

PENGARUH METODE PEMBELAJARAN *GUIDE DISCOVERY LEARNING* TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA *SCHNEPPER*

**Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo,
Nur Ahmad Muharram
Muhammad Habi Burasyid**

Penjaskesrek Universitas Nusantara PGRI Kediri
ardhimardiyantoindra@unpkediri.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pengaruh metode *Guide Discovery Learning* yang dilihat dari aktivitas mahasiswa, kemampuan pengajar dalam mengajar, dan hasil belajar yang dicapai mahasiswa dalam perkuliahan, serta respons siswa selama berlangsungnya kegiatan perkuliahan. Dari perhitungan uji hipotesis diperoleh $t_{hitung} = 1,79$ kemudian dibandingkan dengan $t_{(1-\alpha)}$. Harga $t_{(1-\alpha)}$ pada taraf signifikansi 5% dengan $db = n_1 + n_2 - 2 = 15 + 15 - 2 = 28$ adalah sebesar 1,70. Sehingga $t_{hitung} > t_{(0,95)}$ atau $1,79 > 1,70$. Karena t_{hitung} tidak jatuh di wilayah diterima H_0 . Kesimpulannya adalah ada pengaruh metode pembelajaran *guide discovery learning* terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper*. Dapat disimpulkan bahwa materi lompat jauh gaya *schnepper* dapat diajarkan dengan menggunakan pendekatan *Guide Discovery Learning* karena dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam proses pembelajaran.

Kata kunci : metode pembelajaran *guide discovery learning*, hasil belajar dan lompat jauh gaya *schnepper*

PENDAHULUAN

Atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang terangkum dalam permainan dan olahraga yang wajib diberikan pada mahasiswa ketika mengikuti perkuliahan. Atletik wajib diajarkan kepada mahasiswa, karena gerakan-gerakan dalam cabang olahraga atletik hampir sebagian besar terdapat pada cabang olahraga lainnya. Melalui pembelajaran atletik

diharapkan dapat mendukung gerakan atau ketrampilan cabang olahraga lainnya. Nomor-nomor cabang olahraga atletik yang wajib diajarkan bagi mahasiswa putra meliputi nomor lari, lompat dan lempar.

Hasil kedua gaya menentukan gerak parabola dari titik pusat grafitasi. Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat yang pelaksanaannya dilakukan dengan awalan lari, menolak, melayang diudara dan mendarat. Dalam pelaksanaan lompat jauh terdapat tiga gaya yaitu : gaya jongkok (*sit down in the air*), gaya berjalan diudara (*walking in the air*), dan gaya menggantung (*schepper*). Penggunaan gaya lompat jauh pada prinsipnya bertujuan untuk mencapai jarak lompatan yang sejauh-jauhnya. Dari ketiga gaya lompat jauh tersebut letak perbedaannya pada saat melayang di udara.

Lompat jauh gaya *schnepper* (menggantung) merupakan salah satu gaya lompat jauh yang sulit dan memiliki unsur gerakan yang kompleks, jika dibandingkan dengan gaya jongkok atau gaya melayang diudara sehingga mahasiswa mengalami kesulitan untuk melakukan lompat jauh gaya ini. Biasanya yang dialami mahasiswa pada saat melakukan lompatan gaya *schnepper* terutama pada saat melayang diudara. Pada saat melayang diudara sebagian besar mahasiswa kurang mampu melentingkan badan atau membuat posisi seperti orang menggantung.

Pencapaian hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* secara maksimal tidak terlepas dari model pembelajaran yang diterapkan ketika melakukan pembelajaran. Untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* diperlukan pembelajaran-pembelajaran yang variatif dan inovatif, untuk mengurangi kejenuhan pembelajaran. selama ini pembelajaran yang dilakukan oleh dosen penjasorkes adalah pembelajaran lompat jauh yang masih konvensional dan tradisional. Sehingga diperlukan kreatifitas dari dosen tersebut untuk memodifikasi model pembelajaran lompat jauh gaya *schnepper*.

