakan sesama peserta didik. Siswa yang membantu siswa untuk belajar.

Metode tutor sebaya adalah salah satu metode yang diterapkan dengan memberdayakan siswa yang mempunyai kemampuan melebihi kelompok siswa itu sendiri untuk menjadi tutor bagi teman sebayanya, yang tugasnya adalah memberikan materi untuk siswa lainnya yang belum paham mengenai materi yang telah disampaikan oleh pengajar. Jadi, dapat disimpulkan metode tutor sebaya adalah suatu strategi mengajar yang menekankan kerja sama antar siswa baik yang menjadi tutor maupun bukan serta memungkinkan siswa dapat bertukar pikiran tentang materi yang sedang diajarkan sehingga pemerataan pemahaman terhadap materi dapat tersampaikan.

Pola Gerak *Diagonal Movement* pada Olahraga Panjat Tebing

Olahraga panjat tebing adalah satu dari sekian cabang olahraga yang saat ini sedang digandrungi masyarakat dalam berbagai kalangan, baik dari kalangan usia dini hingga dewasa. Berbagai pola gerak yang digunakan haruslah tepat guna tercapainya tujuan pemanjatan yaitu meraih pegangan setinggi-tingginya. Salah satu pola gerak yang terdapat pada olahraga panjat tebing adalah pola gerak *diagonal movement*. *Diagonal movement* adalah teknik gerakan yang paling mendasar apabila tangan kanan sebagai pegangan dan kaki kiri sebagai tumpuan begitu sebaliknya sehingga secara otomatis gerakan yang ada akan seimbang dengan sendirinya dan lebih ringan untuk membawa beban badan dalam upaya menambah ketinggian memanjat. Dalam pola gerak *diagonal movement*, setiap gerakan wajib memperhatikan pegangan yang akan dilalui sehingga pemanjat dapat memperkirakan sudut yang akan terbentuk sehingga pemanjat tersebut dapat mengefisienkan tenaga yang akan dibutuhkan.

Review Literatur

Tabel 1. Hasil Review Literatur Sumber

Sumber (Penulis & Tahun)	Deskripsi Topik/Isu yang Direview
Buku (Sani, 2013)	Pengajaran yang menggunakan metode tutor sebaya memiliki peran yaitu sebagai metode. Jadi pada dasarnya, dalam melakukan pengajaran, siswa akan mendemonstrasikan keterampilan yang dimiliki didepan siswa-siswa lainnya.
Jurnal (Kaddoura, 2013)	Pembelajaran dengan metode tutor sebaya merupakan strategi yang berkontribusi pada peningkatan argumentasi, pemecahan masalah, serta pemahaman dikarenakan metode tutor sebaya adalah strategi pembelajaran kooperatif dimana siswa yang menjadi tutor maupun yang bukan dapat bertukar pikiran.
Jurnal (Firmansyah dan Rukmana, 2017)	Proses belajar-mengajar Pendidikan Jasmani dengan menggunakan metode tutor sebaya akan memberikan siswa keleluasaan untuk berperan aktif serta dapat berinteraksi dengan siswa lainnya maupun dengan gurunya. Dalam melakukan pembelajaran yang menggunakan metode tutor sebaya, diperlukan sarana, alat serta ruang yang lebih karena pembelajaran tersebut dibagi menjadi kelompok-kelompok kecil berisi sekitar 4 hingga 5 siswa.
Jurnal (Haris, 2018)	Pada intinya, metode pembelajaran tutor sebaya adalah membantu memudahkan siswa untuk belajar. Metode pembelajaran tutor sebaya dapat menjadikan siswa lebih aktif melakukan komunikasi dengan tutor yang merupakan teman sebayanya bila dibandingkan dengan guru yang berperan mengawasi proses belajar-mengajar di dalam kelas.
Jurnal (Bowman-Perrott <i>et al</i> , 2013)	<i>Peer tutoring</i> adalah strategi pengajaran yang melibatkan siswa yang saling membantu belajar melalui pengulangan konsep. Siswa dapat saling bertukar pikiran dan pendapat tanpa perlu merasa sungkan ataupun malu. Jadi siswa dapat secara leluasa bertanya tentang materi pembelajaran dengan teman sebayanya.
Jurnal (Febianti, 2014)	Metode pembelajaran tutor sebaya adalah strategi pembelajaran yang kooperatif yang dapat memunculkan rasa saling menghargai dan memahami dapat dibina di antara

