

**LAPORAN AKHIR PENELITIAN
PNBP PPs UNM**



**IMPLEMENTASI MEDIA BERMAIN SIRKUIT DALAM
MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH
MURID KELAS VA SEKOLAH DASAR INPRES 1
ANTANG KOTA MAKASSAR**

KETUA/ANGGOTA TIM:

Dr. Sudirman Burhanuddin, MS, NIDN 0003057101

Dr. Wahyu Jayadi, S.Pd. M.Pd, NIDN

Di biyai oleh:

DIPA Universitas Negeri Makassar

Nomor : SP DIPA – 042.01:2.400964/2016, tanggal 7 Desember 2015

Sesuai Surat Rektor Universitas Negeri Makassar

Nomor: 4687/UN36/LT/2016 tanggal 14 Oktober 2016

**UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
NOVEMBER 2016**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Implementasi Media Bermain Sirkuit Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Murid Kelas Va Sekolah Dasar Inpres 1 Antang Kota Makassar

Ketua Peneliti :

- a. Nama Lengkap : Dr. Sudirman Burhanuddin, MS
- b. Jenis Kelamin : Laki-laki
- c. NIP/NIDN : 19580616 198503 1 021 / 00016065911
- d. Program Studi : Pendidikan Olahraga
- e. Nomor HP : 081241787555 / 081527233330
- f. Alamat E-mail : sudirman_burhanuddin@yahoo.co.id

Anggota Peneliti (1) :

- a. Nama Lengkap : Dr. Wahyu Jayadi, S.Pd. M.Pd
- b. NIP/NIDN :
- c. Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Makassar

Biaya Penelitian yang disetujui : Rp. 20.000.000,-

Makassar, November 2016

Menegetahui,
Direktur PPs UNM

Prof. Dr. Jasriudin, M.Si
NIP: 196412221991031002

Ketua Peneliti,

Dr. Sudirman Burhanuddin, MS
NIP : 19580616 198503 1 021

Menyetujui,
Ketua Lembaga Penelitian
Universitas Negeri Makassar

Prof. Dr. H. Jufri, M. Pd
NIP : 19591231 198503 1 016

ARTIKEL

IMPLEMENTASI MEDIA BERMAIN SIRKUIT DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH MURID KELAS VA SEKOLAH DASAR INPRES 1 ANTANG KOTA MAKASSAR

Sudirman Burhanuddin¹⁾, Wahyu Jayadi²⁾,

¹Prodi Pendidikan Jasmani dan Olahraga PPs Universitas Negeri Makassar

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Implementasi Media Bermain Sirkuit Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Murid Kelas Va Sekolah Dasar Inpres 1 Antang Kota Makassar.

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Subjek data penelitian ini adalah Murid Kelas Va Sekolah Dasar Inpres 1 Antang Kota Makassar berjumlah 23 orang yang terdiri atas 9 murid putri dan 14 murid putra. Teknik pengumpulan data dengan observasi dan tes penilaian hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif yang didasarkan pada analisis kuantitatif dengan persentase.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan bahwa: pembelajaran melalui penerapan media bermain sirkuit bagi murid kelas V Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate Kota Makassar. Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari siklus I dan siklus II. Hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 69,57% jumlah murid yang tuntas adalah 16 murid. Pada siklus II terjadi peningkatan prosentase hasil belajar murid dalam kategori tuntas sebesar 100%, sedangkan murid yang tuntas 23 murid.

Kata kunci : Lompat jauh gaya jongkok, media bermain sirkuit

*IMPLEMENTATION OF MEDIA PLAY CIRCUIT TO IMPROVE LEARNING
OUTCOMES LONG JUMP VA CLASS STUDENTS ELEMENTARY SCHOOL
INPRES 1 ANTANG MAKASSAR*

Abstract

This study aims to determine the implementation of the Media Play Circuit to Improve Learning Outcomes Long Jump Va Class Elementary School Students Inpres 1 Antang Makassar.

This study uses a Class Action Research (CAR). Subject of this research is Class Va Students Elementary School Inpres 1 Antang of Makassar was 23 student composed of 9 students and 14 students daughter's son. Data collection techniques by observation and learning outcomes assessment test long jump squat style. Data analysis techniques used in this research is descriptive based on quantitative analysis with a percentage.

Based on the results obtained the conclusion that: learning through play media application circuit for grade V Directive Elementary School Antang 1 Tamalate District Makassar. From the analysis obtained a significant increase from the first cycle and the second cycle. Learning outcomes long jump squat force in the first cycle in a complete category is 69.57% the number of students who completed is 16 students. In the second cycle an increase in the percentage of students learning results in the category of 100% complete, while the students who completed 23 students.

Keywords: *long jump squat style, media playing circuit*

1. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Cabang olahraga Berdasarkan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 Kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu (KTSP, 2011:1).

Kurikulum disusun oleh satuan pendidikan untuk memungkinkan penyesuaian program pendidikan dengan kebutuhan dan potensi yang ada di daerah. Dalam pengembangan kurikulum dapat dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu pendekatan teoritik dan pendekatan fungsional. Keduanya saling berkesinambungan dan sangat berperan penting, salah satunya pada kurikulum pendidikan jasmani (KTSP, 2011:1).