Model *Guide discovery learning* mengacu kepada teori belajar yang didefinisikan sebagai proses pembelajaran yang terjadi bila pelajar tidak

disajikan dengan pelajaran dalam bentuk finalnya, tetapi diharapkan mahasiswa mengorganisasi sendiri. Pada *Guide discovery learning* lebih menekankan pada ditemukannya konsep atau prinsip yang sebelumnya tidak diketahui. Perbedaan *inkuiri* dan *problem solving* dengan *Guide discovery learning* ialah bahwa pada *guide discovery learning* masalah yang diperhadapkan kepada mahasiswa semacam masalah yang direkayasa oleh dosen. Pembelajaran penemuan atau *guide discovery learning* ini dibedakan menjadi 2 yaitu *free guide discovery learning* dan *guide discovery learning*. Dalam pelaksanaannya *guide discovery learning* ini lebih banyak diterapkan, karena dengan petunjuk dosen, mahasiswa akan bekerja lebih terarah dalam rangka mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Namun pada penerapannya dosen bukanlah menjadi semacam resep yang harus diikuti tetapi hanya merupakan arahan tentang prosedur kerja yang diperlukan. Dalam penelitian ini peneliti juga akan lebih menerapkan *guide discovery learning* sebagai upaya pembelajaran mahasiswa agar mencapai pembelajaran yang lebih baik nantinya.

Lompat jauh merupakan salah satu nomor satu dalam cabang olahraga atletik. Pada dasarnya lompat jauh merupakan suatu gerakan yang diawali dengan lari cepat, menumpu untuk menolak, melayang diudara dan mendarat. Dari tahapan-tahapan lompat jauh tersebut harus dirangkaikan secara baik dan harmonis dalam satu rangkaian gerakan yang utuh dan tidak diputus-putus pelaksanaannya. Berkaitan dengan lompat jauh Aip Syaifudin (1992:90) menyatakan "lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan mengangkat kaki ke atas ke depan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin diudara yang dilakukan dengan cepat dan dengan melalui tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya". Menurut Yudha M. Saputra (2001:47) menyatakan "lompat jauh adalah ketrampilan gerak berpindah dari satu tempat ke tempat lainnya dengan satu kali tolakan kedepan sejauh mungkin". Menurut Adang Suherman dkk., (2001:117) menyatakan "lompat jauh adalah hasil dari kecepatan horisontal yang dibuat sewaktu

awalan dengan daya vertikal yang dihasilkan dari kekuatan kaki menolak. Hasil dari kedua gaya menentukan parabola titik gravitasi”.

Berdasarkan pendapat tersebut menunjukkan bahwa, lompat jauh gaya *schnepper* dapat dicapai secara maksimal merupakan akumulasi dari jarak horisontal antara kaki tolak dengan titik berat badan, jarak horisontal perpindahan titik berat badan atlet selama melayang di udara dan jarak horisontal antara titik berat badan atlet dengan tumit yang menyentuh bak pasir. Ketiga hal tersebut harus diperhatikan dalam lompat jauh agar diperoleh lompatan yang semaksimal mungkin.

Belajar dan pembelajaran suatu kegiatan yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Jadi secara umum pengertian belajar merupakan suatu kegiatan yang dapat mengakibatkan terjadinya perubahan tingkah laku. Menurut Sagala (2011:14) mengartikan belajar adalah “suatu proses adaptasi atau penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progresif”. Dan pembelajaran sendiri adalah proses interaksi yang dilakukan oleh dosen dan murid. Menurut Mulyasa (2003:100) “pembelajaran pada hakekatnya adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan sehingga terjadi perubahan tingkah laku kearah yang lebih baik”. Prinsip-prinsip yang menentukan terciptanya proses belajar dan mengajar yang baik. 1) Perhatian dan motivasi, 2) Keaktifan, 3) Keterlibatan langsung, 4) Pengulangan.

Pengertian Model Pembelajaran dapat diartikan sebagai cara, contoh maupun pola, yang mempunyai tujuan meyakinkan pesan kepada mahasiswa yang harus diketahui, dimengerti, dan dipahami yaitu dengan cara membuat suatu pola atau contoh dengan bahan-bahan yang dipilih oleh para pendidik/dosen sesuai dengan materi yang diberikan dan kondisi di dalam kelas. Suatu model akan mempunyai ciri-ciri tertentu dilihat dari faktor-faktor yang melengkapinya. Menurut Agus supriyono (2010:46) model pembelajaran adalah pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan pembelajaran dikelas maupun tutorial. Sedangkan menurut Joyce dan Weil (1982) mendefinisikan model

pembelajaran sebagai kerangka konseptual yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan pembelajaran.

