

PENGUNAAN MODEL PEMBELAJARAN LANGSUNG (*DIRECT INSTRUCTION*) DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK (PENELITIAN EKSPERIMEN PADA SISWA KELAS X SMK MUHAMMADIYAH 1 SUMEDANG)

Zaenal Arifin¹, Subarna²

Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sebelas April^{1,2}

Article Info

Article history:

Received Feb 28, 2023
Revised Apr 25, 2023
Accepted Apr 28, 2023

Keywords:

Model Pembelajaran
Model Pembelajaran Langsung
Hasil Belajar
Lompat Jauh
Lompat Jauh Gaya Jongkok

ABSTRACT

Penulis melaksanakan penelitian ini dilatarbelakangi berdasarkan hasil observasi awal. Peneliti menemukan bahwa hasil belajar lompat jauh siswa kelas X TKJ SMK Muhammadiyah 1 Sumedang belum menunjukkan hasil yang baik. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) dalam meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Secara umum rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: apakah penggunaan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas X TKJ SMK Muhammadiyah 1 Sumedang ?, dan seberapa besar penggunaan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas X TKJ SMK Muhammadiyah 1 Sumedang. Penelitian ini penulis menggunakan metode eksperimen terhadap siswa kelas X TKJ SMK Muhammadiyah 1 Sumedang sebanyak 24 siswa sebagai sampelnya dari populasi sebanyak tujuh kelas. Data penelitian ini dikumpulkan melalui lembar observasi, dan tes lompat jauh gaya jongkok. Prosedur pengolahan data mengenai diterima tidaknya hipotesis sesuai dengan signifikan yang diajukan adalah: mencari rata-rata, mencari simpangan baku, uji normalitas liliefors, dan uji peningkatan. Berdasarkan hasil penelitian dan perhitungan statistik terhadap uji hipotesis penggunaan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) dalam meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok (penelitian eksperimen pada siswa kelas X SMK Muhammadiyah 1 Sumedang., maka penulis dapat menyimpulkan sebagai berikut: (1) dari nilai rata-rata tes awal dan tes akhir yaitu $17,92 < 23,33$. Dengan demikian nilai rata-rata tes akhir sangat meningkat (signifikan). (2) dari uji peningkatan nilai t_{hitung} yaitu 23,48 berada di daerah penolakan hipotesis yang lebih besar dari t_{tabel} yaitu 2,500. Dengan demikian peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) pada siswa kelas X SMK Muhammadiyah 1 Sumedang sangat berarti (signifikan).



Copyright © 2023 Universitas Sebelas April.
All rights reserved.

Corresponding Author:

Zaenal Arifin,
Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi,
Universitas Sebelas April,
Jalan Angkrek Situ No. 19 Kec. Sumedang Utara Kab. Sumedang.
Email: zaenal_fkip@unsap.ac.id

I. PENDAHULUAN

Proses kegiatan belajar mengajar, khususnya pada mata pelajaran pendidikan jasmani, siswa cenderung ada yang ingin melakukan dan ada yang tidak ingin melakukan tugas geraknya dengan berbagai alasan pada diri siswa tersebut. Meskipun demikian proses kegiatan belajar mengajar harus berlangsung dan seorang guru harus mampu menyajikan materi pelajaran, agar tujuan dari pembelajaran yang direncanakan dapat tercapai. Hal ini menuntut guru untuk memilih model pembelajaran yang tepat dan sesuai dengan karakter siswa. Berdasarkan hasil observasi awal peneliti menemukan bahwa hasil belajar lompat jauh siswa kelas X TKJ SMK Muhammadiyah 1 Sumedang belum menunjukkan hasil yang baik, hal ini diindikasikan dari.

