Penerbit ADM RUMAH PENGETAHUAN
Sinar Sport Journal
Sport, Physical, Education and Empowement

Experimental Study of the Influence of Teaching Style and Coordination on Learning Outcomes of Jumping Jumping Students of SMP Negeri 12 Bengkulu City

Studi Eksperimen Pengaruh Gaya Mengajar Dan Koordinasi Terhadap Hasil Belajar Lompat Jangkit Siswa SMP Negeri 12 Kota Bengkulu

Megi Personi [1)]; Dwingki Marta Putra [2)]; Dodi Ertanto [3)];

[1,2,3)] *Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Dehasen Bengkulu*

Corresponding Author: :
[1)] sonimegi@unived.ac.id
[2)] dwingki@unived.ac.id
[3)] dodyertanto88@unived.ac.id

How to Cite :

Personi, M., Putra, D. M., Ertanto, D. (2022). *Experimental Study of the Influence of Teaching Style and Coordination on Learning Outcomes of Jumping Jumping Students of SMP Negeri 12 Bengkulu City.* Sinar Sport Jurnal, *2*(1). DOI: https://doi.org/10.53697/ssjv2i1

ARTICLE HISTORY
Received [10 Mei 2022]
Revised [01 Juni 2022]
Accepted [15 juni 2022]

Kata Kunci :
Hasil Belajar Lompat Jangkit, Koordinasi, Gaya Mengajar Inklusi, dan Gaya Mengajar Latihan

Keywords :
Learning Outcomes of Triple Jumping, Coordination, Inclusive Teaching Style, and Practice Teaching Style

This is an open access article under the CC–BY-SA license

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari gaya mengajar (Inklusi dan Latihan) dan Hasil Belajar Lompat Jangkit. Penelitian ini dilakukan pada Siswa SMP Negeri 12 Kota Bengkulu, penelitian ini menggunakan treatment by level 2 x 2. Sampel terdiri dari 40 orang siswa yang dibagi menjadi 4 kelompok, masing-masing terdiri dari 10 siswa. Teknik analisis data adalah analisis varians dua jalur (ANAVA) dan selanjutnya dilanjutkan dengan Uji tukey pada tingkat signifikasi α = ,05. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa (1) Gaya mengajar inklusi memiliki pengaruh yang lebih baik daripada gaya mengajar latihan terhadap Hasil Belajar Lompat Jangkit. (2) Terdapat interaksi antara gaya mengajar latihan dengan gaya mengajar inklusi dan koordinasi terhadap Hasil Belajar Lompat Jangkit. (3) Gaya mengajar inklusi memiliki pengaruh yang lebih baik dari pada gaya mengajar latihan terhadap Hasil Belajar Lompat Jangkit yang memiliki koordinasi tinggi. (4) Gaya mengajar latihan memiliki pengaruh yang lebih baik daripada gaya mengajar inklusi terhadap Hasil Belajar Lompat Jangkit yang memiliki koordinasi rendah.

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of teaching style (Inclusion and Practice) and Jumping and Jumping Learning Outcomes. This research was conducted on students of SMP Negeri 12 Bengkulu City, this study used treatment by level 2 x 2. The sample consisted of 40 students who were divided into 4 groups, each consisting of 10 students. The data analysis technique is a two-way analysis of variance (ANOVA) and then continued with the Tukey test at the significance level = .05. The results of this study indicate that (1) the inclusive teaching style has a better effect than the practice teaching style on the Jumping and Jumping Learning Outcomes. (2) There is an interaction between the practice teaching style with the inclusive teaching style and coordination on the Jumping and Jumping Learning Outcomes. (3) The inclusive teaching style has a better effect than the practice teaching style on the Jumping and Jumping Learning Outcomes who have high coordination. (4) The practice teaching style has a better effect than the inclusive teaching style on the Jumping and Jumping Learning Outcomes which have low coordination.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas manusia yang sangat berpengaruh terhadap kesehatan bagi para pelakunya baik itu olahraga yang dilakukan secara rekretif, kompetitif maupun dengan tujuan

