

**PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA TALI TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA MENGGANTONG DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN
(Studi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo)**

Ahmad Kusnadi

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya, ahmadkusnadi16@gmail.com

Suroto

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Guru sebagai penyelenggara pendidikan sekaligus motivator utama dalam proses pembelajaran mempunyai peranan yang sangat penting dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan, disamping itu kualitas guru cenderung berpengaruh terhadap kualitas siswa. Suatu kegiatan belajar mengajar akan cenderung lebih baik bila ditunjang oleh kemampuan guru dalam menciptakan suatu interaksi yang dinamis yang mengacu pada pencapaian instruksional khusus merupakan salah satu kriteria keberhasilan dalam proses pembelajaran. Guru dalam proses pembelajaran harus mampu merencanakan, menetapkan tujuan, mempersiapkan materi, memilih metode dan alat bantu yang tepat dalam proses pembelajaran ini dikarenakan untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan sesuai dengan standar kompetensi dan kompetensi dasar. Hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dapat ditinjau melalui kognitif, afektif, dan psikomotor. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media tali terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Subjek penelitiannya adalah siswa kelas VIII-C SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo yang berjumlah 24 siswa. Dari hasil penelitian secara umum dapat disimpulkan bahwa selama pemberian 2 perlakuan terdapat pengaruh yang signifikan nilai penggunaan media tali terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung yang dibuktikan dengan hasil $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($16,570 > 1,713$) dari ketiga komponen hasil belajar yang digunakan pada saat *pretest* dan *posttest* yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor dengan peningkatan hasil belajar sebesar 41,07%.

Kata Kunci : Media Tali, Hasil, Belajar, dan Lompat Jauh.

Abstract

Teacher as an education implementer also as the main motivator in learning process have very important role in the effort of education purpose achievement, also teacher's quality have important effect to student's quality. A learning activity will be better if supported by teacher's ability in creating dynamic interaction which towards to special instructional achievement is one of the success criteria on learning process. Teacher on learning process must be able to plan, set the purpose, prepare the material, choosing right method and tool aid in this learning process in order to achieve expected learning objectives that suitable with standarts competence and basic competences.

Squat long jump learning results can be viewed by cognitive, affective, and psychomotor aspects. This research aim is to find out the effect of rope media application to squat long jump's learning results.

This is a apparent experiment research with descriptive quantitative approach. The research subject are students of class VIII-C in Probolinggo State Junior High School that amounted of 24 students.

From the generally research result it can be conclude that during 2 treatments giving there is significant effect of rope media application to squat long jump's learning results which evidenced from the results of $t_{count} > t_{table}$ ($16.570 > 1.713$) from the third learning components that applied during pretest and posttest that is cognitive, affective, and psychomotor with 41,07% learning result increase.

Keywords : Media Strap, Results, Learning, and Long Jump.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena pendidikan merupakan hal yang paling dominan dalam perkembangan serta peningkatan taraf hidup manusia. Untuk mendapatkan penyempurnaan dalam dunia pendidikan, tentunya harus

banyak melakukan pembenahan. Dan tentunya kurikulum adalah hal yang paling menentukan tentang baik buruknya suatu pendidikan.

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional bab 1 pasal 1 sebagai berikut: "Pendidikan

adalah 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 diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya masyarakat, bangsa, dan negara.”

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 juga menyebutkan tentang Sistem Pendidikan Nasional, pada bab II pasal 3 tentang dasar, fungsi dan tujuan pendidikan nasional disebutkan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, 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 demokratis serta bertanggung jawab. Penyelenggaraan pendidikan di sekolah dilakukan melalui proses belajar mengajar. Proses belajar mengajar adalah hubungan timbal balik antara peserta didik dengan pendidik melalui komunikasi satu, dua atau banyak arah untuk dapat menyampaikan ilmu dengan baik dan dapat diterima oleh peserta didik.

Dalam dunia pendidikan memiliki mata pelajaran pendidikan jasmani. Pendidikan Jasmani memiliki begitu banyak manfaat misalnya, sebagai kebugaran jasmani, keterampilan motorik, pengetahuan, perilaku hidup sehat, dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Seperti pendapat dari Nurhasan, dkk (2005: 2), Pendidikan Jasmani adalah pendidikan untuk jasmaniah secara keseluruhan. Dalam pandangan modern, pendidikan manusia seutuhnya adalah pendidikan yang menempatkan aspek jasmaniah secara tepat sehingga dapat mengembangkan daya intelektual, sosial, emosional, dan estetika pribadi dengan tidak mengabaikan pengembangan otot, tulang, dan persendian untuk melakukan keterampilan gerak serta untuk meningkatkan kebugaran jasmani serta dapat mencapai prestasi apabila rajin berlatih pada satu cabang olahraga, yang dapat dilakukan pada sekolah-sekolah, yang terdiri atas latihan-latihan dengan alat maupun tidak dengan alat, dilakukan di dalam maupun di luar ruangan.

