

**PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN *DIRECT INSTRUCTION*
DENGAN MEDIA VCD DAN TANPA MEDIA VCD TERHADAP HASIL
BELAJAR LOMPAT JANGKIT PADA SISWA PUTRA KELAS XI
SMA NEGERI 1 GONDANG SRAGEN
TAHUN PELAJARAN 2012/2013**



SKRIPSI

Oleh:

BONDHAN WAHYU KRISNA

X.5606014

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
Agustus 2013**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Bondhan Wahyu Krisna

NIM : X.5606014

Jurusan/Program Studi : JPOK UNS/Penkepor

menyatakan bahwa skripsi saya berjudul **“PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN *DIRECT INSTRUCTION* DENGAN MEDIA VCD DAN TANPA MEDIA VCD TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JANGKIT PADA SISWA PUTRA KELAS XI SMA NEGERI 1 GONDANG SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2012/2013”**, ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicatumkan dalam daftar pustaka

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta,²¹ April 2014

Yang membuat pernyataan



Bondhan Wahyu Krisna
NIM. X.5606014

**PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN *DIRECT INSTRUCTION*
DENGAN MEDIA VCD DAN TANPA MEDIA VCD TERHADAP HASIL
BELAJAR LOMPAT JANGKIT PADA SISWA PUTRA KELAS XI
SMA NEGERI 1 GONDANG SRAGEN
TAHUN PELAJARAN 2012/2013**

Oleh :
BONDHAN WAHYU KRISNA
X.5606014

Skripsi

Ditulis dan diajukan untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

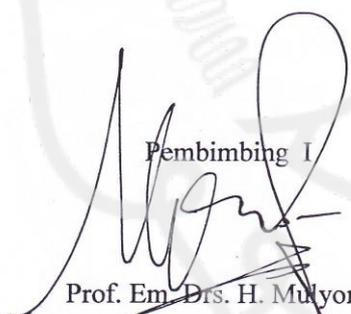
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
S U R A K A R T A
Agustus 2013**

PERSETUJUAN

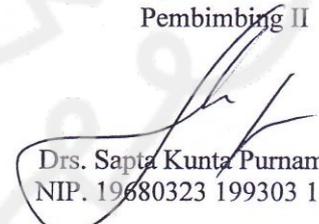
Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Surakarta, Februari 2014

Pembimbing I


Prof. Em. Drs. H. Mulyono B.

Pembimbing II


Drs. Sapta Kunta Purnama, M.Pd.
NIP. 19680323 199303 1 012

PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan diterima untuk memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Jum'at

Tanggal : 21 Maret 2014

Tim Penguji Skripsi :

Nama Terang

Tanda Tangan

Ketua : Fadilah Umar, S.Pd., M.Or

Sekretaris : Drs. Bambang Wijanarko, M.Kes

Anggota I : Prof. Em. Drs. H. Mulyono Biyakto Atmojo

Anggota II : Dr. Saptu Kunta Purnama, M.Pd

Disahkan oleh:

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Sebelas Maret

Dekan:



Prof. Dr. H. M. Burqon Hidayatullah, M.Pd.