prestasi. Olahraga di Indonesia maupun di negara berkembang dewasa ini semakin pesat dan mendapat perhatian yang khusus dari pemerintah, kaitannya dalam pendidikan olahraga merupakan bidang yang mempunyai kedudukan yang sangat penting, hal ini disebabkan karena pendidikan berperan dalam membangun karakter suatu bangsa. Peran pendidikan sangat penting untuk menciptakan kehidupan yang cerdas, damai, terbuka, dan demokratis. Mutu pendidikan yang berkualitas dan profesional ini akan sangat diperlukan agar dapat mendukung kecerdasan kehidupan bangsa dan mampu bersaing pada era globalisasi. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dikemukakan fungsi dan tujuan pendidikan nasional yang tercantum pada Bab II pasal 3 yaitu Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan melalui proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru atau dosen olahraga yang berkualifikasi dan memiliki sertifikat kompetensi serta didukung prasarana dan sarana olahraga yang memadai. Pelaksanaan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan berbeda dan lebih unik dari bentuk pendidikan lainnya karena pembelajarannya dilaksanakan melalui aktivitas jasmani. Namun dalam hal ini, masih banyak pihak yang salah paham tentang pendidikan jasmani dikarenakan pendidikan ini menggunakan gerak atau aktivitas jasmani sebagai sarana pembelajaran, maka di anggap pendidikan ini hanyalah sebagai pelengkap karena diperuntukkan bagi jasmani saja, sedangkan jelas bahwa siswa adalah manusia yang tidak terdiri dari bagian – bagian yang terpisah – pisah namun merupakan kesatuan berbagai bagian yang terpadu, sehingga pelaksanaan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah untuk siswa sebagai manusia seutuhnya dalam mencapai tujuan pendidikan. Seperti yang dikemukakan Sukintaka bahwa pendidikan jasmani adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan, melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematik untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya.

Dalam proses pembelajaran di sekolah guru memegang peranan dalam terlaksananya proses pembelajaran. Guru harus memperhatikan banyak hal berkenaan dengan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan seperti aspek pertumbuhan dan perkembangan anak dan karakteristik psikologi anak. Sebagaimana yang diuraikan dalam BSNP bahwa Pendidikan Jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai – nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Oleh sebab itu materi pelajaran, metode pembelajaran, sarana dan prasarana yang digunakan serta alat evaluasi harus disesuaikan dengan tahap perkembangan, karakteristik dan kebutuhan anak. Dengan cara demikian tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang ada di sekolah dasar. Sekolah dasar merupakan lembaga pendidikan formal dasar yang mempersiapkan setiap peserta didiknya agar dapat menempuh atau mengikuti jenjang pendidikan formal yang lebih tinggi. Pendidikan formal yang dimaksud adalah pendidikan yang dilaksanakan berdasarkan kurikulum tingkat satuan pendidikan pada masing – masing mata pelajaran, dimana pada masing – masing mata pelajaran terdapat standar isi yang memuat standar kompetensi dan kompetensi dasar atau yang lebih dipahami sebagai tujuan pembelajaran umum dan tujuan pembelajaran khusus yang akan dicapai melalui proses pembelajaran dalam kelas.

Dalam pembelajaran lompat jangkit guru pendidikan jasmani di SMP Negeri 12 Kota Bengkulu ini selalu berusaha menyajikan pembelajaran dengan baik dengan melakukan pengembangan program Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan sesuai kurikulum dan melaksanakan pembelajaran berdasarkan rencana pembelajaran, selain itu guru juga dalam proses

pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan membantu siswa bergerak lebih terarah dalam ruang gerak yang kecil.

Namun dalam pelaksanaan pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dengan menerapkan teknik modifikasi masih terdapat kekurangan dan diperlukan adanya perbaikan, khususnya pada pembelajaran lompat jangkit antara lain kurangnya pendekatan guru terhadap siswa dalam proses pembelajaran dan kurang aktifnya siswa pada saat pembelajaran, sedangkan yang seharusnya pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan terutama dalam kurikulum 2013 lebih menekankan keaktifan siswa dalam pembelajaran dan bukan sebaliknya sehingga di dalam proses pembelajaran terdapat nilai – nilai semangat, sportivitas, percaya diri dan kejujuran pada materi pembelajaran lompat jangkit di SMP Negeri 12 Kota Bengkulu.