Sumber (Penulis & Tahun)	Deskripsi Topik/Isu yang Direview
	siswa yang bekerja sama. Tutor sebaya dapat memudahkan proses pembelajaran, siswa memiliki peran aktif, serta dapat memecahkan berbagai permasalahan secara bersama-sama, sehingga pemerataan pemahaman terhadap materi pembelajaran yang akan diberikan dapat tercapai sesuai dengan tujuan pembelajaran.
Jurnal (Febrianto, 2014)	Dengan memilih metode tutor sebaya yang memiliki ciri khas teman sebayalah yang memberikan materi pembelajaran, diharapkan siswa memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, semangat, dan antusiasme terhadap materi pembelajaran karena ada sesuatu yang berbeda dan cenderung positif.
Jurnal (Stigmar, 2016)	Pembelajaran teman sebaya dapat memberikan umpan balik yang cepat dan mengembangkan berbagai keterampilan dalam belajar. Dalam melaksanakan metode tutor sebaya dapat menghasilkan hubungan yang lebih baik melalui tingkat pemahaman siswa, peningkatan berpikir kritis, partisipasi siswa yang lebih luas, dan umpan balik yang lebih baik serta mendorong keterlibatan yang lebih aktif dengan materi pembelajaran.
Jurnal (Falah, 2014)	Metode pembelajaran tutor sebaya adalah suatu strategi pembelajaran yang kooperatif dimana rasa saling menghargai dan mengerti dibina di antara peserta didik yang saling bekerja bersama. Siswa juga memiliki peran aktif pada saat proses pembelajaran serta dapat memecahkan masalah bersama-sama, sehingga seluruh siswa diharapkan dapat memahami materi yang dibahas di dalam kelas.
Jurnal (Mastrianto dkk, 2017)	Metode pembelajaran tutor sebaya dapat dilakukan dengan cara memilih siswa yang memiliki daya serap pengetahuan yang tinggi, siswa tersebut akan mengajarkan materi kepada siswa lainnya yang belum memahami materi pembelajaran sehingga seluruh siswa diharapkan dapat memenuhi ketuntasan belajar. Maka dari itu, dengan diterapkannya metode tutor sebaya, siswa yang sebelumnya kurang aktif akan menjadi lebih aktif karena tidak perlu

Sumber (Penulis & Tahun)	Deskripsi Topik/Isu yang Direview
	malu ataupun sungkan untuk bertanya dan berpendapat secara leluasa kepan teman sebayanya.
Jurnal (Marc Campolo <i>et al</i> , 2013)	Dalam melaksanakan metode tutor sebaya yang mana siswa merasa nyaman ketika bertanya langsung kepada teman sebayanya. Siswa dapat mengamati langsung ketika temannya yang memberikan pemahaman materi sesuai bahan ajar yang diberikan guru tanpa rasa sungkan maupun malu.
Jurnal (Bradford-Watts, 2011)	Pembelajaran tutor sebaya adalah teman sejawat mengajar satu sama lain dalam interaksi yang bertujuan seluruh siswa dapat memahami materi belajar yang diberikan oleh guru. Secara keseluruhan, siswa dapat bekerja sama dengan baik untuk menciptakan suasana kelas yang menarik dan interaktif untuk teman sekelas mereka.
Jurnal (Arjangga dan Suprihatin, 2011)	Penggunaan metode tutor sebaya sebagai metode pembelajaran dinilai efektif dalam meningkatkan belajar yang berdasar pada regulasi diri pada siswa. Metode ini terbukti memberikan kontribusi munculnya perilaku belajar berdasar regulasi diri pada siswa dan juga dapat meningkatkan tingkat pemahaman siswa terhadap berbagai tugas belajar yang diberikan oleh guru.
Jurnal (Santoso dkk., 2018)	Melalui metode tutor sebaya atau <i>peer teaching</i> dapat dikatakan mampu meningkatkan motivasi belajar siswa khususnya dalam mata pelajaran pendidikan jasmani. Maka dalam melaksanakan pembelajaran, dianjurkan menggunakan model pembelajaran tutor sebaya.
Jurnal (Burhanudin, 2012)	Penggunaan metode tutor sebaya merupakan model pembelajaran selain dari guru, artinya teman sebayalah yang akan membantu dalam memahami materi yang sedang dibahas. Tentunya yang menjadi tutor adalah siswa yang memiliki kemampuan lebih unggul dan pandai dibanding siswa lainnya. Sehingga akan tercipta semangat belajar siswa melalui metode tutor sebaya.
Jurnal (Bakhrudin, 2019)	Dengan menerapkan metode bantuan tutor sebaya yang dapat meningkatkan keaktifan dan semangat belajar siswa sehingga diharapkan tujuan perbaikan dapat

