PENGARUH METODE DEMONSTRASI TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK SISWA KELAS VIII SMP NEGERI II NAWANGAN TAHUN PEMBELAJARAN 2014/2015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Oleh:

FANDI CAHYA NUGRAHA
NPM : 11.1.01.09.1302

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2015

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh:

FANDI CAHYA NUGRAHA

NPM: 11.1.01.09.1302

Judul:

PENGARUH METODE DEMONSTRASI TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK SISWA KELAS VIII SMP NEGERI II NAWANGAN TAHUN PEMBELAJARAN 2014/2015

Telah Disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan Pendidikan
Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FKIP UNP Kediri

Tanggal: 10 Agustus 2015

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. SLAMET JUNAIDI, M.Pd	**BUDIMAN AGUNG P, M.Pd**

ii

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh:

FANDI CAHYA NUGRAHA
NPM : 11.1.01.09.1302

Judul :

PENGARUH METODE DEMONSTRASI TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK SISWA KELAS VIII SMP NEGERI II NAWANGAN TAHUN PEMBELAJARAN 2014/ 2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan PENJASKESREK FKIP UNP Kediri
Pada tanggal : 12 Agustus 2015

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji :		Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd	.....
2. Penguji I	: Budiman Agung Pratama, M.Pd	.....
3. Penguji II	: Slamet Junaidi, M. Pd	.....

Mengetahui,
Dekan FKIP
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
NIDN: 0716046202

iii

PENGARUH METODE DEMONSTRASI TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK SISWA KELAS VIII SMP NEGERI II NAWANGAN TAHUN PEMBELAJARAN 2014/2015

FANDI CAHYA NUGRAHA
NPM : 11.1.01.09.1302
FKIP-Penjaskesrek
email: funday_fandy@yahoo.com

Dosen Pembimbing I : Drs. SLAMET JUNAIDI, M.Pd
Dosen Pembimbing II : BUDIMAN AGUNG PRATAMA, M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Fandi Cahya Nugraha. Pengaruh Metode Demonstrasi Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Kelas VIII SMP Negeri II Nawangan Tahun Pembelajaran 2014/2015, **Skripsi, Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, FKIP UNP Kediri, 2015**.

Kata kunci: metode demonstrasi, lompat jauh gaya jongkok.

Penelitian ini dilatarbelakangi siswa kelas VIII SMP Negeri II Nawangan bahwa belum mampu memanfaatkan komponen-komponen yang dapat mendukung kemampuan lompat jauh gaya jongkok, suasana belajar siswa dalam kemampuan lompat jauh masih dingin, kaku, dan rendah.

Permasalahan penelitian ini adalah: apakah ada pengaruh metode demonstrasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VIII SMP Negeri II Nawangan Tahun Pembelajaran 2014/2015?

Tujuan penelitian ini adalah: mengetahui pengaruh metode demonstrasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VIII SMP Negeri II Nawangan Tahun Pembelajaran 2014/2015.

Desain penelitian ini adalah *Pre Eksperimen Design* dengan jenis *One Gruop pre test and post test Design.* Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII di SMP Negeri II Nawangan yang berjumlah 192 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah *random* atau acak, di mana yang menjadi sampel penelitian ini adalah kelas VIII berjumlah 30 siswa. Pengumpulan data menggunakan tes lompat jauh gaya jongkok dan dinyatakan valid dan reliabel dengan koefisien reliabilitas 0,86. Teknik analisis data instrumen menggunakan rumus *product* dan *cronbach alpha* serta uji-*t* melalui prasyarat normalitas, homogenitas dan linearitas. Analisis data menggunakan bantuan komputer program *SPSS 17.0 for Windows*. Tingkat signifikansi yang digunakan adalah 5%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum perlakuaan menggunakan metode demonstrasi skor *pre-test* VIII SMP Negeri II Nawangan tahun pembelajaran 2014/2015 adalah ***sedang***, yaitu berada pada konversi interval $51.53 \leq X < 55.97$. Setelah perlakuan menggunakan metode demonstrasi skor *post test* adalah ***sedang,*** yaitu berada pada konversi interval $72.54 \leq X < 79.26$, namun ada peningkatan skor. Dari *uji-t* diperoleh T_{hitung} sebesar -8,536 dan T_{tabel} taraf signifikan 5% (N = 30) sebesar 1,697. Tingkat lompat jauh gaya jongkok positif siswa sebelum dan setelah perlakuan menggunakan metode demonstrasi adalah berbeda dan mengalami peningkatan yang signifikan.