Oleh sebab itu maka, untuk mendapatkan kualitas keterampilan melakukan lompat jangkit yang baik dan benar perlu adanya upaya memanfaatkan gaya mengajar yang tepat. Gaya mengajar yang akan digunakan tentunya cukup banyak pilihan dan dapat dipilih sesuai dengan kebutuhan. Sejalan dengan itu maka perlu memanfaatkan gaya mengajar yang paling memungkinkan untuk dilakukan dengan mengedepankan efektifitas dan efesiensi. Untuk memilih gaya mengajar yang sesuai, harus mempertimbangkan keadaan, kemampuan, dan kapasitas yang dimiliki oleh siswa tersebut. Gaya mengajar dalam keterampilan melakukan lompat jangkit dapat dilakukan diantaranya adalah gaya mengajar latihan dan gaya mengajar inklusi.

Kedua gaya mengajar tersebut pada dasarnya untuk mengembangkan kemampuan dalam melakukan keterampilan lompat jangkit yang merupakan suatu teknik keterampilan yang harus dimiliki oleh seorang pelompat jangkit. Karena dengan memiliki keterampilan teknik dasar yang baik akan memberikan sumbangan yang besar terhadap hasil belajar siswa.

Faktor lain yang mempengaruhi hasil keterampilan lompat jangkit diantaranya adalah faktor percaya diri, motivasi, motorik, dan koordinasi. Dalam penelitian ini peneliti mengambil faktor koordinasi karena koordinasi merupakan salah satu unsur kondisi fisik yang diperlukan hampir di setiap cabang olahraga sebab unsur – unsur dasar teknik gerak dalam cabang olahraga melibatkan sinkronisasi dan beberapa kemampuan.

Mengingat kemampuan bergerak seseorang dari yang sederhana menjadi kompleks dan sempurna dapat diperoleh melalui proses belajar. Setiap individu mempunyai potensi belajar yang sama, hanya kesempatan dan kemauan yang berbeda-beda. Ini yang menyebabkan keterampilan ataupun skill seseorang dalam menguasai keterampilan gerak yang berbeda pula. Hal inilah yang membuktikan bahwa betapa pentingnya fungsi koordinasi dalam upaya pencapaian keterampilan lompat jangkit.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas peneliti tertarik dengan suatu Gaya mengajar, yaitu (1) Gaya mengajar inklusi dan Gaya mengajar latihan, serta (2) Koordinasi, yang dapat dibedakan atas (a) Koordinasi tinggi, dan (b) Koordinasi rendah terhadap hasil belajar lompat jangkit di SMP Negeri 12 Kota Bengkulu.

Deskripsi Konseptual

Keterampilan merupakan kemampuan ataupun keahlian seseorang dalam melakukan suatu gerakan, Untuk memiliki keterampilan menguasai seluruh teknik yang baik perlu diperkenalkan agar olahragawan tersebut dapat memiliki bakat berprestasi dalam olahraga khususnya dalam lompat jangkit. Making sure the players have the proper techniques for each skill will improve their ability to be successful. (mematikan para pemain memiliki teknik tepat untuk setiap keterampilan akan meningkatkan kemampuan mereka untuk menjadi sukses). Keterampilan merupakan penampilan motorik yang ditandai dengan gerakan yang terorganisasi, halus, dan estentis. Sedangkan menurut Widiastuti gerak keterampilan adalah: Gerak yang mengikuti pola atau bentuk tertentu yang memerlukan koordinasi dan kontrol sebagian atau seluruh tubuh yang bisa dilakukan melalui proses belajar. Keterampilan dapat dibedakan menjadi empat tingkat penguasaan gerak menurut widiastuti diantaranya: 1) tingkat pemula (beginner), 2) tingkat madya (intermediate), 3) tingkat

lanjut (advance), 4) tingkat mahir (higly skiled). Dengan menggunakan tes keterampilan, kita dapat mengetahui tingkat kemampuan anak didik kita dalam suatu cabang olahraga. Tes keterampilan cabang olahraga, merupakan suatu tes yang akan mengukur keterampilan para siswa dalam suatu cabang olahraga.

Pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan lompat jangkit merupakan kemampuan seseorang untuk dapat melakukan gerakan hop (jingkat), step (langkah), jump (lompat). Keterampilan itu sendiri tidak dapat dipelajari pada waktu yang relatif singkat, akan tetapi memerlukan waktu atau proses yang panjang.

Gaya Mengajar

Dewasa ini dunia pendidikan mengalami kemajuan pesat yang ditandai dengan perhatian khusus terhadap bidang pengujian nilai – nilai pendidikan, tujuan pendidikan, kurikulum pendidikan dan metodologi pengajaran. Salah satu aspek pendidikan yang senantiasa dikembangkan melalui penelitian adalah proses pengajaran, serta upaya untuk menghasilkan model – model pengajaran yang tepat. Pada dasarnya diperlukan suatu teori pengajaran yang bersifat universal yang difokuskan pada pengajaran sebagai satu aspek tingkah laku manusia berdiri sendiri. Teori pengajaran harus selalu menyertakan semua fenomena dan kondisi dari semua unsur yang terintegrasi dalam kegiatan sebenarnya.

Usaha untuk mencapai suatu tujuan di dalamnya manusia dituntut untuk menggunakan strategi dalam prosesnya agar pencapaian tujuan lebih efektif dan efisien, tentunya hal ini berlaku pula di dalam suatu proses pembelajaran. Strategi yang dimaksud adalah strategi pembelajaran yang mencakup gaya mengajar pembelajaran, penggunaan media pembelajaran, guru sebagai fasilitator, siswa sebagai subyek pembelajaran, dan situasi di lingkungan belajar atau situasi belajar yang kesemuanya itu merupakan pusat perhatian dalam pembelajaran.

Proses belajar mengajar dengan menggunakan strategi mengajar merupakan sesuatu yang sangat penting dalam upaya efektivitas, dan efesiensi proses belajar. Sedangkan strategi mengajar sendiri adalah kemampuan untuk menggunakan berbagai metode informasi kepada siswa melalui berbagai media dan menyusun pengalaman praktek pada dasarnya berpusat pada diri sendiri, interaksi berdasarkan penemuan dan mandiri. Sedangkan Neli J Dogherty mengemukakan bahwa untuk mempermudah proses pembelajaran dalam pokok materi gerak, siswa dapat dibagi dalam kelompok maupun peorangan.

Pentingnya penggunaan gaya mengajar dalam pembelajaran lebih lanjut dikemukakan musska mosston dan Ashworth dalam Cai. Sean X:

”Teaching style was one of valuable aspect to the pedagogical inquiry its theoretical construct and operational design of diverse teaching strategis provide physical education teachers with dynamic oppurtunities to make teaching more effective”

Penggunaan spektrum pengajaran akan dapat memberikan kemampuan yang diperlukan oleh setiap guru dalam pemilihan gaya pengajaran tertentu, yang pada akhirnya akan membekali guru dengan pengetahuan mengenal langkah – langkah untuk mencapai keberhasilan dalam pelaksana proses belajar mengajar. Spektrum pengajaran tersebut menunjukkan pergeseran peran guru pada siswa dalam hal pengambilan keputusan. Perangkat keputusan terdiri dari : (1) sebelum pertemuan (pre impact), adalah keputusan – keputusan yang harus dibuat pada saat terjadi kontak pertama antara guru dengan siswa ; (2) selama pertemuan (impact) keputusan-keputusan yang harus dibuat pada saat dilakukannya ; (3) sesudah pertemuan (post impact), keputusan yang akan diambil pada tahap evaluasi pemberian umpan balik kepada siswa. Tiga tahapan diatas saling berhubungan satu sama lainnya dan membentuk anatomi dari setiap gaya mengajar.

