

***MEDIA INFORMASI PENDIDIKAN, OLAHRAGA DAN KESEHATAN
(MIKPOK)***

Volume 1 Nomor 1 (Januari, 2024), 45-51

**PENERAPAN PENDEKATAN KONTEKSTUAL DENGAN PEMODELAN
(MODELLING) UNTUK MENINGKATKAN AKTIVITAS DAN HASIL BELAJAR
TEKNIK DASAR LOMPAT JAUH (GAYA JONGKOK)
PADA SISWA KELAS X TKJ SMK TI BALI GLOBAL SINGARAJA
TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

Gede Angga Pena Julianta

Email: gedeanggapena@gmail.com

Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Agama Hindu Singaraja

Abstrak

Berdasarkan observasi, aktivitas dan prestasi belajar peserta didik SMK TI Bali Global Singaraja, dapat dikategorikan masih sangat rendah. Dilihat dari fenomena tersebut di atas, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan aktivitas dan prestasi belajar peserta didik dengan mencoba menerapkan metode CTL (*Contextual Teaching and Learning*). Subjek penelitian tersebut adalah siswa Kelas X di SMK TI Bali Global Singaraja Pelajaran 2022/2023. Dalam penelitian tersebut menggunakan metode CTL (*Contextual Teaching Learning*) dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Hasil ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan hasil aktivitas belajar pada Siklus I = 80% dan pada Siklus II menjadi 90%. Daya serap siswa pada siklus I 80% dan pada siklus II menjadi 90%. Dari hasil penelitian yang telah dicapai ini dapat diimplementasikan dengan merekomendasikan kepada Guru Pendidikan Jasmani semua, khususnya guru Olahraga untuk menerapkan metode CTL (*Contextual Teaching and Learning*) sebagai upaya peningkatan mutu dan kualitas pendidikan siswa dalam bidang pendidikan jasmani, berupa bukti aktivitas dan prestasi belajar peserta didik yang semakin baik.

Kata Kunci: *Contextual Teaching Learning*, Aktivitas, Hasil Belajar, Lompat Jauh.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan olahraga, bertujuan untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras, dan seimbang. Untuk mencapai tujuan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga internalisasi nilai-nilai sportivitas, jujur, kerjasama dan pembiasaan pola hidup sehat, dimana dalam pelaksanaannya bukan melalui pengajaran yang

komvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, melainkan pelaksanaan pengajaran melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran pendidikan jasmani harus mendapatkan sentuhan ditaktik metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran (Depdiknas, 2004: 1).

Berdasarkan data observasi awal yang peneliti lakukan di SMK TI Bali Global Singaraja khususnya dalam mengamati teknik dasar lompat jauh, di ketahui presentase aktivitas belajar siswa secara klasikal sebesar 60% dan berada pada kategori kurang aktif. Tidak ada peserta didik yang berada pada kategori sangat aktif dan sangat kurang aktif, aktif sebanyak 3 orang (30%), cukup aktif sebanyak 4 orang (40%), dan kurang aktif sebanyak 3 orang (30%). Ketuntasan hasil belajar untuk kompetensi psikomotor, tidak ada siswa yang berada pada kategori yang sangat baik, baik sebanyak 3 orang (30%), cukup sebanyak 5 orang (50%) dan siswa pada kategori kurang 2 orang (20%). Ini di karenakan siswa kurang memperhatikan penjelasan guru, tidak berani mengemukakan pendapat serta merasa bosan dengan metode ceramah dan demonstrasi yang mengakibatkan aktifitas gerakanya tidak banyak. Sehingga mereka asik bercanda dengan temannya. Sedangkan data observasi pada teknik dasar lompat jauh, dapat di ketahui beberapa banyak siswa yang tuntas dan siswa tidak tuntas yang sesuai dengan kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang berlaku di kelas X SMK TI Bali Global Singaraja khususnya pada mata pelajaran penjasorkes yaitu 78.

