

## UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA MEGGANTUNG MELALUI PENDEKATAN MEDIA PAPAN KOTAK PADA SISWA KELAS VI SDN KEDAWUNGWETAN IV KECAMATAN GRATI KABUPATEN PASURUAN TAHUN PELAJARAN 2014/2015

**Abd Kholik**

Sekolah Dasar Negeri Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan  
abdckholik1991@gmail.com

**Abstrak:** Salah satu tujuan pendidikan dasar adalah meletakkan dasar kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia dan keterampilan untuk hidup mandiri, serta mengikuti pendidikan lebih lanjut. Pendidikan jasmani sebagai salah satu materi pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani, pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, serta meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.

Penelitian ini dilakukan di SDN Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan. Subjek penelitiannya ialah siswa kelas VI SDN Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan Tahun Pelajaran 2014/2015. Adapun yang menjadi subjek penelitian adalah siswa kelas VI yang berjumlah 23 siswa.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah (a) Penerapan metode pendekatan media papan Kotak dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi siswa kelas VI SDN Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan Tahun Pelajaran 2014/2015 dalam *lompat jauh gaya menggantung*, dan (b) Terdapat kenaikan nilai belajar yang sangat berarti atau positif. Data dari temuan awal ke siklus I dan siklus II selalu mengalami peningkatan nilai. Dengan kegiatan pendukung berupa teknik melakukan *lompat jauh gaya menggantung dengan benar* pada siklus I mengalami peningkatan hasil sebesar 14,76 Sedangkan dari siklus I ke siklus II meningkat sebesar 3,34. Dari temuan awal ke siklus II meningkat sampai 18,10.

**Kata Kunci:** Hasil belajar, Lompat jauh, media papan kotak

### Pendahuluan

Pendidikan dasar merupakan landasan bagi pembekalan siswa untuk menghadapi masa depannya kelak. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan sebagai salah satu mata pelajaran pada jenjang pendidikan dasar, harus dapat memperkokoh landasan tersebut.

Pendidikan jasmani dan kesehatan mengutamakan aktivitas jasmani dan kebiasaan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Peranannya untuk pembinaan dan pengembangan individu atau kelompok dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras, dan seimbang. Oleh karena itu, pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah dasar lebih ditekankan untuk memenuhi hasrat bergerak, merangsang pertumbuhan dan perkembangan, serta pemeliharaan dan meningkatkan kesehatan serta kesegaran jasmani.

Di dalam pelaksanaan pengajarannya, setiap guru harus berpedoman pada kurikulum yang telah ditetapkan. Untuk menyajikan bahan pelajaran, guru harus berpedoman pada program yang telah ditetapkan pada silabus. Proses belajar mengajar penjaskes pada prinsipnya adalah serangkaian kegiatan mulai dari perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian sampai tindak lanjut dalam usaha mencapai tujuan. Kegiatan belajar mengajar dapat berjalan dengan baik dan lancar, jika terjadi keharmonisan antara siswa dan lingkungan belajar yang diatur oleh guru. Setiap siswa diperlakukan sebagai manusia yang bermartabat dalam interaksi belajar mengajar.

Usaha ke arah itu, antara lain dilakukan dengan menyajikan bahan pelajaran penjaskes menjadi suatu bahan yang bersifat menantang, mengesankan, dan merangsang daya kreativitas siswa. Pencapaian proses belajar mengajar penjaskes yang efektif dan efisien berhubungan erat dengan masalah guru mengajar, bagaimana caranya guru dapat mengembangkan, menciptakan, dan mengelola proses belajar mengajar. Salah satu usaha yang harus dilakukan oleh guru dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajarnya adalah memahami dan menguasai bahan pelajaran. Selain itu guru juga harus memiliki pengetahuan cara kerja yang bersistem untuk memudahkan pelaksanaan kegiatan dalam mencapai tujuan (metodik mengajar).

Namun dalam kenyataannya, banyak masalah yang muncul dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, terutama yang berhubungan dengan prestasi belajar siswa maupun keterampilan belajar siswa dalam materi tertentu.