Gaya Mengajar Inklusi

Salah satu gaya mengajar yang sering diterapkan olah Guru di sekolah adalah Gaya Mengajar Inklusi, dengan gaya ini guru dan siswa saling memilki peranan yang penting dalam proses pembelajaran .

Gaya inklusi adalah pedoman mengajar yang dipakai oleh guru dalam menyajikan materi pembelajaran secara keseluruhan secara rinci dipaparkan tingkat kesulitannya. Tujuannya agar siswa kreatif dan mendapatkan kemudahan dalam mempelajari suatu keterampilan gerak, sebab siswa diberi kebebasan untuk memilih dan menentukan pada tingkat kesulitan dimana siswa mulai belajar, serta diberikan pula kebebasan pula untuk menentukan berapa kali siswa harus mengulangi gerakan dalam mempelajari suatu teknik gerakan dalam setiap pertemuan.

Husdarta dkk mengatakan bahwa gaya mengajar Inklusi adalah dimana pembelajaran siswa pada level kemampuanya masing-masing. Setiap siswa harus melibatkan proses pembelajaran ini, karena siswa dapat memilih aktivitas yang mereka anggap mampu sementara itu guru mempersiapkan tugas gerakan yang akan dilakukan siswa dalam menentukan tinggkat kesukaran tersebut. Sedangkan Samsudin mengemukakan bahwa gaya mengajar inklusi adalah dimana guru menentukan tugas pembelajaran yang memiliki target atau kriteria yang berbeda tingkat kesulitanya dan siswa diberi keleluasaan untuk menentukan tinggkat tugas mana yang sesuai.

Gaya mengajar inklusi dikembangkan berdasar konsep belajar yang berpusat pada peserta didik dan kurikulum yang dikembangkan sesuai dengan kebutuhan perorangan serta peserta didik memperoleh kesempatan untuk belajar sesuai dengan tempo dan kemampuan masing- masing.

Gaya Mengajar Latihan (Practice Stlye)

Tidak ada satu gaya mengajar yang paling cocok untuk setiap pembelajaran yang sama. Untuk itu guru harus siap dengan beberapa alternatif gaya mengajar apa diterapkan pada saat-saat tertentu. Untuk memilihnya tergantung pada kepekaan guru dalam pemberian bahan dan tugas pengajaran sesuai dengan tingkat kemampuan siswa dalam pembelajaran.

Gaya mengajar latihan merupakan salah satu gaya mengajar yang cocok diterapkan pada pembelajaran gerak, karena memiliki keunggulan sebagai berikut: (1) Siswa belajar tentang keterbatasan waktu, (2) Siswa dapat belajar secara mandiri, (3) Siswa mempelajari keputusan atas ketentuan yang ada, (4) Siswa memiliki kesempatan untuk berinteraksi individu dengan setiap siswa, (5) Siswa dapat belajar atas sasaran yang dicapai dengan melaksanakan tugas-tugas tertentu, (6) Guru akan mempunyai peluang mengajar dengan jumlah siswa yang banyak sekaligus.

Tujuan dari gaya ini adalah menawarkan kepada siswa waktu untuk untuk melakukan latihan dan umpan balik secara individu atau privat.

Siswa mempunyai kesempatan untuk menentukan ketentuan yang ada mengenai: 1) sikap, 2) tempat, 3) urutan pelaksanaan tugas, 4) waktu untuk memulai tugas, 5) kecepatan dan irama, 6) waktu berhenti, 7) waktu sela diantara tugas-tugas, 8) memprakarsai pertanyaan-pertanyaan, 9) cukup untuk melakukan latihan secara berulang-ulang. Dalam gaya ini siswa mempunyai peranan untuk melaksanakan tugas dan segala keputusan dalam pelaksanaan tugas diserahkan kepada siswa. Adapun peranan guru adalah menjawab berbagai pertanyaan yang di ajukan serta menjelaskan mengenai penampilan dan memberikan umpan balik pada akhir pembelajaran.