Sumber (Penulis & Tahun)	Deskripsi Topik/Isu yang Direview
	dicapai secara optimal. Penggunaan metode pembelajaran bantuan tutor sebaya terbukti dapat membantu meningkatkan hasil belajar siswa. Hal tersebut dikarenakan keunggulan metode tutor sebaya banyak memberikan keuntungan, yaitu siswa yang masih merasa takut maupun segan dengan guru menjadi tidak takut karena siswa melakukan interaksi langsung dengan teman sejawatnya.

Berdasarkan penjabaran diatas ada banyak persamaan diantaranya yaitu penerapan metode tutor sebaya dapat dikatakan sebagai metode pengajaran yang melibatkan siswa sendiri dalam pelaksanaan proses pengajaran. Tujuan utama dalam tutor sebaya yaitu membantu menyampaikan materi yang akan diberikan oleh sumber belajar baik guru atau pelatih, memanfaatkan cara berkomunikasi yang baik antar teman dalam pelaksanaannya. Hal yang utama yang diperhatikan dalam hal ini yaitu pemilihan tutor yang tepat agar tidak salah menerima pemahaman yang berbeda seperti apa yang diharapkan. Selain itu dalam penerapannya tutor sebaya membuat siswa lebih aktif lagi dalam pengembangan dirinya mulai dari pemahaman pengetahuan hingga keterampilan Teman sebaya memiliki peran yang cukup besar membentuk dan mengembangkan identitas diri yang dinilai penting. Biasanya, dengan teman sebayalah anak-anak sering menghabiskan waktu untuk saling bertukar informasi. Tutor sebaya adalah siswa yang dinilai lebih paham dengan materi yang diberikan oleh pengajar akan mengajar siswa lain. Tentunya, siswa yang akan ditunjuk sebagai tutor harus lebih unggul dibandingkan dengan siswa lainnya didalam kelas dengan materi yang sama. Pada metode tutor sebaya, sebagai tutor perlu melakukan dengan baik tugas-tugas yang diberikan oleh pengajar, memperhatikan jalannya pengajaran, serta mempunyai kemampuan atau dapat berkomunikasi secara baik saat memberikan penjelasan. Banyak metode latihan yang dapat diterapkan oleh pembina ekstrakurikuler dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler panjat tebing. Metode tutor sebaya dipilih dengan menyesuaikan materi pola gerak *diagonal movement* yang akan disampaikan, sehingga tujuan kegiatan yang ada dapat tercapai. Metode tutor sebaya diterapkan agar dapat membangkitkan minat siswa serta materi pola gerak *diagonal movement* yang disampaikan dapat lebih mudah dipahami dan diterapkan pada saat siswa melakukan pemanjatan.