Demikian halnya seperti yang terjadi di SDN Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan kemampuan siswa dalam lompat jauh masih sangat rendah. Berdasarkan data awal penelitian, rata-rata nilai lompat jauh siswa kelas VI pada semester genap tahun pelajaran 2014/2015 hanya mencapai 63,33. Sementara jumlah siswa yang berhasil mempunyai nilai di atas

atau sama dengan standar minimal (75,00) adalah 7 siswa, dengan prosentase keberhasilan klasikal mencapai 30 % dari jumlah siswa seluruhnya (23 siswa).

Hal ini diakibatkan oleh beberapa faktor, antara lain : (a) Guru kurang dapat memilih metode mengajar yang tepat, (b) Guru kurang membiasakan siswa untuk berlatih, (c) Guru kurang memberikan model dalam penyampaian materinya, (d) Siswa kurang tertarik dengan materi pelajaran mengingat model pembelajaran selalu monoton, perlu dilakukan modifikasi media pembelajaran, (e) Pembelajaran lompat jauh kurang diminati, (f) Cenderung siswa kurang aktif/takut dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh, (g) KKM yang belum terpenuhi, dan (h) Prestasi belajar siswa pada lompat jauh cenderung menurun.

Sehubungan dengan rendahnya keterampilan siswa tersebut, maka penulis perlu mengadakan penelitian tindakan kelas tentang bagaimana cara meningkatkan keterampilan siswa dalam lompat jauh dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Menggantong Melalui Pendekatan Media Papan Kotak Pada Siswa Kelas VI SDN Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan Tahun Pelajaran 2014/2015”.

Peneliti yakin bahwa dengan menggunakan media papan Kotak pada siswa kelas VI untuk belajar lompat jauh gaya menggantung, kemampuan siswa kelas VI SDN Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan akan meningkat, mengingat dengan menggunakan media papan Kotak ini bisa membuat siswa menjadi lebih berani dalam belajar, siswa akan lebih tertarik, merasa nyaman belajar, tidak tertekan / merasa takut, dan mudah dalam berlatih. Selain itu, dengan adanya media papan kotak ini menambah kreativitas pembelajaran yang dapat memudahkan guru dan siswa menikmati pembelajaran yang berlangsung. Dengan media itu pula dapat menambah khazanah inovasi media pembelajaran yang menyenangkan.

## **Manfaat Penelitian**

### **1. Secara Teoritis**

Mendapatkan informasi tentang macam-macam metode pembelajaran penjasokes dan proses penggunaan metode pembelajaran dengan pendekatan media papan Kotak pada lompat jauh gaya menggantung.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Guru**

- 1) Menentukan dan memilih teknik pembelajaran yang tepat yang sesuai dengan kemampuan siswa, kondisi sekolah dan materi pelajaran, khususnya pelajaran pendidikan dan kesehatan.

- 2) Membantu memotivasi siswa yang berprestasi rendah secara ekstrinsik untuk menumbuhkan motivasi intrinsik sehingga siswa mau maju dan berprestasi.
  - 3) Meningkatkan wawasan tentang pentingnya penelitian tindakan kelas.
  - 4) Mendapatkan pengalaman cara menerapkan metode pembelajaran *quantum teaching berbasis modelling* pada mata pelajaran penjasokes.
  - 5) Sebagai masukan untuk meningkatkan kinerja.
  - 6) Menumbuhkan situasi pembelajaran menjadi lebih baik dan bisa memenuhi harapan guru.
  - 7) Memperbaiki kualitas guru dalam pembelajaran.
- b. Siswa
- 1) Dapat memperbaiki proses belajar penjasokes, khususnya materi atletik.
  - 2) Dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam lompat jauh.
  - 3) Dapat merangsang meningkatkan minat dan hasil belajar, motivasi, serta disiplin, percaya diri siswa untuk rajin berlatih.
  - 4) Menumbuhkan rasa suka, meningkatkan apresiasi siswa dan menumbuhkan motivasi intrinsik dan saling bekerja sama antar siswa.
  - 5) Meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya mempelajari pendidikan jasmani sebagai keterampilan dasar maupun dalam pengembangan ilmu pengetahuan yang lainnya yang dapat dikaji baik melalui pembelajaran formal (persekolahan) maupun bukan formal (les dan kursus).
  - 6) Hasil penelitian ini akan memberikan kemudahan dalam belajar lompat jauh gaya menggantung.
- c. Bagi Kepala Sekolah
- 1) Menentukan kebijakan dan pengambilan keputusan yang tepat dalam mengatasi siswa yang berprestasi rendah.
  - 2) Memberikan motivasi kerja kepada guru agar mempunyai kepedulian yang tinggi terhadap pengentasan masalah siswa yang berprestasi rendah melalui perbaikan metode mengajar.
- d. Bagi Ilmu Pengetahuan
- 1) Menambah dan mempertajam berbagai pendapat tentang pengetahuan penelitian tindakan kelas terhadap disiplin ilmu tersebut.
  - 2) Dapat membuktikan berbagai macam teori metode pembelajaran sehingga penerapannya dalam praktik tidak mengalami keragu-raguan.