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Dalam pendidikan pasti mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, karena inti pembelajaran pendidikan jasmani adalah gerak insani dalam rangka pembentukan dan pengembangan. Gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alamiah berkembang searah dengan perkembangan zaman. Bergerak bagi anak-anak merupakan suatu kebutuhan yang sangat penting bahkan hampir sebagian dari seluruh waktunya dihabiskan untuk bergerak. Dalam proses pembelajaran anak melakukan berbagai tugas-tugas gerak sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangannya. Sehingga dalam proses perkembangan pendidikan jasmani memiliki muatan belajar gerak yang diarahkan pada pencapaian tujuan fisik dan perkembangan motorik. Oleh karena itu, apabila bentuk-bentuk gerakan yang dimiliki oleh anak-anak tersebut dapat dimanfaatkan dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani dengan baik, maka akan sangat bermanfaat sekali bagi pendidikan di sekolah dasar khususnya Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate di Kota Makassar.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, pendidik diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi

nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan hidup sehat.

Pada pembelajaran Pendidikan jasmani di sekolah dasar mempunyai banyak kendala-kendala. Pendidikan jasmani masih dianggap mata pelajaran yang kurang penting dibandingkan dengan mata pelajaran lainnya. Pendidikan jasmani di sekolah dasar mempunyai alokasi jam pelajaran yang masih kurang, secara umum kurang memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan siswa karena cenderung lebih mengarah pada penguasaan ketrampilan yang tidak sesuai dengan kebutuhan anak.

Pada saat pembelajaran pendidikan jasmani dilapangan masih banyak murid yang kurang aktif bergerak dikarenakan merasa bosan dengan gerakan yang diulang-ulang, hal ini perlu adanya pengembangan model pembelajaran, strategi pembelajaran, dan pendekatan pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi siswa, sehingga menghasilkan pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif, efektif, dan menyenangkan dengan menggunakan Model bermain dengan memanfaatkan media pembelajaran sirkuit yang telah dirancang dalam penelitian ini.

Kemampuan hasil belajar atletik nomor lompat jauh murid kelas V Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate Kota Makassar merupakan hal baru tetapi ketika materi pembelajaran atletik murid kurang antusias salah satunya materi atletik nomor

lompat jauh. Kriteria Ketuntasan Minimal yang telah dibuat sekolah untuk mata pelajaran pendidikan jasmani adalah 75 tetapi untuk materi atletik nomor lompat jauh hasil ketuntasan murid selalu dibawah KKM yang telah ditentukan. Pembelajaran yang langsung ke materi inti merupakan salah satu faktor banyaknya murid yang belum tuntas KKM. Diperlukan permainan yang mengacu pada gerakan lompat jauh terhadap murid untuk penyesuaian awal karena sebagian murid merasa takut untuk melakukan lompatan di bak pasir.

Oleh karena itu diperlukan model pembelajaran yang mampu memotivasi murid untuk selalu mengikuti pembelajaran lompat jauh salah satunya dengan melalui bermain sirkuit. Bermain sirkuit dapat meningkatkan hasil belajar atletik nomor lompat jauh dan minat murid untuk mengikuti materi pembelajaran atletik nomor lompat jauh. Serta dapat meningkatkan koordinasi gerak dalam gerakan lompat jauh dan hasil pembelajaran meningkat. Pembelajaran atletik nomor lompat jauh melalui media bermain sirkuit akan menjadikan pembelajaran yang aktif, efektif, inovatif juga menyenangkan bagi murid.

Bermain sirkuit merupakan suatu permainan yang bertujuan untuk memberikan penyesuaian dan koordinasi murid untuk melakukan gerakan awalan, tolakan, melayang dan mendarat di bak lompat yang berisi pasir

pada materi pembelajaran atletik nomor lompat jauh.

Oleh karena itu berdasarkan asumsi di atas diperlukan suatu jawaban terhadap permasalahan yang telah dipaparkan sebelumnya, sehingga harus ada kajian lebih dalam melalui penelitian. Dengan demikian peneliti ingin mengadakan penelitian dengan judul "Implementasi Penerapan Media bermain sirkuit dalam Pembelajaran Lompat Jauh Murid Kelas V Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate Kota Makassar Tahun 2016".

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lompat jauh melalui penerapan media bermain sirkuit bagi murid kelas V Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate Kota Makassar Tahun 2016 dilihat dari aspek kognitif, afektif, psikomotor.

C. Tinjauan Pustaka

A. Deskripsi Konseptual

1. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani makin penting dan strategis dalam kehidupan era teknologi yang sarat perubahan, persaingan dan kompleksitas. Hal tersebut menyangkut pembentukan watak dan kepribadian bangsa serta usaha pengembangan dan peningkatan mutu sumber daya manusia secara berkelanjutan. Pendidikan jasmani merupakan sarana yang

efektif dan efisien untuk meningkatkan disiplin dan rasa tanggung jawab, kreativitas dan daya inovasi serta mengembangkan kecerdasan emosional.

Pengertian dari pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran 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, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa (Samsudin, 2008:2).

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan disekolah merupakan aktivitas gerak, yang meliputi aspek fisik, mental, sosial dan kebiasaan hidup sehat yang diberikan secara terprogram dengan mempertimbangkan pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga bisa digunakan sebagai dasar perilaku bagi anak yang mempengaruhi dalam pertumbuhan dan perkembangan pada masa-masa selanjutnya (Mugiyo Hartono, 2010:62)

Aktivitas Pendidikan Jasmani di sekolah pada dasarnya sangat mengutamakan kebebasan gerak bagi para peserta didik, termasuk kesempatan untuk memaksimalkan dan memodifikasi gerak maupun peralatan, dalam menyederhanakan suatu bentuk latihan dan materi pembelajaran. Namun dalam pelaksanaannya, guru dan siswa harus bisa

berbagi peran secara timbal balik agar proses pembelajaran dapat terlaksana dengan baik dan sesuai dengan harapan. Pendidikan jasmani bukan hanya merupakan aktivitas pengembangan fisik saja akan tetapi harus berada dalam konteks pendidikan secara umum (*general education*). Didalam proses pendidikan jasmani harus dilakukan dengan sadar dan melibatkan interaksi sistematis antarpelakunya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

2. Lompat Jauh gaya jongkok

Lompat merupakan salah satu ketrampilan pokok yang memiliki empat nomor yaitu : lompat jauh, lompat tinggi, lompat jangkit, dan lompat galah. Melompat dan meloncat merupakan gerakan badan melayang di udara dengan menggunakan tumpuan satu kaki ataupun dua kaki (Joko Supriyanto, 2007:79).

