

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA SCHNEPPER  
DENGAN PENERAPAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN  
PADA SISWA PUTRA KELAS VIII G SMP NEGERI 8 SURAKARTA  
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016**

**FAHRUDIN RIZKY KUSUMA  
K4612058**

Email : fahrudinrizky58@gmail.com

**Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi  
FKIP Universitas Sebelas Maret**

**Jln. Ir. Sutami 36A Surakarta, telp/fax (0271)648939, email [fkip@fkip.uns.ac.id](mailto:fkip@fkip.uns.ac.id)**

**Website <http://fkip.uns.ac.id>**

**ABSTRACT**

*Fahrudin Rizky Kusuma. **INCREASING THE RESULT OF LEARNING SCHNEPPER LONG JUMP STYLE BY APPLYING TEACHING AID FOR EIGHTH GRADERS OF SMP NEGERI 8 SURAKARTA AT 2015/2016. Skripsi. Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education Sebelas Maret University. Jun, 2016.***

*The purpose of this research was increasing the result of learning Schnepeer long jump style for eighth graders of SMP Negeri 8 Surakarta at 2015/2016.*

*This research was Classroom Action Research (CAR). It executed into two cycles; in every cycle consists of two meetings. The subject was the Class G of eight graders of SMP Negeri 8 Surakarta, the number of students were 26 people, consists of 16 female and 10 male students. Techniques of data collection were observation, test, and documentation. The validity of data used triangulation. Data analysis used descriptive technic that based on qualitative analysis and percentage.*

*The result of pre-cycle only 9 students were completed (34.62 %) and 17 students were not yet (65.38%). At the first cycle obtained the learning outcomes, 15 students were completed (57.69%) and 11 students were not yet (42.31%) with the average value of affective (89.57%), psychomotor (76.53%), and cognitive (56.97%). At the second cycle obtained the learning result, 22 students were completed (84.61%) and 4 students were not yet (15.39%). At the second cycle obtained the average value of affective (92.84%), psychomotor (85.18%), and cognitive (83.17%). Based on the analysis of first and second cycles, the analysis showed that there was significantly enhancement and appropriate with the target result.*

*The conclusion was applying teaching aid could increase the result of learning schnepper long jump style for Class G of eight graders of SMP Negeri 8 Surakarta at 2015/2016.*

Key words: Result of learning, *Schnepper* long jump style, applying teaching aid.



*commit to user*

## ABSTRAK

Fahrudin Rizky Kusuma. **PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA *SCHNEPPER* DENGAN PENERAPAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 8 SURAKARTA TAHUN AJARAN 2015/2016**. Skripsi. Surakarta : Fakultas Keguruan dan Ilmu pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta, Juni 2016.

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* pada siswa kelas VIII G SMP Negeri 8 Surakarta Tahun Ajaran 2015/2016.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus dengan setiap siklus terdiri dari dua pertemuan. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII G SMP Negeri 8 Surakarta yang berjumlah 26 siswa, 16 siswa perempuan dan 10 siswa laki-laki. Teknik pengumpulan data adalah dengan observasi, tes, dan dokumentasi. Validitas data menggunakan teknik triangulasi data. Analisis data menggunakan kualitatif dan Kuantitatif.

Hasil Penelitian Pada prasiklus, hanya 9 siswa yang tuntas (34,62 %) dan 17 siswa lainnya belum tuntas (65,38 %). Pada siklus I diperoleh hasil belajar dengan siswa yang telah tuntas sebanyak 15 siswa (57,69%) dan 11 siswa masih belum tuntas (42,31%) dengan perolehan nilai rata-rata afektif (89,57%), psikomotor (76,53%) dan Kognitif (56,97%). Pada siklus II, diperoleh hasil belajar dengan siswa yang telah tuntas sebanyak 22 siswa (84,61%) dan 4 siswa masih belum tuntas (15,39%). Dengan perolehan nilai rata-rata afektif (92,84%), psikomotor (85,18%) dan Kognitif (83,17%). Berdasarkan hasil analisis dari siklus I & II tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan yang signifikan dan sesuai dengan target pencapaian.

Simpulan penelitian ini adalah penerapan alat bantu pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* pada siswa kelas VIII G SMP Negeri 8 Surakarta Tahun Ajaran 2015/2016.

**Kata Kunci** : Hasil belajar, Lompat Jauh Gaya *Schnepper*, Penerapan Alat Bantu Pembelajaran

## PENDAHULUAN

Pembelajaran pendidikan jasmani di SMP N 8 Suakarta khususnya siswa kelas VIII tersebut mengalami kesulitan dalam melakukan tehnik lompat jauh gaya *Schnepper*. Mereka belum mampu melakukan gerakan secara keseluruhan terbukti dari hasil observasi pada siswa kelas VIII G yang berjumlah 26 anak yang terdiri dari 10 siswa laki-laki dan 16 siswa

perempuan, hanya 9 siswa (34,62%) yang dinyatakan mencapai ketuntasan pembelajaran lompat jauh gaya *Schnepper* dan sisanya masih 17 siswa (65,38%) yang masih belum menguasai teknik mencapai ketuntasan lompat jauh gaya *Schnepper*. Kesulitan yang dihadapi para siswa yaitu 8 siswa pada saat melompat kebanyakan kaki tidak sesuai dengan teknik yaitu diawali dari tumit telapak sampai ujung kaki,

dan 18 siswa pada saat melayang diudara posisi badan masih banyak yang tidak bisa melenting. Dengan minimnya kemampuan siswa dalam lompat jauh gaya *Schnepper* diatas, sehingga berdampak pada hasil pembelajaran lompat jauh yang masih kurang dari KKM.