Sedangkan menurut Kristiyandaru (2010: 33), Pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras, dan seimbang. Pendidikan jasmani dianggap sebagai pendidikan untuk jasmani dan pendidikan melalui jasmani. Artinya bahwa pendidikan jasmani bukan hanya bertugas mendidik siswa dalam

perkembangan dan pertumbuhan jasmani saja, namun penanaman sikap dan nilai-nilai hidup yang benar dapat ditanamkan melalui aktivitas jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan sebuah wadah untuk meningkatkan kebugaran siswa dan pembiasaan pola hidup sehat yang bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang, Pendidikan jasmani juga merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara alamiah, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional. Dalam pendidikan jasmani, pendidik harus dapat mengajarkan pada peserta didik berbagai keterampilan dasar permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, teknik, dan aktivitas luar kelas, nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani, sportifitas, jujur, saling bekerja sama, disiplin, dan pembiasaan hidup sehat (Rahayu, 2013: 18).

Dari penjelasan tersebut, sudah jelas bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) begitu penting. Peran Guru yang dituntut untuk memberikan suatu intelegensi, inovasi, kreativitas, pengalaman, dan motivasi dalam proses pembelajaran. Diharapkan siswa dapat memperoleh pengetahuan, kesegaran jasmani melalui gerak,

keterampilan, sikap, serta nilai-nilai yang terkandung di dalam materi yang disajikan oleh Guru. Salah satu materi pembelajaran PJOK yang tercantum pada SK-KD dalam kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) adalah lompat jauh.

Lompat jauh adalah salah satu nomor lompat dari cabang olahraga Atletik yang populer diperlombakan. Lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat yang diawali dengan gerak horizontal dan diubah ke gerakan vertikal dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki yang terkuat untuk memperoleh jarak yang sejauh-jauhnya. Tujuan dari lompat jauh adalah melompat sejauh-jauhnya dengan memindahkan seluruh tubuh dari titik tertentu ke titik lainnya (Wiarso, 2013: 32).

Menurut Suroto (2015: 68), ada beberapa gaya yang terdapat dalam lompat jauh, yaitu: (1) gaya jongkok (*orthodok*), (2) gaya menggantung (*snepper*), dan (3) gaya berjalan di udara (*walking in the air*). Pemilihan materi pembelajaran atletik lompat jauh gaya menggantung ini dipilih berdasarkan hasil wawancara dengan guru PJOK, berdasarkan wawancara tersebut guru menyampaikan bahwa pada tahun 2016 pembelajaran ini belum diberikan kepada peserta didik kelas VIII, sehingga materi ini tepat untuk mengetahui kemampuan hasil belajar non akademis peserta didik. Gaya ini mudah dipelajari bagi pelompat pemula. Agar dapat melakukan lompat jauh dengan baik maka perlu menguasai dasar-

dasar teknik lompat jauh. Keterampilan dasar lompat jauh terdiri atas awalan, tolakan, melayang, dan mendarat (Sidik, 2010: 65).

Berdasarkan 3 kali pengamatan dan *interview* dengan guru PJOK yaitu bapak Rahmad Priyono S.Pd yang dilakukan pada tanggal 12 dan 19 november 2016 melakukan observasi dan pengamatan ketika pembelajaran lompat jauh berlangsung. Kemudian pada tanggal 26 November 2016 melakukan *interview*, dari hasil pengamatan dan *interview* tersebut, ternyata dari sekian banyak siswa yang mempelajari tentang materi lompat jauh di SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo, masih kebingungan dalam mempraktikkannya dan kurang semangatnya siswa dalam pembelajaran lompat jauh. Hal ini dikarenakan adanya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal dikarenakan siswa yang belum mengenal materi lompat jauh. Sedangkan faktor eksternal merupakan faktor dari lingkungan seperti jam pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada jam ketiga dan keempat atau sekitar jam 08.30-09.30 pagi, dimana cuaca mulai panas. Sekolah SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo merupakan sekolah favorit di Kecamatan Krejengan karena memiliki fasilitas yang baik. Akan tetapi untuk pembelajaran lompat jauh gaya menggantung pada kelas VIII belum tersampaikan secara maksimal, hal ini membuat siswa kelas VIII lebih dari setengah yang ketuntasan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung masih kurang dari Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang ditentukan oleh sekolah yaitu 80 (delapan puluh). Masalah tersebut dikarenakan siswa hanya sekedar bisa melakukan lompat jauh tanpa mengetahui tahapan-tahapan seperti awalan, tolakan, gaya di udara, dan mendarat. oleh karena itu perlunya media alat bantu untuk membantu penyampaian teknik lompat jauh gaya menggantung supaya dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh gaya menggantung pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo.