## Metode Penelitian

### 1. Rancangan Penelitian

Prosedur penelitian tindakan kelas untuk satu siklus dirancang sebagai berikut :

**Ra** -----> **T** -----> **O** -----> **R** -----> **Pk**

Ra : Rancangan awal

T : Tindakan Pertama

O : Observasi

R : Refleksi

Pk : Perencanaan kembali untuk siklus berikutnya.

Jumlah siklus yang direncanakan ada 2 siklus. Pada setiap akhir siklus diadakan penilaian / tes akhir siklus pada siswa secara mandiri. Tindakan utama yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam lompat jauh adalah penyempurnaan metode pembelajaran dari metode ceramah maupun penugasan dan latihan biasa menjadi pembiasaan modeling. Dalam proses pembelajaran penjaskes yang akan dilaksanakan pada penelitian tindakan ini sesuai dengan langkah-langkah kerja penerapan metode *quantum teaching berbasis modelling*.

### 2. Setting Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SDN Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan. Subjek penelitiannya ialah siswa kelas VI SD Negeri Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan Tahun Pelajaran 2014/2015. Adapun yang menjadi subjek penelitian adalah siswa kelas VI yang berjumlah 23 siswa.

Objek penelitiannya adalah Meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung melalui pendekatan media papan Kotak pada siswa kelas VI SD Negeri Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan Tahun Pelajaran 2014/2015. Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap tahun 2015. Waktu penelitian dilaksanakan selama dua bulan, yakni dari tanggal 17 Maret s.d 20 April 2015.

### 3. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah diri peneliti dan dibantu oleh satu orang guru sebagai pengamat. Dalam melakukan kegiatan penelitian, khususnya

dalam mengumpulkan data penelitian kami dilengkapi dengan alat yakni lembar observasi (angket atau kuisener), lembar catatan, dan dokumentasi.

- a. Tes hasil evaluasi akhir siklus, berupa soal tes unjuk kerja tentang *lompat jauh gaya menggantung*.
- b. Angket Respon Siswa terhadap pelaksanaan melompat dengan media papan Kotak.

#### 4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini adalah sebagai berikut :

- a. Untuk pra siklus teknik yang digunakan adalah nilai lompat jauh dokumenter kelas VI SDN Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan Tahun Pelajaran 2014/2015.
- b. Untuk siklus-siklus selanjutnya teknik yang digunakan adalah observasi dengan menggunakan lembar pengamatan dari kolaborator sehubungan dengan latihan/praktek lompat jauh.

Observasi dilakukan dalam penelitian ini dengan tujuan untuk menjaring data yang berkaitan dengan aktivitas dalam proses pembelajaran. Observasi ini ditujukan kepada aktivitas guru maupun aktivitas siswa di dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran menulis (mencipta) puisi. Jadi, kegiatan observasi ini dilakukan saat berlangsungnya siklus-siklus pembelajaran.

#### 5. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah teknik deskriptif kuantitatif dengan *mean* (rata-rata hitung) dan deskriptif kualitatif dengan kategori-kategori serta membandingkan hasil-hasil temuan. Dalam penelitian ini terdapat dua data, yaitu data yang dijaring melalui lembar observasi, dan data yang dijaring melalui dokumentasi. Data yang dijaring melalui lembar observasi berjenis data kualitatif, sedangkan data yang dijaring melalui dokumentasi berjenis data kuantitatif. Teknik penganalisisannya kedua data tersebut tidak sama, sehingga kriteria penetapan standarnya pun juga tidak sama. Data yang bersifat kualitatif dianalisis berdasarkan tafsir hasil pengamatan atau hasil catatan. Selanjutnya hasil analisis data ini ditampilkan dalam bentuk deskriptif.