kendala atau keluhan siswa harus segera dicarikan solusi salah satu solusinya dengan menggunakan alat bantu pembelajaran. Dengan menggunakan alat bantu pembelajaran yang sederhana dan menarik perhatian siswa maka, siswa lebih mudah dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani sehingga dapat meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa dalam pembelajaran. Dengan keadaan seperti ini tentu dibutuhkan penggunaan alat bantu pembelajaran sebagai suatu pendekatan alternatif dalam mengajarkan pendidikan jasmani. Alat bantu ini merupakan alat pembelajaran dengan menggunakan alat-alat yang dapat mendukung proses pembelajaran. Untuk itu alat bantu ini diperlukan untuk meningkatkan hasil belajar siswa terutama pada pembelajaran lompat jauh gaya melenting atau *Schnepper*. Guru dituntut harus bisa menggunakan alat bantu pembelajaran yang akan disampaikan kepada siswa. Sehingga tercipta pembelajaran yang aktif bagi siswa dan menyenangkan bagi siswa yang tentunya tanpa meninggalkan tujuan pembelajaran tersebut. Namun

seberapa besar pengaruhnya untuk meningkatkan hasil lompat jauh siswa. Untuk membuktikan apakah penggunaan alat bantu pembelajaran pendidikan jasmani dapat meningkatkan hasil lompat jauh, maka perlu dibuktikan melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK).

Salah satu alat bantu pembelajaran yang dapat digunakan dalam hal ini adalah pembelajaran dengan menggunakan alat bantu berupa bilah, paralon, keset, ban bekas dan bola gantung, yaitu suatu media pembelajaran untuk membantu siswa mempelajari keterampilan dasar dalam teknik dasar lompat jauh.

Alat bantu pembelajaran dirancang dengan teliti agar bisa mengembangkan belajar siswa dan dilakukan dengan baik dan dapat dipelajari langkah demi langkah. Alat bantu pembelajaran berupa bilah, paralon, bola gantung, dan ban bekas dalam pelaksanaan pembelajaran diharapkan membuat siswa lebih mudah menerima materi ajar, dan dapat mengubah suasana menjadi lebih rileks dan menyenangkan bahkan siswa saling berlomba memakai dan melewati alat bantu tersebut. Hal ini akan membantu meningkatkan motivasi siswa terhadap materi lompat jauh gaya *Schnepper*.

Penerapan alat bantu pembelajaran pendidikan jasmani sangat penting agar kendala atau kesulitan siswa dapat teratasi. Selain itu melalui alat bantu pembelajaran pendidikan jasmani, siswa akan lebih tertarik

dan senang dalam mengikuti pembelajaran, sehingga siswa aktif bergerak. Dengan siswa aktif bergerak akan meningkatkan kemampuan lompat jauh. Maka perlu dilakukan Penelitian Tindakan Kelas dengan judul “Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya *Schnepper* Dengan penerapan Alat Bantu Pembelajaran Pada Siswa Kelas VIII G SMP Negeri 8 Surakarta Tahun Pelajaran 2015/2016”.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, masalah dalam penelitian tindakan kelas ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

Apakah penerapan alat bantu pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper* pada siswa kelas VIII G SMP Negeri 8 Surakarta Tahun Pelajaran 2015/2016?

Berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan di atas, maka penelitian tindakan kelas ini adalah :

Untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper* dengan penerapan alat bantu pembelajaran pendidikan jasmani pada siswa kelas VIII G SMP Negeri 8 Surakarta Tahun Pelajaran 2015/2016..

Berdasarkan tujuan yang telah dikemukakan, diharapkan penelitian ini mempunyai manfaat, antara lain:

#### 1. Bagi Siswa

Dengan penerapan alat bantu, kemampuan lompat jauh siswa meningkat.

#### 2. Bagi Guru

Penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi guru PJOK di SMP Negeri 8 Surakarta bahwa dengan penerapan alat bantu pembelajaran dapat meningkatkan kemampuan hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper* siswa kelas VIII G SMP Negeri 8 Surakarta.

#### 3. Bagi Sekolah

Sebagai bahan masukan, saran dan informasi terhadap SMP Negeri 8 Surakarta, untuk penerapan alat bantu pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper*.

### LANDASAN TEORI

Lompat jauh merupakan salah satu nomor yang diperlombakan pada cabang olahraga atletik. Lompat jauh merupakan suatu gerakan melompat menggunakan tumpuan satu kaki untuk mencapai jarak sejauh-jauhnya. Sasaran dan tujuan lompat jauh adalah untuk mencapai jarak lompatan sejauh mungkin menuju letak pendaratan atau bak lompat. Jarak lompatan diukur dari papan tolakan sampai batas terdekat dari letak pendaratan yang dihasilkan oleh bagian tubuh. Menurut Djuminar (2001 : 124) mengatakan, “Lompat jauh adalah hasil dari kecepatan horizontal yang dibuat dari ancang-ancang dengan gerak vertical yang dihasilkan dari kaki tumpu, formulasi dari kedua aspek tadi menghasilkan suatu



gerakan parabola dari titik pusat grafitasi”. sedangkan menurut Yudha M Saputra (2004: 47) mengatakan “Lompat jauh adalah keterampilan gerak berpindah dari satu tempat ke tempat lain dengan satu kali tolakan kedepan sejauh mungkin”.