Dari hasil observasi di sekolah mengenai sarana dan prasarana yang memadai, yaitu bak pasir, maka penulis ingin melihat lebih dalam mengenai hasil belajar lompat jauh gaya menggantung yang dalam proses pembelajarannya menggunakan media tali. Alasan penulis menggunakan media tali dikarenakan di sekolah SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo terdapat sarana yang telah tersedia dan media tali itu tidak digunakan, serta bila digunakan dapat memberikan media pembelajaran baru pada siswa tersebut. Oleh karena itu, Guru diharapkan untuk lebih memahami tentang cara bagaimana memberikan materi dalam pembelajaran yang inovatif, kreatif, membangun kepribadian siswa dan menyenangkan agar siswa dapat

mudah memahami tentang cara mempraktikkan teknik dasar lompat jauh dan hasil belajarnya pun diharapkan bisa meningkat.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian mengambil judul “Pengaruh Penggunaan Media Tali Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Menggantong Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan” (Studi pada Kelas VIII SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo).

METODE

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian eksperimen semu (*quasi-experiment*) dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab akibat diantara variabel-variabel. Penelitian eksperimen murni dicirikan dengan 4 hal, yaitu: adanya perlakuan, mekanisme kontrol, randomisasi, dan ukuran keberhasilan (Maksum, 2009: 49).

Penelitian eksperimen ini bersifat semu karena hanya memenuhi tiga syarat dari empat syarat untuk masuk dalam kategori eksperimen murni. Salah satu syarat yang tidak ada dalam penelitian ini untuk dikatakan penelitian eksperimen murni yaitu mekanisme kontrol lemah.

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Dalam desain ini tidak ada kelompok kontrol, dan subjek tidak ditempatkan secara acak. Dengan *One Group Pretest-Posttest Design*, sudah bisa mengukur adanya pengaruh dari *treatment* yang diberikan. Populasi dalam penelitian adalah siswa kelas VIII C SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo

Tempat penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kelas VIII C yang terdiri dari 24 siswa.

Instrumen yang digunakan adalah “Permendikbud Nomor 104 Tahun 2014 Tentang Penilaian Hasil Belajar Oleh Peserta Didik Pada Pendidikan Dasar Dan Pendidikan Menengah”, dan yang kedua Angket *Formative Class Evaluation* (FCE), yang bertujuan untuk mengukur hasil belajar lompat jauh gaya menggantung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil perhitungan selanjutnya deskripsi data dari hasil penelitian dapat dijabarkan lebih lanjut sebagai berikut:

Tabel 1 Deskripsi Data Sampel Lompat Jauh Gaya Menggantong Menggunakan Media Tali

Deskripsi	Pretest	Posttest	Beda
Rata-rata	55,38	78,13	22,75
SD	4,817	5,456	0,639
Varian	23,201	29,766	6,565
Nilai Maksimum	65	90	25
Nilai Minimum	48	69	21
Pengaruh	41,07 %		

Berdasarkan Tabel 1 di atas dapat dilihat bahwa rata-rata hasil *pretest* sebesar 55,38 standart deviasi sebesar 4,817 dengan varian sebesar 23,201 serta nilai maksimum sebesar 65 dan nilai minimum sebesar 48. Sedangkan untuk *posttest* didapatkan nilai rata-rata sebesar 78,13 standar deviasi 5,456 dengan varian sebesar 29,766 serta nilai maksimum 90 dan nilai minimum 69.

Nilai beda rata-rata antara *pretest* dan *posttest* adalah sebesar 22,75 standar deviasi 0,639 dengan varian sebesar 6,565 dan nilai beda antara nilai maksimum *pretest* dan *posttest* sebesar 25 sedangkan nilai beda antara nilai minimum *pretest* dan *posttest* sebesar 21. Dari hasil tersebut maka dapat diketahui bahwa pembelajaran lompat jauh gaya menggantung menggunakan media tali pada sampel penelitian mengalami pengaruh sebesar 41,07 %.