## 6. Indikator Keberhasilan

Penelitian ini dinyatakan berhasil bila bisa memenuhi indikator keberhasilan sebagai berikut:

- Tercapainya tujuan siswa aktif dan nyaman dalam belajar
- Adanya kenaikan persentase prestasi belajar Penjaskes siswa dalam kemampuannya berlompat jauh.
- Persentase keberhasilan minimal yang diharapkan adalah 75% siswa bisa melakukan lompat jauh gaya menggantung dengan baik.
- Tercapainya peningkatan kemampuan melakukan lompat jauh siswa dengan nilai rata-rata minimal 75.
- Tercapainya kegiatan pembelajaran yang menarik bagi guru dan siswa sehingga bisa memenuhi target sesuai kompetensi yang diharapkan.

## Hasil Penelitian

### 1. Sajian Data

#### a. Temuan Studi Awal

Studi awal ini dimaksudkan untuk mempermudah kegiatan pembelajaran lompat jauh pada siswa kelas VI SDN Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan Tahun Pelajaran 2014/2015. Dengan kegiatan ini masalah yang dihadapi siswa berkaitan dengan cara berlompat jauh dapat dipakai acuan untuk pembelajaran Lompat jauh pada materi berikutnya yaitu nilai lompat jauh kelas VI pada semester genap tahun pelajaran 2014/2015.

Berdasarkan studi awal yang diperoleh melalui kegiatan diskusi tim ahli, data nilai dapat disajikan sebagai berikut :

Tabel 4.1 Data Nilai Tes Uji Lompat Jauh Gaya Menggantung Siswa Kelas VI SDN Kedawungwetan IV

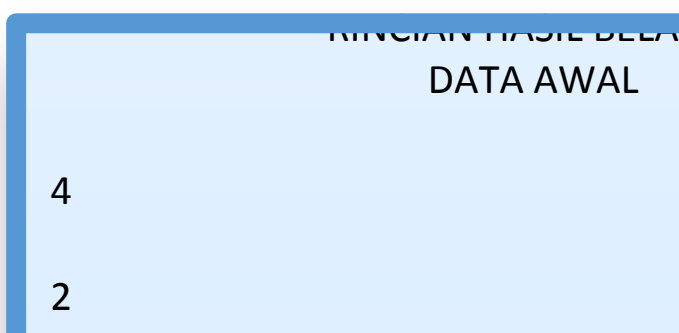
No	Aspek	Nilai Data Awal
1	Rata-rata kelas	64,35
2	Yang Berhasil	7
3	Persentase Keberhasilan	30%

Dari data di atas dapat dilaporkan bahwa :

- Nilai rata-rata kelas untuk pembelajaran *Lompat jauh* masih di bawah rata-rata standar minimal prestasi yang diharapkan, yakni masih di bawah 75,00. Berarti masih jauh dari keberhasilan minimal.
- Jumlah siswa yang berhasil hanya 7 siswa dengan persentase jumlah siswa yang berhasil hanya mencapai 30%, dengan rincian perolehan hasil:

- 3 siswa memperoleh nilai 80 (antara 75-90) B (tuntas)
- 4 siswa memperoleh nilai 75 (antara 75-90) B (tuntas)
- 4 siswa memperoleh nilai 70 (antara 65-74) C (tidak tuntas)
- 3 siswa memperoleh nilai 65 (antara 65-74) C (tidak tuntas)
- 3 siswa memperoleh nilai 60 (antara 65-74) C (tidak tuntas)
- 3 siswa memperoleh nilai 55 (antara 50 - 64) D ( tidak tuntas)
- 1 siswa memperoleh nilai 50 (antara 50 - 64) D (tidak tuntas)
- 2 siswa memperoleh nilai 45 (< 49 ) E (tidak tuntas)

Rincian perolehan nilai tersebut dapat dilihat pada gambar grafik ini:



Gambar Rincian Hasil Belajar Data Awal

#### b. Siklus I

- a. Hasil dari pelaksanaan penelitian tindakan pada siklus I ini berdasarkan tabel 5 berikut ini dapat dinyatakan bahwa ada peningkatan prestasi belajar siswa dari data awal rata-rata kelas yaitu 64,35 menjadi 78,48 berarti ada kenaikan nilai sebesar 14,13. Hal ini dapat dilihat pada tabel 4.2 berikut ini:

Tabel 4.2 Data Nilai Tes Lompat Jauh Pada Siklus I  
Siswa Kelas VI SDN Kedawungwetan IV

No	Aspek	Data Awal	Siklus I
1	Rata-rata kelas	64,35	78,48
2	Yang Berhasil	7	18
3	Persentase Keberhasilan	30%	78%

- b. Jumlah siswa yang berhasil melakukan Lompat jauh gaya menggantung dengan rentang nilai di atas 75,00 sebanyak 18 siswa. Ada kenaikan dari sebelumnya sebanyak 7 siswa.
- c. Berdasarkan hasil pengamatan pada siklus I di atas, hasil belajar melalui pendekatan media papan Kotak menunjukkan kenaikan persentase

keberhasilan sebesar 48% dari data awal 30% menjadi 78% siswa telah bisa melakukan lompat jauh gaya menggantung dengan baik.

- d. Jumlah siswa yang berhasil sudah mencapai 18 siswa dengan persentase jumlah siswa yang berhasil mencapai 78%, dengan rincian perolehan hasil:

8 siswa memperoleh nilai 85 (antara 75-90) B (tuntas)

6 siswa memperoleh nilai 80 (antara 75-90) B (tuntas)

4 siswa memperoleh nilai 75 (antara 75-90) B (tuntas)

4 siswa memperoleh nilai 70 (antara 65-74) C (tidak tuntas)

1 siswa memperoleh nilai 65 (antara 65-74) C (tidak tuntas)

Rincian perolehan nilai tersebut dapat dilihat pada gambar grafik di bawah ini :



Gambar 4.2 Rincian Hasil Belajar Siklus I

### c. Siklus II

Pada siklus II ini diadakan tindakan melalui :

- 1) Menambah pengetahuan / teori tentang *cara melakukan lompat jauh dengan benar*.
- 2) Menambah pembelajaran teknik berlompat jauh.
- 3) Pemberian waktu berlatih secara optimal.

Hasil pelaksanaan tindakan tersebut dapat dilihat pada tabel 4.3 berikut:

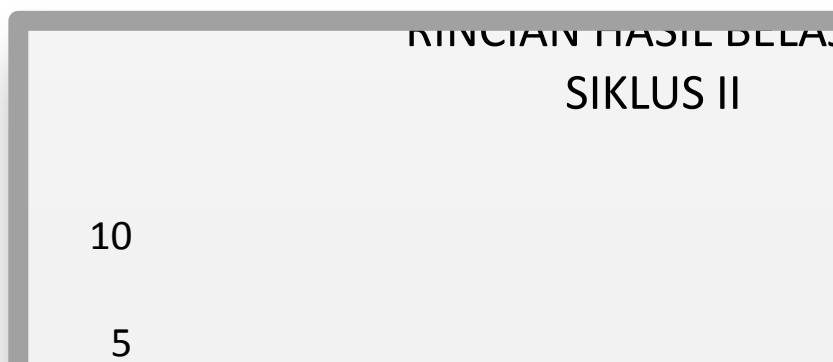
Tabel 4.3 Data Nilai Tes Lompat Jauh Pada Siklus I Dan II  
Siswa Kelas VI SDN Kedawungwetan IV

No	Aspek	Siklus I	Siklus II
1	Rata-rata kelas	78,48	81,74
2	Yang Berhasil	18	23
3	Persentase Keberhasilan	78%	100%

Berdasarkan tabel 4.3 di atas dapat dilaporkan hasilnya sebagai berikut :