NIP. 19600727198702 1 001

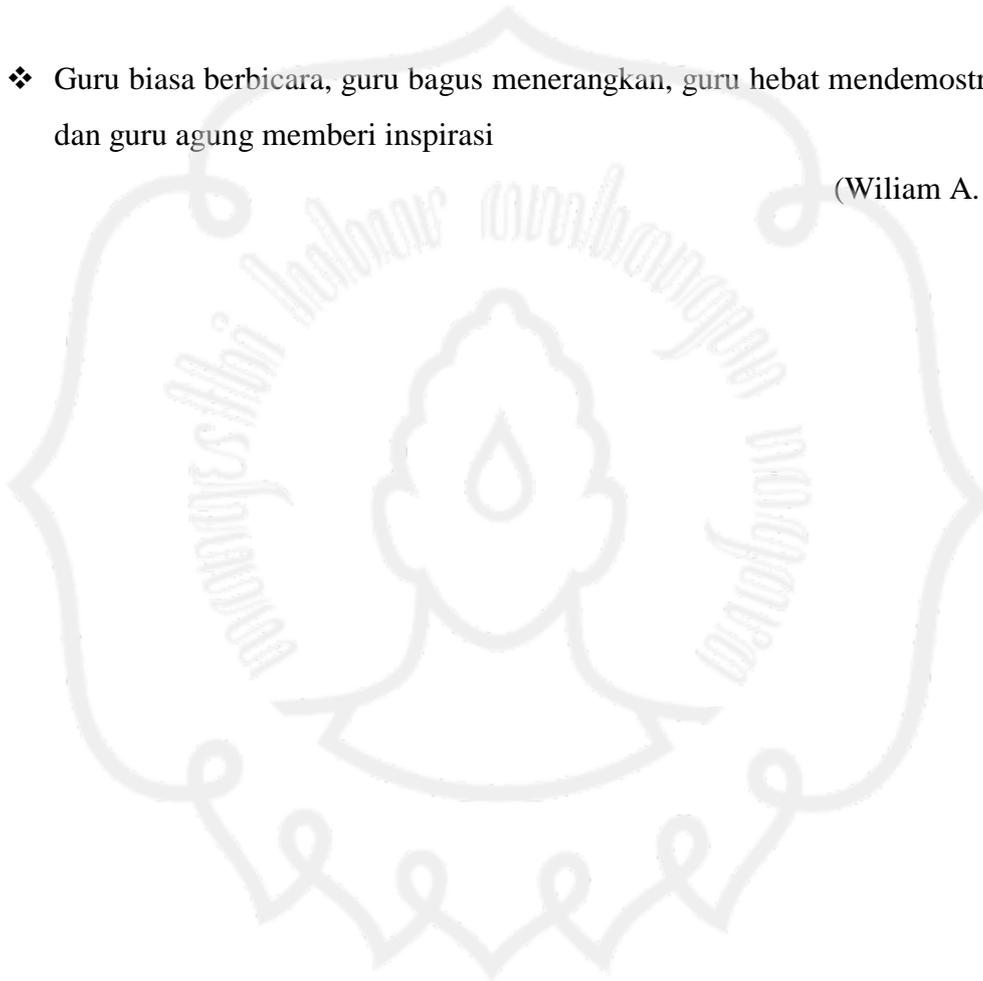
MOTTO

- ❖ Setiap manusia memiliki berbagai potensi/kemampuan yang tersembunyi di dalam diri mereka, tugas pendidik adalah membantu siswa tersebut untuk menemukan, mengarahkan dan mengembangkannya seoptimal mungkin

(M. Sobry Sutikno)

- ❖ Guru biasa berbicara, guru bagus menerangkan, guru hebat mendemostrasikan dan guru agung memberi inspirasi

(Wiliam A. Ward)



PERSEMBAHAN

❖ “Bapak dan Ibu tercinta”

Doamu yang tiada terputus, kerja keras tiada henti, pengorbanan yang tak terbatas dan kasih sayang yang tidak terbatas pula. Semuanya membuatku bangga memiliki orang tua seperti kalian. Tiada kasih sayang yang seindah dan seabadi kasih sayangmu.

❖ “Teman-teman ku Angkatan 2006 FKIP JPOK UNS Surakarta”

Teman-teman Angkatan 2006 seperjuangan menempuh ilmu. Suka dan duka bisa kita lalui bersama demi meraih cita-cita masa depan yang lebih baik.

❖ “SMA Negeri 1 Gondang Sragen”

Kepada Kepala Sekolah dan Guru Penjasorkes SMA Negeri 1 Gondang Sragen diucapkan terima kasih yang telah memberi bantuan dan bimbingan, sehingga saya dapat mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang diterima di bangku kuliah.