- 1) Siswa sulit melakukan gerakan permulaan (awalan atau ancang-ancang), sehingga tidak dapat menghasilkan daya tolakan yang besar.
- 2) Terjadi kekakuan pada saat tolakan, yakni perubahan atau perpindahan gerakan dari horizontal ke gerakan vertikal sehingga tubuh tidak terangkat dengan maksimal melayang di udara.
- 3) Masih banyak siswa yang tolakannya diskualifikasi.
- 4) Sewaktu melayang/sikap badan di udara lebih cepat turun, sehingga tidak dapat merubah lintasan titik berat badan.
- 5) Pada saat mendarat berat badan ke belakang, sehingga jatuh kebelakang yang mengakibatkan hasil lompatan menjadi tidak sempurna.

Dari beberapa indikasi di atas, peneliti menduga kurang tepatnya dalam memilih model pembelajaran, sehingga siswa kesulitan untuk menerima materi dan melakukan tugas geraknya tidak sesuai yang diharapkan. Dari permasalahan tersebut peneliti mencoba untuk melakukan sebuah upaya untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instructions*).

Model pembelajaran langsung (*direct instructions*) yakni guru menyampaikan isi akademik dalam format yang sangat terstruktur, mengarahkan kegiatan para siswa, dan mempertahankan fokus pencapaian akademiknya.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Penggunaan Model Pembelajaran Langsung (*Direct Instruction*) dalam Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok (Penelitian Eksperimen pada Siswa Kelas X TKJ SMK Muhammadiyah 1 Sumedang).”

1.1. Hakekat Belajar

Belajar merupakan sebuah proses dari yang belum bisa menjadi bisa dari yang belum tahu menjadi tahu, sehingga adanya pengalaman dalam proses belajar (Choirudin, 2012). Belajar adalah suatu proses yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri didalam interaksi dengan lingkungannya. Intinya pada proses belajar dilakukan untuk meningkatkan kemampuan atau kompetensi pribadi. Sehingga akan terjadi perubahan dalam hal pola pikir dan tindakan karena pengalaman yang dimilikinya.

Belajar merupakan suatu kegiatan yang mempunyai tujuan. Dalam proses belajar, apa yang ingin dicapai sepatutnya dirasakan dan dimiliki oleh setiap siswa. Tujuan belajar bukan berarti tujuan pembelajaran, karena tujuan pembelajaran merupakan tujuan dan harapan yang ingin dicapai guru dari kegiatan yang dilakukan. Meskipun apa yang diinginkan atau diharapkan itu kemunculannya pada diri siswa, namun belum tentu apa yang diinginkan guru itu sesuai dengan apa yang diinginkan siswa.

Untuk mempertemukan tujuan guru (tujuan pembelajaran) dengan tujuan belajar siswa, dapat diupayakan dengan cara mengkomunikasikan tujuan tersebut kepada siswa.

Dampak dari mengkomunikasikan tujuan, memang berbeda-beda pada diri masing-masing siswa, namun setidaknya-tidaknya guru sudah memberi rangsangan agar siswa merumuskan sendiri apa yang diinginkan atau diharapkan dari kegiatan belajar yang hendak dilakukan. Skinner (Sukmara, 2007: 50) mengungkapkan bahwa, “Belajar adalah suatu proses adaptasi (penyesuaian tingkah laku)”. Hal ini sejalan dengan pendapat Chaplin (Sukmara, 2007: 50) bahwa, “Belajar adalah perubahan tingkah laku yang relatif menetap sebagai akibat latihan dan pengalaman”. Pendapat kedua ahli ini didukung oleh pendapat Hintzman (Sukmara, 2007: 50) bahwa, “Belajar adalah suatu perubahan yang terjadi dalam diri organisme, manusia atau hewan disebabkan oleh pengalaman yang dapat mempengaruhi tingkah laku”. Sukmara (2007: 52) mengemukakan bahwa “Belajar merupakan suatu proses perubahan yang terjadi pada diri seseorang dan atau sekelompok orang sebagai pengembangan fungsi-fungsi potensial qodrati yang dimilikinya secara utuh dan terpadu serta relatif menetap, yang meliputi aspek Kognitif (pengetahuan), Afektif (sikap) maupun Psikomotor (tingkah laku).