Berdasarkan kedua pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa, lompat jauh merupakan bentuk keterampilan gerak berpindah tempat dari satu tempat ke tempat lain yang diawali dengan lari yang semakin cepat, kemudian bertolak untuk melayang membawa titik berat badan selama diudara untuk mencapai jarak sejauh-jauhnya harus dirangkai secara baik, harmonis, luwes dan lancar dalam suatu rangkain gerak yang utuh.

Yoyo Bahagia, Ucup dan Adang Suherman (2000:16) menyatakan, “untuk tujuan analisis gerakan pada lompat tinggi harus dipertimbangkan secara konsisten empat fase, yaitu awalan (*Run Up*), tolakan kaki (*Take off*), melayang diudara (*flight*) dan pendaratan (*Landing*). Menurut Adang suherman, Yudha M. Saputra & Yudha Hendrayana (2001:118) bahwa, “Keseluruhan gerak lompat jauh dapat dibagi kedalam awalan, tolakan, melayang diudara dan mendarat dibak pasir”

Berdasarkan dua pendapat tersebut menunjukan bahwa, Teknik lompat jauh terdiri empat tahapan yaitu awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat. Keempat tahapan eknik lompat jauh tersebut harus dikuasai dan harus dilakukan dengan

harmonis dan tidak terputus-putus pelaksanaanya agar dapat mencapai prestasi yang maksimal. Karena pencapaian prestasi lompat jauh sangat dipengaruhi oleh penguasaan teknik lompat jauh yang baik dan benar. Teknik pelaksanaan lompat jauh gaya melenting (*schnepper*) sebagai berikut:

Banyak definisi dari belajar yang telah di kemukakan oleh beberapa ahli. dalam Hamdani, (2011: 20) menyatakan bahwa, “Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya”.

Menurut Agus Suprijono (2009:2) “Belajar merupakan perubahan posisi atau kemampuan yang dicapai seseorang melalui aktivitas. Perubahan yang diposisi tersebut bukan diperoleh langsung dari proses pertumbuhan seseorang secara alamiah”.

Berdasarkan pernyataan beberapa ahli tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa belajar adalah suatu proses perubahan tingkah laku, pengembangan pengetahuan, sikap, dan keterampilan seseorang karena adanya pengalaman baru. Perubahan tersebut dapat terjadi dalam suatu laboratorium, kelas, ataupun dalam lingkungan yang luas.

Menurut Oemar Hamalik (2008:73), “tujuan belajar adalah sejumlah hasil belajar yang menunjukan bahwa peserta didik telah melaukan perubahan belajar, yang umumnya

meliputi pengetahuan, keterampilan dan sikap-sikap baru yang diharapkan tercapai". Tujuan belajar sendiri merupakan suatu deskripsi mengenai tingkah laku yang diharapkan tercapai oleh peserta didik setelah berlangsungnya suatu proses pembelajaran. Tujuan belajar adalah cara yang akurat untuk menentukan hasil pembelajaran.

Hasil belajar merupakan bagian terpenting dalam pembelajaran. Nana Sudjana (2009: 3) mendefinisikan hasil belajar siswa pada hakikatnya adalah perubahan tingkah laku sebagai hasil belajar dalam pengertian yang lebih luas mencakup bidang kognitif, afektif, dan psikomotorik. Dimiyati dan Mudjiono (2006: 3-4) juga menyebutkan hasil belajar merupakan hasil dari suatu interaksi tindak belajar dan tindak mengajar. Dari sisi guru, tindak mengajar diakhiri dengan proses evaluasi hasil belajar. Dari sisi siswa, hasil belajar merupakan berakhirnya pengajaran dari puncak proses belajar.

Dimiyati dan Mudjiono, (2006: 26-27) menyebutkan enam jenis perilaku ranah kognitif, sebagai berikut:

- 1) Pengetahuan, mencapai kemampuan ingatan tentang hal yang telah dipelajari dan tersimpan dalam ingatan. Pengetahuan itu berkenaan dengan fakta, peristiwa, pengertian kaidah, teori, prinsip, atau metode.
- 2) Pemahaman, mencakup kemampuan menangkap arti dan makna tentang hal yang dipelajari.

3) Penerapan, mencakup kemampuan menerapkan metode dan kaidah untuk menghadapi masalah yang nyata dan baru. Misalnya, menggunakan prinsip.

4) Analisis, mencakup kemampuan merinci suatu kesatuan ke dalam bagian-bagian sehingga struktur keseluruhan dapat dipahami dengan baik. Misalnya mengurangi masalah menjadi bagian yang telah kecil.

5) Sintesis, mencakup kemampuan membentuk suatu pola baru. Misalnya kemampuan menyusun suatu program.

6) Evaluasi, mencakup kemampuan membentuk pendapat tentang beberapa hal berdasarkan kriteria tertentu. misalnya, kemampuan menilai hasil ulangan.