Tabel 2 Uji Normalitas Data Hasil Belajar Belajar Lompat Jauh Gaya Menggantung One Sample Kolmogorov - Smirnov Test Pre Test dan Post Test One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Pretest	Posttest
N	24	24
Kolmogorov-Smirnov Z	,857	1,013
Asymp. Sig. (2-tailed)	,455	,257

Berdasarkan pada Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa:

a. Besarnya nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* data *pretest* kelompok sebesar 0,455 lebih besar 0,05. Sesuai kriteria pengujian dapat dikatakan bahwa data tersebut berdistribusi normal.

b. Besarnya nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* data *posttest* kelompok sebesar 0,257 lebih besar 0,05. Sesuai kriteria pengujian dapat dikatakan bahwa data tersebut dinyatakan berdistribusi normal.

Berdasarkan pada Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa besarnya nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* lebih besar

dari 5% (0,05), hal ini dapat dikatakan bahwa sebaran data hasil belajar lompat jauh gaya menggantung pada kelompok, baik *pretest* maupun *posttest* adalah merupakan data yang berdistribusi normal, sehingga dapat digunakan dalam penelitian.

Table 3 Hasil Uji beda rata-rata sampel sejenis

Lompat Jauh		Mean	MD	t hitung	t tabel	Ket.
Media Tali	<i>Pretest</i>	55.38	22,75 0	16,570	1,71 3	Signifikan
	<i>Posttest</i>	78,13				

$H_0 : \mu = 0$, berarti tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian perlakuan media tali terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo.

$H_a : \mu \neq 0$, berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian perlakuan media tali terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo.

Hasil Angket FCE

Hasil data kuisioner FCE yang disajikan diperoleh dari hasil pengisian angket FCE yang dilakukan sesaat setelah pembelajaran pertemuan kedua dan pertemuan ketiga berakhir. Dari hasil data penghitungan skor FCE siswa dari dua kali pembelajaran secara keseluruhan dapat disimpulkan pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 4 Hasil data kuisioner FCE

No	Hari, Tgl	Deskripsi	A	B	C	D	Rata	Kategori
1.	Sabtu, 8-4-2017	Treatment 1	4	3	2	2	3	Sedang
2.	Sabtu, 15-4-2017	Treatment 2	5	3	3	3	4	Baik

Keterangan :

A : Result B : Volition C : Method D : Cooperation

Berdasarkan tabel 4 di atas diperoleh pengertian bahwa perlakuan /*treatment* pertama yang diberikan pada saat penelitian menunjukkan proses perlakuan pertama memiliki proses pembelajaran dengan kategori "Sedang ". Kemudian pada saat perlakuan /*treatment* kedua mengalami perubahan atau peningkatan yaitu dengan ditunjukkan dengan hasil dari proses

perlakuan kedua memiliki proses pembelajaran dengan kategori “Baik”. Hasil tersebut didapat dari beberapa komponen, yaitu hasil, kemauan, metode dan kerjasama. Dapat disimpulkan dari data di atas menurut sudut pandang siswa pada saat pembelajaran/perlakuan terdapat suatu hal baru yang berkesan yang berdampak pada peningkatan pemahaman siswa dari segi kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan.

PEMBAHASAN

Pembahasan di sini membahas penguraian hasil penelitian tentang pemberian perlakuan media tali dilihat dari hasil belajar *pretest* dan *posttest* lompat jauh gaya menggantung yang dilakukan siswa dengan menggunakan tes lompat jauh gaya menggantung. Dari data *pretest* diperoleh rata-rata sebesar 55,38 dengan standar deviasi sebesar 4,817. Dari data *posttest* diperoleh rata-rata sebesar 78,13 dengan standar deviasi 5,456.

Untuk melihat apakah ada pengaruh yang signifikan antara hasil belajar lompat jauh gaya menggantung kelompok *T-Test dependent sample* sebagai uji beda. Kriteria pengujiannya adalah jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ H_0 ditolak dan H_a diterima, sedangkan jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ H_0 diterima dan H_a ditolak. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} (16,570) dan t_{tabel} (1,713) dengan taraf signifikan 0,05 yang bermakna bahwa nilai t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} . Sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *pretest* dan *posttest*, yang berarti hipotesis yang diajukan H_0 ditolak dan H_a diterima.

Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh untuk peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dengan menerapkan pembelajaran dalam bentuk penggunaan media tali. Hal ini dapat dikatakan bahwa hasil penelitian yang menyatakan bahwa pemberian perlakuan media tali terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dapat mempengaruhi hasil belajar lompat jauh gaya menggantung sebesar 41,07% adalah signifikan dan dapat diberlakukan ke populasi. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penggunaan media tali terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo.

