



# BRAVO'S

Jurnal Program Studi  
Pendidikan Jasmani dan  
Kesehatan

Volume 07  
No. 3, 2019  
page xxx-xxx

## PENGARUH MODIFIKASI MEDIA KARDUS DAN BAN TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK (Study Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Perak Jombang Tahun Pembelajaran 2018/2019)

Kiki Dwi Cahyo<sup>1</sup>  
Arsika Yunarta<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi S1 Pendidikan Jasmani STKIP PGRI Jombang

<sup>2</sup>Dosen Program Studi S1 Pendidikan Jasmani STKIP PGRI Jombang

[kikidwi2@gmail.com](mailto:kikidwi2@gmail.com)

[arsikayunarta.stkipjb@gmail.com](mailto:arsikayunarta.stkipjb@gmail.com)

URL: <https://doi.org/10.32682/bravos.v7i3.1330> DOI : 10.32682/bravos.v7i3.1330

### Article History:

Submitted:

dd-mm-20xx

Accepted:

dd-mm-20xx

Published:

dd-mm20xx

### Abstrak

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen pre eksperimental design dengan menggunakan bentuk two group pretest-posttest design yang bertujuan untuk mencari perlakuan tertentu terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan modifikasi media kardus, ban, dan tanpa media pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Perak Jombang Tahun Pembelajaran 2018-2019. Dalam penelitian ini data yang digunakan adalah data primer dengan memberikan tes lompat jauh gaya jongkok dan dokumentasi hasil tes lompat jauh gaya jongkok pada siswa baik sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan (pretest-posttest) dengan sampel sebanyak 90 siswa. Hasil penelitian yang diperoleh ada pengaruh yang signifikan antara modifikasi media kardus dengan tanpa menggunakan media terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Sedangkan antara media ban (Eksperimen 2) dan tanpa media (Kontrol) diperoleh ada pengaruh yang signifikan antara modifikasi media ban dengan tanpa menggunakan media terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Dan dengan menggunakan uji Anova dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok media kardus, kelompok media ban, dan kelompok tanpa media terhadap rata-rata hasil skor lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Perak Jombang tahun pelajaran 2018-2019.

**Kata Kunci :** Modifikasi Media, Hasil Belajar, Lompat Jauh

### Abstract

This study the researcher used experimental research especially pre experimental design using the form of two group pretest-posttest design which aims to seek treatment certain against the learn to jump away the style of squat using modifications media cardboard, tire, and without the media on the students of class VII SMP Negeri 2 Perak Jombang academic year 2018-2019. In this research used data is the primary data to give a jump away the style of squat and documentation the test results to jump away the style of squat on the students better before given the treatment and after given the treatment (pretest-posttest) with samples as much as 90 students. The results of this research obtained that means that there is a



significant influence between modifications media cardboard with without using the media against the learn to jump away the style of squat. While between the media tires Experimenter (2) and without the media ( Control ) obtained which means that there is a significant influence between modifications media tire without using the media against the learn to jump away the style of squat. Using the test Anova obtained that can be concluded that no significant distinction between the groups media cardboard, a group of media tire, and the group without the media against an average of the results of the scores to jump away the style of squat on the students of class VII SMP Negeri 2 Perak Jombang in academic years 2018-2019.

**Keywords:** Media Modification, the Result of Learning, Long Jump.

## **PENDAHULUAN**

Modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan DAP (Development Appropriate Practice) artinya adalah tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan membantu mendorong perubahan tersebut. Esensi modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntunnya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya (Samsudin, 2008:58). Modifikasi pembelajaran mempunyai peranan penting dalam proses belajar mengajar, dimana dengan suatu modifikasi dalam suatu pembelajaran akan lebih bisa meningkatkan antusias siswa dalam pelaksanaan suatu pembelajaran.

Penggunaan modifikasi dalam pembelajaran saat ini perlu ditingkatkan oleh guru, sebab dengan penggunaan berbagai modifikasi pembelajaran kemungkinan besar diharapkan siswa dapat terpacu semangatnya sehingga dapat mengikuti pembelajaran olahraga dengan antusias dan baik, dengan suatu modifikasi pembelajaran yang berbeda dan tidak terkesan monoton seperti halnya suatu pembelajaran yang sering dijumpai. Oleh sebab itu perlu adanya pembaruan dalam proses pembelajaran dengan memakai beberapa modifikasi dengan menggunakan media kardus dan ban khususnya dalam pembelajaran materi lompat jauh gaya jongkok.