Bentuk – bentuk latihan di dalam gaya mengajar latihan ini yaitu : 1. Latihan lompatan berirama menggunakan ban bekas, 2. Latihan lompat dengan menggunakan media bak pasir, 3. Latihan lompat jingkat ke depan kemudian kaki bergantian, 4. Latihan lompat jangkit dengan awalan 7-9 langkah, 5. Latihan lompat jangkit dengan seluruh rangkaian gerakan.

Ciri utama Gaya Mengajar Latihan adalah selama pertemuan berlangsung ada beberapa keputusan yang dipindahkan dari guru ke siswa. Jadi menurut pernyataan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa gaya mengajar latihan adalah pembentukan kepribadian siswa dengan proses yang sistematis sehingga pembentukannya dapat mempengaruhi psikologi siswa secara keseluruhan.

Koordinasi

Koordinasi kondisi fisik merupakan hal yang mendasar sebagai faktor penunjang bagi kegiatan yang lainnya. Tentunya keberadaan kondisi fisik tersebut harus dibina dan dikembangkan sehingga semua kegiatan yang berhubungan dengan kondisi fisik tidak terganggu oleh kemampuan

tubuh yang tidak prima. Ini berarti dalam usaha peningkatan kondisi fisik tersebut harus diperhatikan. Komponen kondisi fisik itu terdiri dari kekuatan, kelentukan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan dan reaksi.

Koordinasi adalah salah satu unsur kondisi fisik yang diperlukan dalam usaha meningkatkan prestasi. Menurut Sukadiyanto koordinasi merupakan perpaduan kinerja dari kualitas otot, tulang dan persendian dalam menghasilkan satu gerak yang efektif dan efisien. Komponen biomotor koordinasi sangat diperlukan hampir setiap cabang olahraga melibatkan sinkronisasi dari beberapa kemampuan.

Sedangkan menurut Irawadi koordinasi adalah suatu proses kerja otot yang akan menghasilkan suatu gerakan yang tersusun dan terarah, yang bertujuan untuk membentuk gerakan-gerakan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan suatu keterampilan teknik. Dimana kemampuan tersebut menjadi sebuah serangkaian gerak yang selaras, serasi dan simultan sehingga gerak yang dilakukan nampak luwes dan mudah. Dengan demikian sasaran utama pada latihan koordinasi adalah untuk meningkatkan kemampuan penguasaan gerak.

Selanjutnya dijelaskan Giri Wiriarto koordinasi adalah kemampuan secara bersamaan melakukan berbagai gerakan secara mulus dan akurat. Penguasaan kecakapan fisik merupakan salah satu tugas utama untuk dapat mencapai keahlian atau dalam menguasai keterampilan. Tanpa kemampuan koordinasi yang baik, maka atlet akan merasa kesulitan dalam melakukan teknik secara selaras, serasi dan simultan sehingga nampak luwes dan mudah. Keuntungan bagi atlet yang memiliki koordinasi yang baik akan mampu menampilkan keterampilan dengan sempurna dan dapat dengan cepat mengatasi permasalahan tugas (gerak) selama latihan yang muncul secara tidak terduga.

Koordinasi adalah keterampilan untuk melakukan gerakan dengan berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan efisien dan penuh ketepatan. Koordinasi merupakan biomotor yang kompleks dan memiliki hubungan yang erat dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan, dan kelentukan. Pencapaian prestasi yang tinggi, persiapan prestasi yang tinggi, persiapan kondisi fisik merupakan aspek yang paling mendasari latihan olahraga sebelum menuju ke arah perkembangan aspek lainnya dalam usaha menuju prestasi yang optimal.

Seorang atlet yang mempunyai koordinasi yang baik, bukan hanya mampu melakukan keterampilan secara sempurna akan tetapi juga dengan mudah dan tepat melakukan keterampilan yang sulit baginya. Selain itu juga dapat mengubah dan mengontrol irama langkah sehingga gerakan menjadi efisien. Tingkat koordinasi seseorang tercermin dalam kemampuan untuk melakukan suatu gerakan secara mulus, tepat dan efisien dalam suatu gerakan tunggal. Bagi seorang atlet kondisi seperti ini perlu dikuasai dengan sempurna untuk berbagai tujuan, salah satunya untuk meningkatkan kemampuan berlari.