Berdasarkan pengertian hasil belajar di atas, disimpulkan bahwa hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah menerima pengalaman belajarnya. Kemampuan-kemampuan tersebut mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Menurut Rossi dan Breidle (dalam Wina Sanjaya 2006: 163) media pembelajaran adalah seluruh alat dan bahan yang dapat dipakai untuk mencapai tujuan pendidikan seperti radio, televisi, buku, koran, majalah dan sebagainya. Sedangkan menurut Gerlach (dalam Wina Sanjaya 2006: 163) secara umum media itu meliputi orang, bahan, peralatan, atau kegiatan yang menciptakan kondisi yang memungkinkan siswa memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan sikap.

Menurut Sudjana,dkk (2002) menyatakan tentang tujuan pemanfaatan media pembelajaran adalah:

- a. Pemebelajaran akan lebih menarik perhatian siswa sehingga menimbulkan motivasi
- b. Bahan pelajaran akan lebih jelas maknanya sehingga dapat lebih dipahami.
- c. Metode mengajar akan lebih bervariasi.
- d. Siswa akan lebih banyak melakukan kegiatan belajar.(Suryani dan Agung, 2012: 149)

Penggunaan media dapat menambah motivasi belajar siswa sehingga perhatian siswa terhadap materi pembelajaran dapat lebih meningkat.

Menurut Wina Sanjaya (2006: 171) media pembelajaran memiliki nilai praktis sebagai berikut: Pertama, media dapat mengatasi keterbatasan pengalaman yang dimiliki siswa. Kedua, media dapat mengatasi batas ruang kelas. Hal ini terutama untuk menyajikan bahan belajar yang sulit dipahami secara langsung oleh peserta. Ketiga, media dapat memungkinkan terjadinya interaksi langsung antara peserta dengan lingkungan. Keempat, media dapat menghasilkan keseragaman pengamatan. Kelima, media dapat menanamkan konsep dasar yang benar, nyata, dan tepat. Keenam, media dapat membangkitkan motivasi dan merangsang peserta untuk belajar dengan baik. Ketujuh, media dapat membangkitkan keinginan dan minat baru. Kedepalan, media dapat mengontrol kecepatan belajar siswa. Kesembilan, media dapat memberikan pengalaman yang menyeluruh dari hal-hal konkret sampai yang abstrak.

Menurut Soekidjo (dalam Agus Kristiyanto, 2010) secara terperinci manfaat alat peraga antara lain :

- 1) Menimbulkan minat sasaran pendidikan
- 2) Mencapai sasaran yang lebih banyak
- 3) Membantu mengatasi hambatan bahasa

- 4) Merangsang sasaran pendidikan untuk melaksanakan pesan-pesan kesehatan
- 5) Membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan cepat
- 6) Merangsang pendidikan untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima orang lain
- 7) Mempermudah penyampaian bahan/informasi oleh para pendidik sebagai pelaku pendidikan
- 8) Mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran pendidikan.

Pelaksanaan pembelajaran lompat jauh gaya melenting dengan alat bantu yaitu, peneliti menjelaskan alat bantu yang digunakan dalam pembelajaran lompat jauh gaya melenting. Dijelaskan juga maksud dan tujuan dari alat bantu yang digunakan dalam pembelajaran lompat jauh gaya melenting. Tahapan pembelajaran lompat jauh gaya melenting (*schnepper*) menggunakan alat bantu sebagai berikut:

- 1) Tahap pembelajaran Awalan Lari dengan menggunakan *cherk mark* berupa bilah.
- 2) Tahap pembelajaran tolakan dan tinggi tolakan dengan menggunakan keset dan Pralon yang sudah disusun ketinggiannya.
- 3) Tahap pembelajaran melayang diudara (lentingan) menggunakan bola gantung.
- 4) Tahap rangkaian pembelajaran awalan, tolakan, melayang di udara dan pendaratan menggunakan ban bekas.

*commit to user.*

## METODE PENELITIAN



Penelitian Tindakan Kelas (PTK) telah dilaksanakan di Kelas VIII G SMP N 8 Surakarta. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini telah dilaksanakan pada bulan Maret sampai bulan April 2016.

Subjek Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini adalah siswa Kelas VIII G SMP N 8 Surakarta tahun pelajaran 2015/2016.

Sumber data dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini adalah siswa, guru sebagai kolaborator, dan peneliti. Teknik pengumpulan data dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini terdiri dari : tes dan observasi.

Uji validitas merupakan suatu cara untuk menentukan suatu keabsahan data yang diperoleh. Dalam hal ini, untuk meningkatkan validitas data yang diperoleh, peneliti menggunakan triangulasi data. Triangulasi data yang digunakan yaitu : triangulasi sumber data.

Teknik analisis data yang digunakan dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah deskriptif kualitatif. Teknik analisis tersebut dilakukan karena sebagian besar data yang dikumpulkan berupa uraian deskriptif tentang perkembangan proses pembelajaran yakni hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper*.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **A. Deskripsi Prasiklus**

Berdasarkan hasil diskripsi tindakan I, pertemuan pertama (Kamis, 31 Maret 2016) adalah materi Lompat

tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas siswa belum menunjukkan hasil yang baik, persentase ketuntasan belajar dengan kriteria Tuntas 3,84%, Baik 7,69%, cukup 23,03,%, dan kurang 65,38%.