Tutor sebaya dapat dilakukan dua siswa atau lebih, akan tetapi tutor sebaya lebih efektif dilakukan dengan jumlah maksimal 20 siswa. Hal ini sesuai dengan jumlah siswa di ekstrakurikuler panjat tebing SD Muhammadiyah GKB 2 yaitu berjumlah 10 siswa yang terdiri dari kelas 1 sampai dengan kelas 6.

Kuesioner

Tabel 2. Kuesioner Pembina Ekstrakurikuler

No.	Item Pertanyaan	Jawaban Ya	Jawaban Tidak
1.	Pola gerak <i>diagonal movement</i> adalah pola gerak yang umum dilakukan pada olahraga panjat tebing sehingga seluruh siswa diharapkan mampu menguasai pola gerak tersebut.	100%	0%
2.	Apakah anda sudah menjelaskan secara mendetail kepada siswa tentang pola gerak <i>diagonal movement</i> ?	100%	0%
3.	Apakah saat menjelaskan materi pola gerak <i>diagonal movement</i> , siswa lebih aktif bertanya ke temannya?	100%	0%
4.	Apakah seluruh siswa selalu memahami materi saat anda mengajarkan pola gerak <i>diagonal movement</i> ?	0%	100%
5.	Mengajarkan pola gerak <i>diagonal movement</i> kepada siswa secara satu persatu hanya akan membuang waktu.	100%	0%
6.	Di akhir materi, anda selalu memberikan evaluasi dan perbaikan kepada para siswa.	100%	0%
7.	Ketika sedang menunggu giliran pemanjatan, siswa berdiskusi dengan temannya tentang materi pola gerak <i>diagonal movement</i> .	100%	0%
8.	Apakah semua siswa mampu melakukan pola gerak <i>diagonal movement</i> dengan baik dan benar saat diaplikasikan dalam pemanjatan?	0%	100%
9.	Saat melakukan kegiatan ekstrakurikuler, Anda belum pernah menerapkan metode tutor sebaya terhadap pola gerak <i>diagonal movement</i> .	100%	0%
10.	Menurut anda, apakah metode tutor sebaya secara efektif dapat membantu siswa dalam menguasai pola gerak <i>diagonal movement</i> ?	100%	0%

Menurut pembina ekstrakurikuler, metode tutor sebaya secara efektif dapat membantu siswa dalam menguasai

pola gerak *diagonal movement*. Yang paling penting dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler panjat tebing yang menggunakan metode tutor sebaya adalah melatih siswa agar dapat memberanikan diri berbicara didepan teman lainnya, baik siswa yang menjadi tutor maupun bukan, sehingga para siswa dapat merasakan kenyamanan dalam melakukan proses kegiatan ekstrakurikuler panjat tebing. Bagi pembina ekstrakurikuler, dengan diterapkannya metode tutor sebaya, dapat meringankan tugas sebagai penyampai informasi dan menghilangkan kesuntukan yang dirasakan dalam membelajarkan pola gerak *diagonal movement* kepada para siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler panjat tebing tersebut.

Peran pembina ekstrakurikuler dalam meningkatkan prestasi siswa sangat penting, karena pembina ekstrakurikuler yang menentukan metode yang tepat bagi siswa, salah satunya metode tutor sebaya. Metode tutor sebaya ini mengacu pada pola gerak *diagonal movement* dalam olahraga panjat tebing. Metode tutor sebaya dilakukan ketika pembina ekstrakurikuler fokus pada siswa yang sedang melakukan pemanjatan, siswa lain yang sedang menunggu giliran dapat berdiskusi dengan temannya, sehingga kegiatan ekstrakurikuler dapat berjalan efektif dan efisien. Metode tutor sebaya dapat meningkatkan intensitas belajar siswa secara mandiri, dengan teman sesamanya antar siswa dapat belajar secara mandiri tanpa harus menunggu ada pembina ekstrakurikuler yang menyampaikan materi. Selain itu, metode pembelajaran tutor sebaya mampu meningkatkan keingintahuan siswa dalam mempelajari suatu materi, belajar dengan teman dapat sedikit menghilangkan rasa malu siswa dalam bertanya sehingga siswa lebih aktif dalam melakukan pembelajaran.