Dengan demikian dari pendapat yang telah dikemukakan oleh para ahli di atas ternyata belajar pada hakikatnya merupakan suatu proses perubahan tingkah laku yang terjadi pada diri individu atau sekelompok orang akibat dari adanya suatu latihan dan pengalaman. Sedangkan pembelajaran berasal dari kata belajar yang artinya suatu proses perubahan yang terjadi pada diri seseorang dan atau sekelompok orang tertentu yang relatif menetap. Kata “belajar” itu mendapat imbuhan *pe-* dan *-an* yang berarti hal. Jadi kata pembelajaran itu secara kata perkata artinya sesuatu hal mengenai belajar.

1.2. Hakekat Lompat Jauh

Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dalam cabang olahraga atletik. Lompat jauh merupakan suatu bentuk gerakan melompat, melayang dan mendarat sejauh-jauhnya. Gerakan-gerakan dalam lompat jauh tersebut harus dilakukan secara baik dan harmonis tidak diputus-putus pelaksanaannya agar diperoleh lompatan sejauh-jauhnya. Menurut Syarifuddin (Eny, 2012: 1) “Lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat mengangkat kaki ke atas ke depan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat dan dengan jalan melalui tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya”. Sejalan dengan pendapat Widya (Eny, 2012: 1) menjelaskan bahwa, lompat jauh adalah “Suatu gerakan mengangkat tubuh dari suatu titik ke titik yang lain yang lebih jauh atau tinggi dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu satu kaki dan mendarat dengan kaki atau anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik.”

Ada beberapa gaya yang ada di dalam lompat jauh. Adapun gaya dalam lompat jauh menurut Purnomo (Eny, 2012: 1), macam-macam gaya lompat jauh adalah “Gaya jongkok (*sail style*), gaya menggantung (*hang style*), gaya berjalan di udara (*hitch kick style*).” Menurut Basuki. dkk, (Eny, 2012: 1) dalam lompat jauh ada tiga gaya yang dilakukan untuk mempertahankan sikap badan di udara, yaitu “Gaya jongkok, gaya lenting, dan gaya *hitch-kick* atau *walking in the air*.” Sedangkan menurut Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah (Eny, 2012: 2), “Pada saat melayang ada 3 teknik yang berbeda yang dapat digunakan; A = teknik menggantung, B = teknik nengambang, C = teknik berjalan di udara.”

Dari pendapat di atas dapat peneliti jelaskan bahwa gaya untuk mempertahankan diri di udara (melayang) ada tiga, gaya tersebut adalah gaya jongkok atau gaya mengambang (*sail style*), gaya menggantung atau gaya lenting, dan gaya berjalan di udara (*hitch kick style/ walking in the air*). Sehingga sangat jelaslah perbedaan diantara masing-masing gaya pada lompat jauh dapat dibedakan pada saat sikap sewaktu badan di udara (gerakan melayang) setelah setelah seorang pelompat menolak kakinya di papan tolakan.

1.3. Lompat Jauh Gaya Jongkok

Syarifudin (Eny, 2012: 2) lompat jauh gaya jongkok adalah “Pada waktu lepas dari tanah (papan tumpuan), keadaan sikap badan di udara jongkok, dengan jalan membulatkan badan dengan kedua lutut ditekuk, kedua lengan ke depan, pada waktu akan mendarat, kedua kaki dijulurkan ke depan.” Sejalan dengan pendapat Riyadi (Faozan, 2013: 3) menjelaskan bahwa, disebut gaya jongkok karena “Gerak dan sikap sewaktu badan di udara seperti orang jongkok”.

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat peneliti jelaskan bahwa lompat jauh gaya jongkok adalah suatu gerakan melompat pada waktu kaki kiri/kaki tolak lepas dari tanah (papan tolakan) keadaan sikap badan di udara jongkok seperti duduk, dengan jalan mencondongkan badan ke depan kedua lutut ditekuk, kedua lengan diayunkan ke depan, pada waktu akan mendarat, kedua kaki diluruskan jauh ke depan, badan membongkok ke depan, perhatian tertuju pada tempat mendarat.