- 1) Seluruh siswa (18 siswa) memperoleh nilai di atas atau sama dengan 75,00, dengan nilai rata-rata kelas sebesar 78,48. Hal ini berarti terjadi peningkatan sebesar 3,26 nilai (dari siklus I).
- 2) Jumlah siswa yang berhasil (memiliki nilai di atas 75,00 ke atas) menjadi 21 siswa. Terjadi kenaikan sejumlah 5 siswa (atau 22%).
- 3) Persentase keberhasilan sebesar 100 %. (terjadi peningkatan sebesar 22% dari data hasil siklus I).
- 4) Jumlah siswa yang berhasil sudah mencapai 23 siswa (semua siswa) dengan persentase jumlah siswa yang berhasil mencapai 100 %, dengan rincian perolehan hasil :
  - 4 siswa memperoleh nilai 90 (antara 75-90) B (tuntas)
  - 5 siswa memperoleh nilai 85 (antara 75-90) B (tuntas)
  - 10 siswa memperoleh nilai 80 (antara 75-90) B (tuntas)
  - 4 siswa memperoleh nilai 75 (antara 75-90) B (tuntas)

Rincian perolehan nilai tersebut dapat dilihat pada gambar grafik ini:



Gambar 4.3 Rincian Hasil Belajar Siklus II

## 2. Perbandingan Hasil Studi Awal dengan Hasil Pengembangan

Perbandingan hasil studi awal dengan hasil pengembangan persiklus merupakan suatu analisis untuk mengetahui tingkat perkembangan prestasi belajar siswa (pemahaman siswa terhadap materi ajar dan kemampuan melakukan *Lompat jauh dengan benar*). Adapun datanya dapat ditunjukkan bahwa:

- a. Terdapat kenaikan nilai belajar yang sangat berarti atau positif. Data dari temuan awal ke siklus I dan siklus II selalu mengalami peningkatan nilai. Dengan kegiatan pendukung berupa teknik melakukan *lompat jauh gaya*

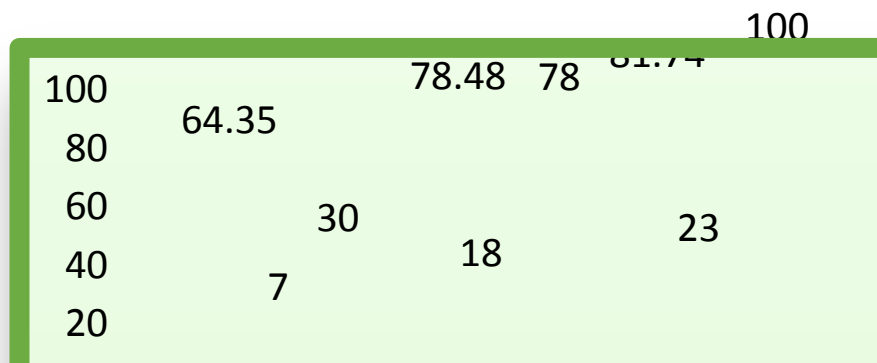
*menggantung dengan benar* pada siklus I mengalami peningkatan hasil sebesar 14,13. Sedangkan dari siklus I ke siklus II meningkat sebesar 3,26. Dari temuan awal ke siklus II meningkat sampai 17,39 nilai (berarti terjadi peningkatan nilai sampai sebesar 70%).

- b. Kenaikan kemampuan melakukan *lompat jauh dengan benar* dari siklus I ke siklus II tersebut merupakan akibat dari tindakan guru yang diberikan berupa penambahan teknik dan teori melakukan *lompat jauh gaya menggantung dengan benar*. Secara utuh datanya dapat dilihat pada tabel 4.4 berikut :

Tabel 4.4 Perbandingan Data Awal Dengan Pengembangan Materi  
Lompat Jauh Gaya Menggantung Siswa Kelas VI  
SDN Kedawungwetan IV

No	Aspek	Data Awal	Siklus I	Siklus II
1	Rata-rata kelas	64,35	78,48	81,74
2	Yang Berhasil	7	18	23
3	Persentase Keberhasilan	30%	78%	100%
4	Keterangan Kegiatan pendukung	-	Pemahaman sederhana	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menambah pengetahuan/teori tentang <i>cara melakukan lompatjauh gaya menggantung dengan benar</i></li> <li>2. Menambah pembelajaran teknik berlompat jauh.</li> <li>3. Pemberian waktu berlatih secara optimal.</li> </ol>