Lompat jauh adalah ketrampilan gerak mengangkat tubuh dari suatu titik ke titik lain yang lebih jauh dengan ancang-ancang dan menumpu satu kaki dan mendarat dengan kaki/anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik (Djumidar, 2008:6.13). Tujuan dari lompat jauh adalah melompat sejauh-jauhnya dengan tahapan awalan, tolakan, melayang dan mendarat. Gaya dalam melakukan lompat jauh dibagi menjadi

Lompat jauh gaya jongkok adalah merupakan salah satu gaya dalam lompat jauh. Disebut gaya jongkok karena gerak dan sikap

badan sewaktu berada diudara menyerupai dengan orang yang sedang berjongkok. Teknik lompat jauh meliputi awalan, tolakan atau tumpuan, melayang, dan mendarat.

a. Awalan

Awalan pada lompat jauh bertujuan untuk mendapatkan kecepatan yang setinggi-tingginya sebelum mencapai balok tolakan. Panjang awalan lompat jauh antara 30 – 40 meter. Untuk memperoleh hasil lompatan yang maksimal, setiap melakukan awalan harus selalu dapat bertumpu pada balok.

Untuk gerakan pada tahapan awalan dengan berlari pelan :

- 1) Kepala tegak dan pandangan menghadap ke depan
- 2) Sikap badan condong kedepan
- 3) Lengan dan tangan diayun relaks seirama dengan langkah kaki
- 4) Kaki melangkah relaks seirama dengan tangan
- 5) Kaki ditempatkan sebaris dengan jari-jari kaki menunjuk lurus ke depan.

Setelah berlari pelan dilanjutkan berlari cepat, gerakannya adalah:

- 1) Kepala tegak dan pandangan menghadap ke depan
- 2) Sikap badan agak condong ke depan
- 3) Ayunan lengan dan tangan aktif tetapi tetap relax
- 4) Tangan mengepal dan diayun di depan dada (posisi tidak lebih rendah dari pinggang atau lebih tinggi dari bahu)

- 5) Kaki melangkah relaks seirama dengan tangan frekuensi langkah kaki dipercepat sehingga ada kecenderungan badan melayang, yang artinya pada waktu lari cepat kedua kaki tidak menyentuh tanah sekurang-kurangnya satu kaki tetap menyentuh tanah
- 6) Lutut bergerak ke depan dan diangkat tinggi.

b. Tumpuan

Tumpuan atau tolakan adalah perpindahan yang sangat cepat antara lari awalan dan melayang. Ketepatan tumpuan pada balok tumpu serta besarnya tenaga tolakan yang dihasilkan oleh kaki (*explosive power*) sangatlah menentukan pencapaian hasil lompatan. Oleh sebab itu, latihan ketepatan menumpu pada balok tumpu dapat dilakukan dengan langkah sebanyak 5 hingga 7 langkah. Tumpuan kaki dapat dilakukan dengan kaki kiri maupun kaki kanan tergantung dari kaki mana yang lebih kuat dan lebih dominan supaya tercapai tinggi lompatan yang cukup tanpa mengubah kecepatan. Pada tahapan tumpuan gerakannya adalah sebagai berikut:

- 1) Pada waktu menumpu badan condong kedepan.
- 2) Titik sumber tenaga, yaitu kaki tumpu menumpu secara tepat pada balok tumpu segera diikuti dengan gerakan kaki ayun secara aktif agar membantu menaikkan badan dan menjaga keseimbangan berat badan sedikit di depan titik tumpuan.

Dengan sudut tolakan berkisar antara 40 – 50 derajat.

- 3) Gerakan tangan membantu menambah ketinggian, pandangan mata yang naik ke depan sebagai kemudi.
- 4) Tangan relax mengikuti gerakan badan dan kaki saat menumpu tangan mengayun lurus keatas

c. Melayang

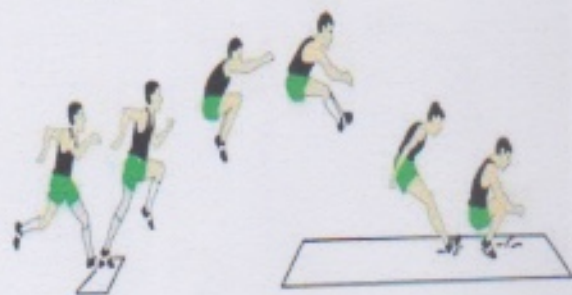
Melayang adalah sikap dan badan di udara setelah kaki melakukan tumpuan. Pada tahapan melayang gerakannya adalah sebagai berikut :

- 1) Sikap badan saat diudara jongkok dengan kedua lutut ditekuk.
- 2) Kedua tangan lurus ke depan dan relax mengayun kebawah ketika akan mendarat untuk menambah jangkauan lebih lama saat melayang
- 3) pandangan lurus ke depan.
- 4) Saat akan mendarat kedua kaki lurus kedepan. Perpaduan awalan yang cepat dan kekuatan tolakan kaki akan membuat badan melayang di udara lebih lama. Pada saat melayang, kita harus menjaga keseimbangan badan sebagai persiapan pendaratan.

d. Mendarat

Mendarat di bak lompat dengan kedua kaki bersamaan setelah melayang diudara. Pada tahapan ini gerakannya adalah sebagai berikut :

- 1) Kedua kaki bersamaan diluruskan ke depan, disertai lutut mengeper
- 2) Badan condong kedepan pandangan melihat dibak pasir
- 3) Kedua lengan lurus ke belakang guna menjaga keseimbangan.
- 4) Pada saat tumit menyentuh pasir, badan digerakkan kedepan untuk menghindari pendaratan pinggul. Pendaratan dengan pinggul dapat dihindari jika kedua tungkai kaki rileks dan kedua tungkai dalam posisi menggantung rata dan sejajar.