Berdasarkan permasalahan diatas, maka perlu alternatif pemecahan masalah yang dapat membantu guru dan siswa dalam menangani permasalahan tersebut sehingga diharapkan aktivitas dan hasil belajar siswa meningkat dan diharapkan juga anak didik bisa menjadi lebih baik. Upaya atau alternatif tersebut adalah metode penerapan pembelajaran dengan pemodelan (*modelling*). Dari alternatif pemecahan masalah tersebut, peneliti menggunakan alternatif metode penerapan pembelajaran dengan pemodelan (*modelling*) karena dapat menarik minat belajar siswa dalam pembelajaran, melatih peserta didik agar memahami materi dengan cepat, memacu peserta didik agar lebih giat belajar, aktif dalam bertanya maupun menjawab dan fokus dalam belajar.

PERTANYAAN PENELITIAN

Adapun beberapa pertanyaan penelitian dalam artikel ilmiah ini adalah sebagai berikut :

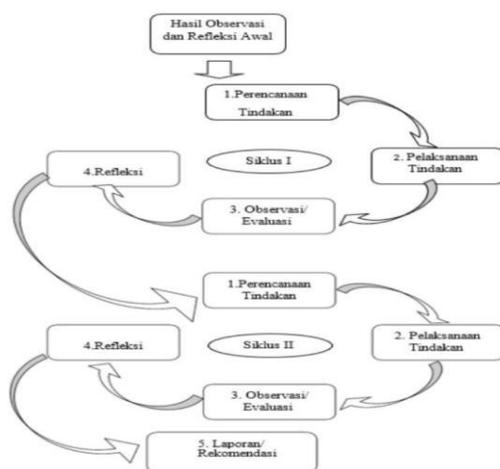
1. Bagaimanakah aktivitas belajar lompat jauh melalui penerapan pembelajaran kontekstual dengan pemodelan pada siswa kelas X TKJ SMK TI Bali Global Singaraja tahun pelajaran 2022/2023 ?
2. Bagaimanakah hasil belajar lompat jauh melalui penerapan pembelajaran kontekstual dengan pemodelan pada siswa kelas X TKJ SMK TI Bali Global Singaraja tahun pelajaran 2022/2023 ?

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Penelitian tindakan kelas adalah suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif dengan melakukan tindakan- tindakan tertentu agar dapat memperbaiki dan meningkatkan praktik-praktik pembelajaran di kelas secara profesional (Kanca, 2006 ;94).

Kanca membedakan adanya empat bentuk penelitian tindakan, yaitu (1) Guru sebagai peneliti, (2) Penelitian Tindakan Kolaboratif, (3) Simultan-Terintegrasi, (4) Administrasi Sosial Eksperimental (Kanca, 2006;100). Dalam penelitian ini bentuk penelitian tindakan yang akan digunakan adalah guru sebagai peneliti. Karena peneliti belum menjadi guru, maka dalam penelitian ini menggunakan bentuk penelitian peneliti sebagai peneliti atau peneliti sebagai guru.

Pada bentuk PTK yang memandang guru sebagai peneliti mempunyai ciri-ciri penting, yaitu sangat berperannya guru itu sendiri dalam proses PTK. Dalam bentuk ini tujuan utama PTK adalah untuk meningkatkan praktik-praktik pembelajaran di kelas di mana guru terlibat secara penuh dalam proses perencanaan, aksi (tindakan), dan refleksi. Dalam bentuk penelitian yang demikian, guru mencari problema sendiri untuk dipecahkan melalui PTK. Apabila melibatkan pihak lain pada penelitian seperti ini peranannya tidak dominan. Sebaliknya keterlibatan pihak lain dari luar hanya bersifat konsultatif dalam mencari dan mempertajam persoalan-persoalan pembelajaran yang dihadapi oleh guru yang sekiranya layak untuk dipecahkan melalui PTK. Jadi dalam bentuk PTK guru sebagai peneliti, peran pihak luar sangat kecil dalam proses penelitian itu (Kanca, 2006:100). Dalam penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan sebanyak tiga siklus dengan masing-masing siklus terdiri dari 2 (dua) kali pertemuan ditambah satu kali pertemuan untuk evaluasi belajar siswa. Rancangan Penelitian Tindakan Kelas ini terdiri dari empat tahapan, yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi/evaluasi, dan (4) refleksi. Adapun rancangan tahapan penelitian ini tersaji seperti gambar berikut.



