

PROSIDING

SNPO 2018

SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN OLAHRAGA

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN



Penyelenggara :
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Medan
Prodi Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING

SNPO 2018

Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

Narasumber :

Prof. Dr. Syawal Gultom, M.Pd. (Rektor Universitas Negeri Medan)
Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Kes. (Dekan FIK Universitas Negeri Semarang)
Dr. Phil. Ichwan Azhari, M.S. (Kepala PUSSIS Universitas Negeri Medan)
Dr. Ardi Nusri, M.Kes. AIFO. (Dosen FIK UNIMED)

THE
Character Building
UNIVERSITY



Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING SNPO 2018 Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

**Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional**

Steering Comitee

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
Drs. Suharjo, M.Pd.
Dr. Albadi Sinulingga, M.Pd.
Dr. Syamsul Gultom, SKM., M.Kes.
Drs. Mesnan, M.Kes.
Akbar Khusyairi Rambe, S.Pd.
Nasiruddin Daulay, S.Pd.

Organizing Comitee

Abdul Harris Handoko, S.Pd., M.Pd
Togi Parulian Tambunan, S.Pd.
Akbar Zahriali, S.Pd.
Rian Handika, S.Pd.
Sri Astuti, S.Pd.
Alan Alfiansyah Putra Karo-karo, S.Pd.

Editor : Dr. Nurhayati Simatupang, M.Kes.
Dr. Imran Akhmad, M.Pd.

Reviewer :

Dr. Sabaruddin Yunis Bangun, M.Pd. (Unimed)
Dr. Sukendo, M.Kes. (UNJA)
Dr. Syahrudin, M.Kes. (UNM)
Dr. Rahma Dewi, M.Pd. (Unimed)
Dr. Amir Supriadi, M.Pd. (Unimed)

Penerbit :

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Jl. Willièm Iskandar Pasar V Medan Estate Medan
Telp: 061-6625972
E-mail: fik@unimed.ac.id
Website: fik.unimed.ac.id

ISBN 978-602-53100-0-3

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun
tanpa ijin tertulis dari penerbit



KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah yang telah diberikan kepada kita semua, sehingga buku Prosiding hasil Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018 pada hari sabtu tanggal 08 September 2018 di Gedung Digital Library Universitas Negeri Medan dapat terwujud.

Buku ini memuat artikel dan hasil penelitian Bapak/Ibu guru / dosen / Mahasiswa Universitas Negeri Medan yang dikumpulkan dan ditata oleh tim dalam kepanitiaan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankan kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Medan, Bapak Prof. Dr. Syawal Gultom, M. Pd. yang telah memfasilitasi semua kegiatan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga ini.
2. Bapak/Ibu segenap panitia Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikirannya demi suksesnya kegiatan ini.
3. Bapak/Ibu guru, dosen dan mahasiswa penyumbang artikel dan hasil penelitian dalam kegiatan ini.

Semoga buku ini dapat memberi kemanfaatan bagi kita semua, untuk kepentingan peningkatan mutu guru dan pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga kesehatan berbasis penelitian nilai-nilai kearifan local guna mendukung prestasi olahraga nasional