Gambar 2.1 Lompat Jauh Gaya Jongkok
(Dadan Heryana dan Giri Verianti 2010:21)

3. Model Pembelajaran Bermain Sirkuit

Model pembelajaran adalah salah satu komponen utama dalam menciptakan suasana belajar yang praktis, aktif, inovatif, kreatif, efektif, gembira dan berbobot. Pada dasarnya merupakan bentuk pembelajaran yang tergambar dari awal sampai akhir yang disajikan secara khas oleh guru. Dan model pembelajaran merupakan penerapan dari suatu pendekatan, metode, dan teknik pembelajaran.

Model pembelajaran merupakan kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan

pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar.

Menurut Joyce dan Weil (dalam I Wayan Santiyana, 2007 : 7) model pembelajaran memiliki lima unsur dasar yaitu :

- 1) *Syntax* yaitu langkah-langkah operasional
- 2) *Social system* adalah suasana dan norma yang berlaku dalam pembelajaran
- 3) *Principles of reaction*, menggambarkan bagaimana seharusnya guru memandang, memperlakukan, dan merespon siswa
- 4) *Support system*, segala sarana, bahan, alat, atau lingkungan belajar yang mendukung pembelajaran
- 5) *Instruksional dan nurturant effects*, hasil belajar yang diperoleh langsung berdasarkan tujuan yang menjadi sasaran (*instruksional effects*) dan hasil belajar diluar sasaran (*nurturant effects*)

Penggunaan model yang bervariasi sangat membantu dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Pada dasarnya model pembelajaran merupakan penerapan dari suatu pendekatan, metode, dan teknik pembelajaran. Perencanaan pembelajaran sangat penting untuk membantu guru dan murid dalam mengkreasi, menata, dan mengorganisasi pembelajaran sehingga memungkinkan peristiwa belajar terjadi dalam rangka mencapai tujuan belajar.

Menurut Agus Mahendra (2008:1.3) bermain diartikan sebagai suatu kegiatan yang dilakukan secara sadar, suka rela tanpa paksaan, dan tidak sungguh-sungguh dalam batas

waktu, tempat, dan ikatan peraturan namun menurut ikhtiar yang sungguh-sungguh dari pemainnya.

Rusli (dalam Agus Mahendra 2008:1.6) menyatakan bahwa manusia cenderung menjadikan bermain sebagai satu kebutuhan dasar hakiki. Oleh karena itu, manusia disebut dengan makhluk bermain (*homoludens*).

Bermain dapat menimbulkan kerianan, kelincahan, relaksasi, dan harmonisasi sehingga cenderung bergairah. Kegairahan dapat memudahkan timbulnya inspirasi sehingga anak-anak dapat dengan mudah melakukannya tanpa harus ada paksaan dan hambatan.

Sistem latihan sirkuit diperkenalkan oleh Morgan dan Adamson tahun 1953 dan semakin populer oleh ahli pendidikan jasmani sebagai suatu sistem latihan yang dapat mempersatukan seluruh komponen yaitu power, daya tahan, kecepatan, fleksibilitas, dan komponen lainnya. Bentuk-bentuk latihannya biasanya disusun dalam lingkaran. Karena itu disebut latihan sirkuit (*sirkuit training*), dengan kreatifitas pendidik akan dapat mendesain suatu sirkuit yang paling cocok untuk cabang olahraga tertentu.

Bermain dalam bentuk sirkuit merupakan modifikasi dari latihan sirkuit (*sirkuit training*), yang memiliki pengertian kegiatan yang terdiri dari serangkaian bentuk latihan yang dilakukan sekaligus dalam bermain bentuk sirkuit, setiap kegiatan atau pos akan

memunculkan latihan yang berisi unsur-unsur bermain sehingga para murid diharapkan tidak merasa sedang melakukan sirkuit training melainkan sedang bermain bersama-sama dengan temannya.

D. Hipotesis Penelitian

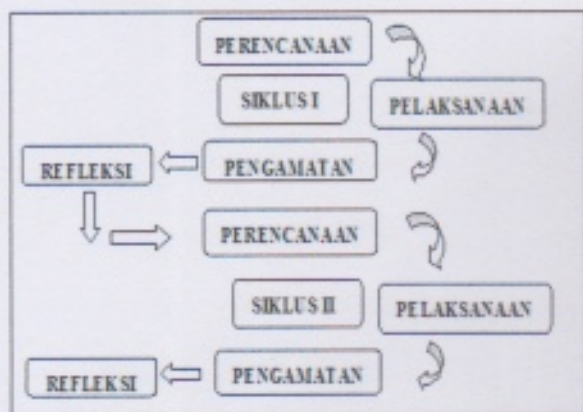
Berdasarkan rumusan masalah dan kajian pustaka, hipotesis tindakan dari penelitian ini adalah penggunaan media pembelajaran sirkuit dapat meningkatkan kemampuan hasil belajar lompat jauh Murid Kelas Va SD Inpres Antang 1 Kota Makassar.

2. METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode Metode penelitian adalah suatu cara untuk memecahkan masalah ataupun cara mengembangkan ilmu pengetahuan dengan menggunakan metode ilmiah. Metode penelitian merupakan faktor yang sangat penting dalam sebuah penelitian. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang menggunakan data pengamatan secara langsung terhadap proses pembelajaran di kelas. Data yang diperoleh kemudian dianalisis melalui beberapa tahapan dalam siklus-siklus tahapan

Adapun rancangan penelitian dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Gambar. 1. Desain Penelitian (Sudirman Burhanuddin, 2015:30)

B. Tempat Penelitian

Penelitian Penelitian ini dilaksanakan di halaman Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate Kota Makassar. Selanjutnya pelaksanaan penelitian pada siklus pertama pada tanggal 12 November 2016 dan siklus kedua pada tanggal 17 Desember 2016. Waktu penelitian dilaksanakan pada tahap penelitian tindakan kelas selama 6 (enam) kali pertemuan. Tiga kali pelaksanaan penelitian untuk siklus I dan tiga kali pelaksanaan penelitian untuk siklus II.

C. Teknik Pengumpulan Data

1) Metode Observasi

Tahap observasi dilaksanakan yaitu (1) identifikasi awal, (2) tahap pelaksanaan berdasarkan tatap muka siklus. Observasi dilaksanakan saat kegiatan pembelajaran berlangsung dan dicatat dalam lembar observasi sebagai data yang dikumpulkan dapat berupa data kuantitatif hasil tes praktik dan data kualitatif yang menggambarkan keaktifan murid.

2) Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh foto, video dan data tentang nama-nama murid, jenis kelamin dan jumlah seluruh murid kelas V Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate Kota Makassar.

3) Metode Tes

Tes yang digunakan peneliti adalah tes tulis disetiap akhir pertemuan dalam 2 siklus. Murid dituntut menjelaskan materi yang sudah diberikan oleh guru dalam (1) aspek kognitif untuk mengetahui peningkatan hasil belajar murid dengan menggunakan media bermain sirkuit.(2) aspek psikomotorik untuk mengetahui peningkatan kemampuan murid secara pisik nyata dalam proses melalukan gerakan lompat jauh setelah menggunakan media bermain sirkuit. (3) aspek apektif untuk mengetahui peningkatan prilaku murid setelah menggunakan media bermain sirkuit.

D. Teknik Analisis Data

Data yang terkumpul melalui tes masih merupakan data kasar. Data tersebut selanjutnya di analisis dengan menggunakan uji statistik deskripfif frekuensi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menggunakan analisis deskriptif frekuensi untuk menguji peningkatan hasil belajar lompat jauh selama 6 kali pertemuan dengan perincian tiga kali pertemuan untuk siklus I dan tiga kali

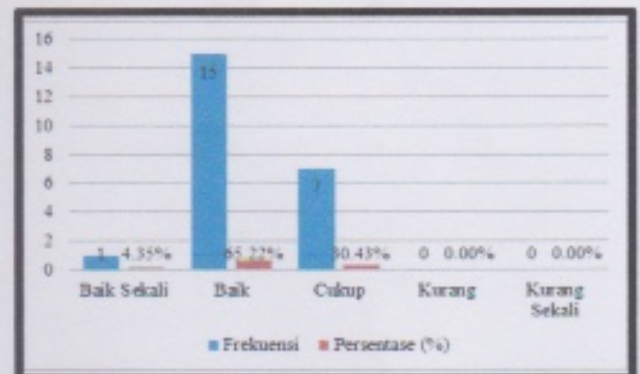
pertemuan untuk siklus II. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Hasil belajar lompat jauh siklus I

Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Prosentase
86 – 100	Baik Sekali	1	4,35%
71 – 85	Baik	15	65,22%
56 – 70	Cukup	7	30,43%
41 – 55	Kurang	0	0,00%
0 – 40	Kurang Sekali	0	0,00%
Jumlah		23	100%

Berdasarkan rangkuman deskriptif data pada tabel diatas, hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada murid kelas Va Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate Kota Makassar sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas murid atau dengan jumlah 23 murid belum menunjukkan hasil belajar yang baik dengan persentase (%) ketuntasan belajar 69,57% , atau murid dalam kategori baik sekali dengan rentang nilai 86 – 100 dengan kriteria ketuntasan sebanyak 1 murid (4,35%), murid yang memperoleh nilai dalam kategori baik pada rentang nilai 71 – 85 dengan kriteria ketuntasan sebanyak 15 murid (65%), sedangkan murid yang tidak tuntas sebanyak 7 orang dengan nilai persentase 30,43% atau masing-masing murid yang memperoleh nilai dalam kategori cukup pada rentang nilai 56 – 70 dengan kriteria ketuntasan sebanyak 2 murid (8,70%), tidak ada murid pada rentang nilai 41 – 55 dalam kategori kurang dan murid pada rentang nilai 0 – 40 dalam kategori kurang sekali. Untuk memperjelas hasil pada

tabel di atas, berikut ini disajikan data skor penerapan media bermain sirkuit dalam meningkatkan lompat jauh gaya jongkok pada murid kelas Va Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate Kota Makassar dalam bentuk histogram berikut.



