

**PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE *STUDENT
TEAM ACHIEVMENT DIVISION* (STAD) DAN TIPE *JIGSAW*
TERHADAP GERAK DASAR LOMPAT JAUH GAYA
JONGKOK SISWA KELAS VII SMP NEGERI 8
BANDAR LAMPUNG**

(Skripsi)

**OLEH
RAGIL SANJAYA**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2016**

ABSTRAK

PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE *STUDENT TEAM ACHIEVMENT DIVISION* (STAD) DAN TIPE *JIGSAW* TERHADAP GERAK DASAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK SISWA KELAS VII SMP NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG

Oleh

Ragil Sanjaya

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Student Team Achievement Division* (Stad) Dan Tipe *Jigsaw* Terhadap Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Kelas VII Smp Negeri 8 Bandar Lampung. Metode yang digunakan adalah metode eksperimen dengan desain penelitian pre test, ordinal pairing, treatment dan post test.

Populasi penelitian berjumlah 258 siswa, dan sample sebanyak 60 siswa. Teknik pengambilan data menggunakan tes instrument gerak dasar. Teknik analisis data menggunakan Uji t, dengan persyaratan analisis Uji Normalitas, Uji Homogenitas, dan Uji Hipotesis. Hasil analisis data menunjukkan bahwa model pembelajaran Stad dapat diperoleh nilai rata-rata 28,65, sedangkan setelah diberi pembelajaran nilai rata-ratanya adalah 29,60. Hal ini terjadi peningkatan nilai sebesar 0,95. Model pembelajaran *Jigsaw* diperoleh nilai rata-rata 37,40, dan setelah diberi pembelajaran nilai rata-ratanya adalah 37,85. Hal ini terjadi peningkatan nilai sebesar 0,45.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa model pembelajaran Stad lebih efektif dibandingkan dengan model pembelajaran *Jigsaw* terhadap keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII di SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

Kata kunci: Gerak Dasar, Keterampilan, Lompat Jauh, Model Pembelajaran.

PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE *STUDENT TEAM ACHIEVMENT DIVISION* (STAD) DAN TIPE *JIGSAW* TERHADAP GERAK DASAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK SISWA KELAS VII SMP NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG

Oleh

RAGIL SANJAYA

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar
SARJANA PENDIDIKAN

Pada

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2016**

Judul Skripsi : PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE *STUDENT TEAM ACHIEVMENT DIVISION* (STAD) DAN TIPE *JIGSAW* TERHADAP GERAK DASAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK SISWA KELAS VII SMP NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG

Nama Mahasiswa : Ragil Sanjaya

Nomor Pokok Mahasiswa : 1213051054

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

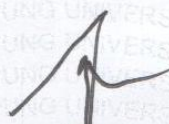
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

Pembimbing I



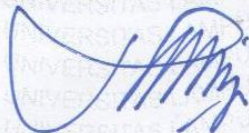
Drs. Wiyono, M.Pd.
NIP 19570111 198303 1 002

Pembimbing II



Drs. Ade Jubaedi, M.Pd.
NIP 19581210 198712 1 001

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

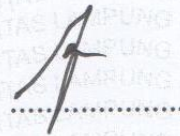


Dr. Riswanti Rini, M.Si.
NIP 19600328 198603 2 002

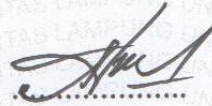
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Drs. Wiyono, M.Pd.



Sekretaris : Drs. Ade Jubaedi, M.Pd.



**Penguji
Bukan Pembimbing : Drs. Suranto, M.Kes.**



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. Muhammad Fuad, M.Hum
NIP. 19590722 198603 1 003

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 12 Oktober 2016

PERNYATAAN

Bahwa saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Ragil Sanjaya

NPM : 1213051054

Tempat tanggal lahir : Menggala, 12 Oktober 1994

Alamat : Jalan. Raden Gunawan Perum Griya Assalam No. 8
Rajabasa Pemuka, Rajabasa, Bandar Lampung

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Student Team Achievement Division* (Stad) Dan Tipe *Jigsaw* Terhadap Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Kelas VII Smp Negeri 8 Bandar Lampung”** adalah benar-benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 2 Mei 2016. Skripsi ini bukan hasil plagiat, ataupun hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sebenar-benarnya, apabila dikemudian hari terjadi kesalahan, penulis bersedia menerima sanksi akademik sebagaimana yang berlaku di Universitas Lampung.

Bandar Lampung, September 2016




Ragil Sanjaya

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Menggala Kabupaten Tulang Bawang Provinsi Lampung pada hari Kamis tanggal 12 Oktober 1994 dari pasangan bapak Gustami dan ibu Sriyati. Penulis adalah anak kedua dari tiga bersaudara.

Penulis menyelesaikan studi tingkat Taman Kanak-Kanak Dharma Wanita Menggala pada tahun 2000, kemudian menempuh pendidikan Sekolah Dasar (SD) Negeri 7 Lebu Dalam Menggala Tulang Bawang pada tahun 2006, dilanjutkan ke tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) 2 Banjar Baru Tulang Bawang pada tahun 2009, kemudian melanjutkan ke Sekolah Menengah Atas (SMA) NEGERI 10 Bandar Lampung pada tahun 2012.

Pada tahun 2012 penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Penjaskes Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung, melalui jalur Seleksi Penerimaan Mahasiswa Baru (SNMPTN) pada tahun 2012.

Pada tahun 2015 penulis melakukan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di desa Karangrejo, Kecamatan Semaka dan melakukan PPL di SMA Negeri 1 Semaka Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus pada bulan Juli-September 2015.

MOTTO

**“ Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum
Sehingga mereka mengubah keadaan mereka sendiri”
(QS. Arra’du:11)**

**“Tuhan menempatkan mu saat ini bukan terjadi karena kebetulan semua
ada alasannya, yakinlah kalau ada niat dan usaha pasti akan ada jalan”
(Ragil Sanjaya)**

**“Namanya juga hidup kadang diatas kadang juga dibawah, hidup tidak
semulus dengan apa yang kamu rencanakan, persiapkan diri dari dini untuk
persaingan kedepan”
(Ragil Sanjaya)**

PERSEMBAHAN

Dengan segenap cinta kasih dan ridho allah, kupersembahkan skripsi ini kepada :

- 1. Kedua orang tuaku tercinta terkasih dan tersayang
Gustami dan Sriyati yang senantiasa mendoakan, membimbing dan bersabar
menantikan kelulusanku.*
- 2. Kakak ku Rengga Saputra dan Adik ku Gessy Sasmita yang kusayangi.*
- 3. Sahabat-sahabat dan teman-teman terbaikku yang selalu memberikan
semangat kepadaku.*
- 4. Serta Almamater Tercinta yang ku banggakan khususnya mahasiswa
Penjaskesrek angkatan 2012 yang tak terlupakan.*

SANWACANA

Asalamualaikum. Wr. Wb

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Skripsi dengan judul “**Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Student Team Achievement Division (Stad)* Dan Tipe *Jigsaw* Terhadap Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Kelas VII Smp Negeri 8 Bandar Lampung**” adalah dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk pencapaian gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Lampung.

Selama penulisan skripsi ini dan selama menjadi mahasiswa pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung, penulis mendapatkan bimbingan, bantuan, dorongan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Drs. Wiyono, M.Pd selaku Pembimbing pertama yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan motivasi serta kepercayaan kepada penulis.
2. Bapak Drs. Ade Jubaedi, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FKIP Universitas Lampung serta selaku Pembimbing kedua yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
3. Bapak Drs. Suranto, M.Kes selaku Pembahas yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, masukan dan motivasi kepada penulis.
4. Ibu Dr. Riswanti Rini, M.Si. Selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung.
5. Bapak /Ibu Dosen dan karyawan Program Studi Penjaskes yang telah memberikan pengetahuan dan keteladanan selama penulis menjalani studi
6. Kepala Sekolah, Guru-Guru, Staf Tata Usaha dan Siswa-Siswi SMP Negeri 8 Bandar Lampung, yang telah memberikan izin dan membantu selama penelitian.
7. Ayah, Ibuku serta adik adiku tersayang yang mengasuh, mendidik dan memberi semangat serta doa kepada penulis untuk dapat menyelesaikan studi terimalah bukti kecil ini sebagai kado keseriusanku
8. Sahabat-sahabat dan teman-teman seperjuanganku Agnes Uthami, Brilyant Selly Chan, Innez Regina, Nike Sylvia, Rizki Ramandha, Setiawan Ardi Wibowo, dan Siska Meilanda.
9. Teman-Teman terbaikku yang membantu dan terlibat dalam penyusunan skripsi Saldi Somay, Faisal Ali, Okti Ibel, Gandi Gelocx, Zaki Arqom,

Vivi F Jon, Jananda Forest, Bli Ditak, Henda Putis, Tommy Hardianto, Atasa, Tyo Otw, Widi atlet, Memet Thobrani, serta Kepada teman-teman angkatan 2012 Penjaskesrek yang senantiasa memberikan warna disetiap kebersamaan, hidupku terlalu berat untuk mengandalkan diri sendiri tanpa melibatkan bantuan dari kalian, terimakasih selalu menemani dalam setiap kesulitan dan selalu ada dalam suka maupun duka.

10. Teman-teman KKN Pekon Karangrejo Kec. Semaka Tanggamus, Catur, Anggun, Dewi, Syahru, Ratna, Wahyuni, Ferti, Yupinda, Nurul . Yang telah menjadi bagian dari keluarga selama dua bulan saat belajar mengajar KKN dan PPL terimakasih atas kenangan, kebersamaan, doa selama menjalani studi di Universitas Lampung.
11. Semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Semoga Allah SWT selalu memberikan balasan yang lebih besar untuk Bapak, Ibu, dan Teman-teman semuanya. Hanya ucapan terimakasih dan doa yang bisa penulis berikan. Kritik dan saran selalu terbuka untuk menjadi kesempurnaan di masa yang akan datang. Semoga skripsi yang sederhana ini bermanfaat bagi kita semua, amin.