Medan, September 2018
Dekan FIK UNIMED

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
NIP. 19660520 199102 1 001



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
OLAHRAGA PENDIDIKAN	
<i>Kepemimpinan Dalam Kepelatihan Olahraga</i> <i>Andarias Ginting</i>	1
<i>Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Melalui Pembelajaran Pencak Silat</i> <i>Alan Alfiansyah Putra Karo Karo</i>	7
<i>Minat Siswa Kelas XI Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Renang</i> <i>Iswanta Ginting</i>	12
<i>Instrumen Literasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Siswa Melalui</i> <i>Lembar Kerja Peserta Didik</i> <i>Akbar Zahriali</i>	17
<i>Aplikasi Media Audiovisual Pada Materi Belajar Tendangan Sabit Pada Pencak Silat</i> <i>Roy Marwan</i>	23
<i>Perbedaan Pengaruh Gaya Mengajar Dan Konsep Diri Terhadap Hasil Belajar</i> <i>Lompat Jauh</i> <i>Zuni Arpan Nasution</i>	28
<i>Perbedaan Pengaruh Pembelajaran Kooperatif Dan Kemampuan Motorik</i> <i>Terhadap Hasil Gerak Dasar Lari</i> <i>Johannes Indra</i>	33
<i>Pengembangan Pembelajaran Permainan Bola Voli Mini</i> <i>Ronny Siringoringo</i>	38
<i>Pengembangan Permainan Zombie Tsunami Pada Siswa MIN Kota Medan</i> <i>Nurul Fadhilah</i>	44
<i>Perbandingan Pembelajaran Konvensional Dan Pembelajaran Sainifik</i> <i>Terhadap Kreativitas Dan Hasil Belajar Penjas</i> <i>Wicaksono</i>	48
<i>Pengembangan Media Pembelajaran Audio-Visual Tutorial Materi Renang Gaya Bebas</i> <i>Aan Deki Praja Pane</i>	52
<i>Evaluasi Implementasi Kurikulum 2013 SMK Di Kabupaten Batubara</i> <i>Mauluddin M. Noor</i>	57



PERBEDAAN PENGARUH GAYA MENGAJAR DAN KONSEP DIRI TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH

Zuni Arpan Nasution

Pascasarjana Universitas Negeri Medan
dafaijan5@gmail.com

Abstrak. Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode eksperimen. Dalam penelitian ini adalah dengan membandingkan dua gaya mengajar yang berbeda, yaitu gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar penemuan terbimbing dengan variabel atribut konsep diri (aspirasi) siswa yang terdiri dari konsep diri (aspirasi) tinggi dan konsep diri (aspirasi) rendah. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh fakta empirik tentang : (1) perbedaan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok antara siswa yang diajar dengan menggunakan gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar penemuan terbimbing, (2) interaksi antara gaya mengajar dengan konsep diri (aspirasi) terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok, (3) perbedaan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok antara siswa dengan konsep diri (aspirasi) tinggi yang diajar menggunakan gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar penemuan terbimbing (4) perbedaan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok antara siswa dengan konsep diri (aspirasi) rendah yang diajar menggunakan gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar penemuan terbimbing.

Kata Kunci : Lompat Jauh, Penemuan Terbimbing, Inklusi.

Pendahuluan

Pendidikan merupakan kebutuhan dasar setiap manusia untuk menjamin keberlangsungan hidupnya agar lebih bermartabat (Sabaruddin, 2016). Pada esensinya, belajar dilakukan oleh semua makhluk hidup. Untuk manusia, belajar adalah proses untuk mencapai berbagai kemampuan, ketrampilan serta sikap. Mulai dari bayi hingga remaja, seseorang akan terus belajar. Ketika dewasa, diharapkan individu akan mahir dengan tugas-tugas kerja tertentu serta ketrampilan fungsional yang lain.

Belajar merupakan interaksi individu dengan lingkungannya. Lingkungan dalam hal ini dapat berupa manusia atau objek lain yang memungkinkan individu memperoleh pengalaman-pengalaman atau pengetahuan, baik pengalaman atau pengetahuan baru maupun sesuatu yang pernah diperoleh atau ditemukan sebelumnya, sehingga memungkinkan terjadinya interaksi (Aunurrahman, 2012:36).

Pendidikan jasmani sebagai salah satu lingkup kegiatan keolahragaan tak lepas dari upaya pengembangan dan peningkatan kualitas dalam pelaksanaannya. Pendidikan jasmani (penjas) adalah usaha pendidikan yang memiliki potensi besar dalam upaya memfasilitasi perkembangan peserta didik. Pendidikan jasmani menurut Mosston (2008:47) adalah satu-satunya bidang pendidikan yang menstimulasi peserta didik untuk berpikir (*cognitive channel*) selagi aktif melakukan gerakan fisik (*physical channel*) yang menuntut mereka untuk mempraktekkan *fair play* (*ethical channel*) dan self-control (*social channel*).