Gambar 2. Histogram skor penerapan media bermain sirkuit Siklus I

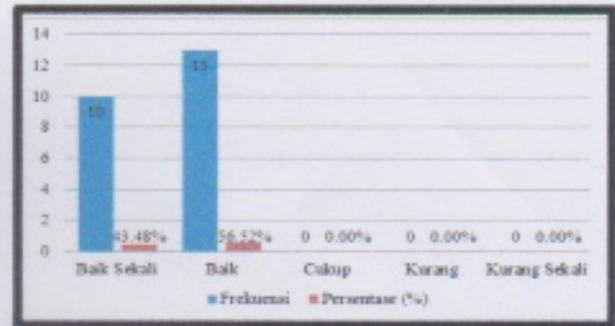
Melalui deskripsi siklus I yang telah diperoleh tersebut masing masing aspek menunjukkan kriteria keberhasilan pembelajaran yang kurang. Maka disusun sebuah tindakan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran penerapan media bermain sirkuit dalam meningkatkan lompat jauh gaya jongkok pada murid kelas Va Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate Kota Makassar, melalui pendekatan bermain menggunakan alat bantu pembelajaran. Kemudian murid dalam kategori baik keatas akan disebar diantara murid lainnya yang belum tuntas dalam pertemuan berikutnya. Siklus II

Hasil dari uji Siklus II dapat dilihat pada 2 berikut:

Tabel 2. Hasil hasil belajar lompat jauh siklus II

Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Prosentase
86 – 100	Baik Sekali	10	43,48%
71 – 85	Baik	13	56,52%
56 – 70	Cukup	0	0,00%
41 – 55	Kurang	0	0,00%
0 – 40	Kurang Sekali	0	0,00%
Jumlah		23	100%

Berdasarkan rangkuman deskriptif data pada tabel diatas, hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada murid kelas Va Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate Kota Makassar sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas murid atau dengan jumlah 23 murid sudah menunjukkan hasil belajar yang baik dengan persentase (%) ketuntasan belajar 100% , atau murid dalam kategori baik sekali dengan rentang nilai 86 – 100 dengan kriteria ketuntasan sebanyak 10 murid (43,48%) , murid yang memperoleh nilai dalam kategori baik pada rentang nilai 71 – 85 dengan kriteria ketuntasan sebanyak 13 murid (56,52%) dan tidak ada murid yang dinyatakan tidak tuntas. Untuk memperjelas hasil pada tabel di atas, berikut ini disajikan data skor penerapan media bermain sirkuit dalam meningkatkan lompat jauh gaya jongkok pada murid kelas Va Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate Kota Makassar dalam bentuk histogram.



Gambar 3. Histogram skor penerapan media bermain sirkuit Siklus II

Melalui deskripsi siklus II yang telah diperoleh tersebut masing masing aspek menunjukkan kriteria keberhasilan pembelajaran yang baik atau dalam penerapan model pembelajaran menggunakan sirkuit ini sudah optimal.

B. Pembahasan

Hasil-hasil Berdasarkan data yang telah diperoleh pada penelitian tindakan kelas dengan penerapan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan media bermain sirkuit di mata pelajaran Penjasorkes yang dilaksanakan dengan satu siklus, ternyata keberanian murid mengalami peningkatan yang signifikan. Digambarkan pada tahap prasiklus prosentase ketuntasan penerapan media bermain sirkuit dalam meningkatkan lompat jauh gaya jongkok pada murid kelas Va Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate Kota Makassar tahun 2016, meningkat dari 13,04% pada kondisi awal menjadi 69,57% pada akhir siklus I dan meningkat menjadi 100% pada akhir siklus II. Dengan demikian ini membuktikan bahwa permainan menggunakan alat bantu

pembelajaran mempunyai pengaruh yang positif untuk meningkatkan keberanian murid.

Berdasar dari pembahasan diatas dapat dikatakan penerapan permainan dengan menggunakan alat bantu pembelajaran dalam tahap pengenalan lompat jauh gaya jongkok bertujuan untuk mengembangkan dan membina pola gerak dasar umum dan dominan sekaligus membina keberanian dan kesenangan dalam pembelajaran atletik.

Di Sekolah Dasar Inpres Antang 1 Kecamatan Tamalate Kota Makassar banyak murid yang cukup potensial, tetapi tidak bisa menjadi unggul. Salah satu penyebab karena mereka merasa tidak percaya diri pada kemampuannya sendiri. Artinya banyak murid yang gagal dalam proses belajar mengajar bukan karena tidak memiliki kemampuan, melainkan karena mereka tidak percaya diri pada potensi yang dimilikinya. Perlu ditegaskan lagi bahwa pikiran positif akan mampu membentuk dan memperkuat karakter kepribadian murid. Makanya bagi murid yang selalu berpikir positif akan terbentuk lebih matang. Dan tidak perlu merasa kuatir dan ragu akan kemampuan yang murid miliki saat ini. Hal yang penting adalah murid harus membangun kebiasaan agar selalu berpikir positif dengan melihat kemampuan dan potensi yang ada dalam diri murid, serta percaya bahwa murid akan mampu melakukan hal-hal yang hebat. Diantara murid-murid yang telah meraih cita-cita besarnya menjadi

terkenal sampai sekarang, jangan disangka bahwa murid tersebut tidak memiliki kelemahan. Murid adalah orang memanfaatkan kelemahan, dan kekurangan dirinya menjadi kekuatan.