1.4. Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok

Teknik dasar merupakan rangkuman metode yang dipergunakan dalam melakukan gerakan dalam suatu cabang olahraga. Teknik dasar juga merupakan suatu proses gerakan dan pembuktian dalam suatu cabang olahraga, atau dengan kata lain teknik dasar merupakan pelaksanaan suatu kegiatan secara efektif dan rasional yang memungkinkan suatu hasil yang optimal dalam latihan atau praktek. Muhtar (2009: 52) “Teknik dalam melakukan lompat jauh terdiri dari awalan yang diikuti dengan gerak tolakan lalu melayang atau sikap badan di udara dan sikap mendarat.”

Berdasarkan penjelasan tersebut menunjukkan bahwa, teknik dasar lompat jauh terdiri empat tahapan yaitu awalan, tumpuan, melayang dan mendarat. Keempat tahapan tersebut harus dikuasai dan harus dilakukan dengan harmonis dan tidak terputus-putus agar dapat mencapai prestasi yang optimal. Untuk memperoleh hasil yang optimal dalam lompat jauh, selain siswa itu harus memiliki kekuatan, daya ledak, kecepatan, kelentukan, dan koordinasi gerakan, juga harus memahami dan menguasai teknik untuk melakukan gerakan lompat jauh serta dapat melakukannya dengan cepat luwes dan lancar. Purnomo (Eny, 2012: 4) menjelaskan lompat jauh gaya jongkok, bila dilihat dari teknik lompatan saat berada di udara (melayang), kaki ayun atau bebas diayunkan jauh kedepan dan pelompat mengambil suatu posisi langkah yang harus dipertahankan selama mungkin. Dalam tahap pertama saat melayang, tubuh bagian atas dipertimbangkan agar tetap tegak dan gerakan lengan akan menggambarkan suatu semi sirkel dari depan atas terus ke bawah dan ke belakang. Dalam persiapan untuk mendarat, kaki tumpu di bawah ke depan, sendi lutut kaki ayun diluruskan dan badan dibungkukkan ke depan, bersamaan dengan kedua lengan diayunkan cepat ke depan pada saat mendarat.

1.5. Model Pembelajaran Langsung (*Direct Instruction*)

Model Pembelajaran berasal dari kata *Model dan Pembelajaran*. Nur (Iendrie, 2013) mengemukakan bahwa, “Model diartikan sebagai kerangka konseptual yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan suatu kegiatan”. Weil, dkk. (Iendrie, 2013) mengemukakan bahwa, “Hakikat pembelajaran atau hakikat mengajar adalah membentuk siswa untuk memperoleh informasi, ide, keterampilan, nilai, cara berfikir, sarana untuk mengekspresikan dirinya, dan cara-cara bagaimana belajar. Berdasarkan penjelasan tersebut dipahami bahwa model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar tertentu, dan dapat berfungsi sebagai pedoman bagi perancang pembelajaran

dan para pendidik dalam merencanakan dan melaksanakan aktivitas proses belajar mengajar.

Direct Instruction secara bahasa (arti kata) berarti model pengajaran langsung. Akan tetapi banyak orang lebih suka mengganti kata pengajaran dengan pembelajaran, sehingga lebih lazim disebut model pembelajaran langsung. Penggunaan kata “pembelajaran” lebih disukai karena terkesan bahwa dalam kegiatan belajar, siswa aktif terlibat. Beberapa orang menganggap kata “pengajaran” lebih berkesan hanya guru yang aktif dalam kegiatan belajar, sementara siswa pasif. Jadi, model pembelajaran langsung merupakan sebuah model pembelajaran yang bersifat *teacher centered* (berpusat pada guru). Bersifat *teacher center* artinya dalam kegiatan belajar mengajar terjadi interaksi atau hubungan antara guru dengan siswa secara langsung, guru memiliki peran yang sangat dominan sehingga guru dituntut agar dapat menjadi seorang model yang menarik bagi siswa, namun bukan berarti peran siswa terlupakan begitu saja karena guru dalam kegiatan belajar mengajar dengan model ini berperan sebagai model yang langsung berhadapan dengan siswa secara nyata dalam mendemonstrasikan pengetahuan atau keterampilan secara langsung tanpa ada unsur perantara. Sejalan dengan pendapat Killen (Juliantine, dkk. 2011: 30) menjelaskan bahwa “Pembelajaran langsung (*direct instruction*) merujuk pada berbagai pada berbagai teknik pembelajaran ekspositori (pemindahan pengetahuan dari guru kepada murid secara langsung, misalnya melalui ceramah, demonstrasi, dan tanya jawab) yang melibatkan seluruh kelas.”