Media kardus dan ban merupakan media pembelajaran jasmani yang efektif karena mudah dipindah-pindah atau pun secara acak dan banyak juga variasi permainan yang dapat disusun menggunakan kardus dan ban. Kardus mudah didapatkan diantaranya kardus dari mie instant, air mineral dan lain-lain, sedangkan ban mudah didapatkan pada bekas ban sepeda motor. Jadi pembelajaran menggunakan media kardus dan ban sangatlah efisien dan menyenangkan bagi siswa.

Gaya mengajar guru dalam pembelajaran lompat jauh juga sangat

menentukan keberhasilan proses belajar mengajar di sekolah. Disinilah letak peran serta seorang guru dalam mewujudkan suasana proses belajar yang menyenangkan sehingga tidak menjenuhkan bagi siswa. Secara umum guru belum mampu memfasilitasi bentuk-bentuk permainan yang mampu mengembangkan seluruh aspek yang dimiliki siswa, antara lain karena lemahnya penguasaan kemampuan menerapkan modifikasi permainan disertai sarana prasarana dalam pembelajaran olahraga kurang menunjang.

Dalam perlombaan lompat jauh, seorang pelompat akan berusaha memulai awalan dengan berlari dan melompat kedepan dengan bertumpu pada balok tumpuan sekuat-kuatnya untuk mendarat di bak lompat sejauh-jauhnya. Hasil belajar merupakan sesuatu hal yang sangat menentukan berhasil tidaknya siswa dalam menerima dan menerapkan pembelajaran, karena dengan mengetahui hasil belajar maka siswa dapat melihat seberapa besar hasil belajarnya ketika mengikuti pembelajaran. Hasil belajar dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain, siswa yang kurang memperhatikan pembelajaran dan sarana prasarana yang tersedia. Terlepas dari itu semua, bahwa hasil belajar merupakan tanggung jawab guru. Hasil belajar itu tidak terikat pada situasi pada saat pembelajaran saja, tetapi hasil belajar dapat juga digunakan dalam situasi lain, dalam hal ini hasil belajar perlu adanya perbaikan suatu pembelajaran, salah satunya dengan cara modifikasi permainan yang bertujuan untuk menimbulkan ketertarikan siswa dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.

## **METODE**

Metode penelitian ini menggunakan metode eksperimen pre eksperimental design dengan menggunakan bentuk two group pretest-posttest design yang merupakan rancangan penelitian yang hanya melibatkan satu kelompok. Tujuan penelitian ini digunakan untuk mencari perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalkan. Data yang diperoleh dari hasil tes lompat jauh kemudian didiskripsikan. Sesuai dengan tujuannya, data yang diolah merupakan hasil dari tes lompat jauh baik yang diberikan perlakuan maupun yang tidak diberikan perlakuan di sekolah SMP Negeri 2 Jombang.

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2010:173). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011:80). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 2 Perak yang berjumlah 212 siswa. Dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik cluster random sampling yaitu peneliti selalu berupaya mengikutsertakan setiap individu menjadi sampel. Akan tetapi, tidak selamanya keinginan tersebut dapat dengan mudah dilakukan (Maksum,2012:57), jadi yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas

VII C, E, G SMP Negeri 2 Perak Jombang, masing-masing setiap kelasnya berisi 30 siswa sehingga sampel yang digunakan dalam penelitian yaitu berjumlah 90 siswa.

Teknik Pengumpulan Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah nilai tes dan dokumentasi. Data merupakan hasil pengukuran atau pengamatan suatu variabel yang bentuknya dapat berupa angka, kata-kata, atau citra yang kemudian diolah sehingga dapat diutarakan secara jelas dan tepat untuk dapat dimengerti orang lain (Munawaroh, 2013:73).

Pengambilan nilai tes dilaksanakan melalui dua tahap yaitu tes pertama pretest dan tes yang ke dua post-test. Tes yang ke dua post-test dilakukan setelah siswa melakukan treatment dari peneliti. Tes dilaksanakan dengan menggunakan tes saat melompat, posisi tubuh ketika diudara, dan posisi tubuh ketika mendarat. Untuk melakukan tes siswa diberi kesempatan sebanyak 3 kali dan yang akan diambil adalah hasil lompatan yang terbaik, setelah selesai melaksanakan semua rangkaian tes data yang sudah didapatkan kemudian dikumpulkan untuk dilakukan perhitungan dan analisis data. Penggunaan tes yang dimaksud oleh peneliti yaitu untuk memperoleh data berupa tes lompat jauh gaya jongkok, dimana tes ini diberikan kepada siswa kelas VII sebelum diberikan perlakuan/treatment, posttest digunakan setelah siswa menerima perlakuan. Dalam hal ini tes yang digunakan adalah tes lompat jauh gaya jongkok yang mengacu pada hasil lompat jauh gaya jongkok.