I. LATAR BELAKANG

Undang-Undang nomor 20 tahun 2003 berisi tentang Sistem Pendidikan Nasional, yang dalam salah satu pasalnya ditegaskan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan berbangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratif serta bertanggung jawab.

Menurut Syarifuddin (1992: 90-94) "Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dari cabang olahraga atletik". Lompat jauh adalah suatu bentuk gerak melompat mengangkat kaki ke atas, ke depan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat dan dengan jelas dengan kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya. Terdapat beberapa macam gaya diantaranya ada 3 cara sikap melayang di udara dalam lompat jauh, yaitu: 1. Gaya jongkok (*Tuck*) 2. Gaya lenting *(Hang Style)* 3. Gaya jalan di udara *(Walking in the air)*.

Penguasaan teknik dan kemampuan kondisi fisik yang dimiliki siswa kelas VIII SMP Negeri II Nawangan belum diketahui. Guru belum pernah melakukan evaluasi faktor-faktor yang mendukung kemampuan lompat jauh, khususnya demonstrasi yang belum diketahui merupakan fenomena yang menarik untuk diteliti.

Metode demonstrasi menjadi strategi yang dipilih untuk mengetahui pengaruh hasil lompat jauh siswa SMP. Melalui penelitian ini akan diketahui demonstrasi, sehingga dapat dimanfaatkan pada teknik lompat jauh gaya jongkok dengan benar. Hal ini yang mendorong penulis untuk melakukan penelitian yang berjudul "**Pengaruh Metode Demonstrasi Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Kelas VIII SMP Negeri II Nawangan Tahun Pembelajaran 2014/2015**".

II. METODE PENELITIAN

A. Jenis atau Desain Penelitian

Peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif kuantitatif,. Desain penelitian ini adalah *Pre-experimental design* atau eksperimen pura-pura

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

   Tempat pelaksanaan penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP

Negeri II Nawangan Kecamatan Nawangan Kabupaten Pacitan tahun pembelajaran 2015/2016.

2. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri II Nawangan tanggal 27-01 Agustus 2015.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII yang ada di SMP Negeri II Nawangan sejumlah 120 siswa.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik *cluster random sampling*. 20% dari 120 sebanyak 30.

D. Variabel Penelitian

Metode *demonstrasi* sebagai variabel bebas diberikan untuk mengetahui pengaruh penerapan *metode demonstrasi* terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Pengembangan Instrumen

Instrumen yang digunakan adalah tes lompat jauh gaya jongkok dengan metode pembelajaran *demonstrasi* dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.

2. Validitas Instrumen

Suatu tes memiliki validitas jika hasilnya sesuai dengan kriterium" (Nurhasan, 2001: 36). Teknik yang digunakan untuk menguji kesesuaian tes dengan kriteria, yaitu dengan teknik korelasi.

3. Reliabilitas Instrumen

Nana Syaodih Sukmadinata (2010: 229) "Reliabilitas berkenaan dengan tingkat keajegan atau ketetapan hasil pengukuran". Reliabilitas menunjukkan pada tingkat keterandalan sesuatu.

4. Langkah-langkah Pengumpulan Data

Tehnik pengumpulan dalam penelitian ini adalah tes dan pengukuran.

F. Teknik Analisis Data

1. Jenis Analisis

Data hasil pre eksperimen rumus *t-test* (Arikunto, 2010: 349) sebagai berikut:

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum X^2 d}{N\ (N-1)}}}$$

Keterangan:

Md : mean dari devisi (d) antara *post test* dan *pre test*

Xd : perbedaan deviasi dengan mean deviasi

$\sum X^2$: Jumlah kuadrat deviasi

N : Banyaknya subjek

Df : atau db adalah N-1

Program komputer menggunakan *SPSS Version 17.0 for Windows*.