Model pembelajaran langsung dirancang khusus untuk mengembangkan pembelajaran siswa, baik yang berkaitan dengan pengetahuan prosuderal (pengetahuan tentang bagaimana melakukan sesuatu) maupun pengetahuan deklaratif (pengetahuan mengenai sesuatu) yang tersusun dengan baik dan dapat diajarkan selangkah demi selangkah. Tujuan utama pembelajaran langsung adalah untuk memaksimalkan penggunaan waktu belajar siswa. Beberapa temuan dalam teori perilaku di antaranya adalah pencapaian siswa yang dihubungkan waktu yang digunakan oleh siswa dalam belajar/tugas dan kecepatan siswa untuk berhasil dalam mengerjakan tugas sangat positif. Dengan demikian, model pembelajaran langsung dirancang untuk menciptakan lingkungan belajar terstruktur dan berorientasi pada pencapaian akademik.

Guru dan siswa dalam model pembelajaran langsung memiliki peran. Menurut Juliantine, dkk. (2011: 37) peran guru dan siswa dalam pembelajaran langsung sebagai berikut. Peran guru: (a)pembelajaran dua arah atau guru dan siswa, dalam model ini peran guru sebagai sumber. (b) menjelaskan tujuan pembelajaran. (c)mendemonstrasikan keterampilan atau menyajikan informasi secara bertahap. (d)memberi latihan terbimbing. (e) mengecek kemampuan siswa dan memberi umpan balik. (f) menyiapkan latihan untuk siswa. Peran siswa: (a)siswa hanya mendengarkan ceramah/pelajaran oleh guru (penerima informasi). (b)siswa menyampaikan pendapat dalam/dengan diskusi. (c)siswa aktif saat guru memberi kesempatan seperti menjawab pertanyaan guru. (d) siswa mengerjakan semua aktivitas yang diperintah guru. (e) siswa sebagai obyek penyampaian informasi. (f)siswa mampu mengaplikasikan informasi yang didapat.

Dilihat dari peran guru dan siswa diatas, keputusan-keputusan terpusat pada guru secara langsung. Guru memiliki sebuah set yang nyata bagi tujuan pembelajaran, menyajikan dengan sebuah model atau konsep yang melatih keterampilan kemudian mengelola kegiatan belajar siswa untuk memperbanyak timbal balik yang baik. Waktu belajar yang diberikan oleh guru, dapat digunakan oleh siswa secara efisien dalam mencapai hasil sebaik mungkin sehingga secara tidak langsung mempermudah guru untuk dapat mengamati pencapaian yang diraih oleh siswanya.

1.6. Hubungan Model Pembelajaran Langsung (*Direct Instruction*) dengan Lompat Jauh Gaya Jongkok

Model pembelajaran pada dasarnya merupakan bentuk pembelajaran yang tergambar dari awal sampai akhir yang disajikan secara khas oleh guru. Dengan kata lain, model pembelajaran merupakan bingkai dari penerapan suatu pendekatan, metode, dan teknik pembelajaran. Soekamto, dkk, (dalam Nurulwati, 2000) mengemukakan maksud dari model pembelajaran adalah, “Kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar tertentu, dan para pengajar dalam merencanakan aktivitas belajar mengajar.”