Waassalamu alaikum wr.wb

Bandar Lampung , September 2016

Penulis,

Ragil Sanjaya

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Perumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian	7
E. Manfaat Penelitian	8
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Pengertian Pembelajaran Kooperatif	9
1. Student team – achievement division (STAD)	11
2. Jigsaw.....	16
B. Grand Teori.....	18
C. Lompat Jauh	19
1. Pengertian Lompat Jauh.....	19
2. Teknik Lompat Jauh Gaya Jongkok	20
D. Hakekat Belajar dan Pembelajaran	26
1. Pembelajaran Umum.....	26
2. Pembelajaran Gerak	27
3. Pembelajaran Penjas	27
E. Penelitian Relevan.....	28
F. Kerangka Fikir	29
G. Hipotesis	30

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian	33
B. Populasi Dan Sampel	36
1. Populasi	36
2. Sampel	37
C. Variabel Penelitian	38
1. Variabel Bebas	38
2. Variabel Terikat	39
3. Definisi Operasional Variabel.....	39
D. Instrument Penelitian	40
E. Teknik Pengumpulan Data	44
F. Analisis Data	44

BAB IV.HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian dan Deskripsi Data	48
B. Hasil Analisis Data.....	51
1. Uji Prasyarat	51
a. Uji Normalitas Data	51
b. Uji Homogenitas Data	52
C. Uji Hipotesis	53
1. Uji t	54
D. Pembahasan	55

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	58
B. Saran.....	59

DAFTAR PUSTAKA	60
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN	62
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Perhitungan Nilai Peningkatan Dalam Pembelajaran Kooperatif.....	15
2. Kriteria Penghargaan Dalam Pembelajaran Kooperatif.....	15
3. Desain Penelitian	35
4. Uji Instrument	42
5. Interpretasi Koefisien Korelasi Nilai	43
6. Hasil Uji Reliabilitas.....	43
7. Anava Tunggal.....	47
8. Distribusi Frekuensi Data Keterampilan Gerak Dasar Lompat Jauh Gayajongkok.....	48
9. Hasil Uji Normalitas Data.....	52
10. Hasil Uji Homogenitas Data	53
11. Analisis Data Hasil Tes Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Ilustrasi Tumpuan Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	23
2. Ilustrasi Tahap Melayang Gaya Jongkok.....	24
3. Ilustrasi Gerakan Mendarat Lompat Jauh Gaya Jongkok	25
4. Ilustrasi Gerakan Keseluruhan Lompat Jauh Gaya Jongkok	25
5. Bagan Kerangka Berfikir	30
6. Skema Pembagian Kelompok dengan Cara Ordinal Pairing	35
7. Perbedaan Hasil Tes Kelompok STAD.....	49
8. Perbedaan Hasil Tes Kelompok Jigsaw.....	50
9. Perbedaan Kelompok STAD dan Jigsaw.....	51
10. Foto Penelitian.....	81

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Program Pembelajaran	63
2. Deskriptif STAD, Jigsaw Dan Kelas Kontrol	70
3. Uji Hipotesis STAD	71
4. Uji Hipotesis Jigsaw	71
5. Uji Hipotesis Kelas Kontrol	72
6. Uji Normalitas Model Pembelajaran STAD	73
7. Uji Normalitas Model Pembelajaran Jigsaw	73
8. Uji Normalitas Kelas Kontrol	74
9. Uji Homogenitas STAD, Jigsaw dan Kelas Kontrol	75
10. Data Hasil Pretest Dan Posttest STAD	76
11. Data Hasil Pretest dan Posttest Jigsaw	77
12. Data Hasil Pretest dan Posttest Kontrol	78
13. Tabel F	79
14. Tabel t	80
15. Foto – Foto Penelitian	81

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan observasi pada saat pembelajaran penjas siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung diperoleh data bahwa kemampuan siswa kelas VII dalam pembelajaran lompat jauh secara umum memiliki kemampuan menengah ke bawah. Dalam proses pembelajaran yang sudah berlangsung siswa gerakannya masih tidak sesuai dengan apa yang diharapkan seperti pada saat 1) Awalan: larinya cepat dan setelah mendekati papan tolakan berubah menjadi pelan dan gerakan kaki diperpendek, 2) Menolak : pada saat menolak kaki tidak di atas papan tolakan, tolakannya di belakang maupun melebihi papan tolakan dan menolaknya terkadang menggunakan dua kaki, 3) Mendarat : kaki lurus tidak di tekuk dan jatuhnya berat badan ke belakang. Masih tampak beberapa siswa yang mengobrol dengan temannya sendiri, malas-malasan dalam mengerjakan yang diberikan oleh guru. Sebagian besar siswa mengeluh dan kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran. Dalam upaya untuk meningkatkan pembelajaran lompat jauh pada anak Sekolah Menengah Pertama diperlukan model - model pembelajaran yang tepat dan efisien, untuk tingkat perilaku yang diharapkan selama proses pembelajaran berlangsung.

Model-model pembelajaran biasanya disusun berdasarkan berbagai prinsip pola gerak yang ada pada lompat jauh tersebut seharusnya sistematis. Pada pembelajaran motorik terdapat beberapa tahapan belajar motorik diantaranya 1). Fiksasi: lancar dalam melakukan pola gerak, 2). Otomatis: pada tingkat ini penguasaan gerakan secara otomatis tanpa dipengaruhi oleh faktor – faktor lain, 3). Keterampilan: pada tahap ini kapan saja melakukan gerak tidak akan mengalami kesalahan lagi. Konsep belajar penjas disekolah untuk cabang atletik seharusnya tidak ada masalah lagi, dikarenakan pola gerakannya adalah pola gerak yang selalu dilakukan dalam keseharian seperti nomor dalam cabang atletik jalan, lari, lompat, dan lempar. Adapun demi tercapainya harapan dalam pembelajaran gerak dasar lompat jauh tidak terlepas dari pemilihan model pembelajaran, dalam penelitian ini peneliti menggunakan model pembelajaran *cooperatif* tipe *STAD* dan *Jigsaw*.

Pada pembelajaran kooperatif model *STAD*, siswa dikelompokkan dengan jumlah anggota 4-5 orang dengan memperhatikan keanekaragaman gender, latar belakang sosial, etnik, serta tingkat kemampuan akademik. Kemudian guru mempresentasikan materi, dan masing-masing kelompok mendiskusikan, membandingkan jawaban dan mengoreksi jika ditemukan salah persepsi. Para anggota kelompok saling memberi semangat, dukungan, perhatian dan penghargaan diri untuk keberhasilan belajar. Jadi keberhasilan sangat ditekankan pada anggota kelompok. Setelah semua siswa memahami materi kemudian diberikan tes perorangan.

Pada pembelajaran kooperatif model Jigsaw, siswa dikelompokkan seperti pada pembelajaran kooperatif model *STAD*, yang disebut kelompok asal, setiap anggota kelompok ini akan menerima LKS (Lembar Kerja Siswa) yang berbeda dan masing-masing bertanggung jawab terhadap tugasnya. Kemudian masing-masing anggota yang mendapat materi sama berkumpul membentuk kelompok ahli dan selanjutnya mendiskusikan LKS yang menjadi tugasnya. Setelah para ahli memahami materi yang menjadi bagiannya, mereka kembali ke kelompok asal untuk menjelaskan LKS yang menjadi tugasnya. Setelah semua siswa memahami seluruh materi, maka diberikan tes perorangan.

Pendidikan merupakan usaha manusia dalam rangka mewujudkan cita-cita agar dapat memiliki kemampuan yang lebih baik yang dibutuhkan dirinya maupun masyarakat, bangsa, dan negara. Hal tersebut sesuai dengan pengertian pendidikan yang tercantum dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (Sisdiknas) No. 20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 1 sebagai berikut : “Pendidikan didefinisikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian dirinya, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara”. Pada dasarnya pendidikan merupakan kegiatan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki oleh seseorang dan memiliki tujuan untuk menjadikan manusia dewasa yang berkualitas serta

dapat mengabdikan dirinya kepada masyarakat sehingga berguna bagi bangsa dan negara.

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak bisa dipisahkan dari kurikulum pembelajaran karena pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan.

“Pendidikan jasmani adalah salah satu aspek dari proses pendidikan keseluruhan peserta didik melalui kegiatan jasmani yang dirancang secara cermat, yang dilakukan secara sadar dan terprogram dalam usaha meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani dan sosial serta perkembangan kecerdasan”.

Dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) disebutkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah psikomotorik, kognitif, dan afektif setiap siswa. Materi pendidikan jasmani pada siswa Sekolah Menengah Pertama, untuk aspek keterampilan olahraga termasuk di antaranya mempraktikkan berbagai gerak dasar permainan dan olahraga dan nilai – nilai yang terkandung di dalamnya. Salah satu materi olahraga yang terdapat pada kurikulum di Indonesia pada siswa Sekolah Menengah Pertama adalah olahraga atletik.

Atletik merupakan cabang olahraga tertua di dunia dan sering disebut juga induk dari semua cabang olahraga. Hal ini disebabkan karena gerakan atletik sudah tercermin pada manusia purba. Secara tidak langsung gerakannya sudah mereka lakukan pada kehidupan sehari-hari yaitu seperti dalam mempertahankan hidup, mengembangkan hidup, dan dalam usaha menyelamatkan diri dari suatu gangguan. Dalam atletik terdapat nomor olahraga yaitu jalan, lari, lompat, dan lempar. Lompat jauh gaya jongkok merupakan gerakan lompat yang pada saat di udara (melayang), kaki ayun/bebas diayunkan jauh ke depan dan pelompat mengambil suatu posisi langkah yang harus dipertahankan selama mungkin. Dalam tahap pertama saat melayang, tubuh bagian atas dipertahankan agar tetap tegak dan gerakan lengan mengayun dari depan atas terus ke bawah dan ke belakang. Dalam persiapan untuk mendarat, kaki tumpu dibawa ke depan, sendi lutut kaki ayun diluruskan dan badan dibungkukkan ke depan bersamaan kedua lengan diayunkan cepat ke depan pada saat mendarat.

Dari uraian di atas, maka penulis bermaksud melakukan penelitian mengenai ” Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Student Team Achievement Division* (STAD) Dan Tipe *Jigsaw* Terhadap Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut dapat diidentifikasi berbagai permasalahan yang berkaitan dengan pembelajaran lompat jauh sebagai berikut :

1. Kemampuan gerak dasar lompat jauh siswa masih rendah sehingga belum dapat melakukan awalan, tolakan, dan pendaratan dengan baik.
2. Masih banyak siswa pada saat awalan lari diperlambat pada saat menolak papan tumpuan.
3. Pada saat menolak masih banyak siswa yg melawati papan tumpuan dan menggunakan dua kaki.
4. Masih banyak siswa saat mendarat kaki lurus tidak di tekuk dan jatuhnya berat badan ke belakang.
5. Kurangnya variasi model pembelajaran terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa.

C. Rumusan Masalah

Dengan melihat dari latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh yang signifikan model pembelajaran kooperatif tipe *STAD* terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung ?