Tabel 3. Kuesioner Siswa yang mengikuti Ekstrakurikuler

No.	Item Pertanyaan	Jawaban Ya	Jawaban Tidak
1.	Pola gerak <i>diagonal movement</i> adalah pola gerak yang sering dilakukan saat pemanjatan.	70%	30%
2.	Apakah kamu mengerti ketika pembina ekstrakurikuler menjelaskan materi pola gerak <i>diagonal movement</i> ?	90%	10%
3.	Kamu lebih sering bertukar informasi dengan temanmu tentang materi pola gerak <i>diagonal movement</i> .	90%	10%
4.	Apakah kamu lebih nyaman dan tidak sungkan bertanya dengan teman tentang materi	90%	10%

	pola gerak <i>diagonal movement</i> daripada bertanya langsung ke pembina ekstrakurikuler?		
5.	Ketika sedang menunggu giliran memanjat dengan pola gerak <i>diagonal movement</i> , kamu berdiskusi dengan temanmu tentang gerakan tersebut.	90%	10%
6.	Pembina ekstrakurikuler menjelaskan tentang pola gerak <i>diagonal movement</i> secara mendetail.	90%	10%
7.	Jika kamu belum paham tentang materi pola gerak <i>diagonal movement</i> yang diajarkan pembina ekstrakurikuler, kamu akan bertanya ke temanmu.	100%	0%
8.	Apakah kamu lebih mengerti dan paham saat temanmu yang menjelaskan tentang materi pola gerak <i>diagonal movement</i> ?	80%	20%
9.	Teman-teman dapat menyampaikan materi pola gerak <i>diagonal movement</i> dengan baik sesuai dengan arahan yang diberikan pembina ekstrakurikuler.	70%	30%
10.	Setelah diberikan arahan dari teman tentang materi pola gerak <i>diagonal movement</i> , kamu dapat melakukan pemanjatan dengan mudah.	80%	20%

Berdasarkan hasil dari kuesioner yang telah disebar, sebagian besar menyatakan metode tutor sebaya lebih mudah membuat siswa menerima materi pola gerak *diagonal movement* karena ketika belajar bersama teman sebayanya, bahasa yang digunakan lebih mudah dipahami dan siswa lebih nyaman serta tidak merasa sungkan jika bertanya dengan teman sebayanya. Pembelajaran tutor sebaya dapat meningkatkan keterampilan kognitif, keterampilan motorik dan keterampilan sosial siswa. Tutor harus memahami pokok dasar dalam memperlihatkan petunjuk gerakan dan mengetahui keterkaitan antara petunjuk yang diajarkan dengan hasil latihan yang diharapkan. Oleh karena itu, pembina ekstrakurikuler harus mempersiapkan dan melatih tutor sebelum tutor melakukan pengajaran pada siswa yang lain. Melakukan kegiatan ekstrakurikuler akan lebih efektif apabila segala bentuk persiapan untuk kegiatan sudah dipersiapkan dengan baik dari metode latihan yang digunakan sampai alat-alat untuk mendukung proses pengajaran tersedia, sehingga metode tutor sebaya dipilih untuk diterapkan dalam pola gerak

diagonal movement sehingga penyampaian informasi dapat tepat sasaran, minat dan motivasi belajar siswa meningkat, dan proses kegiatan ekstrakurikuler lebih kondusif dan menyenangkan dapat terwujud karena siswa belajar bersama teman sebayanya.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil dari kajian literatur dan kuesioner yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa metode tutor sebaya dapat diterapkan terhadap pola gerak *diagonal movement* pada olahraga panjat tebing. Hal tersebut dibuktikan berdasarkan *review* literatur yang dilakukan yang mengacu pada rujukan-rujukan berupa jurnal dan buku.