Koordinasi ini sangat terkait dengan motorik lainnya seperti keseimbangannya, kecepatan dan kelincahan, gerakan yang terkoordinasi merupakan gerak yang serasi berirama dan luwes. Seorang atlet dengan koordinasi yang baik bukan hanya mampu melakukan keterampilan secara sempurna akan tetapi mudah dan juga tepat. Melakukan keterampilan masih baru baginya, selain itu juga dapat mengubah dan berpindah secara tepat dari gerak yang satu kepada gerak yang lain sehingga gerakannya menjadi efisien.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui salah satu diantara dua gaya mengajar yaitu gaya mengajar inklusi dan gaya mengajar latihan, mana yang lebih berpengaruh terhadap hasil belajar lompat jangkit. Dengan demikian hal ini dapat dijadikan pegangan bagi para guru, pelatih, dan pembina olahraga lompat jangkit guna pelaksanaan pembelajaran atau pelatihan agar dapat dilakukan lebih efisien dan efektif. Terdapat dua variabel bebas dalam penelitian ini, yaitu Gaya Mengajar dan Koordinasi. Sebagai variabel terikat adalah hasil belajar Lompat Jangkit Siswa SMP Negeri 12 Kota Bengkulu.

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan sekolah SMP Negeri 12 Kota Bengkulu. Frekuensi pertemuan 4 kali seminggu dengan waktu 3 jam pelajaran tiap pertemuan. Jumlah pertemuan keseluruhan adalah 16 kali pertemuan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain Treatment By Level 2 x 2. Penentuan desain merujuk pada pendapat Winarno menyatakan metode eksperimen lapangan adalah metode yang hendak menemukan faktor-faktor sebab akibat mengontrol peristiwa-peristiwa dalam interaksi variabel-variabel serta meramalkan hasil-hasilnya pada tingkat ketelitian tertentu.

Untuk menganalisa data di dalam penelitian ini digunakan teknik analisis varians (anava) dua jalur dengan desain Treatment By Level 2 x 2 pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Sebelum melakukan analisa varian, sebagai syarat memenuhi persyaratan analisis data terlebih dahulu dilakukan uji normalitas sampel dengan Liliefors, sedangkan untuk mencari tingkat homogenitas varians populasi dengan menggunkan uji Barlett. Selanjutnya, jika terdapat interaksi (hasil dari perhitungan anava) dilanjutkan dengan uji Tukey yang bertujuan untuk mengetahui tingkat signifikansi F hitung dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil pengujian keempat rumusan hipotesis ternyata hasilnya menunjukkan bahwa hipotesis 1 (satu), 2 (dua), 3 (tiga) tersebut teruji. Sedangkan rumusan hipotesis yang ke 4 (empat) menunjukkan bahwa secara statistik tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Secara rata-rata bahwa skor gaya mengajar latihan tidak memiliki perbedaan hasil belajar lompat jangkit bagi kelompok yang memiliki koordinasi rendah. Hal ini menunjukkan bahwa kedua bentuk gaya mengajar tersebut memberikan pengaruh yang sama terhadap hasil belajar lompat jangkit. Hipotesis keempat menunjukkan tidak terbukti atau belum dapat teruji kebenarannya karena tidak didukung oleh data yang terkumpul. Hal ini tidak sesuai dengan kajian teori dan kerangka berfikir yang telah dikemukakan pada bab II tetap masih menjadi dugaan karena belum dapat dibuktikan secara empirik. Dengan demikian, diperlukan pembahasan terhadap berbagai kemungkinan yang menyebabkan tidak terbuktinya hipotesis tersebut.