2. Apakah ada pengaruh yang signifikan model pembelajaran kooperatif tipe *Jigsaw* terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung ?
3. Apakah ada perbedaan yang signifikan antara model pembelajaran kooperatif tipe *STAD* dan *Jigsaw* terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung ?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan yang ingin dicapai penulis dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe *STAD* terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.
2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe *Jigsaw* terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.
3. Untuk membandingkan mana yang lebih baik antara model pembelajaran kooperatif tipe *STAD* dan *Jigsaw* terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

E. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat yaitu bagi:

1. Sekolah

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai pertimbangan bagi sekolah agar dapat mengembangkan model pembelajaran yang berbeda dan bervariasi dalam cabang olahraga atletik khususnya lompat jauh gaya jongkok.

2. Bagi Guru

Sebagai bahan masukan guru dalam memilih suatu model pembelajaran yang kreatif yang dapat menunjang keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani.

3. Bagi Siswa

Menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan dan variatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui variasi model pembelajaran yang diterapkan.

4. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengetahui bahwa dengan model pembelajaran kooperatif yang dapat digunakan untuk meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa. Dan menambah wawasan serta pengalaman bagi peneliti.

5. Bagi Profesi

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan sesama profesi khususnya dibidang olahraga guna pengembangan pembelajaran lompat jauh kedepan lebih baik lagi.

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengertian Pembelajaran Kooperatif

Pembelajaran kooperatif adalah salah satu bentuk pembelajaran yang berdasarkan paham konstruktivis. Pembelajaran kooperatif merupakan model belajar dengan sejumlah siswa sebagai anggota kelompok kecil yang tingkat kemampuannya berbeda. Dalam menyelesaikan tugas kelompoknya, setiap siswa anggota kelompok harus saling bekerja sama dan saling membantu untuk memahami materi pelajaran. Pembelajaran kooperatif belum selesai jika salah satu teman dalam kelompok belum menguasai bahan pelajaran.

Menurut Slavin, (2005:9) “Pembelajaran kooperatif adalah suatu model pembelajaran di mana siswa belajar dan bekerja dalam kelompok- kelompok kecil secara kolaboratif yang anggotanya terdiri dari empat orang sampai enam orang, dengan struktur kelompok yang *heterogen* “

Menurut Anita Lie, 2002 (dalam Isjoni, 2007:16) menyatakan bahwa “Pembelajaran kooperatif adalah sistem pembelajaran yang memberi kesempatan kepada peserta didik untuk bekerjasama dengan siswa lain dalam tugas yang terstruktur”.

Jadi dapat disimpulkan model pembelajaran kooperatif ialah “ salah satu model pembelajaran yang mendorong siswa untuk aktif bertukar pikiran dengan sesamanya dalam memahami suatu materi pembelajaran”.

Dalam pembelajaran kooperatif siswa belajar dan bekerja dalam kelompok-kelompok kecil secara kolaboratif.

Dalam pembelajaran kooperatif terdapat beberapa model pembelajaran yang telah dikembangkan antara lain STAD (*Student Team Achievement Division*) dan *Jigsaw*. Hakekat belajar dengan pembelajaran kooperatif model STAD (*Student Team Achievement Division*) yaitu : menitik berat kan pada pencapaian kemampuan penguasaan materi pelajaran secara bersama, sedangkan *Jigsaw* selain Menitik berat kan pada kebersamaan juga pada ketrampilan antar personal dalam pelaksanaan pembelajaran.

Pengembangan model pembelajaran kooperatif *STAD*, menekankan pada struktur tutorial teman sebaya. Semua peserta didik dalam kelompok saling membantu. Pada pembelajaran kooperatif model *Jigsaw* memberikan penekanan pada peran masing-masing peserta didik dalam kelompoknya (kelompok asal) dan saling bertukar pengetahuan. Pada model pembelajaran kooperatif *Jigsaw* antar peserta didik dalam kelompok memiliki ketergantungan yang sangat besar, karena masing-masing peserta didik dalam kelompok mendapatkan bagian tugas yang berlainan antara peserta didik yang satu dengan peserta didik yang lain.

1. Student Team Achievement Division (STAD)

STAD dikembangkan oleh Robert Slavin dan teman temannya di Universitas John Hopkin, dan merupakan pendekatan pembelajaran kooperatif yang paling sederhana dan paling mudah diterapkan oleh guru yang baru menggunakan model pembelajaran kooperatif. Guru yang menggunakan *STAD*, menyajikan informasi akademik baru kepada siswa setiap minggu menggunakan presentasi verbal atau teks.

Menurut Newman dan Thompson (Armstrong & Scott, 1998: 2) bahwa *STAD* adalah tehnik kooperatif learning yang paling berhasil untuk meningkatkan prestasi akademik siswa.

Pembelajaran kooperatif tipe *STAD* adalah salah satu model pembelajaran kooperatif di mana siswa belajar dengan bantuan LKS secara berkelompok, berdiskusi guna memahami konsep-konsep menemukan hasil yang benar. Semua anggota dibagi tanggung jawab, semua siswa secara individu diberi tes yang akan berpengaruh terhadap evaluasi seluruh kelompok, sehingga untuk memperoleh suatu penghargaan, hasil belajar tiap kelompok tersebut di bandingkan. Dalam *STAD*, para siswa dibagi dalam tim belajar yang terdiri atas empat orang yang berbeda- beda tingkat kemampuannya, jenis kelamin, dan latar belakang etniknya. Guru menyampaikan pelajaran, lalu siswa bekerja dalam tim mereka untuk memastikan bahwa semua anggota tim telah menguasai pelajaran. Selanjutnya, semua siswa mengerjakan kuis mengenai materi secara sendiri – sendiri, di mana saat itu mereka tidak diperbolehkan untuk saling

membantu. Skor kuis para siswa dibandingkan dengan rata – rata pencapaian mereka sebelumnya, kepada masing – masing tim akan diberikan poin berdasarkan tingkat kemajuan yang diraih siswa dibandingkan hasil yang mereka capai sebelumnya. Poin ini kemudian dijumlahkan untuk memperoleh skor tim, dan tim yang memenuhi kriteria tertentu akan mendapatkan penghargaan. Seluruh rangkaian kegiatan, termasuk presentasi yang disampaikan guru, praktik tim, dan kuis biasanya memerlukan waktu 3 – 5 periode kelas. Tiap siswa harus tau materinya tidak boleh saling bantu dalam mengerjakan kuis, tiap siswa harus tau materinya, tanggung jawab individual seperti memotivasi siswa untuk memberi penjelasan dengan baik satu sama lain, karena satu – satunya cara bagi tim untuk berhasil adalah dengan membuat semua anggota tim menguasai informasi atau kemampuan yang diajarkan. Karena skor tim didasarkan atas kemajuan yang dibuat anggotanya dibandingkan hasil yang dicapai sebelumnya (kesempatan yang sukses bersama), semua siswa mempunyai kesempatan untuk menjadi “ bintang “ tim dalam minggu tersebut, baik dengan memperoleh skor yang lebih tinggi dari rekor mereka sebelumnya maupun dengan membuat jawaban kuis yang sempurna, yang selalu akan memberikan skor maksimum tanpa menghiraukan rata – rata skor terakhir siswa.

Langkah-langkah pembelajaran kooperatif tipe *STAD* menurut

Arends, (1997: 119) adalah sebagai berikut:

- a. *STAD* mengenalkan informasi akademis baru kepada siswa setiap minggu atau secara reguler, baik melalui presentasi verbal atau teks.

- b. Siswa dalam kelas dibagi menjadi beberapa kelompok/tim belajar dengan wakil-wakil dari gender, ras/etnis, dan dengan prestasi rendah, rata-rata dan tinggi. Anggota-anggota tim menggunakan *worksheets* atau alat belajar lain untuk menguasai berbagai materi akademis dan kemudian saling membantu untuk mempelajari berbagai materi melalui *tutoring*, saling memberikan kuis atau melaksanakan diskusi tim. Tim terdiri dari lima siswa yang mewakili seluruh bagian dari kelas dalam hal kemampuan akademik dan jenis kelamin. Fungsi utama dari tim ini adalah memastikan bahwa semua anggota tim benar-benar belajar. Untuk mendukung siswa Belajar dalam tim pada setiap pertemuan menggunakan Lembar kerja Siswa (LKS) yang telah disusun sebanyak lima kegiatan, setiap tim mendapat LKS yang sama untuk diselesaikan. Pada saat diskusi tim berlangsung guru mengamati dan membimbing kelompok yang mengalami kesulitan.
- c. Secara individual, siswa diberi kuis mingguan atau dua mingguan tentang berbagai materi akademis. Setelah satu atau dua kali pertemuan, siswa akan mengerjakan kuis individual. Para siswa tidak diperbolehkan untuk saling membantu dalam mengerjakan kuis. Sehingga, tiap siswa bertanggung jawab secara individu untuk memahami materinya.
- d. Kuis-kuis tersebut diskor dan masing-masing individu diberi “skor kemajuan”. Skor kemajuan bukan didasarkan pada absolut siswa, tetapi pada seberapa banyak skor itu bertambah dari rata-rata skor sebelumnya. Setelah sekitar satu atau dua kali pertemuan setelah guru

memberikan presentasi kelas, para siswa akan mengerjakan kuis individual. Para siswa tidak diperbolehkan untuk saling membantu dalam mengerjakan kuis. Sehingga, tiap siswa bertanggung jawab secara individu untuk memahami materinya. Skor kemajuan individual dapat dicapai apabila mereka bekerja lebih giat dan memberikan kinerja yang lebih baik dari sebelumnya. Tiap siswa dapat memberikan kontribusi poin yang maksimal kepada timnya dalam sistem skor ini, tetapi tidak ada siswa yang dapat melakukannya tanpa memberikan usaha maksimal. Tiap siswa diberi skor awal, selanjutnya akan mengumpulkan poin untuk tim mereka berdasarkan tingkat kenaikan skor kuis mereka dibandingkan dengan skor awal. Skor kelompok dihitung didasarkan pada skor peningkatan anggota kelompok. Keberhasilan kelompok dapat dievaluasi dari kumpulan poin peningkatan tiap kelompok yang disumbangkan oleh anggotanya. Poin peningkatan dihitung berdasarkan hasil kuis. Kuis diberikan kepada siswa dan dikerjakan secara individual setelah mereka menyelesaikan tugas kelompok. Pemberian kuis harus dengan alokasi waktu yang cukup bagi siswa untuk dapat menyelesaikannya. Sebagai motivasi, berdasarkan hasil kuis siswa dan perhitungan peningkatan poin kelompok, wujud penghargaan bagi kelompok dapat diberikan dengan berbagai bentuk, seperti sertifikat, laporan berkala kelas atau buletin yang dipajang. Isi semua bentuk tersebut menguraikan tentang prestasi kelompok. Prestasi tersebut dapat diketahui dari hasil perhitungan skor peningkatan kelompok berdasarkan kuis terdahulu.