Saran

Berdasarkan dari kesimpulan yang telah dikemukakan diatas maka diharapkan kepada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler panjat tebing untuk lebih meningkatkan motivasi dan pemahaman tentang pola gerak *diagonal movement* pada olahraga panjat tebing, serta untuk pembina ekstrakurikuler agar meningkatkan metode latihan dan lebih memotivasi siswa untuk berlatih lebih baik lagi sehingga siswa dapat mengembangkan potensi yang dimiliki.

DAFTAR PUSTAKA

- Arjanggi, R., & Suprihatin, T. (2011). Metode Pembelajaran Tutor Teman Sebaya Meningkatkan Hasil Belajar Berdasar Regulasi-Diri. *Hubs-Asia*, 10(1), 91-97.
- Bakhrudin, B. (2019). Implementasi Metode Tutor Sebaya Sebagai Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Penjasorkes Materi Sepak Bola di Kelas V SD Negeri 1 Pasar Batu. *Jurnal Penelitian Tindakan dan Pendidikan*, 5(1), 63-68.
- Bowman-Perrott, L., Davis, H., Vannest, K., Williams, L., Greenwood, C., & Parker, R. (2013). Academic Benefits of Peer Tutoring: A Meta-analytic Review of Single-case Research. *School Psychology Review*, 42(1), 39-55.
- Bradford-Watts, K. (2011). Students Teaching Students? Peer Teaching in The EFL Classroom in Japan. *The Language Teacher*, 35(5), 31-35.
- Burhanudin, M. (2012). Efektivitas Metode Pembelajaran Tutor Sebaya. *Active: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 1(3), 136-139.
- Falah, I. F. (2014). Model Pembelajaran Tutorial Sebaya: Telaah Teoritik. *Jurnal Pendidikan Agama Islam-Ta'lim*, 12(2), 175-186.

- Febianti, Y. N. (2014). Peer Teaching (Tutor Sebaya) Sebagai Metode Pembelajaran Untuk Melatih Siswa Mengajar. *Edunomic Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 2(2), 81-87.
- Febrianto, A. (2014). Pengaruh Metode Pembelajaran Tutor Sebaya Terhadap Hasil Belajar Dribble Bola Basket (Studi Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Prambon Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 2(3), 783-786.
- Firmansyah, A. M., & Rukmana, A. (2017). Model Pembelajaran Tutor Sebaya Dalam Pendidikan Jasmani Terhadap Pembentukan Konsep Diri Siswa. *Mimbar Pendidikan Dasar*, 8(1), 7-14.
- Haris, I. N. (2018). Model Pembelajaran Peer Teaching Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Biomatika: Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 4(1) 191-199.
- Idham, A. (2014). Hubungan Panjat Dinding dilihat Dari Segi Anatomical Fitness dan Physiological Ditness dengan Kecepatan Pemanjatan di UKM Pamor. *Doctoral dissertation*, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Kaddoura, M. (2013). Think Pair Share: A Teaching Learning Strategy to Enhance Students' Critical Thinking. *Educational Research Quarterly*, 36(4), 3-24.
- Marc Campolo, P. T., Maritz, C. A., Gregory Thielman, P. T., & Lora Packel, M. S. (2013). An Evaluation of Peer Teaching Across the Curriculum: Student Perspectives. *International Journal of Therapies and Rehabilitation Research*, 2(1), 1-7.
- Mastrianto, A., Imron, A., & Maskun, M. (2017). Efektivitas Penggunaan Model Pembelajaran Tutor Sebaya Untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa. *Pesagi (Jurnal Pendidikan Dan Penelitian Sejarah)*, 5(8), 1-17.
- Sani, R. A. (2013). Inovasi pembelajaran. *Jakarta: Bumi Aksara*.
- Santoso, H., Riyanto, P., & Haris, I. N. (2018). Pengaruh Model Pembelajaran Tutor Sebaya (Peer Teaching) Terhadap Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa. *Biomatika: Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 4(02), 68-80.
- Stigmar, M. (2016). Peer-to-peer teaching in higher education: A Critical Literature Review. *Mentoring & Tutoring: Partnership in Learning*, 24(2), 124-136.