Model pembelajaran tidak hanya untuk mengubah perilaku siswa sesuai dengan yang diharapkan, tetapi juga berfungsi mengembangkan berbagai aspek yang bersangkutan dengan proses pembelajaran. Selain itu model pembelajaran bermanfaat untuk menyusun rencana pendidikan siswa, karena memungkinkan kegiatan sesuai dengan kebutuhan siswa. Di kalangan para siswa, ada kesan bahwa olahraga atletik hanya merupakan seperangkat gerak monoton dan tak bervariasi. Khususnya pada pembelajaran lompat jauh yang isinya meliputi gerak lari dan lompat yang dianggap kurang menuntut keterampilan yang tinggi namun melelahkan. Unsur kerian dan kegembiraan tidak terungkap dalam pelaksanaan proses belajar mengajar. Kenyataan ini merupakan kendala dan sekaligus menjadi tantangan bagi para guru pendidikan jasmani. Bagaimana membangkitkan motivasi siswa, bagaimana mengemas perencanaan tugas ajar dalam atletik agar dapat lebih diterima dan mendapat perhatian serta antusias siswa dalam mengikutinya.

Lompat jauh dalam konteks pendidikan jasmani selain mengandung tantangan, juga berisi unsur permainan menyertai proses belajar keterampilan lompat itu sendiri. Kegiatannya didominasi oleh pendekatan eksplorasi dalam suasana kegembiraan dan diperkuat oleh pemenuhan dorongan berkompetisi sesuai dengan tingkat perkembangan anak, baik yang menyangkut perkembangan kognitif, emosional maupun perkembangan gerakannya. Sejalan dengan penelitian Indayani (2007) menjelaskan bahwa, “Model pembelajaran langsung dapat meningkatkan motivasi belajar dan prestasi belajar siswa.”

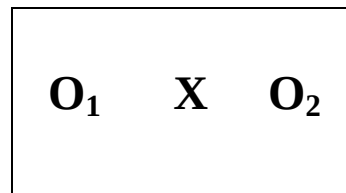
Dari penjelasan dan penelitian relevan di atas, peneliti menjelaskan bahwa hubungan penggunaan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) dalam meningkatkan hasil belajar gaya jongkok menjadi acuan bagi guru dan siswa mengenai apa yang harus dilakukan, karena memiliki desain intruksional yang komprehensif, mampu membawa guru dan siswa ke arah tujuan pembelajaran, dan dapat membantu meningkatkan aktivitas proses belajar mengajar sekaligus meningkatkan hasil belajar siswa.

II. METODE

Metode dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Sugiyono (2019: 127) mengemukakan bahwa “Metode eksperimen adalah metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel dependen (*treatment/perlakuan*) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkontrol”. Metode ini sesuai dengan sifat permasalahan yang akan diteliti penulis, yaitu penggunaan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) dalam meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.

Desain penelitian eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-Experimental Designs* dengan jenis bentuk *One-Group Pretest-Posttest Design*. Dimana pada desain ini terdapat *pretest*, sebelum diberi perlakuan. Dengan demikian hasil

perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Desain ini dapat digambarkan seperti dibawah ini.



Gambar 1. Desain Penelitian *One-group Pretest-Posttest Design*
(Sugiyono, 2019: 131)

Keterangan:

- O_1 = nilai *pretest* (nilai tes awal lompat jauh gaya jongkok, sebelum diberi perlakuan)
 X = perlakuan (pembelajaran lompat jauh gaya jongkok menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instruction*))
 O_2 = nilai *posttest* (nilai tes akhir lompat jauh gaya jongkok, setelah diberi perlakuan)

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Data hasil penelitian yang berupa nilai tes awal dan nilai tes akhir hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dengan sampel sebanyak 24 orang. Selain data-data hasil penelitian, penulis juga akan mengemukakan hasil analisis yang diperoleh setiap sampel penelitian, sebagai berikut:

a. Nilai Rata-Rata dan Simpangan Baku

Gambaran penggunaan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) dalam meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok, dapat dilihat pada tabel di bawah ini yaitu nilai N , X , dan S untuk kelompok perlakuan.