Perhitungan skor peningkatan, dan kriteria penghargaan kelompok menggunakan kriteria seperti pada Tabel 1. berikut:

Tabel 1. Perhitungan nilai peningkatan dalam pembelajaran kooperatif

Skor Tes Akhir	Nilai Peningkatan
Lebih dari 10 poin di bawah skor dasar	5
1 poin sampai dengan 10 poin di bawah skor dasar	10
Skor awal hingga 10 poin di atas skor dasar	20
Lebih dari 10 poin di atas skor dasar	30
Nilai sempurna	30

(Sumber : Rusman, 2012:216)

Kriteria penghargaan kelompok dalam pembelajaran kooperatif terdiri dari tiga tingkatan penghargaan berdasarkan skor rata-rata kelompok atau tim seperti terlihat pada Tabel 2 berikut:

Tabel 2. Kriteria penghargaan dalam pembelajaran kooperatif

Kriteria (rata-rata tim)	Penghargaan
15	Baik
20	Hebat
30	Super

(Sumber : Rusman, 2012:216)

Berdasarkan tabel 2 di atas seluruh tim dapat memperoleh penghargaan tersebut, di dalam sebuah kelas dapat terjadi lebih dari atau tim mendapat penghargaan tim super, tim hebat dan tim baik asalkan kriteria di atas terpenuhi.

Berdasarkan pendapat di atas, yang dimaksud dengan *Student Team Achievement Division (STAD)* dalam penelitian ini adalah guru membagi siswa menjadi kelompok-kelompok kecil yang terdiri dari empat sampai enam orang dan terdiri dari laki-laki dan perempuan yang berasal dari siswa memiliki kemampuan tinggi, sedang, dan rendah dengan langkah-langkah: Presentasi kelas, Belajar dalam tim, Kuis, Skor kemajuan individu, dan Penghargaan kelompok.

2. Jigsaw

Jigsaw merupakan model pembelajaran kooperatif yang dikembangkan pertama kali oleh Eliot Aronson tahun (1971), dan kemudian diadaptasi oleh Robert E Slavin dan teman-teman di Universitas John Hopkins. Dalam model pembelajaran kooperatif *Jigsaw*, setiap peserta didik menjadi anggota kelompok asal (*home group*) dan juga sebagai kelompok ahli (*expert group*).

Menurut (Arend, 1997 : 52). Peserta didik dalam kelompok ahli bertanggung jawab terhadap penguasaan materi yang menjadi bagian yang harus dipelajari dan berkewajiban mengajarkan kepada peserta didik lain dalam kelompoknya. Sedangkan menurut (Slavin, 2005 : 246). Jigsaw adalah salah satu dari metode-metode kooperatif yang paling fleksibel.

Model pembelajaran Jigsaw merupakan salah satu variasi model Collaborative Learning yaitu proses belajar kelompok dimana setiap anggota menyumbangkan informasi, pengalaman, ide, sikap, pendapat,

kemampuan, dan keterampilan yang dimilikinya, untuk secara bersama-sama saling meningkatkan pemahaman seluruh anggota.

Langkah-langkah pembelajaran kooperatif tipe *Jigsaw* :

a) Peserta didik dalam satu kelas dibagi menjadi kelompok-kelompok dengan anggota 4 – 5 orang peserta didik dengan karakteristik heterogen dan disebut kelompok asal.; b) Setiap peserta didik pada kelompok asal memperoleh LKS yang berbeda; c) Peserta didik yang memperoleh LKS yang sama berkumpul membentuk kelompok ahli untuk mendiskusikan LKS dan kemudian menjadi ahli pada tugasnya. Tunjukkan seorang pemimpin diskusi pencatat, pembaca materi dan pengoreksi; d) Masing-masing peserta didik dari kelompok ahli kembali ke kelompok asal untuk menjelaskan LKS yang menjadi tugasnya ke anggota kelompoknya secara bergantian dan berbagi informasi. Tekankan pada masing-masing peserta didik bahwa setiap peserta didik mempunyai tanggung jawab pada kelompok asal dan menjadi tutor yang baik sebagaimana halnya dia menjadi pendengar yang baik. Para peserta didik harus dapat menyakinkan bahwa mereka telah memahami seluruh pokok bahasan dan siap untuk mengikuti tes perorangan; e) Pada akhir pelajaran, para peserta didik diberikan tes perorangan yang mencakup semua kompetensi dasar telah dipelajari dan diberi skor seperti pada model *STAD*.

Pada pelaksanaan model pembelajaran kooperatif *Jigsaw* pada awalnya akan terjadi proses yang kurang lancar. Hal ini terjadi karena beberapa masalah yang muncul selama KBM, antara lain: (1) Peserta didik yang

pandai akan mendominasi pembicaraan, sebaliknya peserta didik yang kurang pandai akan kesulitan memberikan presentasi; (2) Peserta didik yang pandai akan merasa bosan dengan anggota kelompok yang lambat. Untuk mengatasi masalah tersebut adalah dengan jalan keluarnya diantaranya: (1) Agar kelompok hendaknya terdiri dari peserta didik yang berkemampuan akademiknya beragam yaitu dari tingkat akademik tinggi sampai rendah; (2) Tidak menganut keanggotaan permanen, artinya peserta didik dapat bergantian kelompok dalam kurun waktu tertentu.

B Grand teori

Cooperative learning merupakan strategi belajar dengan jumlah siswa sebagai anggota kelompok kecil yang tingkat kemampuannya berbeda. Menurut Slavin 1985 (dalam Isjoni, 2007:12), *cooperative learning* adalah suatu model pembelajaran di mana siswa belajar dan bekerja dalam kelompok – kelompok kecil secara kolaboratif yang anggotanya 4 – 6 orang dengan struktur kelompok heterogen.

Menurut Sunal dan Hans 2000 (dalam Isjoni, 2007:12) mengemukakan *cooperative learning* merupakan suatu cara pendekatan atau serangkaian strategi yang khusus dirancang untuk memberi dorongan kepada peserta didik agar bekerja sama selama proses pembelajaran. Jadi dapat disimpulkan *cooperative learning* adalah suatu model pembelajaran yang melibatkan peserta didik dapat belajar secara kelompok bersama teman-temannya dengan cara saling menghargai pendapat dan memberikan

kesempatan kepada orang lain untuk mengemukakan gagasannya dengan menyampaikan pendapat mereka secara berkelompok.

Berdasarkan pendapat – pendapat di atas belajar dengan model kooperatif dapat diterapkan untuk memotivasi siswa berani mengemukakan pendapatnya, menghargai pendapat teman, dan saling memberikan pendapat. Selain itu dalam belajar biasanya siswa dihadapkan pada latihan soal – soal atau pemecahan masalah. Oleh sebab itu, *cooperative learning* sangat baik untuk dilaksanakan karena siswa dapat bekerja sama dan saling tolong – menolong mengatasi tugas yang dihadapinya, pada masa sekarang masyarakat pendidikan semakin menyadari pentingnya para siswa berlatih berfikir, memecah masalah, serta menggabungkan kemampuan dan keahlian.

Beberapa ahli menyatakan bahwa model ini tidak hanya unggul dalam membantu siswa memahami konsep yang sulit, tetapi juga sangat berguna untuk menumbuhkan kemampuan berfikir kritis, bekerja sama, dan membantu teman.

C. Lompat jauh

1. Pengertian 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.

Eddy Purnomo dan Dapan, (2013 : 89) Lompat jauh adalah nomor sederhana dari nomor – nomor lainnya. Sebab, sebelum diberikan pembelajaran atau latihan lompat jauh siswa sudah dapat melakukan gerak dasar lompat jauh ini.

Menurut Djumidar, (2003: 12.40) 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 gaya gerak parabola dari titik pusat gravitasi.

Lompat jauh gaya jongkok dianggap mudah karena tidak banyak gerakan yang harus dilakukan pada saat melayang di udara, jika dibandingkan dengan gaya lainnya. Namun ada salah satu hal yang harus diperhatikan agar gaya pada saat melayang dapat dilakukan dengan benar yaitu pada gaya jongkok terletak pada saat membungkukkan badan dan menekuk kedua lutut serta menjulurkan kedua kaki ke depan dengan kedua lengan tetap ke depan untuk mendarat.

2. Teknik Lompat Jauh Gaya Jongkok

Lompat jauh bila dilihat dari teknik dan gerakannya dapat dibagi menjadi beberapa tahap yaitu :

1) Awalan atau ancang-ancang

Awalan merupakan tahap pertama dalam lompat jauh. Tujuan awalan adalah untuk mendapatkan kecepatan maksimal pada saat akan

melompat dan membawa pelompat pada posisi yang optimal untuk tolakan. Awalan lompat jauh harus dilakukan dengan harmonis, lancar dan dengan kecepatan yang tinggi, tanpa ada gangguan langkah agar diperoleh ketepatan bertumpu pada balok tumpuan.

Menurut Eddy Purnomo dan Dapan (2013 : 90) Kemampuan dalam mengambil awalan itu penting dan cara ideal untuk mencapainya adalah dengan melakukan lari percepatan secara gradual (sedikit demi sedikit) meningkat. Untuk awalan dalam lompat jauh yang baik menggunakan awalan 30 -50 m, untuk tingkat anak-anak khususnya sekolah dasar biasanya menggunakan suatu awalan yang lebih pendek.

Menurut Djumidar (2003 : 12.41), Tujuan ancang-ancang adalah untuk mendapatkan kecepatan horizontal yang setinggi-tingginya agar dorongan massa ke depan lebih besar.

2) Bertumpu

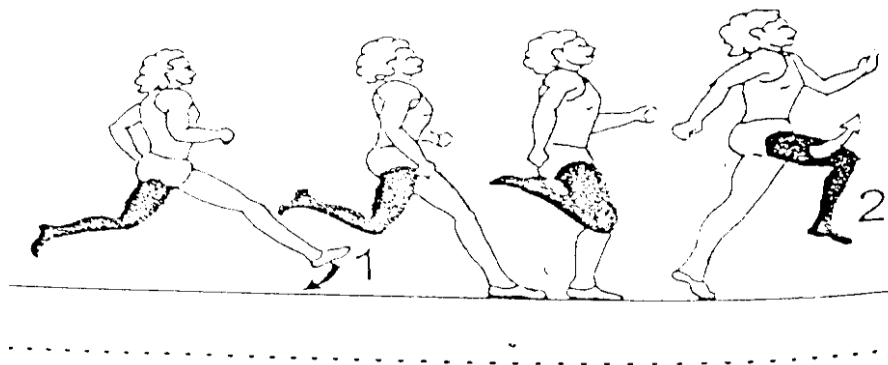
Tumpuan merupakan perubahan gerak datar ke gerak tegak atau ke atas yang dilakukan secara cepat. Tumpuan dilakukan dengan cara yaitu, sebelumnya pelompat sudah mempersiapkan diri untuk melakukan tolakan sekuat-kuatnya pada langkah terakhir, sehingga seluruh tubuh terangkat ke atas melayang di udara. Tolakan dilakukan dengan menolakkan salah satu kaki untuk menumpu tanpa langkah melebihi balok tumpu untuk mendapatkan tolakan ke depan atas yang besar.