Dokumentasi digunakan untuk mengambil data dari siswa setelah melakukan pretest dan posttest yang diambil dari hasil tes lompat jauh gaya jongkok berupa foto dan video yang dilakukan oleh peneliti. Instrumen penilaian yang digunakan untuk memberikan skor pada hasil lompat jauh peneliti berpedoman pada norma lompat jauh.

Perolehan Nilai		Prediksi Nilai	Klasifikasi Nilai
Putra	Putri		
.....> 4.00 meter	.....> 3.50 meter	86-100	Sangat Baik
3.50 - 3.99 meter	3.00 - 3.49 meter	71-85	Baik
3.00 - 3.49 meter	2.50 - 2.99 meter	56-70	Cukup
.....< 2.99 meter	.....< 2.49 meter	...<55	Kurang

*Sumber : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan republic Indonesia, 2016 :224*

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan software computer SPSS 16. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik inferensial berupa uji statistika non parametrik yaitu uji-t dan uji statistika parametrik yaitu uji anova satu jalan (sampel berkorelasi). Sebelum diuji menggunakan analisis data statistik maka harus diuji prasyaratnya dengan menggunakan uji normalitas dan uji homogenitas.

Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah dalam uji t dan Anova satu jalur mempunyai distribusi normal atau tidak. Untuk menguji normalitas dalam

penelitian ini peneliti menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Uji homogenitas merupakan uji yang digunakan untuk menghitung apakah ada perbedaan rata-rata dua kelompok sampel. Uji homogenitas dalam penelitian ini menggunakan uji Analisa Varian satu Arah (one way anova).

Analisis varians satu jalur adalah proses menganalisis data yang diperoleh dari percobaan dengan berbagai tingkat faktor, biasanya lebih dari dua tingkat faktor. Tujuan dari analisis ini adalah untuk mengidentifikasi variabel bebas yang penting dan bagaimana variabel tersebut dapat mempengaruhi respon. Penggunaan analisis varians dilandasi pada asumsi: sampel diambil secara random, data berdistribusi normal, dan varians antar sampel homogen (Sugiyono, 2012:174). Untuk diperlukan pembuktian antar dua sampel tersebut, dengan menggunakan t-test (relatet/berpasangan). Model rumus yang digunakan untuk analisis anova satu jalur dijabarkan sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2} - 2r \left( \frac{s_1}{\sqrt{n_1}} \right) \left( \frac{s_2}{\sqrt{n_2}} \right)}}$$

Keterangan:

$s_2^2$  : standar error dari sampel 2

$\bar{x}_1$  : rata-rata dari sampel 1

$n_1$  : jumlah sampel 1

$\bar{x}_2$  : rata-rata dari sampel 2

$n_2$  : jumlah sampel 2

$s_1^2$  : standar error dari sampel 1

## HASIL

Sebagaimana dituliskan sebelumnya bahwa analisis yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui penggunaan variasi modifikasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Perak Jombang. Data yang digunakan adalah skor hasil post-test yang sudah dilaksanakan oleh siswa. Selanjutnya data diolah menggunakan uji prasarat dengan menggunakan uji normalitas dan uji homogenitas, serta uji hipotesis dengan menggunakan uji t dan Anova dengan software komputer SPSS 16 diperoleh data sebagai berikut :

### 1. Uji Normalitas

Dalam pembahasan ini peneliti akan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov pada SPSS 16 dengan menggunakan taraf signifikansi Alpha ( $\alpha$ ) 0.05. Data dapat dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari ( $>$ ) Alpha ( $\alpha$ ) 0.05 dan

dinyatakan tidak berdistribusi normal jika signifikansi kurang dari (<) Alpha ( $\alpha$ ) 0.05. Sebagaimana dituliskan sebelumnya uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak dengan software komputer SPSS 16 diperoleh data sebagai berikut :

Tabel Uji Normalitas  
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Hasil_skor_lompat_jauh
N		90
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	80.0000
	Std. Deviation	6.11684
Most Extreme Differences	Absolute	.116
	Positive	.116
	Negative	-.079
Kolmogorov-Smirnov Z		1.103
<b>Asymp. Sig. (2-tailed)</b>		<b>.175</b>

a. Test distribution is Normal.