Gambar Desain Rancangan Penelitian Tindakan Kelas (Kanca, 2006: 139)

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas X TKJ SMK TI Bali Global Singaraja yang berjumlah 10 siswa terdiri dari 9 siswa putra dan 1 siswa putri. Penelitian dilaksanakan di lapangan SMK TI Bali Global Singaraja menerapkan model pembelajaran kontekstual. Setelah dilakukan observasi awal dengan melihat kekurangan-kekurangan dan hambatan yang dialami siswa mengenai aktivitas dan hasil belajar dalam merespon dan menerima materi teknik dasar lompat jauh gaya jongkok, maka peneliti mencari solusi pemecahan masalah yang menghambat proses pembelajaran. Berdasarkan hal tersebut, peneliti menerapkan pendekatan kontekstual dengan pemodelan (*modelling*) untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.

Untuk memecahkan permasalahan yang dialami dalam pembelajaran teknik dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas X TKJ SMK TI Bali Global Singaraja tahun pelajaran 2022/2023 Maka penelitian ini, direncanakan pelaksanaannya dalam dua siklus dengan masing- masing siklus terdiri dari tahapan-tahapan, yaitu rencana tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi/evaluasi dan refleksi. Instrumen yang digunakan untuk memproleh data yang sesuai dengan tujuan penelitian adalah lembar observasi aktivitas belajar siswa dan tes untuk kerja teknik dasar lompat jauh gaya jongkok. Lembar aktivitas belajar digunakan untuk mengukur tingkat aktivitas siswa selama proses pembelajaran. Data tentang hasil belajar siswa dilakukan dengan menggunakan instrumen berupa assesmen. Deskripsi Lembar Aktivitas Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya jongkok.

Penilaian aktivitas belajar teknik dasar lompat jauh gaya jongkok. dinilai oleh mahasiswa dengan mengamati secara langsung kegiatan yang dilakukan siswa saat proses pembelajaran berlangsung dari awal sampai akhir pelajaran. Cara yang digunakan dalam pengambilan data aktivitas belajar ini adalah dengan mengamati setiap aktivitas yang dilakukan siswa seperti kegiatan *visual* (melihat), lisan (diskusi), *audio* (mendengarkan), *metrik* (gerak), mental dan emosional, dan mengisi lembar observasi aktivitas belajar siswa. Alat yang dipergunakan dalam pengambilan data aktivitas belajar ini adalah lembar Observasi Aktivitas Belajar Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok.

Penilaian hasil belajar yang dilakukan pada siklus I dan II, untuk materi lompat jauh. Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah berdasarkan hasil penilaian *assesment* teknik dasar lompat jauh gaya jongkok. yang diisi oleh guru peneliti. Setelah siswa dikumpulkan, berbaris dan berdoa, kemudian diberikan pemanasan, setelah itu siswa diberikan penjelasan mengenai apa yang akan dilakukan pada saat pengumpulan data. Kemudian siswa diberikan waktu selama 30 menit untuk melakukan latihan mulai dari sikap awal, pelaksanaan dan akhiran. Kemudian guru memberikan penilaian setelah melihat siswa melakukan latihan sesuai dengan kemampuan siswa berdasarkan format observasi Teknik dasar lompat jauh gaya jongkok. Data aktivitas (berupa skor) siswa diamati dan dicatat dalam lembar observasi,

selanjutnya dianalisis secara *deskriptif*. Kriteria yang digunakan dalam menggolongkan aktivitas belajar siswa disusun berdasarkan rata-rata skor keaktifan belajar siswa.

Menghitung Rata-rata Siklus I dan Siklus II yaitu dengan rumus:

$$R = \frac{S1 + S2}{2}$$

Dengan demikian berada dalam kategori sangat aktif. Dilihat dari hasil aktivitas yang diperoleh tersebut, aktivitas belajar mengalami peningkatan sebesar 1,7 dari siklus I ke siklus II. Adapun rata-rata aktivitas belajar teknik dasar lompat jauh gaya jongkok adalah sebagai berikut:

$$\begin{aligned} R &= \frac{S1 + S2}{2} \\ &= \frac{9,3 + 10}{2} \\ &= 9,65\% \end{aligned}$$

Keterangan :

R = Rata-rata ketiga siklus S1 = Nilai siklus I

S2 = Nilai siklus II

Menghitung ketuntasan siswa. Adapun rumusannya adalah sebagai berikut :

$$KB = \frac{\text{Jumlah siswa tuntas}}{\text{Jumlah siswa keseluruhan}} \times 100\%$$