International Amateur Athletic Federation (2000 : 37), Tujuan bertumpu adalah guna memaksimalkan kecepatan vertical dan guna memperkecil hilangnya kecepatan horizontal.

Menurut Djumidar (2003 : 12.41), Menumpu merupakan suatu gerakan yang sangat penting yang dapat menentukan hasil lompatan, untuk itu perlu diperhatikan gerakan-gerakan sebagai berikut :

- 1) Badan saat menumpu jangan terlalu condong seperti halnya saat melakukan lari / ancap-ancap atau sebaliknya menengadah.
- 2) Tumpuan harus kuat cepat dan aktif sambil menjaga keseimbangan badan agar tidak oleng dan goyang.
- 3) Kecepatan gerak maju ke depan tidak terhambat dengan adanya tumpuan walaupun ada pengaruhnya diupayakan tidak banyak.
- 4) Berat badan berada sedikit di depan titik tumpu, gerakan kaki menelapak dari tumit ke ujung kaki , dengan tempo yang sangat cepat.
- 5) Gerakan ayunan lengan sangat membantu menambah ketinggian di samping menjaga keseimbangan badan.
- 6) Pandangan penuh kemuka mengikuti arah gerak dari suatu lompatan.

Berikut ini disajikan ilustrasi gerakan menumpu untuk menolak sebagai berikut:



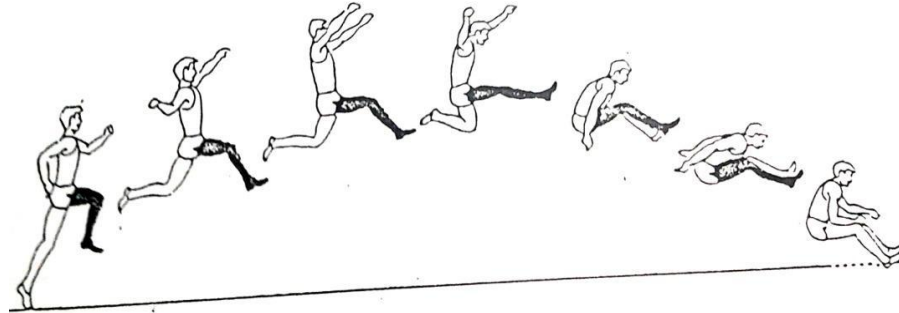
Gambar 1. Ilustrasi Tumpuan Lompat Jauh Gaya Jongkok
(International Amateur Athletic Federation, 2000 : 37)

3) Melayang di Udara

Salah satu usaha untuk mengatasi daya tarik bumi tersebut yaitu harus melakukan tolakan yang sekuat-kuatnya disertai dengan ayunan kaki dengan kedua tangan ke arah lompatan. Semakin cepat awalan dan semakin kuat tolakan yang dilakukan, maka akan semakin lebih lama dapat membawa titik berat badan melayang di udara. Dengan demikian akan dapat melompat lebih tinggi dan lebih jauh, karena kedua kecepatan itu akan mendapatkan perpaduan (*resultante*) yang menentukan lintasan gerak dari titik berat badan tersebut. Hal yang perlu diperhatikan pada saat melayang di udara yaitu menjaga keseimbangan tubuh, sehingga akan membantu pendaratan.

Menurut Eddy Purnomo dan Dapan (2013 : 92), Gaya jongkok bila dilihat dari tehnik lompatan saat berada di udara (melayang), kaki ayun bebas diayunkan jauh ke depan dan pelompat mengambil suatu posisi langkah yang harus dipertahankan selama mungkin.

Berikut ini disajikan ilustrasi gerakan pada saat berada di udara (melayang) sebagai berikut:



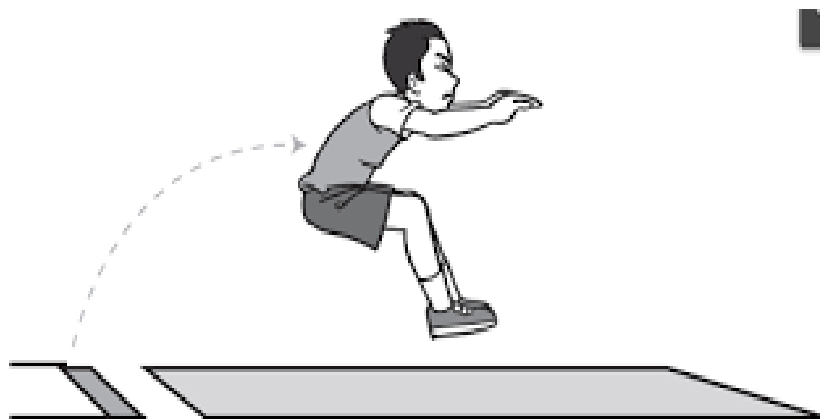
Gambar 2. Ilustrasi tahap melayang gaya jongkok (Eddy Purnomo dan Dapan, 2013 : 92).

4) Mendarat

Pendaratan merupakan tahap terakhir dari rangkaian gerakan lompat jauh. Pendaratan merupakan prestasi yang dicapai dalam lompat jauh. Mendarat dengan sikap dan gerakan yang efisien merupakan kunci pokok yang harus dipahami oleh pelompat. Mendarat dengan sikap badan hampir duduk dan kaki lurus ke depan merupakan pendaratan yang efisien. Pada waktu mulai menyentuh pasir, pelompat memegaskan lutut dan menggeserkan pinggang ke depan, sehingga badan bagian atas menjadi agak tegak dan lengan mengayun ke depan.

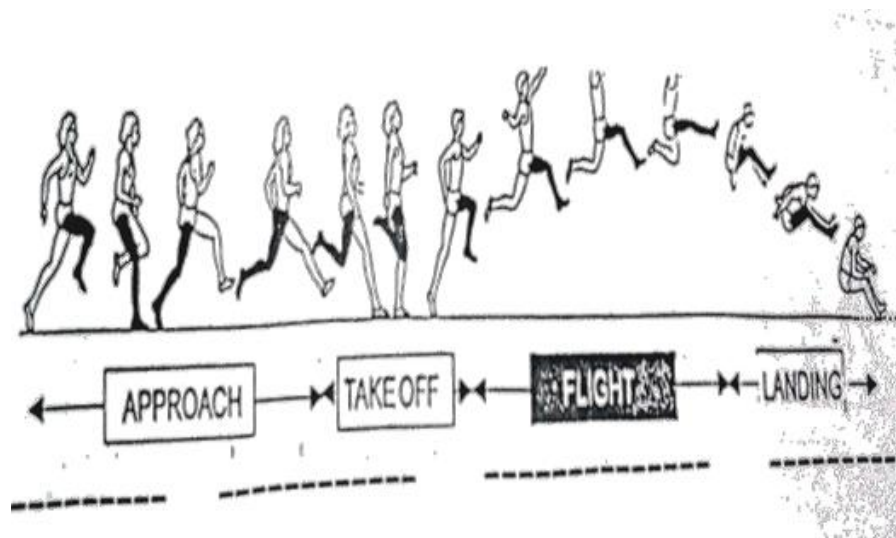
Menurut Djumidar (2003 : 12.42) Yang perlu diperhatikan pada saat mendarat adalah kedua kaki mendarat secara bersamaan diikuti dengan doronga pinggul ke depan sehingga badan tidak ada keenderungan jatuh ke belakang yang mengakibatkan kerugian bagi si pelompat.

International Amateur Athletic Federation (2000 : 41), tujuan mendarat adalah untuk memperkecil hilangnya jarak lompatan. Berikut ini disajikan gambar ilustrasi pendaratan dalam lompat jauh gaya jongkok :



Gambar 3. Ilustrasi gerakan mendarat pada lompat jauh gaya jongkok (Eddy Purnomo dan Dapan, 2013 : 93).

Berikut ini disajikan ilustrasi teknik gerakan mendarat lompat jauh gaya jongkok sebagai berikut:



Gambar 4. Ilustrasi gerakan keseluruhan lompat jauh gaya jongkok (International Amateur Athletic Federation, 2000 : 38)

D. Hakekat Belajar Dan Pembelajaran

1. Pembelajaran Umum

Pembelajaran merupakan konsep yang terkait dengan proses belajar - mengajar. Dalam bidang pendidikan istilah belajar-mengajar lebih populer dengan istilah pembelajaran. Di dalam pendidikan jasmani istilah belajar-mengajar pendidikan jasmani disebut juga proses pembelajaran pendidikan jasmani. Menurut Sukintaka (2001:70) pembelajaran mengandung pengertian bagaimana mengajarkan sesuatu kepada anak didik tetapi juga ada suatu pengertian bagaimana anak didik mempelajarinya.

Menurut Saidihardjo (2004: 12) pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada lingkungan belajar. Interaksi peserta didik dengan lingkungan belajar dirancang untuk mencapai tujuan pembelajaran, di antaranya peningkatan motivasi dan hasil belajar siswa. Kompetensi berupa sejumlah kemampuan bermakna dalam aspek pengetahuan (kognisi), sikap (afektif), dan keterampilan (psikomotor) yang dimiliki peserta didik sebagai hasil belajar, atau setelah mereka menyelesaikan pengalaman belajarnya.

Jadi dari uraian pendapat para ahli di atas, penulis menyimpulkan bahwa pembelajaran merupakan suatu proses untuk memfasilitasi peserta didik agar dapat memperoleh pengetahuan dengan memanfaatkan lingkungan belajar.

2. Pembelajaran Gerak

Menurut Rusli Lutan (2000 : 16), bentuk–bentuk pembelajaran pendidikan jasmani meliputi tiga bagian yaitu (1) tahap pendahuluan , tahap membuka pelajaran atau latihan pemanasan, (2) tahap pelajaran inti atau tahap pengembangan bahan pelajaran, dan, (3) tahap penutup atau tahap latihan penenangan .