2. **Norma Keputusan**

Uji prasyarat analisis menggunakan uji inferensial normalitas, homogenitas dan linearitas. Penyajian deskripsi data dilakukan dengan bentuk tabel deksripsi.

III. HASIL PENELITIAN DAN KESIMPULAN

A. Deskripsi Data Variabel

1. **Deskripsi Variabel Bebas (Metode Demonstrasi)**

Metode demonstrasi merupakan variabel dinamis bimbingan belajar kepada siswa dengan mengajar langsung suatu benda.

2. **Deskripsi Variabel Terikat (Lompat Jauh Gaya Jongkok)**

a. Data Lompat Jauh Gaya Jongkok *Pre-Test*

Skor uji sampel tes Lompat Jauh Gaya Jongkok = 5.0333; Modus = 6.00 yang terdapat pada data ke 59.00-64.50; Median = 6,0000; sedangkan standar deviasi = 1.44993, *Variance* = 2.102, *Skewness* = -1.371, *Kurtosis* = .844, *Std. Error of Kurtosis* = 0.833, dan Skor *Range* = 5.00.

b. Data Lompat jauh Gaya Jongkok *Post-Test*

Skor uji sampel tes Lompat Jauh Gaya Jongkok = 2.8000; Modus = 3.00 yang terdapat pada data ke 71.00-76.00; Median = 3,0000; sedangkan standar deviasi = 1.47157, *Variance* = 2.166, *Skewness* = 0,579, *Kurtosis* = -.254, *Std. Error of Kurtosis* = 0.833, dan Skor *Range* = 5.00.

B. Analisis Data

1. **Prosedur Analisis Data**

a. **Uji Normalitas**

Bagian baris ***Kolmogorov-Smirnov Z*** (*pre-test*) 0,916 dan (*post-test*) 0,498 serta ***Asymp. Sig. (2-tailed)*** (*pre-test*) 0,370 dan (*post-test*) 0,965. Nilai ***Asymp. Sig. (2-tailed)*** lebih besar 0,05 maka data Lompat Jauh Gaya Jongkok (*pre-test*) dan (*post-test*) berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Hasil pengujian F hitung = 1,915 dengan sig = 0,137. Nilai sig > 0,05 disimpulkan varians antar kelompok bersifat homogen.

c. Uji Linearitas

Hasil uji linearitas diperoleh nilai F sebesar 0,640 dengan sig 0,736, karena nilai ***sig*** lebih dari 0,05 disimpulkan bersifat linear.

2. Hasil Analisis Data

a. Metode Demonstrasi

Perlakuan ini diberikan untuk mengetahui tingkat pengaruh metode demonstrasi terhadap lompat jauh gaya jongkok (*pre-test*) dan (*post-test*).

b. Analisis Lompat Jauh Gaya Jongkok

Hasil analisis valid skor nilainya 0,440 ≥ 0.361. Hasil uji reliabilitas harga r_{hitung} = 0.463 ≥ r_{tabel} = 0.361, N = 30.

3. Interpretasi Hasil Analisis Data

a. Deskripsi Tes Lompat Jauh Gaya Jongkok *Pre-Test* Siswa Kelas VIII SMP Negeri II Nawangan

Skor mean sebesar 53,75 dibandingkan dengan skala lima disimpulkan Lompat Jauh Gaya Jongkok *pre-test* adalah ***sedang***, yaitu pada konversi 51.53 ≤ X < 55.97.

b. Deskripsi Lompat Jauh Gaya Jongkok *post-test* Kelas VIII SMP Negeri II Nawangan

Skor mean sebesar 75,9 dibandingkan dengan skala lima disimpulkan Lompat Jauh Gaya Jongkok *post-test* adalah ***sedang***, yaitu pada konversi 72.54 ≤ X < 79.26.

C. Pengujian Hipotesis

Berdasarkan hipotesis penelitian tersebut dapat dibuat hipotesis statistik (Uji Parsial), yaitu:

Tabel 4.16
Rangkuman Uji Beda *T-Test*

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre Test – Post Test	-14.01667	8.99429	1.64213	-17.37519	-10.65814	-8.536	29	.000

Dari tabel 4.16 di atas dapat disimpulkan bahwa hasil pengujian ditemukan uji beda rata-rata antara nilai *pre-test* dan *post-test* nilai ***t*** sebesar -8,536 dengan ***sig*** (***2-tailed***) 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan antara nilai *pre-test* dengan nilai *post-test*.