Sumber : Hasil Output SPSS, 2018

Hasil uji One Sample Kolmogorov-Smirnov Test menunjukkan bahwa nilai Asymp. Sig.(2-tailed) yaitu sebesar 0.175 nilai ini lebih besar dari Alpha ( $\alpha$ ) 0.05, yang artinya H0 diterima dan Ha ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data skor nilai lompat jauh berdistribusi normal.

## 2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk memastikan bahwa varian dari setiap kelompok sama atau sejenis, sehingga perbandingan dapat dilakukan secara adil. Dari data posttest yang diperoleh peneliti antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, maka akan dilakukan analisis homogenitas dengan menggunakan Levene test pada SPSS 16 di

Tabel 4.14 Uji Homogenitas  
Test of Homogeneity of Variances

Hasil_skor_lompat_jauh			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.555	2	87	.217

Sumber : Hasil Output SPSS, 2018

Dari hasil analisis tersebut dapat dinyatakan bahwa data dari ketiga kelompok yang meliputi dua kelompok eksperimen dan dan satu kelompok kontrol bersifat homogen, karena p-value/sig. lebih besar dari Alpha ( $\alpha$ ) 0.05 atau  $0.217 > 0.05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa data memiliki varians yang homogen.

## 3. Uji T-Test Sampel Berbeda

Dalam penelitian ini peneliti akan mengkaji pengaruh penggunaan media

terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Peneliti akan membandingkan dua kelompok subjek. Kelompok pertama diberi latihan dengan menggunakan media (sebagai kelompok eksperimen) dan kelompok kedua tidak diberi latihan dengan menggunakan media (sebagai kelompok kontrol). Peneliti kemudian menilai hasil lompatan dari kedua kelompok. Data kelompok tersebut dianalisis dengan menggunakan bantuan SPSS 16 sebagai berikut.

**Tabel 4.16 Uji T-Test Sampel Berbeda Media Kardus dengan Tanpa Media Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Hasil Nilai Lompat Jauh	Equal variances assumed	.358	.552	6.567	58	.000	7.66667	1.16744	5.32979	10.00355
	Equal variances not assumed			6.567	56.427	.000	7.66667	1.16744	5.32840	10.00494

Sumber : Hasil Output SPSS, 2018

Berdasarkan output diatas diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0.000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai Sig. (2-tailed)  $0.000 < (\alpha) 0.05$ . Maka sesuai dengan pengambilan keputusan dalam uji independent sample T-Test, maka dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Yang artinya bahwa ada pengaruh penggunaan modifikasi media kardus dengan tanpa menggunakan media terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Perak tahun pelajaran 2018-2019.

**Tabel 4.18 Uji T-Test Sampel Berbeda Media Ban dengan Tanpa Media Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Hasil Nilai Lompat Jauh	Equal variances assumed	1.184	.281	4.531	58	.000	6.53333	1.44185	3.64716	9.41951
	Equal variances not assumed			4.531	54.966	.000	6.53333	1.44185	3.64376	9.42290

Berdasarkan output diatas diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0.000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai Sig. (2-tailed)  $0.000 < (\alpha) 0.05$ . Maka sesuai

dengan pengambilan keputusan dalam uji independent sample t-test, maka dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Yang artinya bahwa ada pengaruh / perbedaan modifikasi media ban dengan tanpa menggunakan media terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Perak tahun pelajaran 2018-2019.

**4. Uji Anova Satu Jalur (One Way Anova)**

Anova digunakan untuk menguji perbedaan antara tiga kelompok atau lebih. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa Anova pada dasarnya adalah ekstensi dari Uji t. Dalam penelitian ini peneliti akan meneliti tiga kelompok yaitu kelompok pertama menggunakan media kardus (eksperimen 1), kelompok kedua menggunakan media ban (eksperimen 2), dan kelompok ketiga tanpa menggunakan media (control). Berikut hasil analisis uji anova dengan menggunakan SPSS 16.