Schmidt (1991) menjelaskan bahwa pembelajaran gerak adalah serangkaian proses yang dihubungkan dengan latihan atau pengalaman yang mengarah pada perubahan – perubahan yang relative permanen dalam kemampuan seseorang untuk menampilkan gerakan – gerakan yang terampil.

Dari uraian di atas penulis menyimpulkan bahwa pembelajaran gerak merupakan suatu proses melatih peserta didik untuk melakukan gerakan - gerakan yang terampil yang meliputi 3 aspek yaitu kognitif, afektif dan psikomotor.

3. Pembelajaran Penjas

Pembelajaran pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap, mental, emosional, dan sosial).

Pendidikan jasmani dan kesehatan pada dasarnya memiliki arah pembelajaran yang menekankan pembelajaran gerak dasar yang benar sehingga gerakan yang dilakukan akan menghasilkan dan meningkatkan

efektifitas kesehatan yang baik serta peningkatan pola gerak terampil sebagai dasar gerak olahraga.

Dauer dan Pangrazi (1989: 1) Mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah fase dari program pendidikan keseluruhan yang memberikan kontribusi terutama melalui pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh untuk tiap anak.

Sedangkan menurut Nixon and Cozens (1963: 51) Mengemukakan bahwa pendidikan jasmani didefinisikan sebagai fase dari seluruh proses pendidikan yang berhubungan dengan aktivitas dan respons otot yang giat dan berkaitan dengan perubahan yang dihasilkan individu dari respons tersebut. Jadi dari uraian di atas penulis menyimpulkan bahwa pendidikan jasmani harus dilakukan dengan penanaman pola bergerak yang terstruktur dengan baik dan memiliki tujuan dari pola gerak itu.

E. Penelitian yang Relevan

Sebelum melakukan penelitian ini, peneliti telah menelusuri beberapa hasil penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan penelitian yang peneliti lakukan ini. Dari beberapa contoh judul penelitian terdahulu memang memiliki keterkaitan dari segi masalah yaitu mencari tau tentang hubungan dan pengaruh akan tetapi objek dan sarannya yang berbeda. Seperti contoh skripsi Enti Dianasari yang berjudul Pembelajaran Kooperatif Model *JIGSAW* dan *STAD* Ditinjau Dari Kemampuan Awal Dan Kreativitas Siswa. Pada penelitian ini peneliti mengangkat judul “Pengaruh Model Pembelajaran

Kooperatif tipe *STAD* dan *JIGSAW* Terhadap Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

F. Kerangka Berfikir

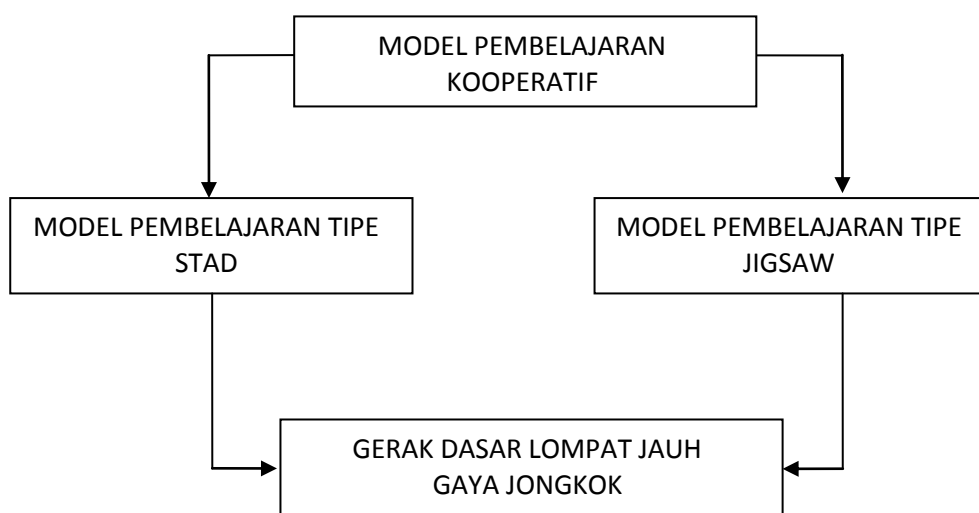
Kerangka berfikir yang baik akan menjelaskan secara teoritis pertautan antara variabel yang akan diteliti, jadi secara teoritis perlu dijelaskan hubungan antara variabel independen dan dependen.

Menurut Uma Sekaran dalam Sugiyono (2011 : 60) mengemukakan bahwa “Kerangka berpikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai hal yang penting jadi dengan demikian maka kerangka berpikir adalah sebuah pemahaman yang melandasi pemahaman-pemahaman yang lainnya, sebuah pemahaman yang paling mendasar dan menjadi pondasi bagi setiap pemikiran atau suatu bentuk proses dari keseluruhan dari penelitian yang akan dilakukan. Menurut Muhamad (2009 : 75) kerangka pikir adalah gambaran mengenai hubungan antar variabel dalam suatu penelitian, yang diuraikan oleh jalan pikiran menurut kerangka logis.

Menurut Riduwan (2004 : 25) kerangka berfikir adalah dasar pemikiran dari penelitian yang disintesis dari fakta-fakta, observasi dan telaah penelitian. Kerangka pikir memuat teori, dalil atau konsep-konsep yang akan dijadikan dasar dalam penelitian.

Berdasarkan teori-teori yang telah dideskripsikan tersebut, selanjutnya dianalisis secara kritis dan sistematis, sehingga menghasilkan sintesa tentang

hubungan antar variabel yang diteliti. Kerangka pikir penelitian merupakan urutan-urutan logis dari pemikiran peneliti untuk memecahkan suatu masalah penelitian, yang dituangkan dalam bentuk bagan dengan penjelasannya.



Gambar 5. Bagan Kerangka Berfikir

Dari uraian diatas, dapat diduga bahwa dengan model pembelajaran kooperatif tipe STAD dan model pembelajaran kooperatif tipe Jigsaw dapat meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok.

G. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah yang masih praduga karena masih harus diverifikasi. Menurut Prof. Dr. S. Nasution definisi hipotesis ialah “pernyataan tentative yang merupakan dugaan mengenai apa saja yang sedang kita amati dalam usaha untuk memahaminya”.

(Nasution:2000)

Menurut Erwan Agus Purwanto dan Dyah Ratih Sulistyastuti (2007:137), hipotesis adalah pernyataan atau dugaan yang bersifat sementara terhadap suatu masalah penelitian yang kebenarannya masih lemah (belum tentu kebenarannya) sehingga harus diuji secara empiris.

Dari penjelasan para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa hipotesis adalah kesimpulan awal dari sebuah penelitian, yang belum teruji kebenarannya (perkiraan), dan untuk membuktikan kebenarannya maka dilakukanlah penelitian.

Berdasarkan pendapat menurut para ahli di atas maka hipotesis dirumuskan sebagai berikut :

H1 : Ada pengaruh yang signifikan model pembelajaran kooperatif tipe *STAD* terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

H0₁ : Tidak ada pengaruh yang signifikan model pembelajaran kooperatif tipe *STAD* terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

H2 : Ada pengaruh yang signifikan model pembelajaran kooperatif tipe *Jigsaw* terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

H0₂ : Tidak ada pengaruh yang signifikan model pembelajaran kooperatif tipe *Jigsaw* terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

H3 : Ada pengaruh yang lebih signifikan model pembelajaran kooperatif tipe *STAD* dan tipe *Jigsaw* terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

H0₃ : Tidak ada pengaruh yang lebih signifikan model pembelajaran kooperatif tipe *STAD* dan tipe *Jigsaw* terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan faktor yang sangat penting dalam menentukan keberhasilan dari suatu penelitian. Menurut Sutrisno Hadi, metode adalah suatu usaha untuk menemukan kebenaran, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu pengetahuan, usaha yang dilakukan dengan menggunakan metode ilmiah. (Sutrisno Hadi, 1993:40).

Menurut Sugiyono (2013:2) metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.

Menurut Arikunto (2010:3) penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang selalu dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat dari suatu perlakuan.

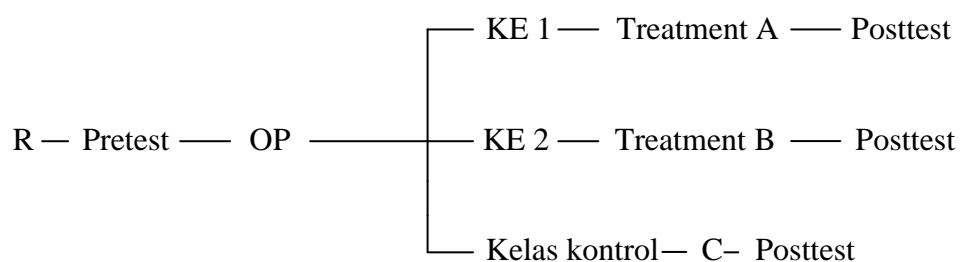
Berdasarkan pendapat diatas, penulis menyimpulkan bahwa metode penelitian merupakan cara ilmiah yang digunakan oleh peneliti dalam merancang , melaksanakan, dan mengolah data, serta menarik kesimpulan berkenaan dengan masalah penelitian.

Metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen murni atau true eksperimen. Dikatakan eksperimen murni kerana design penelitian ini dapat mengontrol semua variable luar yang mempengaruhi eksperimen,

dengan demikian validitas internal penelitian menjadi tinggi. Ciri utama dari eksperimen murni adalah bahwa sampel dipilih secara random (acak), dan ada kelompok control.

Sejalan dengan hal tersebut, tujuan dari true experiments menurut Suryabrata (2011 : 88) adalah untuk menyelidiki kemungkinan saling hubungan sebab akibat dengan cara mengenakan perlakuan dan membandingkan hasilnya dengan grup kontrol yang tidak diberi perlakuan. True experiments ini mempunyai ciri utama yaitu sampel yang digunakan untuk eksperimen maupun sebagai kelompok kontrol diambil secara random dari populasi tertentu. Atau dengan kata lain dalam true experiments pasti ada kelompok kontrol dan pengambilan sampel secara random.