Selanjutnya untuk mengetahui besarnya pengaruh penggunaan media tali terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dihitung dengan cara rata-rata selisih hasil *pretest* dan *posttest* (MD) dibagi rata-rata hasil *pretest* (M_{pre}) dikalikan 100%. Berdasarkan hasil olah data dari hasil penelitian dijelaskan bahwa media

pembelajaran yang diterapkan memberikan dampak terhadap peserta didik, yaitu sebesar 41,07 %. berdasarkan KKM mata pelajaran PJOK SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo, kelas yang dijadikan sampel peneliti belum mengalami ketuntasan belajar dikarenakan hasil setelah melakukan proses pembelajaran terdapat 8 siswa yang mencapai KKM dari 24 siswa yang mengikuti proses pembelajaran.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian, serta hasil penelitian, maka penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh penggunaan media tali terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Krejengan Kabupaten Probolinggo. Hal ini dibuktikan dari nilai t_{hitung} 16,570 > t_{tabel} 1,713 dengan taraf signifikansi 0,05.

2. Besarnya pengaruh penggunaan media tali terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas VIII SMP Negeri Krejengan Kabupaten Probolinggo berdasarkan analisis menggunakan rata-rata dapat diketahui sebesar 41,07%.

Saran

Saran yang dapat diajukan sebagai rekomendasi umum kepada semua pihak, terutama guru PJOK adalah sebagai berikut:

1. Sesuai dengan hasil penelitian yang sudah dilakukan maka sebaiknya pengaruh penggunaan media tali terhadap hasil belajar lompat jauh gaya menggantung bisa dijadikan acuan yang merupakan salah satu dari macam-macam media pembelajaran bagi para guru pendidikan jasmani, dalam usaha untuk meningkatkan kualitas pembelajaran lompat jauh gaya menggantung di sekolah walaupun sarana dan prasarana yang ada disekolah tidak memadai.
2. Guru berupaya mengembangkan media pembelajaran dengan tujuan agar mendapatkan hasil belajar yang lebih baik khususnya dalam penggunaan media tali, maka hendaknya media ini dapat diterapkan dalam pembelajaran PJOK disesuaikan dengan kemampuan dan kondisi siswa, sehingga siswa dapat dengan mudah menerima materi pembelajaran dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Erwansyah, Amik. 2012. *Pengaruh Permainan Lompat Kardus Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Menggantong Dalam Pembelajaran PJOK*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya:

Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Surabaya.

Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Surabaya.

IAAF. 1994. *Level 1 Teknik-Teknik Atletik dan Tahap-Tahap Mengajarkan*. Jakarta: Program Pendidikan dan Sistem Sertifikasi Pelatih Atletik PASI.

Katzenbogner Hans, dan Michael Medler 1996. *Buku Pedoman Lomba Atletik Nomor Lompat Seri 2* (D. Suyono, Pengalih bhs.) Jakarta: Penulis.

Kamus Besar Bahasa Indonesia. 2011. (Edisi keempat). Jakarta: PT Gramedia

Kristiyandaru, Advendi. (2010). *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

Maksum, Ali. 2009. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

Maksum, Ali. 2009. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

Nurhasan, dkk. 2005. *Petunjuk Praktis Pendidikan Jasmani (Bersatu Membangun Manusia Yang Sehat Jasmani dan Rohani)*. Surabaya: Unesa University Press.

Rahayu, Ega Trisna. 2013. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Implementasi Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.

Susanto, Ahmad. 2013. *Teori Belajar Pembelajaran*. Jakarta: Fajar Interpretama Mandiri.

Suroto, 2015. *Atletik Dasar*. Surabaya: Unesa University Press.

Susilana, Rudi. 2009. *Media Pembelajaran*. Bandung: CV. Wacana Prima.

Sidik, Dikdik. 2010. *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Wiarto, Giri. 2013. *ATLETIK*. Yogyakarta: Graha Ilmu

Wijaya, Agus dan Astono, 2006. *Uji Coba Instrumen Pembelajaran Dikjasor di SLTP Negeri se-Kota Surabaya*. Laporan Akhir Penelitian. Asisten Deputi Olahraga Pendidikan, Kemenpora: Jakarta

Wahyuningtyas, Linda Agustin. 2014. "Pengaruh Penggunaan Media Tali Terhadap Motivasi dan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok (Studi Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 4 Madiun)" dalam *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, Vol. 02, No. 03, hal. 811-813. Surabaya: Jurusan