Lompat jauh merupakan suatu gerakan melompat yang menggunakan tumpuan pada satu kaki untuk mencapai jarak sejauh-jauhnya. Sasaran dan tujuan lompat jauh adalah untuk mencapai jarak



lompatan sejauh mungkin ke sebuah titik pendaratan atau bak lompat. Jarak lompatan diukur dari papan tolakan sampai ke batas terdekat dari letak titik pendaratan yang dihasilkan oleh bagian tubuh.

Terdapat beberapa gaya lompat jauh yang dapat diajarkan di sekolah, yaitu gaya jongkok (*tuck*), gaya menggantung (*hang style* atau *sneper*), dan gaya jalan di udara (*walking in the air*). Gaya jongkok adalah gaya yang dipelajari dalam kurikulum pendidikan jasmani SMP. Namun pencapaian belajar belum seperti yang diharapkan.

Pada hasil observasi yang dilakukan di SMP Yayasan Pendidikan Kesatuan Meranti pada T.A. 2018/2019 dimana ditemukan beberapa masalah :

- 1) Kurangnya penerapan pembelajaran pendidikan jasmani yang menarik, sehingga terkesan monoton dan membosankan. Dan wawancara dengan siswa membuktikan bahwa siswa merasa tidak tertarik untuk materi yang berhubungan dengan lari, lompat. Siswa hanya menafsirkan permainan adalah hal yang menarik.
- 2) Pada saat peneliti menginstruksikan siswa untuk melakukan teknik gerakan lompat jauh dimana sebagian siswa bisa melakukannya tapi persentase siswa yang bisa hanya sedikit. Dalam 1 kelas yang mampu melakukan teknik gerakan lompat jauh gaya jongkok hanya 3 orang saja. Sisanya ada yang tidak bisa sama sekali dan ada yang tidak mampu mendarat dengan baik, maupun menumpu dengan baik.
- 3) Kemudian siswa di daerah kabupaten ini termasuk siswa yang memiliki psikomotor berbeda dengan anak di kota. Harusnya guru mampu mengidentifikasi bakat dari pembelajaran dan diarahkan. Namun, pembelajaran yang dilaksanakan tidak memiliki konsep sehingga menyulitkan siswa untuk menampilkan gerakan yang baik.
- 4) Banyak siswa yang tidak mampu mengontrol gerakan dimana harus mempercepat lari saat awalan dan memperlambat lari untuk menumpukan kaki di papan tumpu lompatan, sehingga banyak siswa yang masih tidak memijak papan tumpu/ kelewatan dari papan tumpu.

Guru yang profesional tidak bersikap pasrah, menerima dan pasif jika ada masalah yang terkait dengan sarana dan prasarana pendidikan jasmani ridan mat, namun diharapkan dapat menyikapi secara kreatif untuk mengatasinya. Salah satu usaha yang dapat dilakukan guru ialah dengan menyajikan pembelajaran yang menarik.

Untuk mencapai tujuan pembelajaran, seorang guru harus kreatif dalam menyajikan materi pembelajaran dengan berbagai cara agar bahan pelajaran yang disajikan dapat diterima dengan baik oleh siswa. Husdarta (2013:61). Saputra mengemukakan, "keterampilan memvariasikan metode dalam proses belajar mengajar meliputi tiga aspek (1) variasi dalam gaya mengajar, (2) variasi dalam menggunakan media dan bahan pengajaran, (3) variasi dalam interaksi antara guru dan siswa.



Gaya mengajar dapat dilakukan dengan berbagai macam variasi misalnya suara, pemberian waktu, kontak pandang, gerakan perpindahan posisi guru dilapangan dan lain sebagainya. Gaya mengajar adalah cara atau metode yang dipakai guru ketika sedang melakukan pengajaran. Menurut Thoifuri gaya mengajar adalah bentuk penampilan guru saat mengajar, baik yang bersifat kurikuler maupun psikologis (Thoifuri, 2013:81). Gaya mengajar yang bersifat kurikuler adalah guru mengajar yang disesuaikan dengan tujuan dan sifat mata pelajaran tertentu. Gaya mengajar yang bersifat psikologis adalah guru mengajar yang disesuaikan dengan motivasi siswa, pengelolaan kelas dan evaluasi hasil belajar.