Tabel 1. Hasil Skor Rata-Rata dan Simpangan Baku	
Periode Tes	Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok
Tes Awal	$N = 24$
	$X = 17,92$
	$S = 2,99$
Tes Akhir	$N = 24$
	$X = 23,33$
	$S = 3,07$
Peningkatan	$N = 24$
	$X = 5,4$
	$S = 1,14$

b. Pengujian Normalitas Data, Tes Awal dan Tes Akhir

Tabel 2. Hasil Pengujian Normalitas Data Tes Awal

Periode Tes	N	Lo_{hitung}	Lo_{tabel}	Hasil
Tes Awal	24	0,1589	0,206	Normal

Dari daftar tabel di atas didapat $Lo_{hitung} = 0,1589$ dengan taraf nyata $\alpha = 0,01$ dan $N = 24$, sedangkan dari daftar tabel didapat $Lo_{tabel} = 0,206$ yang lebih besar dari $Lo_{hitung} = 0,1589$ sehingga hipotesis diterima. Dengan demikian, tes awal berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Pengujian Normalitas Data Tes Akhir

Periode Tes	N	Lo_{hitung}	Lo_{tabel}	Hasil
Tes Akhir	24	0,2046	0,206	Normal

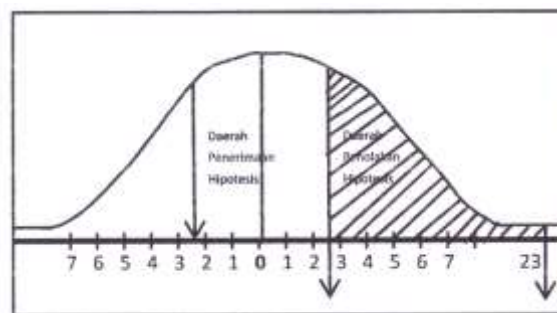
Dari daftar tabel di atas didapat $Lo_{hitung} = 0,2046$ dengan taraf nyata $\alpha = 0,01$ dan $N = 24$, sedangkan dari daftar tabel didapat $Lo_{tabel} = 0,206$ yang lebih besar dari $Lo_{hitung} = 0,2046$ sehingga hipotesis diterima. Dengan demikian, tes akhir berdistribusi normal.

c. Uji Signifikansi Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok

Tabel 4. Hasil Perhitungan dan Uji Signifikansi Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok

Periode Tes	N	t_{hitung}	t_{tabel}	Hasil
Selisih Tes Awal dan Tes Akhir	24	23,48	2,500	Signifikan

Dari uji peningkatan nilai t_{hitung} berada diluar daerah penerimaan hipotesis atau $t_{hitung} = 23,48 > t_{tabel} = 2,500$. Dengan demikian peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) pada siswa kelas X SMK Muhammadiyah 1 Sumedang sangat berarti (signifikan).



$t_{tabel} = 2,500$ $t_{hitung} = 23,48$

Gambar 2. Kurva Uji Keberartian Selisih Perbedaan Nilai Tes Awal dan Tes Akhir

3.2. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis dengan menggunakan taraf nyata 0,01 diperoleh $t_{hitung} = 23,48 > t_{tabel} = 2,500$ artinya hipotesis yang diajukan diterima. Jika dilihat dari hasil belajar tes awal dan tes akhir lompat jauh gaya jongkok, menunjukkan bahwa rata-rata hasil tes akhir lebih besar dari rata-rata tes awal. Ini berarti terdapat peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instruction*).

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) ditemukan pula beberapa hal sebagai berikut:

- Penyajian materi berupa pemodelan/peragaan keterampilan, memudahkan siswa mengikuti pembelajaran.
- Siswa yang kurang aktif dapat diarahkan untuk memaksimalkan prestasi akademik atau hasil belajarnya.

Dari temuan diatas dapat dilihat bahwa penggunaan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) siswa lebih berperan aktif dalam melakukan tugas geraknya sehingga dapat meningkatkan hasil belajar.