## **B. Hasil Tindakan Tiap Siklus**

### **1. Siklus I**

#### **a. Rencana Tindakan Siklus I**

Kegiatan perencanaan tindakan I peneliti dan guru penjasorkes mendiskusikan rancangan tindakan yang akan dilakukan dalam proses penelitian ini, seluruh rencana tindakan siklus I termuat dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus I. Melalui RPP siklus I tersebut maka disepakati bahwa pelaksanaan siklus I di adakan selama 2 kali pertemuan.

#### **b. Pelaksanaan Tindakan I**

Tindakan I dilaksanakan selama dua kali pertemuan, yakni sesuai jadwal mata pelajaran penjasorkes Kelas VIII G SMP Negeri 8 Surakarta, pada hari Kamis 31 Maret dan 7 April 2016. Masing-masing pertemuan dilaksanakan selama 2 x 40 menit. Sesuai dengan RPP pada siklus I ini pembelajaran dilakukan oleh peneliti dan guru yang bersangkutan, dan sekaligus melakukan observasi terhadap proses pembelajaran.

#### **1) Pertemuan I**

Materi pada pelaksanaan tindakan I, pertemuan pertama (Kamis, 31 Maret 2016) adalah materi Lompat

jauh gaya *Schnepper* dengan penerapan alat bantu pembelajaran. Dalam penelitian ini peneliti berperan sebagai guru yang memberikan materi pembelajaran, namun guru mata pelajaran tetap memberi pengawasan pada proses pembelajaran dan penilaian ketika mengambil nilai berlangsung.

## 2) Pertemuan II

Materi pada pelaksanaan tindakan I, pertemuan kedua (Kamis, 7 April 2016) adalah mengulang materi lompat jauh gaya *Schnepper* dengan penerapan alat bantu pembelajaran untuk pembelajaran dengan mencoba seluruh alat bantu. Dalam penelitian ini peneliti berperan sebagai guru yang memberikan materi pembelajaran, namun guru mata pelajaran tetap memberi pengawasan pada proses pembelajaran dan penilaian ketika mengambil nilai berlangsung.

### c. Observasi dan Interpretasi Tindakan I

Observasi dan interpretasi tindakan I dilakukan selama Tindakan I berlangsung. Dalam melakukan observasi dan interpretasi tindakan I peneliti berkolaborasi dengan guru yang bersangkutan sebagai pengelola kelas, dan rekan kerja adapun pelaksanaan tindakan I.

Berdasarkan hasil pengamatan/observasi dan tes selama pelaksanaan

Tindakan I berlangsung, berdasarkan hasil pekerjaan siswa dapat diidentifikasi:

1) Hasil belajar siswa dalam materi teknik dasar guling belakang Tindakan I dilakukan menunjukkan hasil bahwa yang mencapai kriteria sangat baik 7,69%, baik 11,53%, cukup 38,46 %, dan kurang 42,31%.

2) Dalam hal ini sejumlah 15 siswa telah masuk dalam kriteria Tuntas, dan sedangkan 11 siswa Tidak Tuntas.

### d. Analisis dan Refleksi Tindakan I

1) Keberhasilan

Upaya perbaikan hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper* dengan penerapan alat bantu pembelajaran telah terlihat peningkatannya. Meskipun belum keseluruhan siswa, tetapi kebanyakan siswa dapat memahami materi dan lebih tertarik terhadap proses pembelajaran, dimana proses pembelajaran materi-materi lompat jauh dilakukan dengan penerapan alat bantu pembelajaran dengan skema yang menarik dalam proses pembelajaran. Pemahaman dan antusias siswa terhadap materi pembelajaran yang menyebabkan siswa aktif secara langsung berdampak pada meningkatnya hasil belajar siswa pada materi lompat jauh Gaya *Schnepper*.

2) Permasalahan yang dihadapi

a) Teknik

Memang telah terjadi peningkatan kemampuan siswa dalam materi teknik lompat jauh gaya *Schnepper* melalui penerapan alat bantu pembelajaran tersebut, namun masih ada siswa yang masih kesulitan dalam melakukannya, disamping itu gerakan lompat jauh gaya *Schnepper* yang memang membutuhkan teknik yang cukup sulit. Terutama pada koordinasi kaki dan badan saat melakukan tolakan dan sikap badan diudara.

b) Non Teknik

Siswa kurang serius dalam menerima materi ajar yang diberikan sehingga masih ada yang belum memahami materi ajar.

3) Rencana Perbaikan

Berdasarkan hasil pengamatan dan kendala-kendala dalam pembelajaran siklus pertama, maka perlu ada perbaikan-perbaikan pada siklus berikutnya antara lain adalah:

- a) Siswa diminta mengingat teknik lompat jauh gaya *Schnepper* sesuai yang diajarkan guru.
- b) Guru dan Peneliti tidak hanya berada di depan saat memberikan penjelasan kepada siswa. Guru dan peneliti juga harus memonitor siswa yang berada di bagian belakang, agar mereka juga ikut aktif dalam proses pembelajaran.
- c) Untuk dapat memperjelas siswa tentang bagaimana teknik lompat jauh

gaya *Schnepper* yang baik dan benar, maka peneliti menambah frekuensi gerakan pada siswa terutama gerakan-gerakan untuk melatih koordinasi kaki dan badan saat melakukan sikap badan di udara..