Menurut Thoifuri dalam bukunya menjadi guru inisiator, pendekatan dalam mengajar merupakan proses penentuan cepat tidaknya siswa mencapai tujuan belajar. Pendekatan gaya mengajar akan menjadi tepat guna jika selaras dengan tujuan, materi pelajaran, dan minat serta kebutuhan siswa, baik dilakukan dalam bentuk pengajaran kelompok maupun individual.

Ali (2010:57) menyimpulkan bahwa gaya mengajar yang dimiliki oleh seorang guru mencerminkan pada cara melaksanakan pengajaran, sesuai dengan pandangannya sendiri. Di samping itu landasan psikologis, terutama teori belajar yang dipegang serta kurikulum yang dilaksanakan juga turut mewarnai gaya mengajar guru yang bersangkutan

Ciri utama gaya inklusi menurut Mosston (2008:156) adalah bahwa peserta didik dengan berbagai tingkat keterampilan berpartisipasi dalam tugas yang sama dengan memilih tingkat kesulitan di mana mereka dapat melakukan. Dalam anatomi gaya *inklusi*, peran guru adalah untuk membuat semua keputusan materi pelajaran, termasuk tingkat mungkin dalam tugas, dan keputusan logistik. Peran peserta didik adalah untuk survei tingkat yang tersedia dalam tugas. Pilih dan entry point, praktek tugas, jika perlu melakukan penyesuaian di tingkat tugas, dan memeriksa kinerja terhadap kriteria. Ketika perilaku ini tercapai, tujuan berikut dicapai dalam materi pelajaran dan perilaku.

Peran siswa dalam gaya mengajar *inklusi* adalah mencoba melakukan gerakan untuk setiap tingkat kesulitan. Siswa dapat memilih gerakan yang mereka anggap mampu. Siswa dapat melanjutkan aktivitasnya pada level yang lebih sukar apabila dianggap mampu. Sementara itu peran guru adalah mempersiapkan tugas gerak yang akan dilakukan siswa dan menentukan tingkat kesukaran di dalam tugas tersebut. Guru harus mempersiapkan kriteria untuk masing-masing tahapan tugas (Husdarta, 2013:34).

Pemilihan gaya mengajar inklusi pada materi lompat jauh gaya jongkok adalah dikarenakan pada materi ini, guru tidak memiliki konsep materi dari yang tingkat kesulitan rendah sampai tingkat kesulitan tinggi. Biasanya pelaksanaan materi lompat jauh gaya jongkok dilakukan setelah guru memberikan contoh kemudian siswa melakukan satu per satu dan hal inilah yang membuat peneliti mengapa memilih gaya mengajar inklusi dalam penelitian ini.



Ranah afektif adalah ranah yang berkaitan dengan sikap dan nilai. Ranah afektif mencakup watak perilaku seperti perasaan, minat, sikap, emosi, dan nilai. Beberapa pakar mengatakan bahwa sikap seseorang dapat diramalkan perubahannya bila seseorang telah memiliki kekuasaan kognitif tingkat tinggi. Ciri-ciri hasil belajar afektif akan tampak pada peserta didik dalam berbagai tingkah laku. Maka dari itu sikap dalam pembelajaran adalah hal penting. Seperti konsep diri dan aspirasi yang berarti kepercayaan mengenai keadaan diri sendiri yang relatif sulit diubah (Slameto, 2010:184). Siswa yang memiliki konsep diri yang buruk dalam beberapa hal tampaknya menolak pengalaman-pengalaman suksesnya pada pertama kali.

Konsep diri tumbuh dari interaksi seseorang dengan orang-orang lain yang berpengaruh dalam kehidupannya. Guru mempunyai pengaruh yang kuat terhadap konsep diri siswa (Slameto, 2010:184). Guru dapat meningkatkan atau menemukannya, dengan perkataan lain guru dapat mempengaruhi dasar aspirasi dan penampilan siswa.