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dikemukakan bahwa penggunaan alat bantu pembelajaran memberikan peran dan motivasi belajar yang sangat besar terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terutama dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok. Motivasi belajar yang dimiliki peserta didik berfungsi sebagai alat pendorong terjadinya perilaku belajar peserta didik, alat untuk mempengaruhi prestasi belajar peserta didik, alat untuk memberikan direksi terhadap pencapaian tujuan pembelajaran, dan alat untuk membangun sistem pembelajaran yang bermakna. secara umum ada tiga fungsi motivasi yaitu:

1. Mendorong manusia untuk berbuat (sebagai penggerak) yang merupakan langkah penggerak dari setiap kegiatan.
2. Menentukan arah perbuatan, yakni kearah tujuan yang hendak dicapai sehingga dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya.
3. Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan



LEMBAGA PENELITIAN

Menara Pinisi UNM Lt. 10 Jalan A. Pangerang Pettarani, Makassar
Telepon: 869834 - 869854 - 860468 Fax. 868794 - 868879

Laman: www.unm.ac.id Email: lemlitunm@yahoo.co.id

- * Puslit Kependudukan dan Lingkungan Hidup
- * Puslit Pemberdayaan Perempuan
- * Puslit Budaya dan Seni Etnik Sulawesi

- * Puslit Makanan Tradisional, Gizi dan Kesehatan
- * Puslit Pengembangan Ilmu Pendidikan
- * Puslit Pemuda dan Olah Raga

**SURAT PERJANJIAN
PELAKSANAAN PENELITIAN PNBP PPs UNM
NOMOR: 1425/UN36.9/PL/2016**

Pada hari ini **Jum'at** tanggal **Lima** bulan **Agustus** tahun **Dua ribu enam belas**, kami yang bertanda tangan di bawah ini:

- 1 Prof. Dr. H. Jufri, M.Pd : Ketua Lembaga Penelitian Universitas Negeri Makassar dalam hal ini bertindak atas nama Perguruan Tinggi Universitas Negeri Makassar, selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**.
- 2 Prof. Dr. Jasruddin, M.Si : Direktur PPs Universitas Negeri Makassar dalam hal ini bertindak sebagai Ketua Proyek Pelaksanaan Penelitian PNBP PPs Universitas Negeri Makassar, selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**.
- 3 Dr. Sudirman Burhanuddin, MS. : Dosen PPs Universitas Negeri Makassar dalam hal ini bertindak sebagai Ketua Pelaksana Penelitian PNBP PPs Universitas Negeri Makassar, selanjutnya disebut **PIHAK KETIGA**.

Ketiga belah pihak secara bersama-sama bersepakat mengikatkan diri dalam suatu perjanjian pelaksanaan penelitian dengan ketentuan dan syarat-syarat yang diatur dalam pasal-pasal berikut:

Pasal 1

PIHAK PERTAMA memberi tugas kepada **PIHAK KEDUA**, dan **PIHAK KEDUA** menerima tugas tersebut untuk mengkoordinir pelaksanaan tugas penelitian dan **PIHAK KETIGA** melaksanakan Penelitian dengan judul:

Media Permainan Sirkuit Dalam Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Murid Kelas V A Sekolah Dasar Impres 1 Angkatan Kota Makassar

Pasal 2

- (1) **PIHAK KEDUA** memberikan dana penelitian sebagaimana dimaksud pada pasal 1 sebesar **Rp. 20.000.000,- (Dua puluh juta rupiah)** sesuai Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Makassar Nomor: 4687/UN36/LT/2016 tanggal 14 Oktober 2016 yang dibebankan kepada DIPA Universitas Negeri Makassar Nomor : SP DIPA-042.01:2.400964/2016, tanggal 7 Desember 2015..

- (2) Pembayaran biaya penelitian akan dibayarkan secara bertahap ke rekening **PIHAK KETIGA** dengan ketentuan sebagai berikut:
- Pembayaran Tahap Pertama sebesar 70% dari total bantuan dana kegiatan setelah surat perjanjian pelaksanaan penelitian ini ditandatangani oleh kedua belah pihak.
yaitu $70\% \times \text{Rp.20.000.000,-} = \text{Rp.14.000.000,-}$ (*Empat belas juta rupiah*)
 - Pembayaran Tahap Kedua/Terakhir sebesar 30% dari total bantuan dana kegiatan yaitu $30\% \times \text{Rp.20.000.000,-} = \text{Rp.6.000.000,-}$ (*Enam juta rupiah*) setelah menyerahkan Laporan Lengkap Penelitian ke Lembaga Penelitian Universitas Negeri Makassar

Pasal 3

- (1) Dana kegiatan pelaksanaan penelitian PNBPP UNM sebagaimana di maksud pada pasal 2 ayat (1,2) dibayarkan kepada **PIHAK KETIGA**:

Nama pada Rekening : SUDIRMAN BURHANUDDIN
Nomor Rekening/Bank : 0225-01-055151-50-3 (Bank BRI)

- (2) **PIHAK PERTAMA** tidak bertanggungjawab atas keterlambatan dan/atau tidak terbayarnya sejumlah dana sebagaimana dimaksud dalam pasal 2 ayat (1) yang disebabkan karena kesalahan **PIHAK KETIGA** dalam menyampaikan data peneliti, nama bank, nomor rekening, dan persyaratan lainnya yang tidak sesuai dengan ketentuan.
- (3) **PIHAK PERTAMA** berkewajiban mengorganisir dan memfasilitasi:
Seminar penelitian, sesuai fungsi dan peran Lembaga Penelitian Universitas Negeri Makassar.