- d) Diawal pembelajaran guru meminta siswa agar memperhatikan materi yang disampaikan karena setelah penyampaian materi guru akan melakukan tanya jawab kepada siswa mengenai materi tersebut, sehingga siswa lebih memperhatikan dan berkonsentrasi saat diberikan penjelasan tentang materi.

- e) Diakhir materi dilakukan evaluasi keseluruhan pembelajaran, karena akan berdampak langsung terhadap penerapan ingatan teknik dasar yang sudah dikuasai siswa.

- f) Berdasarkan analisis pada hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper* diperoleh hasil yang cukup memuaskan yaitu sebanyak 57,69% sudah tuntas yaitu 15 siswa dan 11 siswa atau 42,31 % yang belum tuntas.

Berdasarkan hasil belajar yang dicapai siswa pada siklus I dapat diketahui bahwa masih belum menunjukkan hasil yang memuaskan sehingga pembelajaran perlu dilanjutkan pada siklus berikutnya.

#### e. Deskripsi Data Tindakan I

Berdasarkan Berdasarkan hasil deskripsi siklus I, hasil belajar materi lompat jauh gaya *Schnepper* pada siswa kelas VIII G SMP Negeri 18 Surakarta Tahun Ajaran 2015/2016 setelah diberikan Tindakan I adalah sangat baik, 7,69% atau 2 siswa, baik 11,53% atau 3 siswa, cukup 54,17% atau 13 siswa dan Kurang 38,49% atau 10 siswa. Sejumlah 15 siswa atau 57,69 % telah mencapai kriteria Tuntas sedangkan 11 siswa atau 42,31 % Belum Tuntas.

## 2. Siklus II

Siklus II merupakan tidak lanjut dari hasil analisis dan refleksi yang dilakukan pada Siklus I, dimana dalam pelaksanaan tindakan dalam Siklus I, rata-rata siswa menunjukkan hasil yang kurang maksimal dan sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan pada siklus I. Pelaksanaan Siklus II mengacu pada pelaksanaan Siklus I, karena merupakan perbaikan dari Siklus I. Adapun tahapan yang dilakukan pada Siklus II ini diantaranya :

### a. Rencana Tindakan II

Kegiatan perencanaan Tindakan II dilaksanakan pada hari Kamis, 21 April 2016 dan Kamis, 28 April 2016 di Kelas VIII G SMP Negeri 11 Surakarta. Peneliti dan guru penjasorkes yang bersangkutan mendiskusikan rancangan tindakan yang akan dilakukan dalam proses penelitian ini, seluruh rencana tindakan pada siklus

II, mengacu pada hasil analisis dan refleksi tindakan I yang sudah dibahas.

### b. Pelaksanaan

#### Tindakan II

Tindakan II dilaksanakan pada hari Kamis, 21 April 2016 dan Kamis, 28 April 2016 di Kelas VIII G SMP Negeri 8 Surakarta. Pada pelaksanaan tindakan Siklus II ini di laksanakan 2 kali pertemuan dengan durasi waktu 2 x 40 menit atau dua jam pelajaran.

#### 1.1.1.1) Pertemuan I

Materi pada pelaksanaan tindakan II, pertemuan pertama (Kamis, 21 April 2016) yaitu masih hampir sama dengan siklus sebelumnya hanya saja pada pelaksanaan tindakan II ini pada penerapan alat bantu pembelajaran lebih didetailkan pada pelaksanaan teknik tolakan dan sikap diudara.

#### 1.1.1.2) Pertemuan II

Materi pada pelaksanaan tindakan II, pertemuan kedua (Kamis, 28 April 2016) yaitu yaitu masih hampir sama dengan siklus sebelumnya hanya saja pada pelaksanaan tindakan II ini pada penerapan alat bantu pembelajaran lebih didetail pada penguasaan teknik lompat jauh terutama pada tahapan melakukan teknik tolakan dan sikap diudara dan pendaratan.

### c. Observasi dan Interpretasi Tindakan II

Observasi dan interpretasi tindakan II dilakukan selama Tindakan II



berlangsung. Dalam melakukan observasi dan interpretasi tindakan II peneliti berkolaborasi dengan guru yang bersangkutan sebagai pengelola kelas.

#### **d. Analisis dan Refleksi Tindakan II**

##### **1) Keberhasilan**

Dalam pelaksanaan Tindakan II terdapat kelebihan yang dapat digunakan sebagai tolok ukur keberhasilan pelaksanaan tindakan II, adapun kelebihan dan pelaksanaan Tindakan II diantaranya :

- a) Sudah lebih dari 80 % atau 22 siswa telah mampu menunjukkan kemampuan teknik lompat jauh gaya *Schnepper* dengan baik.
- b) Melalui proses pembelajaran penerapan alat bantu pembelajaran siswa telah paham dengan materi yang diajarkan oleh guru dan siswa merasa sangat antusias ingin mencoba.

##### **2) Kekurangan**

Akan tetapi dalam pelaksanaan Tindakan II ini masih terdapat kelemahan dan kekurangan, adapun kelemahan dan kekurangan dalam pelaksanaan Tindakan II tersebut adalah : Sejumlah siswa masih ada yang kesulitan melakukan teknik lompat jauh gaya *Schnepper* terutama pada sikap diudara .