ABSTRAK

Bondhan Wahyu Krisna. **PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN *DIRECT INSTRUCTION* DENGAN MEDIA VCD DAN TANPA MEDIA VCD TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JANGKIT PADA SISWA PUTRA KELAS XI SMA NEGERI 1 GONDANG SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2012/2013**. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Surakarta, Desember 2012.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Ada tidaknya pengaruh pendekatan pembelajaran *direct instruction* menggunakan media VCD terhadap kemampuan lompat jangkit pada siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Gondang Sragen tahun pelajaran 2012/2013. (2) Ada tidaknya pengaruh pendekatan pembelajaran *direct instruction* tanpa menggunakan media VCD terhadap kemampuan lompat jangkit pada siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Gondang Sragen tahun pelajaran 2012/2013. (3) Pendekatan pembelajaran *direct instruction* yang lebih baik pengaruhnya antara menggunakan media VCD dan tanpa menggunakan media VCD terhadap kemampuan lompat jangkit pada siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Gondang Sragen tahun pelajaran 2012/2013.

Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen* dengan rancangan *pretest posttest design*. Populasi penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 1 Gondang Sragen tahun pelajaran 2012/2013 berjumlah 78 orang yang terbagi dalam lima (5) kelas. Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini sebanyak 40 orang dengan teknik *random* melalui undian. Pengumpulan data dalam penelitian ini dengan tes kemampuan lompat jangkit. Teknik analisis data yang digunakan dengan uji t pada taraf signifikansi 5%.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, (1) ada pengaruh pendekatan pembelajaran *direct instruction* menggunakan VCD terhadap kemampuan lompat jangkit. Melalui media VCD kesulitan-kesulitan gerakan lompat jangkit dapat diulang-ulang, sehingga siswa memahami dan menguasai konsep gerakan lompat jangkit yang benar. (2) Pendekatan pembelajaran *direct instruction* tanpa menggunakan VCD dapat meningkatkan kemampuan lompat jangkit. Melalui latihan secara berulang-ulang, maka siswa dapat melakukan gerakan lompat jangkit dengan benar. (3) pendekatan pembelajaran *direct instruction* menggunakan media VCD lebih baik pengaruhnya daripada tanpa menggunakan media VCD terhadap kemampuan lompat jangkit.

Simpulan penelitian ini sebagai berikut: (1) Ada pengaruh yang signifikan pembelajaran lompat jangkit dengan pendekatan *direct instruction* menggunakan media VCD terhadap kemampuan lompat jangkit pada siswa kelas XI Jurusan IPA SMA Negeri 1 Gondang Sragen tahun pelajaran 2012/2013, dengan nilai perhitungan t_{hit} sebesar 3.734 dan t_{tabel} sebesar 2.093 pada taraf signifikansi 5%. (2) Ada pengaruh yang signifikan pembelajaran lompat jangkit dengan pendekatan *direct instruction* tanpa menggunakan media VCD terhadap kemampuan lompat jangkit pada siswa kelas XI Jurusan IPA SMA Negeri 1 Gondang Sragen tahun pelajaran 2012/2013, dengan nilai perhitungan t_{hit} sebesar 3.622 dan t_{tabel} sebesar 2.093 pada taraf signifikansi 5%. (3) Pembelajaran lompat jangkit dengan pendekatan *direct instruction* menggunakan media VCD memiliki pengaruh yang lebih baik terhadap kemampuan lompat jangkit pada siswa kelas XI Jurusan IPA

SMA Negeri 1 Gondang Sragen tahun pelajaran 2012/2013. Kelompok 1 (pendekatan *direct instruction* menggunakan VCD) memiliki peningkatan kemampuan lompat jangkit sebesar 7.09%. Sedangkan kelompok 2 (kelompok pendekatan *direct instruction* tanpa menggunakan VCD) memiliki peningkatan sebesar 6.36%.