Dari tabel perbandingan di atas dapat lebih jelasnya dilihat pada gambar grafik di bawah ini:



Gambar 4.4 Perbandingan Hasil Belajar Data Awal, Siklus I dan Siklus II

### 3. Respon Siswa terhadap Pembelajaran

Respon siswa terhadap penerapan *Metode pendekatan media papan Kotak* pada 21 siswa kelas VI SDN Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan Tahun Pelajaran 2014/2015 yang diterapkan pada materi pokok "lompat jauh gaya menggantung" digunakan angket yang berisi 7 pertanyaan tentang penerapan pendekatan media papan Kotak pada lompat jauh. Berdasarkan angket respon siswa setelah pelaksanaan kegiatan belajar pada siklus 2 diperoleh data seperti pada tabel 4.5.

Tabel 4.5 Respon Siswa terhadap Metode pendekatan media papan Kotak

No.	Komponen respon	Respon siswa terhadap <i>Media papan Kotak</i>									
		Sangat tidak setuju		Tidak setuju		Cukup setuju		Setuju		Sangat setuju	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
1.	Sifatnya baru bagi saya	0	0,0	0	0,0	0	0,0	14	66,6	7	33,3
2.	Membuat saya aktif	0	0,0	0	0,0	0	0,0	9	42,9	12	57,1
3.	Menarik minat saya	0	0,0	0	0,0	0	0,0	17	80,9	4	19,1
4.	Menumbuhkan rasa ingin tahu	0	0,0	0	0,0	0	0,0	5	23,8	16	76,2
5.	Memudahkan saya	0	0,0	0	0,0	0	0,0	10	47,6	11	52,4
6.	Membuat saya tidak tegang	0	0,0	0	0,0	0	0,0	7	33,3	14	66,7
7.	Membuat saya bebas bebas berlatih dan berkreatif	0	0,0	0	0,0	0	0,0	13	61,9	8	38,1
	<b>Rata-rata</b>								<b>51,11</b>		<b>48,99</b>

Keterangan : (f : frekuensi)

Dari data tabel 8 diperoleh informasi bahwa respon siswa terhadap Penerapan *Metode pendekatan media papan Kotak* yang menyatakan setuju 51,11% dan sangat setuju 48,99%. Secara umum dapat dijelaskan bahwa respon siswa terhadap penerapan metode tersebut sebagian besar menyatakan setuju dan sangat setuju sehingga metode ini mendapat tanggapan yang positif dan dapat meningkatkan motivasi.

## Analisis Data

Untuk menjawab masalah di atas maka dapat dikemukakan bahwa:

1. Melalui *Metode pendekatan media papan Kotak* hasil belajar siswa dalam *bermain lompat jauh* gaya menggantung pada siswa kelas VI SDN Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan Tahun Pelajaran 2014/2015 bisa meningkat.
2. Langkah-langkah pelaksanaan pembelajaran Lompat jauh gaya menggantung melalui *Metode pendekatan media papan Kotak* adalah:
  - a. Menumbuhkan minat siswa dengan melompat pada papan Kotak, kilas balik cara melompat jauh.
  - b. Penjelasan sekilas tentang cara melompat jauh yang baik.
  - c. Memberikan contoh / model lompat jauh gaya menggantung yang benar.
  - d. Mengamati contoh / model lompat jauh gaya menggantung yang benar secara seksama.
  - e. Menyediakan kesempatan bagi siswa untuk menunjukkan bahwa mereka tahu tentang materi ajar.
  - f. Menugasi siswa berlatih sendiri-sendiri.
  - g. Siswa berlatih secara berulang dan menyenangkan.
  - h. Siswa menampilkan keterampilan / kemampuannya dalam lompat jauh dengan pembedan teman-temannya.
  - i. Memberikan pengakuan dan penghargaan (merayakan) untuk penyelesaian, partisipasi, dan pemerolehan keterampilan.
  - j. Menyimpulkan hasil pembelajaran dan refleksi pembelajaran.