Pasal 4

- Penelitian ini dilaksanakan selama 7 bulan (Mei s.d. Nopember 2016), terhitung dari tanggal yang tercantum dalam surat perjanjian pelaksanaan penelitian.
- Apabila **PIHAK KETIGA** karena satu dan lain hal bermaksud mengubah pelaksanaan lokasi/jangka waktu yang telah disepakati dalam perjanjian ini maka **PIHAK KETIGA** harus mengajukan permohonan tersebut kepada **PIHAK PERTAMA**.
- Perubahan pelaksanaan penelitian hanya dibenarkan apabila telah mendapat persetujuan lebih dahulu dari **PIHAK PERTAMA**.
- Apabila batas waktu penelitian telah habis sedangkan **PIHAK KETIGA** belum menyerahkan hasil pekerjaan seluruhnya kepada **PIHAK PERTAMA**, maka **PIHAK KETIGA** dikenakan denda sebesar 1‰ (satu permil) setiap hari keterlambatan dihitung dari tanggal jatuh tempo yang ditetapkan dan atau maksimal 5% (lima persen) dari jumlah nilai keseluruhan.
- Apabila **PIHAK KETIGA** tidak dapat memenuhi pekerjaan pelaksanaan tugas penelitian ini sesuai Surat Perjanjian Pelaksanaan Penelitian sebagaimana yang dimaksud ayat 1 tersebut maka **PIHAK KETIGA** wajib mengembalikan kepada **PIHAK KEDUA** dana penelitian yang diterimanya, untuk selanjutnya disetor ke Kas Negara.

Pasal 5

PIHAK KETIGA berkewajiban untuk:

- (1) Menjamin bahwa judul penelitian sebagaimana disebut pada pasal 1 bukan plagiat atau duplikasi penelitian. Jika ternyata bahwa penelitian yang dilakukan adalah plagiat atau duplikasi dan/atau diperoleh indikasi ketidakjujuran dan itikat yang kurang baik yang tidak sesuai dengan kaidah ilmiah, maka penelitian tersebut dinyatakan batal, dan **PIHAK KETIGA** berkewajiban mengembalikan semua dana yang telah diterima dari **PIHAK KEDUA**, untuk selanjutnya disetor ke Kas Negara. Di samping itu akan di proses sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.
- (2) Menyampaikan laporan akhir hasil penelitian kepada **PIHAK PERTAMA** sebanyak 3 (tiga) eksemplar bersama dengan artikel Ilmiah dan luaran lainnya sesuai Standar Penulisan Karya Ilmiah yang Terakreditasi dan 1 (satu) buah *soft copy*.
- (3) Melaporkan *logbook* dan memaparkan hasil/luaran penelitian pada seminar/workshop penelitian.

Pasal 6

Laporan hasil akhir penelitian yang tersebut pada pasal 5 harus memenuhi ketentuan sebagai berikut:

- a. Bentuk/ukuran kertas kuarto.
- b. Warna sampul Coklat Tua dan Cetak Punggung.
- c. Di bawah bagian kulit sampul ditulis:

Di biayai oleh

DIPA Universitas Negeri Makassar

Nomor : SP DIPA-042.01:2.400964/2016, tanggal 7 Desember 2015.

Sesuai Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Makassar

Nomor: 4687/UN36/LT/2016 tanggal 14 Oktober 2016

Pasal 7

Hal-hal dan/atau segala sesuatu yang berkenaan dengan kewajiban pajak berupa:

1. Pembelian barang dan jasa PPN 10% PPh 22, 1,5%
2. Belanja honorarium PPh Pasal 21:
 - a. 5% bagi yang memiliki NPWP untuk golongan III, dan 6% bagi yang tidak memiliki NPWP.
 - b. Untuk golongan IV sebesar 15%.
3. Dan Pajak – Pajak lain sesuai ketentuan yang berlaku.
4. Pajak-pajak tersebut dibayarkan oleh **PIHAK KETIGA** ke Kas Negara sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Pasal 8

- 1) Hak Kekayaan Intelektual yang dihasilkan dari pelaksanaan program Penelitian tersebut diatur dan dikelola sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.
- 2) Hasil Penugasan Penelitian berupa peralatan dan/atau alat yang dibeli dari kegiatan penelitian ini adalah milik negara yang dapat dihibahkan kepada Lembaga lain melalui Surat Keterangan Hibah.

Pasal 9

- (1) Apabila terjadi perselisihan antara ketiga belah pihak dalam pelaksanaan perjanjian ini akan dilakukan penyelesaian secara musyawarah dan memilih pengadilan negeri apabila tidak tercapai penyelesaian secara musyawarah.
- (2) Hal-hal yang belum diatur dalam perjanjian ini diatur kemudian oleh ketiga belah pihak secara musyawarah.

Pasal 10

Surat perjanjian pelaksanaan penelitian ini dibuat rangkap 4 (empat), dua diantaranya bermaterai cukup sesuai dengan ketentuan yang berlaku, dan biaya materainya dibebankan kepada **PIHAK KETIGA**.

PIHAK PERTAMA

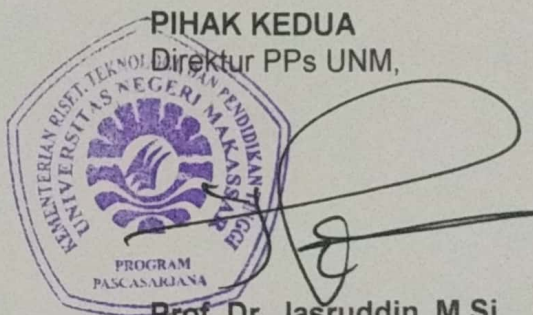
Ketua Lembaga Penelitian UNM,



Prof. Dr. H. Jufri, M.Pd
NIP. 19591231 198503 1 016

PIHAK KEDUA

Direktur PPs UNM,



Prof. Dr. Jasruddin, M.Si
NIP. 19641222 199103 1 002

PIHAK KETIGA

Ketua Peneliti,

A handwritten signature in black ink.

Dr. Sudirman Burhanuddin, MS.
NIP. 19580616 198503 1 021