Keterangan :

KB = Ketuntasan Belajar

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesuai dengan hasil analisis data pada siklus I dan siklus II aktivitas belajar teknik dasar lompat jauh gaya jongkok secara klasikal pada siklus I yaitu sebesar 8,3 yang tergolong dalam kategori aktif, sedangkan aktivitas belajar teknik dasar lompat jauh gaya jongkok secara klasikal pada siklus II adalah sebesar 10 yang. Jadi penelitian tindakan kelas dengan pembelajaran pemodelan (*modelling*) dalam pembelajaran lompat jauh, dapat dikatakan berhasil dengan kategori sangat baik.

Dilihat dari analisis kedua siklus di atas Aktivitas Belajar Teknik Dasar lompat Jauh Gaya Jongkok pada siswa kelas X TKJ SMK TI Bali Global Singaraja Tahun Pelajaran 2022/2023 dapat juga dilihat dalam bentuk diagram pada gambar 1 sebagai berikut :

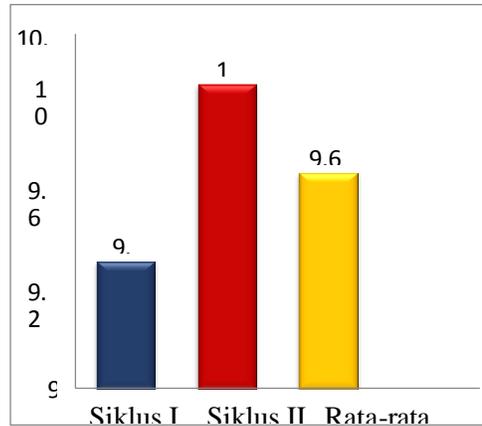


Diagram 1. Hasil Aktivitas Belajar Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok.

Hasil belajar Teknik Dasar lompat jauh gaya jongkok sesuai dengan analisis data pada siklus I dan siklus II, persentase tingkat ketuntasan hasil belajar teknik dasar lompat jauh gaya jongkok secara klasikal pada siklus I sebesar 80%, sedangkan persentase tingkat ketuntasan hasil belajar teknik dasar lompat jauh gaya jongkok secara klasikal pada siklus II adalah sebesar 100%. Dengan demikian persentase ketuntasan hasil belajar teknik dasar lompat jauh gaya jongkok mengalami peningkatan sebesar 20% dari siklus I ke siklus II. Adapun rata-rata persentase tingkat ketuntasan hasil belajar teknik dasar lompat jauh gaya jongkok adalah sebagai berikut: Berdasarkan hasil analisis kedua siklus di atas, maka dapat disimpulkan bahwa persentase rata-rata kedua siklus adalah 90%, ini termasuk ke dalam kategori tuntas. Jadi penelitian tindakan kelas dengan pembelajaran pemodelan (*modelling*) dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok, dapat dikatakan berhasil dengan kategori sangat baik. Dilihat dari analisis kedua siklus di atas Hasil Belajar Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok pada siswa kelas X TKJ SMK TI Bali Global Singaraja Tahun Pelajaran 2022/2023 dapat juga dilihat dalam bentuk diagram pada gambar 2 sebagai berikut :

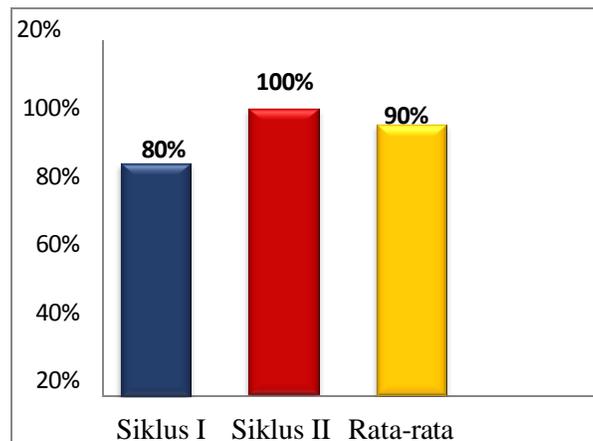


Diagram 2. Diagram Hasil Belajar Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok.

KESIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil analisis pembahasan aktivitas belajar dan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok meningkat melalui penerapan pembelajaran pemodelan (*modelling*) pada siswa kelas X TKJ SMK TI Bali Global Singaraja tahun pelajaran 2022/2023.

Hasil kesimpulan yang diperoleh ini mempunyai implikasi bagi perkembangan pengajaran pendidikan jasmani di sekolah- sekolah khususnya di SMK TI Bali Global Singaraja. Guru pendidikan jasmani dapat menetapkan pembelajaran lompat jauh dengan melalui metode pembelajaran kontekstual (*Modelling*). Metode pembelajaran ini juga bisa digunakan di semua cabang olahraga, sebagai cara untuk melakukan pembelajaran agar tidak terkesan monoton dan siswa tidak merasa jenuh dengan mode ceramah dalam mengikuti pembelajaran yang berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- , 2005. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- , 2008. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Anggi Setia lengkana, N. S. N. S. (2017). *Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan*. Jurnal Olahraga.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek revised edition*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arnyana, Ida Bagus Putu. 2007. *Dasar-Dasar Metodolodi Penelitian*. Denpasar : Bagian Ilmu Faal Fakultas Kedokteran Unniversitas Udayana.
- Basuki, Sunaryo. 1979. *Sejarah Teknik dan Metode Atletik I*. Jakarta : Garuda Madju Cipta Jakarta.
- Carr, Gerry A. 1997. *Atletik Untuk Sekolah*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Depdiknas.2018. *Kurikulum Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani SMP/SMA* Jakarta : Pusat Kurikulum Badan Pendidikan dan Pengembangan. Depertemen Pendidikan Nasional. *Kurikulum 2012 SMA*. Jakarta.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2015. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Eddy Purnomo,Depan.(2013). *Dasar–Dasar Atletik*. Yogyakarta:Alfamedia
- Hamalik, Oemar. 2004. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- Juriana, et al. (2018). *Pengetahuan Psikologi Olahraga pada Pelatih Indonesia*. Jurnal Imiah Sport Coaching and Education 2(1), 31-38
- Kanca, I Nyoman. 2008. *Penelitian Tindakan Kelas*. Singaraja : Unoversitas Pendidikan Ganesha.
- Margono. 2003. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Cetakan Kedua. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Nurhadi dan Senduk, A. G. 2004. *Pembelajaran kontekstual dan Penerapannya Dalam KBK*. Malang :

Universitas Negeri Malang.

- Nurhadi. 2003. *Pembelajaran Kontektual (Contekstual Teaching and Learning/CTL) dan Penerapannya Dalam KBK*. Malang : Universitas Negeri Malang.
- Purnomo, Eddy. (2011). *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: Alfabeta. Purwanto, Heri. (2006). Peranan Kecepatan Lari, Kekuatan Otot Tungkai, Panjang Tungkai pada Prestasi Lompat Jauh. *Jurnal Olahraga Prestasi (JORPRES)*, Vol.2. No.2, ISSN: 2476-9312, hal 160-170. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Roestiyah. 1989. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta : Bina Aksara.Rosdakarya.
- Sagiman dan Supriyono. 2008. *Rajin Berlatih Pendidikan Jasmani Kelas I SLTP*. Klaten : Sekawan.
- Sardiman, A. M., dkk. 2001. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Cetakan Kedelapan. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Sudikin, Basrowi, dan Suranto. 2002. *Manajemen Pembelajaran Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : PT. Insan Cendikia.
- Sudjana, Nana. 2004. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Sugianto dan Sudjarwo. 1994. *Perkembangan Belajar Gerak*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung :Alfabeta
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumanto. 1992. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sunartana dan Nurkancana. 1992. *Evaluasi Hasil Belajar*. Surabaya : Usaha Nasional.
- Syarifuddin, Aip. 1997. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Untuk Kelas I SLTP*. Jakarta : Departemen pendidikan dan Kebudayaan.
- UPI. (2013). *Pedoman penulisan karya ilmiah*.UPI BANDUNG
- Wahono, Widodo. 2002. *Pengajaran dan Pembelajaran Kontekstual (CTL)*. Jakarta : Departemen Pendidikan Nasional, Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat Pendidikan Lanjutan Pertama.