Dengan melalui dua siklus, dalam *Lompat jauh*, pada siklus I hasilnya terjadi peningkatan jumlah siswa yang berhasil dengan nilai rata-rata 78,48 sejumlah 18 siswa. Pada siklus kedua memfokuskan pada pemahaman teknik *dan cara berlompat jauh* gaya menggantung dengan berbekal teori dan berlatih secara optimal. Dari siklus II ini juga terjadi peningkatan jumlah siswa yang berhasil melakukan *Lompat jauh gaya menggantung secara benar* dengan nilai rata-rata dia atas 78,48 , yakni 81,74 sejumlah 213 siswa (semua siswa tuntas).

## Interpretasi dan Diskusi

### 1. Interpretasi

Berdasar hasil analisis data maka dapat direfleksikan bahwa peningkatan kemampuan siswa dalam *bermain lompat jauh gaya menggantung* dapat dilakukan melalui kegiatan prasiklus, siklus I, dan siklus II. Pelaksanaan siklus I dan siklus II menggunakan metode pendekatan media

papan Kotak dapat berhasil dengan baik. Berdasarkan hasil refleksi di atas, maka dapat diinterpretasikan bahwa:

- a. Metode pendekatan media papan Kotak dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan siswa kelas VI SDN Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan Tahun Pelajaran 2014/2015 dalam *lompat jauh gaya menggantung*.
- b. Dalam pembelajaran dengan menggunakan media papan Kotak, sebagian besar siswa merespon setuju dan sangat setuju.

## 2. Diskusi

Berdasar hasil analisis, refleksi, dan interpretasi yang telah dikemukakan di atas maka masalah penelitian ini dapat didiskusikan sebagai berikut:

- a. Jika kegiatan pembelajaran lompat jauh menggunakan media papan Kotak, hasilnya dapat meningkat sampai dengan 17,39.
- b. Agar kegiatan pembelajaran lompat jauh gaya menggantung dapat mencapai tujuannya maka guru hendaknya sering memperagakan model sebagai contoh untuk melakukan lompat jauh gaya menggantung dengan benar kepada siswa.

## Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah, hasil analisis dan interpretasi data maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Penerapan metode pendekatan media papan Kotak dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi siswa kelas VI SDN Kedawungwetan IV Kecamatan Grati Kabupaten Pasuruan Tahun Pelajaran 2014/2015 dalam *lompat jauh gaya menggantung*.
2. Terdapat kenaikan nilai belajar yang sangat berarti atau positif. Data dari temuan awal ke siklus I dan siklus II selalu mengalami peningkatan nilai. Dengan kegiatan pendukung berupa teknik melakukan *lompat jauh gaya menggantung dengan benar* pada siklus I mengalami peningkatan hasil sebesar 14,76 Sedangkan dari siklus I ke siklus II meningkat sebesar 3,34. Dari temuan awal ke siklus II meningkat sampai 18,10.

## Daftar Pustaka

Adi, Tirta. 2007. *Inovasi Pembelajaran, Media Pendidikan* Surabaya : Kanwil P dan K Jawa Timur.

- Ahmadi, Abu, Drs. H, dkk. 2005. *SBM (Strategi Belajar Mengajar) untuk Fakultas Tarbiyah Komponen MKDK*. Bandung : CV Pustaka Setia
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- De Porter, Bobbi. 2005. *Quantum Learning : Membiasakan Belajar Nyaman dan Menyenangkan*. Bandung : Kaifa.
- Depdikbud, 1990. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka.
- Diknas. 2006. *Materi Workshop KTI Pengembangan Profesi Guru Jawa Timur*. Surabaya : LPMP Jatim.
- Diknas. 2004. *Kurikulum Tahun 2004 : Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*. Surabaya : Diknas Jatim.
- Depdiknas. 2003. *Materi Pelatihan Pembelajaran Kontekstual*. Surabaya : Dinas P dan K Jawa Timur.
- Jarver, Jess. 2005. *Belajar dan Berlatih Atletik*. Bandung : CV Pionir Jaya.
- Kamisa. 1997. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Surabaya : Kartika.
- Karwapi. 1975. *Guru Sekolah Dasar Beberapa Masalah dan Pendekatannya*. Surabaya : F.A. Hasmar.
- Syarifuddin, Aip. 1997. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan 2*. Jakarta : Grasindo.