Rancangan penelitian yang digunakan Ordinal pairing Pre-test, Post-test Design. Pola yang digunakan pada desain prosedur ini sebagai berikut :



Keterangan :

R = Random

Pretest = Tes awal gerak dasar lompat jauh gaya jongkok

OP = Ordinal Pairing

KE 1 = Kelompok 1

KE 2 = Kelompok 2

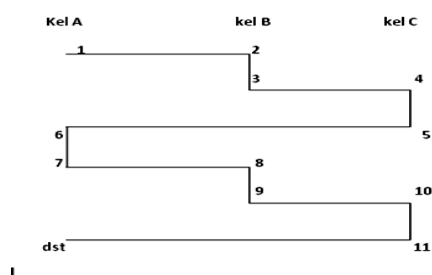
- C = Kelas Kontrol
- Treatment A = Model pembelajaran STAD .
- Treatment B = Model pembelajaran JIGSAW
- Posttest = Tes akhir gerak dasar lompat jauh gaya jongkok

Desain yang dipakai dalam penelitian ini adalah Randomized Control-Group Pretest-Posttest Design (desain tes awal-tes akhir) seperti dalam tabel berikut:

Tabel 3. Desain penelitian

Subjek	Tes Awal	Treatment	Tes Akhir
Kelompok Eksperimen A	KE A	X1	KE A
Kelompok Eksperimen B	KE B	X2	KE B
Kelompok Kontrol	KE C	-	KE C

Pada penelitian ini dibagi dua kelompok eksperimen (di beri perlakuan) dan satu kelompok kontrol. Pembagian kelompok eksperimen A, B, dan kelompok kontrol C didasarkan pada hasil ranking pada tes awal. Adapun pembagian kelompok dalam penelitian ini dengan cara ordinal pairing sebagai berikut :



Keterangan :

A,B = Kelompok Eksperimen

C = Kelompok Kontrol

1,2,3 = Ranking (hasil tes awal)

OP = Ordinal Pairing

Gambar 6. Skema Pembagian Kelompok dengan Cara Ordinal Pairing

Pelaksanaan / Prosedur Penelitian

1. Melakukan pretes kepada seluruh populasi yaitu 258 siswa.
2. Membagi subjek secara berurutan (*ordinal pairing*) berdasarkan ranking. pretes menjadi tiga kelompok, kemudian perwakilan setiap kelompok mengambil undian untuk menentukan dua kelompok eksperimen (kelompok dengan perlakuan) dan satu kelompok kontrol.
3. Pada kedua kelompok eksperimen diberikan perlakuan/treatment (3 kali dalam seminggu,) selama 1 bulan.
4. Melakukan posttest kepada ketiga kelompok untuk mengukur variabel terikat, lalu hitung meannya untuk masing-masing kelompok.
5. Menghitung perbedaan antara hasil pretest dan posttest untuk masing - masing kelompok.
6. Membandingkan perbedaan antara pretest dan posttest, apakah penerapan perlakuan (treatment) itu berkaitan dengan perubahan yang lebih besar pada kelompok eksperimen.
7. Melakukan tes statistik untuk menentukan apakah perbedaan skor yang dihitung signifikan atau perbedaan itu hanya terjadi secara kebetulan.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek/subyek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Sugiyono (1997 : 57) memberikan pengertian bahwa : “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang menjadi kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Suharsimi Arikunto (2006 : 130) menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.

Jadi dapat disimpulkan populasi adalah keseluruhan subjek yang dimasukan untuk diselidiki dalam suatu penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 8 Bandar Lampung yang berjumlah 258 orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya. Jika populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari seluruh yang ada di populasi, hal seperti ini dikarenakan adanya keterbatasan dana atau biaya, tenaga dan waktu, maka oleh sebab itu peneliti dapat memakai sampel yang diambil dari populasi. Sampel yang akan diambil dari populasi tersebut harus betul-betul representatif atau dapat mewakili.

Jumlah sampel sering dinyatakan dengan ukuran sampel. Jumlah sampel yang 100% mewakili populasi adalah sama dengan populasi. Makin besar jumlah sampel mendekati populasi, maka peluang kesalahan generalisasi

semakin kecil dan sebaliknya makin kecil jumlah sampel menjauhi populasi, maka makin besar kesalahan generalisasi (diberlakukan umum)” Sugiyono (2001:61).

Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2006 : 134) “Untuk sekedar ancer – ancer, apabila subjeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 10 – 15% atau 20 – 25% atau lebih”. Jadi dapat disimpulkan sampel adalah wakil dari anggota populasi yang akan diteliti. Sampel pada penelitian ini diambil secara random 20% dari populasi 258 siswa dan didapatkan 60 siswa untuk dijadikan sampel. Dari jumlah sampel yang didapat dan dibagi menjadi 3 kelompok yaitu : 20 sampel untuk kelompok Stad, 20 sampel untuk kelompok Jigsaw dan 20 sampel untuk kelompok kontrol.

C. Variabel Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2010:161) “variabel adalah obyek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian atau penelitian”. Definisi operasional variabel dalam penelitian ini dibedakan menjadi 2 yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

1. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas merupakan variabel yang dimanipulasi secara sistematis.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel bebas yaitu: model pembelajaran kooperatif tipe STAD (X1), dan model pembelajaran kooperatif tipe JIGSAW (X2).

2. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat (criterion variable) merupakan variabel yang diukur sebagai akibat adanya manipulasi pada variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah gerak dasar lompat jauh gaya jongkok (Y).

3. Definisi Operasional Variabel

Defenisi operasional variabel adalah defenisi yang akan dioperasionalkan dan dapat diukur, setiap variabel akan dirumuskan dalam bentuk rumusan tertentu berguna untuk membatasi ruang lingkup yang dimaksud dan memudahkan pengukurannya, agar setiap variabel dalam penelitian ini dapat diukur dan diamati, maka perumusan defenisi operasional variabel tersebut adalah sebagai berikut :

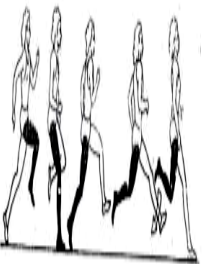
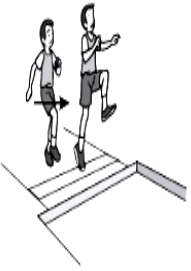


a. Pembelajaran kooperatif

Salah satu bentuk pembelajaran yang berdasarkan faham konstruktivis. Pembelajaran kooperatif merupakan model belajar dengan sejumlah siswa sebagai anggota kelompok kecil yang tingkat kemampuannya berbeda.

b. Gerak dasar lompat jauh gaya jongkok

Gerak dasar merupakan rangkuman metode yang dipergunakan dalam melakukan gerakan dalam suatu cabang olahraga. Atau merupakan pelaksanaan suatu kegiatan secara efektif dan rasional yang memungkinkan suatu hasil yang optimal dalam latihan atau praktek.

D. Instrument Penelitian

No	Gambar Gerakan	Indikator	Deskriptor	Skor				
				1	2	3	4	5
1.		Sikap Awal (ancang - anchang)	1. Persiapan berdiri tegak dengan sikap anchang – anchang. 2. Berlari secepatnya tanpa merubah langkah kaki. 3. Pada saat berlari sikap badan condong ke depan. 4. Tidak boleh menoleh kebelakang atau kesamping, pandangan fokus kedepan. 5. Kecepatan dan langkah dipercepat pada saat menolak.					
2.		Tolakan	6. Kaki tepat menolak pada papan tumpuan . 7. Ayunan tangan dimulai dari belakang kedepan berlawanan dengan kaki ayun 8. Badan agak condong dan ayunan kaki bebas keposisi horizontal. 9. Luruskan kaki tolak dan pinggang pada waktu menolak. 10. Pandangan kedepan atas.					
3.		Melayang di Udara	11. Badan rileks dan tegak kedua tangan keatas bersamaan. 12. Kedua lutut tertekuk, dan kedua lengan di samping kepala. 13. Kedua kaki rapat dan dibengkokkan kedepan. 14. Pandangan kedepan dengan rileks. 15. Saat akan mendarat kaki dan lengan diluruskan ke depan bersamaan berat badan di bawa ke depan.					
4.		Pendaratan	16. Mendarat pada bak lompat diawali dengan kedua tumit kaki dan kedua kaki sedikit rapat. 17. Lutut tertekuk dan mengeper dalam posisi jongkok. 18. Berat badan di bawa ke depan pada saat mendarat. 19. Kedua lengan di depan menyentuh tempat pendaratan serta pandangan ke depan. 20. Posisi pinggul/pantat pada saat mendarat hindari pasir pada saat mendarat.					

(Sumber: Adopsi IAAF, dan Dwi Priyono)

Keterangan :

Berikan tanda ceklist ✓ setiap siswa dalam melakukan gerakan.

1 = Sangat Kurang

2 = Kurang

3 = Cukup

4 = Baik

5 = Sangat Baik

Suatu alat penilaian dikatakan mempunyai kualitas yang baik apabila tersebut memiliki atau memenuhi dua hal yakni : ketepatannya atau validitasnya, ketetapan atau keajegannya atau reliabilitasnya. Uji instrument pada penelitian ini di uji pada siswa kelas VIII SMP Dharmapala Panjang Bandar Lampung, pada saat uji instrument di nilai oleh tiga orang penilai atau tiga testor dan dibagi pada tahap awalan, tolakan, dan pendaratan.

1. Validitas

Uji validitas dilakukan untuk memastikan seberapa baik suatu instrumen digunakan untuk mengukur konsep yang seharusnya diukur. Menurut Sugiono (2010) untuk menguji validitas konstruk dilakukan dengan cara mengkorelasikan antara skor butir pertanyaan dengan skor totalnya.

Rumus yang digunakan untuk menguji validitas instrumen ini adalah Product Moment dari Karl Pearson, sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{(\sum x^2)(\sum y^2)}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel x dan variabel y. dua variabel yang dikorelasikan ($x=X-X \square$ dan $y=Y-Y \square$)

$\sum xy$ = Jumlah perkalian x dan y

x^2 = kuadrat dari x

y^2 = kuadrat dari y

Berdasarkan hasil uji coba instrumen yang dilakukan pada siswa- siswi SMP Dharmapala bandar lampung memiliki nilai validitas antara 0.37 – 0,55.

Tabel 4. Uji Instrumen

No	R_{hitung}	R_{tabel}	Keterangan
1	0.55	0.361	Valid
2	0.38	0.361	Valid
3	0.55	0.361	Valid
4	0.45	0.361	Valid
5	0.38	0.361	Valid
6	0.38	0.361	Valid
7	0.52	0.361	Valid
8	0.42	0.361	Valid
9	0.42	0.361	Valid
10	0.38	0.361	Valid
11	0.54	0.361	Valid
12	0.37	0.361	Valid
13	0.37	0.361	Valid
14	0.38	0.361	Valid
15	0.38	0.361	Valid
16	0.50	0.361	Valid
17	0.41	0.361	Valid
18	0.43	0.361	Valid
19	0.37	0.361	Valid
20	0.44	0.361	Valid

2. Reliabilitas

Suharsimi Arikunto (2006: 154) menyatakan “Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik”. Reliabilitas berkenaan dengan tingkat keajegan atau ketetapan hasil pengukuran (Nana Syaodih Sukmadinata, 2009). Kuesioner dikatakan reliabel jika dapat memberikan hasil relatif sama (ajeg) pada saat dilakukan pengukuran kembali pada obyek yang berlainan pada waktu yang berbeda atau memberikan hasil yang tetap. Uji reliabilitas dilakukan dengan rumus cronbach alpha sebagai berikut: Apabila koefisien Cronbach Alpha (r_{11}) $\geq 0,7$ maka dapat dikatakan instrumen tersebut reliabel (Johnson & Christensen, 2012).