Berdasarkan hasil observasi pada Tindakan II tersebut, peneliti melakukan analisis dan refleksi sebagai berikut:

1.1.1) Jumlah dan frekuensi pertemuan pada Siklus II telah menunjukan hasil yang sesuai yakni 2 kali pertemuan, sebab materi yang diberikan lebih sedikit hanya penguatan pada materi ajar.

1.1.2) Pelaksanaan proses belajar mengajar telah sesuai dengan rencana yang dibuat pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II.

1.1.3) Pembelajaran menggunakan penerapan alat bantu pembelajaran yang diterapkan peneliti dan guru telah mampu berjalan dengan baik, siswa mampu menguasai materi yang diberikan.

1.1.4) Antusias siswa selama mengikuti proses belajar mengajar pada Tindakan II, naik dengan sangat signifikan yaitu 84.61% atau 22 siswa merasa antusias dan paham terhadap materi.

1.1.5) Hasil belajar siswa dalam materi teknik dasar guling belakang setelah Tindakan II dilakukan menunjukan hasil yang sangat memuaskan dengan kriteria Sangat Baik 57,69%, atau 15 siswa, Baik 26,92% atau 7 siswa, dan Cukup

*commit to user*

0% atau 0 siswa, Kurang 15,38% atau 4 siswa, Kurang Sekali 0%. Dengan rincian 87,5% atau 21 siswa telah masuk dalam kriteria Tuntas, dan sedangkan 12,5% atau 3 siswa Belum Tuntas. Melihat hasil yang diperoleh pada Tindakan II maka penelitian tindakan kelas telah memenuhi target yang diharapkan.

#### e. Deskripsi Data Tindakan II

Berdasarkan hasil deskripsi siklus kedua, hasil belajar sangat memuaskan dengan kriteria Sangat Baik 57,69%, atau 15 siswa, Baik 26,92% atau 7 siswa, dan Cukup 0% atau 0 siswa, Kurang 15,38% atau 4 siswa, Kurang Sekali 0%. Dengan rincian 22 siswa telah masuk dalam kriteria Tuntas, dan sedangkan 4 siswa Belum Tuntas. Melihat hasil yang diperoleh pada Tindakan II maka penelitian tindakan kelas telah memenuhi target yang diharapkan.

#### C. Perbandingan Hasil Tindakan Antar

##### Siklus

Gambar. Perbandingan Hasil Belajar

Guling Belakang Pada Siswa Kelas VIII G SMP Negeri 8 Surakarta Tahun Pelajaran 2015/2016 pada Pembelajaran Siklus I dan Siklus II.

##### D. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam penerapan alat bantu pembelajaran

pada siklus I dan II dapat di simpulkan bahwa terjadi peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper* pada siswa kelas VIII G SMP Negeri 8 Surakarta Tahun Pelajaran 2015/2016. Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan terjadi dari kondisi prasiklus ke siklus I dan dari siklus I ke siklus II. Pada kondisi prasiklus hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper* pada kategori sangat baik 3,84% atau 1 siswa, baik 7,69% atau 2 siswa, cukup 23,03% atau 6 siswa, kurang 65,38% atau 17 siswa. sehingga jumlah siswa yang tuntas adalah 9 siswa dan 17 siswa belum tuntas. Hal tersebut disebabkan, pembelajaran lompat jauh gaya *Schnepper* yang membosankan dan banyak keluhan dari siswa serta terbatasnya alat bantu pembelajaran dalam proses pendidikan jasmani. Mengakibatkan kurang mendapat tanggapan yang positif dari siswa. guru mengajar siswa masih menggunakan model pembelajaran yang di sesuaikan dengan kebutuhan siswa dan mampu membuat siswa lebih aktif untuk berpartisipasi dalam proses pembelajaran.

Kemudian melalui penerapan alat bantu pembelajaran pada Siklus I siswa diberikan materi ajar lompat jauh gaya *Schnepper* melalui penerapan alat bantu untuk membantu siswa lebih menguasai dengan melewatinya. Dilihat dari hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper* pada siklus I sudah menunjukkan peningkatan

dengan kategori sangat baik sebesar 7,69%, atau 2 siswa, baik 11,53% atau 3 siswa, cukup 38,46% atau 10 siswa, dan kurang 42,31% atau 11 siswa jumlah siswa yang tuntas adalah 15 siswa dan belum tuntas 11 siswa. Pemahaman siswa tentang materi dan antusias dalam mengikuti pembelajaran meningkat, siswa merasa lebih mudah memahami dan senang dengan pembelajaran yang diberikan. Namun masih terdapat siswa yang sebenarnya sudah paham pada materi pembelajaran namun secara psikomotor siswa tersebut belum mampu dan masih merasa takut, sehingga target peneliti belum terpenuhi sehingga dilakukannya siklus II.

Berdasarkan hasil refleksi dari Siklus I maka pada siklus II diberikan Memperbaiki manajemen waktu dan lebih menguasai karakteristik siswa dengan baik. memberikan pemahaman dan motivasi tujuan penerapan alat bantu pembelajaran yang digunakan, untuk meningkatkan hasil lompat jauh gaya *Schnepper*. Menyampaikan teori dengan memperagakan secara langsung di depan siswa, untuk meningkatkan kognitif. lebih luas dalam memonitor siswa, terutama pada siswa yang berada di bagian belakang agar mereka juga ikut aktif dalam kegiatan belajar mengajar. Menambah frekuensi gerakan pada siswa terutama gerakan untuk melatih koordinasi kaki dan badan saat melakukan sikap badan di udara.