**Tabel 4.20 Uji Anova Satu Jalur (One Way Anova)**  
ANOVA

Hasil Skor Lompat Jauh

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	1027.467	2	513.733	19.411	.000
Within Groups	2302.533	87	26.466		
Total	3330.000	89			

Berdasarkan output diatas diperoleh nilai probabilitas signifikansi sebesar 0.000. oleh karena itu nilai probabilitas signifikansi  $0.000 < 0.05$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok yang dilakukan dengan menggunakan media kardus, ban, maupun tanpa menggunakan media. Karena hasil uji anova menunjukkan  $H_0$  ditolak yang berarti ada perbedaan, maka uji lanjut Post Hoc Test harus dilakukan untuk melihat kelompok atau variabel mana saja yang memiliki perbedaan signifikan. Dengan menggunakan uji Bonferroni karena hasil uji homogenitas menunjukkan varian yang sama atau homogen.

	(I) Kelompok Penggunaan Media	(J) Kelompok Penggunaan Media	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
Tukey HSD	Kelompok Media Kardus (Eksperimen1)	Kelompok Media Ban (Eksperimen 2)	1.13333	1.32830	.671	-2.0340	4.3006
		Kelompok Tanpa Media (Kontrol)	7.66667*	1.32830	.000	4.4994	10.8340
	Kelompok Media Ban (Eksperimen 2)	Kelompok Media Kardus (Eksperimen 1)	-1.13333	1.32830	.671	-4.3006	2.0340
		Kelompok Tanpa Media (Kontrol)	6.53333*	1.32830	.000	3.3660	9.7006
	Kelompok Tanpa Media (Kontrol)	Kelompok Media Kardus (Eksperimen 1)	-7.66667*	1.32830	.000	-10.8340	-4.4994
		Kelompok Media Ban (Eksperimen 2)	-6.53333*	1.32830	.000	-9.7006	-3.3660

Bonferroni	Kelompok Media Kardus (Eksperimen 1)	Kelompok Media Ban (Eksperimen 2)	1.13333	1.32830	1.000	-2.1093	4.3759
		Kelompok Tanpa Media (Kontrol)	7.66667*	1.32830	.000	4.4241	10.9093
	Kelompok Media Ban (Eksperimen 2)	Kelompok Media Kardus (Eksperimen 1)	-1.13333	1.32830	1.000	-4.3759	2.1093
		Kelompok Tanpa Media (Kontrol)	6.53333*	1.32830	.000	3.2907	9.7759
	Kelompok Tanpa Media (Kontrol)	Kelompok Media Kardus (Eksperimen 1)	-7.66667*	1.32830	.000	-10.9093	-4.4241
		Kelompok Media Ban (Eksperimen 2)	-6.53333*	1.32830	.000	-9.7759	-3.2907

\*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

Dari tabel diatas memperlihatkan bahwa kelompok yang menunjukkan adanya perbedaan rata-rata skor lompat jauh gaya jongkok dengan penggunaan media ditandai dengan tanda bintang (\*) pada kolom uji Bonferroni pada kolom Mean Difference. Tanda (\*) menunjukkan adanya perbedaan mean yang signifikan.yaitu pada Mean Difference kelompok media kardus (Eksperimern 1) berbeda signifikan dengan kelompok tanpa media (Kontrol), Mean Difference kelompok media ban (Eksperimen 2) berbeda signifikan dengan kelompok tanpa media (Kontrol), Mean Difference kelompok tanpa media (Kontrol) berbeda signifikan dengan kelompok media kardus (Eksperimern 1) dan kelompok media ban (Eksperimen 2). Baris Turkey HSD dan Bonferroni menunjukkan hasil yang sama dalam perbedaan signifikansi.

**Tabel 4.22 Homogeneous Subsets (One Way Anova)**

**Hasil Skor Lompat Jauh**

Kelompok Penggunaan Media	N	Subset for alpha = 0.05	
		1	2
Tukey HSD <sup>a</sup> Kelompok Tanpa Media (Kontrol)	30	75.2667	
Kelompok Media Ban (Eksperimen 2)	30		81.8000
Kelompok Media Kardus (Eksperimen 1)	30		82.9333
Sig.		1.000	.671

Means for groups in homogeneous subsets are displayed.

a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 30.000.

Pada langkah proses analisis yang terakhir yaitu dengan memperhatikan table (Homogeneous Subsets) yang digunakan untuk mencari variabel mana yang mempunyai perbedaan mean dan untuk mengetahui variabel mana yang mempunyai perbedaan yang tidak terlalu signifikan. Caranya adalah dengan memperhatikan kolom Subset. Pada tabel otuput di atas, kolom subset 1 terdapat 1 nilai dari variabel Kelompok Tanpa Media (Kontrol) dan padam kolom subset 2 terdapat 2 nilai variabel kelompok media kardus (Eksperimen 1) dan kelompok media ban (eksperimen 2). Hal

ini menunjukkan mean kelompok media kardus (Eksperimen 1) dan kelompok media ban (eksperimen 2) tidak memiliki perbedaan yang signifikan.