Kata kunci: Pendekatan pembelajaran *direct instruction* menggunakan media VCD, tanpa VCD, kemampuan lompat jangkit.



DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PERYATAAN	ii
PENGAJUAN	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
KATA PENGANTAR	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI	7
A. Tinjauan Pustaka.....	7
1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	7
a. Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	7
b. Manfaat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan...	8
c. Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	8
Sekolah Menengah Atas.....	12
2. Pembelajaran.....	15

a.	Hakikat Pembelajaran.....	15
b.	Komponen-Komponen Pembelajaran.....	18
c.	Prinsip-Prinsip Pembelajaran Keterampilan.....	23
3.	Pendekatan Pembelajaran.....	26
a.	Hakikat Pendekatan Pembelajaran.....	26
b.	Faktor - Faktor yang Mempengaruhi dalam Pemilihan Pendekatan Pembelajaran.....	28
c.	Macam-Macam Pendekatan Pembelajaran.....	29
d.	Pendekatan Pembelajaran <i>Direct</i>	30
4.	Keterampilan Guru Penjasorkes dalam Proses Pembelajaran	32
a.	Keterampilan Dasar yang Harus Dimiliki Seorang Guru	32
b.	Kompetensi yang Harus Dimiliki Seorang Guru Penjasorkes.....	32
c.	Pembelajaran yang Sukses.....	34
5.	Media Pembelajaran.....	36
a.	Hakikat Media Pembelajaran.....	36
b.	Alat Bantu Pembelajaran.....	37
6.	Atletik.....	38
7.	Lompat Jangkit.....	40
a.	Pengertian Lompat Jangkit.....	40
b.	Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Lompat Jangkit.....	41
c.	Teknik Pelaksanaan Lompat Jangkit.....	42
8.	Pembelajaran Lompat Jangkit dengan Pendekatan <i>Direct</i> Menggunakan Media VCD.....	48
a.	Pelaksanaan Pembelajaran Lompat Jangkit dengan Pendekatan <i>Direct</i> Menggunakan Media VCD.....	48
b.	Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran Lompat Jangkit dengan Pendekatan <i>Direct</i> Menggunakan Media VCD.....	49
9.	Pembelajaran Lompat Jangkit dengan Pendekatan <i>Direct</i>	

Tanpa Menggunakan Media VCD.....	50
a. Pelaksanaan Pembelajaran Lompat Jangkit dengan Pendekatan <i>Direct</i> tanpa Menggunakan Media VCD.....	50
b. Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran Lompat Jangkit dengan Pendekatan <i>Direct</i> Tanpa Menggunakan Media VCD.....	51
B. Kerangka Pemikiran.....	52
C. Hipotesis.....	55
BAB III METODE PENELITIAN	56
A. Tempat dan Waktu Penelitian	56
B. Rancangan Penelitian.....	56
C. Populasi dan Sampel.....	58
D. Teknik Pengumpulan Data.....	58
E. Internal dan Eksternal Validitas.....	58
F. Teknik Analisis Data.....	60
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	64
A. Deskripsi Data	64
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	65
C. Pengujian Hipotesis.....	67
D. Hasil Penelitian.....	69
1. Uji Reliabilitas.....	69
2. Uji Perbedaan sebelum Diberi Perlakuan.....	70
3. Uji Perbedaan sesudah Diberi Perlakuan.....	71
4. Perbedaan Prosentase Peningkatan Kemampuan Lompat Jangkit.....	74
E. Pembahasan Hasil Penelitian.....	75
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	78
A. Simpulan.....	78
B. Implikasi	78
C. Saran	79

DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN.....	83



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1. Rincian Jadwal Penelitian.....	56
4.1. Deskripsi Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan Lompat Jangkit Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	64
4.2. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data.....	65
4.3. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data.....	66
4.4. Hasil Uji Reliabilitas Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan Lompat Jangkit.....	69
4.5. Range Kategori Reliabilitas.....	70
4.6. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal pada Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	70
4.7. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 1.....	71
4.8. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 2.....	72
4.9. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir antara Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	73
4.10. Penghitungan Prosentase Peningkatan Kemampuan Lompat Jangkit antara Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1. Skematis Pendidikan Jasmani Menuju Perkembangan Menyeluruh	10
2.2. Bagan Komponen-Komponen Pembelajaran.....	19
2.3. Rangkaian Gerakan Lompat Jangkit.....	48
4.1. Histogram Rerata Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan Lompat Jangkit Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	65
4.2. Histogram Rerata Perbedaan Data Tes Awal Kemampuan Lompat Jangkit antara Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	71
4.3. Histogram Perbedaan Rerata Data Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan Lompat Jangkit Kelompok 1.....	72
4.4. Histogram Perbedaan Rerata Data Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan Lompat Jangkit Kelompok 2.....	73
4.5. Histogram Perbedaan Rerata Data Tes Akhir Kemampuan Lompat Jangkit antara Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	74
4.6. Histogram Prosentase Peningkatan Kemampuan Lompat Jangkit antara Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	75

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Tes Awal Kemampuan Lompat Jangkit.....	84
2. Uji Reliabilitas Data Tes Awal Kemampuan Lompat Jangkit.....	85
3. Kelompok Sampel Penelitian secara <i>Ordinal Pairing</i>	87
4. Uji Normalitas Data Tes Awal Kelompok 1.....	88
5. Uji Normalitas Data Tes Awal Kelompok 2.....	89
6. Uji Homogenitas Data Tes Awal.....	90
7. Data Tes Akhir Kemampuan Lompat Jangkit.....	91
8. Uji Reliabilitas Data Tes Akhir Kemampuan Lompat Jangkit.....	92
9. Rekapitulasi Data Tes Awal, Tes Akhir dan Peningkatan Kemampuan Lompat Jangkit Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	94
10. Uji Perbedaan Data Tes Awal Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	95
11. Uji Perbedaan Data Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok 1.....	96
12. Uji Perbedaan Data Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok 2.....	97
13. Uji Perbedaan Data Tes Akhir antara Kelompok 1 dan Kelompok 2	98
14. Menghitung Peningkatan Kemampuan Lompat Jangkit dalam Persen pada Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	99
15. Tes dan Pengukuran Kemampuan Lompat Jangkit.....	100
16. Program Pembelajaran Lompat Jangkit dengan Pendekatan <i>Direct</i> Menggunakan VCD dan Tanpa VCD.....	102
17. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian.....	109
18. Surat Iji Penelitian dari Universitas Sebelas Maret Surakarta.....	112
19. Surat Keterangan Penelitian dari SMA Negeri 1 Gondang Sragen.....	118

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah Nya, sehingga dapat diselesaikan penulisan skripsi ini.

Disadari bahwa penulisan skripsi ini banyak mengalami hambatan, tetapi berkat bantuan dari beberapa pihak maka hambatan tersebut dapat diatasi. Oleh karena itu dalam kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Ketua Program Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Prof. Em. Drs. H. Mulyono B. sebagai pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, saran dan masukan, sehingga skripsi ini terselesaikan
5. Drs. Sapta Kunta Purnama, M.Pd., sebagai pembimbing II yang telah memberi semangat dan dorongan serta pembimbingan skripsi, sehingga skripsi dapat tersusun dengan baik.
6. Bapak dan Ibu Dosen JPOK FKIP UNS Surakarta yang secara tulus memberikan ilmu dan masukan-masukan kepada penulis.
7. Kepala sekolah dan guru Penjasorkes SMA Negeri 1 Gondang Sragen yang telah memberikan ijin untuk mengadakan penelitian.
8. Siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Gondang Sragen tahun pelajaran 2012/2013 yang telah bersedia menjadi sampel penelitian.
9. Semua pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun penulis harapkan. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi yang sederhana ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan bagi para pembaca, khususnya cabang olahraga atletik nomor lompat jangkit.

Surakarta, Agustus 2012

Penulis