Dengan diberikannya pembelajaran seperti diuraikan di atas hasil belajar lompat

jauh gaya *Schnepper* pada siklus II menunjukkan peningkatan dengan kategori sebagai berikut sangat baik 57,69% atau 15 siswa, baik 26,92% atau 7 siswa, cukup 0%, dan kurang 15,38% atau 4 siswa. Siswa yang telah memenuhi kriteria ketuntasan sebanyak 84,61% atau 22 siswa dan 15,39% atau 4 siswa belum tuntas, sehingga target peneliti sebesar 80% sudah dapat terpenuhi.

Peningkatan terjadi pada siklus I dan siklus II setelah diberikan tindakan. Hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper* siklus I meningkat walaupun belum optimal. Pelaksanaan siklus II menyebabkan hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper* meningkat menjadi lebih baik dan tercipta proses pembelajaran yang lebih aktif, efektif, efisien, dan menyenangkan sehingga bisa mendukung suatu proses pembelajaran yang berkualitas.

Dengan penerapan alat bantu pembelajaran pada materi lompat jauh gaya *Schnepper* kelas VIII G SMP Negeri 8 Surakarta, mampu meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper*. Sebab pembelajaran ini menitik beratkan pada proses pembelajaran yang menyenangkan dan hasil belajar yang memuaskan. Melalui peningkatan yang terjadi sejak kondisi awal hingga diberikannya tindakan siklus I dan siklus II dapat disimpulkan bahwa dengan penerapan alat bantu pembelajaran. dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper* pada siswa kelas VIII G SMP

Negeri 8 Surakarta tahun pelajaran 2015/2016.

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

Dari hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper* yang telah dikemukakan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa “penerapan alat bantu pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *Schnepper* pada siswa kelas VIII G SMP Negeri 8 Surakarta yang beralamatkan di Jl. HOS Cokroaminoto No. 51, Jebres, Kota Surakarta ”

Setelah melakukan penelitian penulis menyampaikan saran bagi guru, senantiasa selalu berupaya untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dengan

menerapkan berbagai alat bantu maupun metode pembelajaran dalam proses KBM yang disesuaikan dengan karakteristik keunikan siswa, mata pelajaran maupun materi ajar. Dalam hal pembelajaran lompat jauh gaya *Schnepper*, guru dapat menyampaikan pembelajaran melalui penerapan alat bantu pembelajaran yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa di SMP Negeri 11 Surakarta, mata pelajaran penjasorkes, maupun materi yang diajarkan. Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu pertimbangan bagi guru yang ingin menggunakan penerapan alat bantu pembelajaran yang lebih baik sebagai pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar pada mata pelajaran penjasorkes.

### DAFTAR PUSTAKA

- Agus Kristiyanto. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dalam Pendidikan Jasmani & Kepeleatihan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Agus Suprijono (2009). *Cooperative Learning Teori dan Aplikasi PAIKEM*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Asep Jihad & Abdul Haris. 2012. *Evaluasi Pembelajaran*. Yogyakarta: Multi Pressindo.
- Aunurrahman. (2012). *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Rosdakarya
- Dikdik Zafar Sidik. 2010. *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung : PT. Remja Rosdakarya Offset.
- Dimiyati dan Mudjiono, (2006), *Belajar dan Pembelajaran*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Dimiyati & Mujiono (2000). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dini Rosdiani. 2013. *Perencanaan Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Djuminar A. Widya. (2004). *Belajar Berlatih Gerak-Gerak Dasar Atletik*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Hamdani. (2011). *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Jess Jerver (2005). *Belajar dan Berlatih ATLETIK*. Bandung.CV.Pionir Jaya.
- Oemar Hamalik. (2008). *Kurikulum dan Pembelajaran*. Sinargrafika: Jakarta.



- Nana Sudjana.(2012). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya.
- Nunuk Suryani& Leo Agung. 2012. *Strategi Belajar Mengajar*. Yogyakarta: Penerbit Ombak.
- Roji. 2006. *PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN UNTUK SMP KELAS VIII*. Jakarta:Erlangga.
- Sa'dun Akbar. (2013). *Instrumen Perangkat Pembelajaran*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Suyono dan Hariyanto. (2014). *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung : PT Remaja Remaja Rosdakarya.
- Syaiful Sagala. (2010). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Alfabeta: Bandung.
- Tim Penyusun Pedoman Skripsi FKIP UNS. (2016). *Pedoman Penulisan Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta*. Surakarta: UNS Press.
- Toho Cholik dan Rusli Lutan. (2001). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan* Bandung: CV Maulana.
- Wina Sanjaya. (2006). *Strategi Pembelajaran*. Jakarta : Kencana
- Yoyo Bahagia, dkk. (2000). *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Depdikbud. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Yudha M. Saputra. (2001). *Dasar-Dasar Keterampilan Atletik Pendekatan Bermain untuk Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama*. Jakarta: Depdiknas. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah. Bekerjasama dengan Direktorat Jendral Olahraga.
- Yudhi Munadi. (2013). *Media Pembelajaran*. Jakarta Selatan: Press Group