Untuk menjalankan proses pendidikan, kegiatan belajar dan pembelajaran merupakan suatu usaha yang amat strategis untuk mencapai tujuan yang diharapkan (Husdarta dan Yudha, 2000: 1). Hal ini dimaksudkan agar dosen tidak bertindak sebagai seorang diktator yang hanya mendikte, namun juga menggali kemampuan mahasiswa. Dari proses tersebut, diharapkan terjadi sebuah interaksi pembelajaran positif. Model pembelajaran adalah salah satu pendekatan mengajar yang dirancang khusus untuk menunjang proses belajar mahasiswa yang berkaitan dengan pengetahuan deklaratif dan pengetahuan prosedural yang terstruktur dengan baik yang diajarkan dengan pola kegiatan yang bertahap, selangkah demi selangkah”.

Discovery learning adalah metode belajar yang difokuskan pada pemanfaatan informasi yang tersedia, baik yang diberikan dosen maupun yang dicari sendiri oleh mahasiswa, untuk membangun pengetahuan dengan cara belajar mandiri. Bisa dikatakan sebagai penemuan, penemuan adalah terjemahan dari *discovery*. Menurut Sund “*discovery* adalah proses mental dimana mahasiswa mampu mengasimilasikan suatu konsep atau prinsip”. Dari proses mental tersebut ialah mengamati, mencerna, mengerti, menggolongkan, membuat dugaan, menjelaskan, mengukur, membuat kesimpulan dan sebagainya (Roestiyah, 2001:20). Sedangkan menurut Jerome Bruner “penemuan adalah suatu proses, suatu jalan atau cara dalam mendekati permasalahan bukannya suatu produk atau item pengetahuan tertentu”. Dengan demikian belajar dengan penemuan adalah belajar menemukan, dimana seorang mahasiswa dihadapkan dengan masalah atau situasi yang tampaknya ganjil sehingga mahasiswa dapat mencari jalan pemecahan (Markaban, 2006:9).

METODE PENELITIAN

Jenis dari penelitian ini adalah penelitian kualitatif menggunakan pendekatan studi eksperimen, dengan peneliti memang sengaja menimbulkan variabel-variabel yang selanjutnya diberikan perlakuan untuk dilihat pengaruhnya terhadap hasil belajar.

Dalam penelitian ini kelompok subjek yang dipilih mendapatkan perlakuan yang sama. Observasi dilakukan dua kali yaitu dilakukan sebelum eksperimen (*pre test*) dan sesudah eksperimen (*post test*). *Pre test* diberikan kepada subjek sebelum mendapat pembelajaran, kemudian baru diberikan perlakuan berupa pembelajaran menggunakan model pembelajaran *guide discovery learning*. Setelah itu dilakukan *post test* untuk mengetahui sejauh mana dan seberapa besar kenaikan hasil belajar setelah akhir dari *treatment* yang diberikan.

Pada tahap *post test* pelaksanaannya menggunakan rubrik penilaian dalam Satuan Acara Perkuliahan (SAP). Hasil belajar ini meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotor yang memuat rubrik penilaian. Rubrik penilaian digunakan untuk mengetahui hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* dengan menggunakan model pembelajaran *guide discovery learning*. Hasil belajar yang diinginkan dalam pembelajaran ini adalah : 1) Aspek kognitif, 2) Aspek afektif, 3) Aspek psikomotor.

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Semester IV Universitas Nusantara PGRI Kediri Kota Kediri pada tahun 2015/2016 yang berjumlah 30 mahasiswa.

Keberhasilan dari sebuah penelitian banyak ditentukan oleh instrumen yang digunakan, sebab data yang diperlukan untuk menjawab pertanyaan penelitian (masalah) dan menguji hipotesis diperoleh melalui instrumen. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes lompat jauh gaya *schnepper* dan Satuan Acara Perkuliahan (SAP). Lompat jauh gaya *schnepper*, Tes pengukuran ini bertujuan untuk mengukur hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper*. Sedangkan Satuan Acara Perkuliahan (SAP) merupakan sebuah perangkat pembelajaran

yang mendukung seorang dosen dalam melakukan proses kegiatan belajar mengajar dikelas yang memuat Eksplorasi, Elaborasi dan Konfirmasi. Pada rubrik penilaian yang berisi tentang teknik penilaian yang meliputi kognitif, afektif dan psikomotor. Teknik penilaian meliputi serangkaian tes yang meliputi tes praktik, tes tertulis, tes lisan dan tes observasi.