## **PEMBAHASAN**

Pembahasan ini akan membahas penguraian penelitian tentang “Pengaruh Modifikasi Media Kardus dan Ban Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok (Study Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Perak Jombang Tahun Pembelajaran 2018-2019). Lompat jauh merupakan cabang olahraga atletik. Lompat jauh didefinisikan sebagai salah satu bentuk gerakan melompat dengan mengangkat kedua kaki ke atas ke depan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan jalan melekukan tolakan pada salah satu kaki yang terkuat untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya (Sunaryo, 2012:8). Lompat jauh yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan menggunakan modifikasi media kardus, media ban, dan tanpa media. Berdasarkan hasil pengujian yang dilakukan diperoleh bahwa ada pengaruh terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa setelah mendapatkan perlakuan dengan diberikannya modifikasi media pembelajaran dalam materi lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan media kardus (Eksperimen 1), media ban (Eksperimen 2), dan tanpa menggunakan media (Kelas Kontrol). Hal ini juga didukung dari hasil belajar siswa yang lebih banyak mengalami perubahan yang signifikan, sedangkan nilai yang diperoleh dari hasil pre-test masih banyak yang belum mengalami perubahan. Rata-rata nilai dari hasil belajar juga mengalami peningkatan dari nilai pre-test ke nilai post-test. Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus t-test antara media kardus (Eksperimen 1) dan tanpa media (Kontrol) diperoleh nilai mean untuk kelompok media kardus sebesar 82.9333 dan tanpa media sebesar 75.2667 dengan masing-masing jumlah sample sebanyak 30 siswa. Sehingga dapat diketahui bahwa nilai rata-rata kelompok media kardus lebih tinggi daripada kelompok tanpa media. Selain itu diperoleh nilai  $df (N1 + N2) - 2$  maka didapat  $df$  sebesar  $(30+30) - 2 = 58$  dengan taraf signifikansi  $\alpha$  sebesar 5% atau 0,05. Berdasarkan output dari hasil uji t-test diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0.000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai Sig. (2-tailed)  $0.000 < (\alpha) 0.05$ . Maka sesuai dengan pengambilan keputusan dalam uji independent sample T-Test, maka dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Yang artinya bahwa ada pengaruh yang signifikan antara penggunaan modifikasi media kardus dengan tanpa menggunakan media terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Perak tahun pelajaran 2018-2019. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhan,2017) yang berjudul Pengaruh Media Kardus Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok (Studi Pada Siswa Kelas V SDN Bilis 113 Surabaya) memaparkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata hasil pre test dan post test siswa dalam penerapan media kardus terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok di kelas V. Hal ini juga terbukti berdasarkan penghitungan uji-t terlihat bahwa nilai t pada uji t-test for Equality of Means. Dengan demikian dapat diartikan latihan lompat kardus memberi efek terhadap kemampuan lompat jauh. Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus t-test antara media ban (Eksperimen 2) dan tanpa media (Kontrol) diperoleh nilai mean untuk kelompok