D. Pembahasan

1. Perlakuan Perlakuan Pembelajaran Demonstrasi Kelas VIII SMP Negeri II Nawangan

Metode demonstrasi adalah metode yang digunakan untuk memperlihatkan sesuatu proses atau cara kerja suatu benda yang berkenaan dengan bahan pelajaran (Djamarah, 2012: 102). Tingkat perlakuan metode mampu meningkatkan hasil lompat jauh gaya jongkok.

2. Tingkat Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Kelas VIII SMP Negeri II Nawangan *Pre-Test*

Tes Lompat Jauh Gaya Jongkok *pre-test* siswa kelas VIII SMP Negeri II Nawangan tahun pembelajaran 2014/2015 adalah ***sedang***, yaitu berada pada konversi interval $51.53 \leq X < 55.97$.

3. Tingkat Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Kelas VIII SMP Negeri II Nawangan *Post-Test*

Tes Lompat Jauh Gaya Jongkok *post-test* siswa sesudah dilatih dengan teknik yang benar melalui demonstrasi kelas VIII SMP Negeri II Nawangan tahun pembelajaran 2014/2015 adalah ***sedang***, yaitu berada pada konversi interval $72.54 \leq X < 79.26$.

4. Pengaruh Metode Demonstrasi Terhadap Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Kelas VIII SMP Negeri II Nawangan

Hasil analisis diperoleh harga t_{hitung} sebesar -8,536. Sedangkan t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% yaitu sebesar -1,697. Ternyata $t_{hitung} > t_{tabel}$ sehingga H_0 ditolak dan Ha diterima atau secara deskriptif dapat dijelaskan ***bahwa ada pengaruh metode demonstrasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VIII SMP Negeri II Nawangan Tahun Pembelajaran 2014/2015***.

E. Simpulan

Hasil analisis data disimpulkan: 1. Ada pengaruh metode demonstrasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VIII SMP Negeri II Nawangan Tahun Pembelajaran 2014/2015 sebesar -8,536. Sedangkan t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% yaitu sebesar -

1,697. 2. Pengaruh metode pembelajaran demonstrasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok tersebut dapat dilihat dari peningkatan hasil belajar yang diperoleh oleh siswa sesuai dengan analisis data yang telah dilakukan.

F. Implikasi

Implikasi dalam penelitian ini adalah: 1. Secara teoritis hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu acuan untuk mengetahui berbagai bentuk hubungan strategi yang diberikan kepada anak dan hasilnya. 2. Secara praktis, sebagai masukan bagi orangtua dalam membina anak agar tidak terjadi berbagai masalah yang dapat menurunkan hasil belajar anak

G. Saran-Saran

Rekomendasi saran adalah: 1. Bagi Orangtua, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dalam menentukan lembaga pendidikan yang tepat bagi anak. 2. Bagi Guru, dapat memberikan pengetahuan dan pengalaman secara langsung dalam proses belajar mengajar dan diharapkan peneliti dapat mengaplikasikan metode pembelajaran tersebut, pendidik olahraga sebaiknya menerapkan metode pembelajaran yang dapat meningkatkan keterampilan, ketangkasan serta kecakapan dalam pembelajaran olahraga. 3. Bagi Siswa, diharapkan selalu memperhatikan penjelasan dari ide, gagasan atau pendapat yang dikemukakan oleh siswa lain, baik dalam diskusi maupun ketika belajar secara individu.

.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Praktik.* Jakarta: Rineka Cipta

Djamarah, Syaiful Bahri (1994). *Prestasi belajar dan kompetensi guru*. Usaha Nasional: Surabaya.

Nana Syaodih Sukmadinata (2004). *Landasan psikologi proses pendidikan*. Bandung: Rosdakarya.

Nurhasan (2001). *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas

Syarifudin Aip. (1992). *Atletik*. Jakarta: Depdikbud, Dirjendikti, Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Undang-Undang Republik Indonesia. Nomor 20 tahun 2003. *Sistem Pendidikan Nasional*.