Dalam melakukan uji analisis data dalam penelitian ini, dilakukan penyusunan data dengan mengambil langkah-langkah untuk uji prasyarat analisis. Dengan data sebelumnya diuji dengan uji normalitas menggunakan *kolmogorov-Smirnov*, dan uji homogenitas data dengan *Leven's Test*, kemudian dengan uji keberartian atau menguji apakah penelitian dari hipotesis awal yang sudah diajukan dapat diterima atau tidak, mengetahui apakah ada perbedaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan yaitu dengan menggunakan uji t. Untuk mempermudah penghitungan, peneliti menggunakan program *Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 16.0 for Windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pada penelitian yang telah dilakukan maka, berikut akan disampaikan data yang terkait dengan hasil penelitian. Deskripsi data dari penelitian ini diperoleh dari rubrik penilaian yang ada dalam Satuan Acara Perkuliahan (SAP). Kemudian data yang dikumpulkan terdiri dari tes awal secara keseluruhan, kemudian dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dengan perlakuan yang sama. Kemudian data dioleh dan dianalisis dengan statistik *t-test*.

Tabel 1. Deskripsi hasil belajar lompat jauh gaya *schnepfer*

Kelompok	Tes	N	Hasil		Mean	S
			Terendah	Tertinggi		
Eksperimen	Awal	15	46	56	52,09	2,91
	Akhir	15	57	73	64,84	3,83
Kontrol	Awal	15	58	74	66,28	4,36
	Akhir	15	68	78	73,06	2,58

Uji Normalitas

Hasil uji normalitas data yang dilakukan terhadap hasil belajar lompat jauh gaya schnepper pada kedua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagai berikut :

Tabel 2. Rangkuman hasil uji homogenitas data

Kelompok	N	Mean	S	X^2_{hitung}	X^2_{tabel}	Keterangan
Eksperimen	15	64,87	3,83	2,98	7,81	Normal
Kontrol	15	73,06	2,58	2,98	7,81	Normal

1. Kelompok eksperimen : Harga $X^2_{hitung} = 2,98$ kemudian dibandingkan dengan harga $X^2_{tabel} =$ pada taraf signifikansi 5% dan db = (k-3) = (6-3) sebesar 7,81. Dengan demikian $X^2_{hitung} < X^2_{tabel}$ atau $2,98 < 7,81$. Maka dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen berdistribusi normal.
2. Kelompok kontrol : Harga $X^2_{hitung} = 2,98$ kemudian dibandingkan dengan harga $X^2_{tabel} =$ pada taraf signifikansi 5% dan db = (k-3) = (6-3) sebesar 7,81. Dengan demikian $X^2_{hitung} < X^2_{tabel}$ atau $2,98 < 7,81$. Maka dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen berdistribusi normal.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas data antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah sebagai berikut :

Tabel 3. Rangkuman hasil uji homogenitas data

Kelompok	N	dk	S ²	F _{hitung}	F _{tabel}	Keterangan
Eksperimen	15	14	14,74	2,21	2,84	Normal
Kontrol	15	14	6,66			

Harga $F_{hitung} = 2,21$ kemudian dibandingkan dengan harga F_{tabel} pada taraf signifikansi 5%, dk pembilang = $N-1 = 15-1 = 14$ dan dk penyebut = $N-1 = 15-1 = 14$ adalah sebesar 2,48. Dengan demikian $F_{hitung} < F_{tabel}$ atau $2,21 < 2,84$. Maka dapat disimpulkan bahwa varians kedua kelompok adalah homogen.

Pengujian Hipotesis

Setelah diketahui data berdistribusi normal dan mempunyai varians yang homogen, selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis.

Berikut ini merupakan rangkuman dari hasil uji hipotesis dari kedua kelompok uji.

Tabel 4. Rangkuman hasil uji homogenitas data

Kelompok	N	Mean Pre-tes	Mean post-tes	Beda Mean	db	t _{hitung}	t _(1-α)	Keterangan
Eksperimen	15	52,09	64,87	12,78	28	1,79	1,70	H ₀ ditolak
Kontrol	15	66,28	73,06	6,78				

Dari perhitungan uji hipotesis diperoleh $t_{hitung} = 1,79$ kemudian dibandingkan dengan $t_{(1-\alpha)}$. Harga $t_{(1-\alpha)}$ pada taraf signifikansi 5% dengan $db = n_1 + n_2 - 2 = 15 + 15 - 2 = 28$ adalah sebesar 1,70. Karena t_{hitung} tidak jatuh di wilayah terima H₀, maka keputusan yang diambil adalah menolak H₀ dan menerima H₁. Kesimpulannya adalah ada pengaruh metode pembelajaran *guide discovery learning* terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Semester IV Universitas Nusantara PGRI Kediri Kota Kediri pada tahun 2015/2016.