Pengajar harus sadar akan hal ini dan secara berhati-hati mengamati keadaan lingkungan sekolah. Sehingga peristiwa traumatic yang dapat merendahkan konsep diri dapat dikurangi. Kehangatan sesama lingkungan akan sangat membantu siswa mengembangkan konsep diri yang positif.

Berdasarkan uraian masalah di atas, maka peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Perbedaan Pengaruh Gaya Mengajar Dan Konsep Diri (Aspirasi) Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Siswa SMP Yayasan Pendidikan Kesatuan Meranti T.A. 2018/2019”.

Metode penelitian

Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode eksperimen. Dalam penelitian ini adalah dengan membandingkan dua gaya mengajar yang berbeda, yaitu gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar penemuan terbimbing dengan variabel atribut konsep diri (aspirasi) siswa yang terdiri dari konsep diri (aspirasi) tinggi dan konsep diri (aspirasi) rendah.

Hasil Dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh fakta empirik tentang: (1) perbedaan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok antara siswa yang diajar dengan menggunakan gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar penemuan terbimbing, (2) interaksi antara gaya mengajar dengan konsep diri (aspirasi) terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok, (3) perbedaan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok antara siswa dengan konsep diri (aspirasi) tinggi yang diajar menggunakan gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar penemuan terbimbing (4) perbedaan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok antara siswa dengan konsep diri (aspirasi) rendah yang diajar menggunakan gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar penemuan terbimbing,

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMP Yayasan Pendidikan Kesatuan Meranti. Tahapan penelitian ini meliputi pengumpulan data tentang konsep diri (aspirasi), penerapan perlakuan gaya mengajar dan pengumpulan data tentang hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Pelaksanaan perlakuan



gaya mengajar (gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar penemuan terbimbing). Adapun waktu penerapan perlakuan gaya mengajar (gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar penemuan terbimbing) dilakukan selama 4 minggu. Dengan waktu penelitian sebanyak 4 kali pertemuan.

Desain penelitian yang digunakan adalah *by level 2 x 2* dengan terdapat tiga variabel penelitian, yaitu satu variabel terikat dan dua variabel bebas. Sebagai variabel terikat (*dependent variable*) adalah hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dan dua variabel bebas (*independent variable*) adalah gaya mengajar dan konsep diri (aspirasi) siswa.

Variabel perlakuan pembelajaran dibedakan menjadi dua, yaitu gaya mengajar inklusi (A_1) dan gaya mengajar penemuan terbimbing (A_2). Variabel yang mempengaruhi, yaitu konsep diri (aspirasi) tinggi (B_1) dan konsep diri (aspirasi) rendah (B_2).

Kesimpulan Dan Saran

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah : (1) terdapat perbedaan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok antara siswa yang diajar dengan menggunakan gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar penemuan terbimbing, (2) terdapat interaksi antara gaya mengajar dengan konsep diri (aspirasi) terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok, (3) terdapat perbedaan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok antara siswa dengan konsep diri (aspirasi) tinggi yang diajar menggunakan gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar penemuan terbimbing (4) terdapat perbedaan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok antara siswa dengan konsep diri (aspirasi) rendah yang diajar menggunakan gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar penemuan terbimbing,

Saran dalam penelitian ini adalah : agar semua guru pendidikan jasmani mampu menciptakan suasana belajar yang menarik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aunurrahman. 2012, *Belajar Dan Pembelajaran*. Bandung: CV Alfabeta
- Bangun, Sabaruddin Yunis. 2016. Pengembangan Pengetahuan Anak Difabel Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Outbound. *Journal Physical Education, Health and Recreation*. Vol 1, No 1. Hal 70-77.
- Husdarta Dan Yudha M. Saputra. 2013. *Belajar Dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Muhammad Ali. 2010. *Guru Dalam Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT. Sinar Baru Algensindo
- Muska Mosston. 2008. *Teaching Physical Education*. Finland: University Of Jyvaskyla.
- Slameto. 2010. *Belajar & Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.