media ban sebesar 81.8000 dan tanpa media sebesar 75.2667 dengan masing-masing jumlah sample sebanyak 30 siswa. Sehingga dapat diketahui bahwa nilai rata-rata kelompok media ban lebih tinggi daripada kelompok tanpa media. Selain itu diperoleh nilai  $df (N_1 + N_2) - 2$  maka didapat  $df$  sebesar  $(30+30) - 2 = 58$  dengan taraf signifikansi  $\alpha$  sebesar 5% atau 0,05. Berdasarkan output hasil uji t-test diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0.000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai Sig. (2-tailed)  $0.000 < (\alpha) 0.05$ . Maka sesuai dengan pengambilan keputusan dalam uji independent sample T-Test, maka dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Yang artinya bahwa ada pengaruh yang signifikan antara modifikasi media ban dengan tanpa menggunakan media terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Perak tahun pelajaran 2018-2019. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Andini, Purnomo, & Yunitaningrum, 2013) yang berjudul Pengaruh Permainan Melompat Ban Terhadap Hasil Lompat Jauh Pada Siswi Kelas VII memaparkan bahwa hasil penelitian permainan melompati ban memiliki pengaruh positif terhadap hasil lompat jauh. Permainan melompati ban memiliki pengaruh positif terhadap hasil lompat jauh. Hasil yang diperoleh dari Uji Anova itu jalur dilihat dari table descriptive rata-rata (mean) untuk kelompok media kardus adalah 82.9333, untuk kelompok media ban adalah 81.8000 dan untuk kelompok tanpa media adalah 75.2667, dengan nilai homogenitas p-value 0,217 yang artinya data memiliki varian yang sama atau homogen. Dan dilihat dari tabel anova pada kolom sig. diperoleh nilai probabilitas (p-value) 0,000 dengan taraf kesalahan sebesar 5% atau 0.05 maka  $0,000 < 0.05$  yang artinya  $H_0$  ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok media kardus, kelompok media ban, dan kelompok tanpa media terhadap rata-rata hasil skor lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Perak Jombang. Pada penelitian ini kelompok eksperimen diberikan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan modifikasi media pembelajaran menggunakan media kardus dan media ban. Pembelajaran lompat jauh dengan modifikasi media pembelajaran yang diberikan selama pembelajaran mempengaruhi semangat, motivasi, kreativitas yang berbeda dari pelaku, sehingga dapat memberikan efek atau pengaruh yang berbeda. Pembelajaran lompat jauh dengan modifikasi media pembelajaran yang diterapkan pada pembelajaran juga berpengaruh pada perbedaan pembentukan pola hasil belajar gerakan. Media kardus merupakan salah satu media pembelajaran penjasorkes yang efektif karena mudah dipindah-pindah dan mudah di dapat (Pratama, 2012:3). Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan media kardus oleh peneliti merupakan media yang digunakan untuk proses pembelajaran lompat jauh gaya jongkok agar lebih menarik siswa. Dalam penelitian ini setelah dilakukan uji-t dan uji anova antara media kardus dengan tanpa media terbukti adanya perbedaan yang signifikan terhadap skor hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Media ban merupakan salah satu alat yang digunakan untuk proses pembelajaran olahraga lompat jauh gaya jongkok yang berasal dari ban bekas sepeda motor yang sudah tidak terpakai (Istiyana, 2012:7). Dalam penelitian ini setelah dilakukan uji-t dan uji anova antara media ban dengan tanpa media terbukti adanya perbedaan yang signifikan terhadap skor hasil belajar lompat jauh.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dari Pengaruh Modifikasi Media Kardus Dan Ban Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok (Study Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Perak Jombang Tahun Pembelajaran 2018/2019) melalui pengadaaan kelas control dan eksperimen. Maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut. Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus t-test output hasil uji t-test diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0.000. antara media kardus (Eksperimen 1) dan tanpa media (Kontrol) dengan taraf signifikansi alpha ( $\alpha$ ) sebesar 5% atau 0,05. Diperoleh nilai Sig. (2-tailed)  $0.000 < (\alpha) 0.05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara modifikasi media kardus dengan tanpa menggunakan media terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Perak tahun pelajaran 2018-2019. Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus t-test output hasil uji t-test diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0.000. antara media ban (Eksperimen 2) dan tanpa media (Kontrol) dengan taraf signifikansi alpha ( $\alpha$ ) sebesar 5% atau 0,05. Diperoleh nilai Sig. (2-tailed)  $0.000 < (\alpha) 0.05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang artinya bahwa ada pengaruh yang signifikan antara modifikasi media ban dengan tanpa menggunakan media terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Perak tahun pelajaran 2018-2019. Hasil yang diperoleh dari Uji Anova satu jalur pada kolom sig. diperoleh nilai probabilitas (p-value) 0,000 dengan taraf kesalahan sebesar 5% atau 0.05 maka  $0,000 < 0.05$  yang artinya  $H_0$  ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok media kardus, kelompok media ban, dan kelompok tanpa media terhadap rata-rata hasil skor lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Perak Jombang. Adapun saran-saran yang bisa peneliti uraikan berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan diatas adalah sebagai berikut: a. Penelitian ini diharapkan dapat dipakai referensi lain oleh guru PJOK agar pembelajaran menjadi menarik dan menyenangkan untuk siswa. b. Guru sebagai tenaga pengajar dalam meningkatkan hasil belajar siswa, maka guru diharapkan untuk menggunakan modifikasi media kardus dan ban guna untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok. c. Sebaiknya modifikasi media kardus dan ban ini diharapkan dapat membantu siswa dalam melakukan pembelajaran penjasorkes pada khususnya. d. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan pengalaman secara langsung dalam mengaplikasikan metode pembelajaran tersebut. e. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi peneliti selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andini, Purnomo, & Yunitaningrum. 2013. Pengaruh Permainan Melompati Ban Terhadap Hasil Lompat Juah Pada Siswi Kelas VIII. (Online), (<http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/download/5795/6601>), diakses hari Senin 30 April 2018
- Arikunto, S. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta, Indonesia: PT. Rineka Cipta