Adapun kemungkinan yang terjadi sebagai berikut : Waktu belajar. Lamanya waktu belajar diduga sebagai salah satu penyebab tidak terbuktinya hipotesis ketiga, Frekuensi belajar dan waktu belajar diduga kurang memadai. Aktivitas sampel, diduga siswa ada yang melakukan aktivitas olahraga lain di luar perlakuan yang diberikan, walaupun sebelum penelitian dimulai telah diberitahukan agar jangan melakukan kegiatan olahraga selama masa penelitian, Faktor fisik. Dimungkinkan pula masih rendahnya komponen fisik para siswa, Minat. Minat merupakan satu unsur psikologi yang diduga turut mempengaruhi penelitian, dimana minat merupakan salah satu pendorong seseorang untuk memiliki suatu aktivitas tertentu. Jika seseorang memiliki minat terhadap suatu aktivitas, maka ia akan lebih serius untuk melakukan aktivitas tersebut.

Secara keseluruhan maka gaya mengajar Inklusi memiliki pengaruh yang lebih baik dibanding dengan gaya mengajar latihan. Sedangkan bagi yang memiliki koordinasi tinggi hendaknya memilih gaya mengajar Inklusi jika ingin meningkatkan hasil belajar lompat jangkit. Sedangkan bagi yang memiliki koordinasi rendah, dapat diberikan kedua gaya mengajar tersebut untuk meningkatkan hasil belajar lompat jangkit.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data, hasil pengujian hipotesis dan hasil pembahasan penelitian yang telah diperoleh maka dapat dijelaskan beberapa kesimpulan, implikasi penelitian dan saran sebagai berikut: Secara keseluruhan terdapat perbedaan antara gaya mengajar latihan dan gaya mengajar inklusi terhadap hasil belajar lompat jangkit, Terdapat interaksi antara gaya mengajar dan koordinasi terhadap hasil belajar lompat jangkit. Bagi siswa yang memiliki koordinasi tinggi, pemberian gaya mengajar Inklusi memberikan pengaruh yang lebih baik dibandingkan dengan gaya mengajar latihan terhadap hasil belajar lompat jangkit, Bagi siswa yang memiliki koordinasi

rendah, pemberian gaya mengajar latihan memberikan pengaruh yang lebih baik dibandingkan dengan gaya mengajar Inklusi terhadap hasil belajar lompat jangkit.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenegpora Republik Indonesia, Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional, (Jakarta: Kemenegpora, 2005)
2. Cecco dan Crawford dalam Richard Decaprio, Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik Di Sekolah (Jogjakarta: Diva Press, 2013)
3. Cecile Reynaud, Coaching Volley Ball Technical and Tactical Skills (Amerika: Education Program, 2011)
4. Husdarta dkk, Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (Bandung: Alfabeta Bandung, 2010)
5. JS.Husdarta dan Yudha M. Saputra, Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, (Alfabeta, 2013)
6. Mc. Cloy Dalam Widiastuti, M.Pd, Tes Dan Pengukuran Olahraga, (Jakarta: PT Bumi Timur Jaya, 2011)
7. Nana S. Sukmadinata, Landasan Psikologi Proses Pendidikan (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya)
8. Sukadiyanto, Pengantar teori dan Metodologi melatih fisik (Bandung : CV. Lubuk Agung, 2011)
9. Irawadi, Kondisi Fisik dan pengukurannya. (Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, 2011)
10. Purnomo eddy, Dasar-dasar gerak atletik (Yogyakarta: Alfamedia, 2011)
11. Tangkudung James dan Wahyuningtyas, Kepelatihan Olahraga (Jakarta : Cerdas Jaya 2012)
12. Samsudin, Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 2013. Jakarta:POR UNJ, 2013
13. Schmidt dalam Richard Decaprio, Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik Di Sekolah (Jogjakarta: Diva Press, 2013)
14. Suharsimi Arikunto, Prosedur Penelitian-Suatu Pendekatan Praktik. (Jakarta: Rineka Cipta, 2010)
15. Widiastuti, Tes dan Pengukuran Olahraga (Jakarta: PT Bumi Timur Jaya, 2011)