Pembahasan

Setelah dilakukan analisis data penelitian, hasil penelitian menunjukkan bahwa metode pembelajaran *guide discovery learning* dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper*. Secara keseluruhan dapat dikatakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini telah diterima dan menjawab permasalahan serta mencapai tujuan dari penelitian ini. Penentuan populasi, sampel, variabel dan pelaksanaan kegiatan penelitian seperti tes awal, pelaksanaan latihan dan tes akhir semuanya didasarkan atas teori dan aturan yang ada sehingga memberikan dasar yang baik untuk penelitian ini. Penentuan metode, instrumen dan langkah penelitian serta pelaksanaan, analisis kemudian pemilihan alat sudah menjadi bukti bahwa penelitian ini memberikan hasil yang baik karena sudah tercapainya penelitian tersebut. Dari hasil uji hipotesis ditarik kesimpulan bahwa menolak H_0 dan menerima H_1 . Maka kesimpulannya adalah ada pengaruh metode pembelajaran *guide discovery learning* terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Semester IV Universitas Nusantara PGRI Kediri Kota Kediri pada tahun 2015/2016.

KESIMPULAN

Dari pengujian data yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh metode pembelajaran *guide discovery learning* terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Semester IV Universitas Nusantara PGRI Kediri Kota Kediri pada tahun 2015/2016.
2. Ada perbedaan yang nyata bahwa hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* yang dipengaruhi metode pembelajaran *guide discovery learning* antar siswa yang sebelum mendapatkan perlakuan dengan

siswa yang sudah mendapatkan perlakuan pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Semester IV Universitas Nusantara PGRI Kediri Kota Kediri pada tahun 2015/2016.

Saran

Saran yang dapat diambil dari penelitian diatas adalah :

1. Untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *schneeper* dapat menerapkan metode pembelajaran guide discovery learning sebagai alternatif pemecahan masalah dalam pembelajaran.
2. Perlu diadakannya penelitian lanjutan yang sejenis dengan mengambil subjek penelitian yang lebih luas.
3. Bagi para dosen, pengajar atau guru dapat menerapkan pembelajaran lain yang sekiranya dapat meningkatkan pembelajaran materi pendidikan jasmani.
4. Terbatasnya waktu pembelajaran menuntut seorang dosen, pengajar atau guru pastinya untuk mampu menerapkan metode pembelajaran yang efektif dengan merancang bentuk pembelajaran yang baik agar diperoleh hasil pembelajaran yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

Aip Syarifuddin. (1992). Atletik. Jakarta, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Arikunto, Suharsimi. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta.

_____. 2001. Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek). Edisi Revisi V.

Ballesteros, JM. (1979). Pedoman Dasar Melatih Atletik. Jakarta: PB PASI.

Dimiyati dan Mudjiono. 2009. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta : Rineka Cipta.

_____. 1999. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta : Rineka Cipta.

- Husdarta, M. Saputra Yudha.(2000). Belajar dan Pembelajaran. Departemen Pendidikan Nasional.
- Joyce and weil. 1982. Model Of Teaching. Engalewood Cliffs. New Jersey : Prientice-Hall, Inc.
- Markaban. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta.
- Mulyasa. 2003. Kurikulum Berbasis Kompetensi. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Nana dan Ibrahim. 2009. Penelitian dan Pendidikan. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Purwanto. 2011. Evaluasi Hasil Belajar. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Roestiyah. 2001. Strategi Belajar Mengajar. Jakarta : Rineka Cipta.
- Sagala, Saiful. 2011. Konsep san Makna Pembelajaran. Bandung. Alfabeta
- Suherman, Adang. 2001. Pembelajaran Atletik. Jakarta : Depdikbud.
- Supriyono, Agus. 2010. Cooperative Learning. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Yoyo Bahagia, Adang Suherman (2000). Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga. Jakarta, Depdiknas.
- Yoyo Bahagia,dkk (2000). Atletik. Jakarta, Depdiknas.
- Yudha M. Saputra. 2001. Dasar Ketrampilan Atletik. Jakarta : Depdikbud.