- Dimiyati & Mudjiono. 2013. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta, Indonesia; Rineka Cipta
- Guthrie, M. 2003. Sukses Melatih Atletik. Pustaka Insan Madani
- Huda, S. 2015. Manfaat Permainan Terapeutik Balap Karung Terhadap Peningkatan Kemampuan Lari Sprint dan Lompat Jauh Anak Tuna Grahita Ringan Usia 6-0 Tahun. (Online), (<http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/download/5795/6601>), diakses hari Sabtu 21 April 2018.
- Istiyana, I. 2012. Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Ban Bekas dan Bola Plastik Pada SDN Cokro Tahun Pelajaran 2011/2012. (Online), (<http://lib.unnes.ac.id/18473/1/6102910134.pdf>), diakses hari Senin 30 April 2018
- Maksum, A. 2012. Metodologi Penelitian Dalam Olahraga. Surabaya, Indonesia: Unesa University Press
- Munawaroh. 2013. Metodologi Penelitian. Malang, Indonesia: Intimedia
- Muhajir. 2016. Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Indonesia: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud
- Prasongko, Y. 2015. Pengaruh Permainan Tradisional Benteng Hadang Terhadap Hasil Belajar Lari Sprint 60 Meter. Skripsi tidak diterbitkan. Jombang, Indonesia: STKIP PGRI Jombang.
- Pratama, Y.A & Ferianto, B. 2013. Pengaruh Pembelajaran Modifikasi Dengan Media Kardus Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok (Studi Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 4 Bojonegoro). (Online), (<https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id>), diakses hari Selasa 24 April 2018.
- Samsudin. 2008. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/MTs. Jakarta Indonesia: Prenada Media Grup
- Sasongko, F.A. 2014. Penerapan Metode Modifikasi Media Olahraga Dalam Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Kelas V SDN 09 Ketahun. (Online), (<http://repository.unib.ac.id/9042/2/1%2CII%2CIII%2CII-14fit.FK.pdf>), diakses hari Kamis 26 April 2018
- Sudarman, Upaya peningkatan hasil belajar lompat jauh melalui pendekatan bermain lompat tali pada siswa kelas IV SD Negeri Panginan Kec. Temon Kulon Progo ( Online ) <http://repository.unib.ac.id/9042/2/1%2CII%2CIII%2CII-14-fit.FK.pdf>, diakses hari Senin 23 April 2018
- Sunaryo. 2012. Upaya Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Modifikasi Alat Bantu Pada Sisa Kelas V SD Negeri Bonagung 2 Kecamatan Tanon Kabupaten Sragen Tahun Pelajaran 2011/2012. (Online), (<http://digilib.uns.ac.id>), diakses hari Kamis 26 April 2018
- Sutanto, T. 2016. Buku Pintar Olahraga. Yogyakarta, Indonesia: Pusta Baru Press
- Sugiyono. 2011. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D. Bandung, Indonesia: Alfabeta
- Suryadi, M.I. 2017. Pengaruh Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Modifikasi Alat Pembelajaran Kardus Pada Siswa SMP PGRI 1 Kota Kediri Kelas VII Tahun Ajaran 2016/2017. (Online), (<http://simki.unpkediri.ac.id/>

mahasiswa/file\_artikel/2017/6d7c2e0022cb89b286c936f15a5a61eb.pdf)  
, diakses hari Senin 30 April 2018

Widayati, Hulaten Ratna, Meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui media karet gelang pada siswa kelas V SD N 3 Sojomerto Kec. Gemuh Kab. Kendal tahun pelajaran 2011-2012 (online) ([http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file\\_artikel/2017/6d7c2e0022cb89b26527f72h936f15a5a61eb.pdf](http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2017/6d7c2e0022cb89b26527f72h936f15a5a61eb.pdf)),