IV. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan perhitungan statistik terhadap uji hipotesis penggunaan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) dalam meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas X SMK Muhammadiyah 1 Sumedang, maka penulis dapat menarik simpulan sebagai berikut:

1. Dari nilai rata-rata tes awal dan tes akhir yaitu $17,92 < 23,33$. Dengan demikian nilai rata-rata tes akhir sangat meningkat (signifikan).
2. Dari uji peningkatan nilai t_{hitung} yaitu 23,48 berada di daerah penolakan hipotesis yang lebih besar dari t_{tabel} yaitu 2,500. Dengan demikian peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) pada siswa kelas X SMK Muhammadiyah 1 Sumedang sangat berarti (signifikan).

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti sampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah turut serta dan mendukung dari tahapan awal, pelaksanaan, hingga terselesaikannya penelitian ini kepada:

1. Prof. Dr. H. Arifin, S.H., M.Pd. selaku Rektor Universitas Sebelas April.
2. Dr. Yusfita, M.Pd. selaku Ketua LPPM Universitas Sebelas April.
3. Dr. Ece Sukmana, M.Pd. selaku Dekan FKIP Universitas Sebelas April.
4. Cecep Supriadi, M.Pd. selaku Ketua Prodi PJKR FKIP Universitas Sebelas April.
5. Riska Aprilianti, M.Pd. selaku UPT PPkM FKIP Universitas Sebelas April.
6. Dr. Subarna, M.Pd. dan Dedi Irawan, M.Pd. selaku Riviewer JESA
7. Ade Junaidi, Drs. Selaku Kepala SMK Muhammadiyah 1 Sumedang.
8. Seluruh Siswa Kelas X SMK Muhammadiyah 1 Sumedang.

Semoga penelitian ini bermanfaat, serta semoga segala kebaikan Bapak/Ibu/Saudara/i/ menjadi amal ibadah yang diterima oleh Allah SWT.

REFERENSI

- Eny R. (2012). BAB II Kajian Teori. *Hakikat lompat jauh gaya jongkok*. Tersedia: eprint.uny.ac.id/7709/3/BAB%20%20-%2010601247059.pdf.
- Faozan M. (2013). *Pengaruh Latihan Loncat Katak dan Loncat Naik Turun Bangku terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok*. PJKR FKIP Universitas Tadulako Palu Sulawesi Tengah Tersedia:<http://download.portalgaruda.org/article.php?article=111247&val=727&title>
- Iendrie (2013). *Model-model Pembelajaran*. Tersedia: <http://iendrie20.blogspot.com/2013/10/model-model-pembelajaran.html>.
- Indayani (2007). *Penggunaan Model Pengajaran Langsung dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa*. Tersedia: http://www.academia.edu/6671870/Model_Pengajaran_Langsung_dlm_Meningkatkan_Motivasi_Belajar.
- Juliantine, T., dkk. (2011). *Modul Model-model Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Prodi PJKR. Jurusan Pendidikan Olahraga. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. UPI.

- Kumpulan-tutorial. Makalah Lompat Jauh. <http://1001kumpulan-tutorial.blogspot.com/2012/05/makalah-lompat-jauh.html>.
- Lutan, R., dkk. (2000). *Pengukuran dan Evaluasi Penjaskes*. Departemen Pendidikan Nasional Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataan Guru SLTP setara D-III.
- Metzler, M.E. (2006). *Kumpulan Materi Instructional Models For Physical Education*. Program Studi Pendor Sekolah Pasca Sarjana UPI.
- Muhtar, T. (2009). *Atletik*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Mulyana, Y. (2009). *Pengantar Pembelajaran Penjas*. Cetakan ke I. Sumedang: Vuri Creative.
- Sugiyono (2019). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung. Alfabeta.
- Suherman, A. (2009). *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Faklutas Pendorkes UPI.
- Suherman, A. (2012). *Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. Cetakan keempat. Bandung: CV Bintang Warli Artika.
- Sukmara, D. (2007). *Implementasi Life Skill dalam KTSP*. Bandung: Mughni Sejahtera.