Tabel 5. Interpretasi Koefisien Korelasi Nilai r.

Interval Koefisien Korelasi	Interpretasi Hubungan
0,80 – 1,00	Sangat kuat
0,60 – 0,79	Kuat
0,40 – 0,59	Cukup kuat
0,20 – 0,39	Rendah
0,00 – 0,19	Sangat rendah

(Sumber : Riduwan. 2012)

Metode yang digunakan untuk mencari reliabilitas instrumen dengan cara tes praktik. Berdasarkan hasil uji coba instrumen yang di lakukan pada siswa SMP Dharmapala bandar lampung.

Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas.

Reliabiliras	Kategori
0,770	Kuat

E. Teknik Pengumpulan Data

Proses tehnik pengumpulan data dalam sebuah penelitian mutlak diperlukan untuk memperoleh hasil dari penelitian yang dilakukan. Data yang diperoleh akan menunjang terhadap hasil dari penelitian yang dilakukan, semakin akurat data yang diperoleh maka akan dapat menghasilkan penelitian yang baik pula.

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini digunakan tes. Suharsimi dalam Nurhasan (2001 : 3) menjelaskan tes adalah suatu alat atau prosedur yang digunakan untuk mengetahui atau mengukur sesuatu dalam suasana dengan cara dan aturan – aturan yang sudah ditentukan. Dalam penelitian ini penulis menggunakan langkah – langkah pengumpulan data :

1. Memberikan treatment untuk STAD atau JIGSAW
2. Melakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen
3. Melakukan tes awal (pretes)
4. Melakukan tes akhir (posttes)
5. Mengolah dan menganalisis data serta menyimpulkan

F. Analisis Data

Data yang dianalisis adalah data dari hasil tes awal dan akhir. Menghitung hasil tes awal dan akhir model pembelajaran kooperatif tipe STAD dan JIGSAW untuk meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok menggunakan teknik analisa data uji t. Adapun syarat dalam menggunakan uji t adalah ;

1. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Teknik analisis yang akan digunakan untuk menguji normalitas data yaitu uji One Sample Kolmogorov-Smirnov test, Hipotesis uji normalitasnya adalah :

H_0 = Data berdistribusi normal

H_1 = Data berdistribusi tidak normal

Kriteria kesimpulan hasil analisis uji normalitas data adalah:

1. Jika nilai sign > 0,05 maka H_0 diterima,
2. Jika nilai sign < 0,05 maka H_0 ditolak, artinya data berdistribusi tidak normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk memperoleh informasi apakah kelompok sample memiliki varian yang homogen atau tidak.

Menurut Sudjana, (2005 : 250) untuk menguji homogenitas digunakan rumus sebagai berikut:

$$F = \frac{\text{Varians Terbesar}}{\text{Varians Terkecil}}$$

Membandingkan nilai F hitung dengan F tabel dengan rumus

Dk pembilang: n-1 (untuk varian terbesar)

Dk penyebut : n-1 (untuk varian terkecil)

Taraf signifikan (0,05) maka dicari pada tabel F

Didapat dari tabel F

Dengan kriteria pengujian

Jika : $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ tidak homogen

$F_{hitung} \leq F_{tabel}$ berarti homogen

Pengukuran homogenitas ini bila F_{hitung} lebih kecil ($<$) dari F_{tabel} maka data tersebut mempunyai varians yang homogen. Tetapi sebaliknya bila F_{hitung} lebih besar ($>$) dari F_{tabel} maka kedua kelompok mempunyai varians yang berbeda.

2. Uji Hipotesis

Untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe STAD dan JIGSAW terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok, maka digunakan rumus uji pengaruh sebagai berikut :

$$t_{hitung} = \frac{\bar{B}}{Sb/\sqrt{n}}$$

Keterangan :

B = selisih rata – rata pre tes dan post tes

Sb = Standar Deviasi dari kelompok selisih antara post tes dan pre tes

\sqrt{n} = akar dari jumlah sample kelompok eksperimen

Data yang dianalisis adalah data dari hasil tes awal dan akhir.

Untuk dapat membandingkan ketiga mean sekaligus, harus digunakan teknik lain, yaitu F-tes, atau analisis varians. Dengan menggunakan F-test, dapat diuji perbedaan mean dari tiga sampel secara serentak. Dengan demikian, maka ditinjau dari segi waktu penggunaan F-tes lebih efisien. Disamping itu, dengan F-test dapat diketahui gambaran mengenai interaksi antara variabel-variabel yang menjadi pusat perhatian. Analisis Varians yang digunakan

adalah Analisis Varians kalsifikasi tunggal karna tidak terdapat variabel baris hanya terdapat kolom, yang juga disebut anava satu jalan adapun rumus anava tunggal sebagai berikut :

Tabel 7. Anava Tunggal

Anava Tunggal			
Sumber Variasi (SV)	Jumlah Kuadrat (JK)	Derajat Kebebasan (db)	Mean Kuadrat (MK)
Kelompok (K)	$JK_K = \sum \frac{(\sum X_K)^2}{n_K} - \frac{(\sum X_T)^2}{N}$	$db_k = k - 1$	$MK_K = \frac{JK_K}{db_K}$
Dalam (d)	$JK_d = JK_T - JK_K$	$db_d = N - K$	$MK_d = \frac{JK_d}{db_d}$
Total (T)	$JK_T = \sum X_T^2 - \frac{(\sum X_T)^2}{N}$	$db_t = N - 1$	*

Pengujian taraf signifikan perbedaan antara kelompok eksperimen model pembelajaran Stad dan Jigsaw adalah bila $F_{hitung} < F_{tabel}$ berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok model pembelajaran Stad, kelompok model pembelajaran Jigsaw dan kelompok kontrol. Sebaliknya bila $F_{hitung} > F_{tabel}$ berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok model pembelajaran Stad, kelompok model pembelajaran Jigsaw dan kelompok kontrol.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan dari hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Ada pengaruh yang signifikan antara model pembelajaran kooperatif tipe STAD terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa SMP Negeri 8 Bandar Lampung.
2. Ada pengaruh yang signifikan antara model pembelajaran kooperatif tipe Jigsaw terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa SMP Negeri 8 Bandar Lampung.
3. Model pembelajaran kooperatif tipe Stad lebih baik dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dalam penelitian ini, maka penulis menyarankan untuk dijadikan bahan masukan bagi :

1. Peneliti lainnya, khususnya bagi mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dapat terus menerus memperbaiki penelitian dalam melakukan penelitian selanjutnya.
2. Siswa agar dapat meningkatkan keterampilan belajar Penjaskesnya pada pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.
3. Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan diharapkan dapat dijadikan salah satu acuan dalam program pembelajaran atletik khususnya untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Purwanto, Erwan dan Dyah Ratih Sulistyastuti. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif, Untuk Administrasi Publik, dan Masalah-Masalah Sosial*. Yogyakarta: Gaya Media.
- Arends, R. 1997. *Classroom Instruction and Management*. New York: McGraw - Hill Companies.
- Armstrong, Michael & Baron, A. 1998. *Performance Management : The New Realities*. Institute of Personnel and Development, New York.
- Bahagia, Yoyo. 2010. *Pembelajaran Atletik*. Dirjen Dikdasmen Direktorat PLB Depdikbud. Jakarta.
- Bahagia, Yusuf dan Suherman. 2000. *Atletik*. Depdikbud Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah. Jakarta.
- Dauer dan Pangrazi. 1989. *Dynamic Physical Education for Elementary School Children*. Edisi ke-7, New York: Allyn and Bacon.
- Depdiknas. 2003. UU Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2002. *Belajar dan Pembelajaran*. Dirjen Dikti Depdikbud RI. Jakarta.
- Djumidar, M. 2003. *Gerak-gerak Dasar Atletik dalam Bermain*. Raja Grafindo Persada: Jakarta
- Eddy Purnomo, & Dapan. 2011 . *Dasar-dasar Gerakan Atletik*. Yogyakarta: Alfamedia.
- _____2013. *Dasar-Dasar Atletik*. Yogyakarta: Alfamedia.
- IAAF. 2000. *Pedoman Resmi Mengajar Atletik*. PASI: Jakarta.
- Isjoni. 2007. *Cooperative Learning (Efektivitas Pembelajaran Kelompok)*. Bandung: Alfabeta

- Muhammad khotib. *Menentukan Validitas Soal dan Instrumen*. 26 maret 2011. www.simpelpas.wordpress.com/2011/03/26/menentukan-validitas-soal-dan-instrumen/.html
- Prayogi, *Definisi Penjas Menurut Para Ahli*. Monday, 3 June 2013. [www://olagragasport.blogspot.co.id/2013/06/definisi-penjas-menurut-ahli.html](http://www.olagragasport.blogspot.co.id/2013/06/definisi-penjas-menurut-ahli.html)
- Riduwan. 2004. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta
- Rusli Lutan. 2000. *Asas-asas Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas : Jakarta.
- Rusman. 2014. *Model- Model Pembelajaran: Mengembangkan profesionalisme guru*. Rajawali Pers : Jakarta.
- Saidihardjo. 2004. *Pengembangan kurikulum ilmu pengetahuan sosial (IPS)*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Slavin E, Robert. 2005. *Cooperative Learning*. Bandung: Nusa Media.
- _____ 2007. *Cooperative Learning : Riset dan Praktik*. Nusa Media: Bandung.
- Sugianto. 2010. *Model-model Pembelajaran Inovatif*. Yuma Pustaka : Surakarta.
- Sugiyono. 2001. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. CV Alfabeta: Jakarta.
- _____ 2012. *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif*. Alfabeta : Bandung
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT Rineka Cipta: Jakarta.
- _____ 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi Iv Rineka Cipta: Jakarta
- _____ 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT Rineka Cipta: Jakarta.
- Sukintaka. (2001). *Teori Pendidikan Jasmani*. Yayasan Nuansa Cendikia: Yogyakarta.