

ABSTRAK

PENGARUH PEMBELAJARAN ATLETIK DENGAN PENDEKATAN BERMAIN LOMPAK KARDUS DAN LOMPAT TALI KARET TERHADAP HASIL PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH PADA SISWA KELAS VII A MTsN TERATE PANDIAN SUMENEP TAHUN PELAJARAN 2014/2015:2015. FAUGIK FIRMAN DIANSAH

Kata Kunci : Pembelajaran Atletik, Pendekatan Bermain

Cabang olahraga atletik mempunyai beberapa nomor diantaranya nomor lari, nomor lompat, nomor jalan dan nomor lempar. Prestasi nomor lompat khususnya lompat jauh di tingkat sekolah dasar belum maksimal karena peserta didik tidak begitu menyukai olahraga atletik. Oleh karena itu penulis mengambil permasalahan yang ada kaitannya dengan pembelajaran atletik.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh hasil pembelajaran dengan pendekatan bermain lompat kardus dan lompat tali karet pada hasil lompat jauh dan mengetahui dari kedua pembelajaran dengan pendekatan bermain tersebut mana yang mempunyai hasil yang lebih baik pada hasil lompat jauh siswa. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode eksperimen pre-test and pos-test group. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII MTsN Terate Pandian Sumenep yang berjumlah 163 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Variabel penelitian ini terdiri dari variabel bebas yaitu pembelajaran dengan pendekatan bermain lompat kardus (X1), dan lompat tali karet (X2), serta variabel terikat yaitu hasil lompat jauh (Y). Instrumen penelitian tes lompat jauh. Analisis data menggunakan t-test.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa $t_{hitung} X1 = 1,906 < t_{tabel} 2,609$, $X2 = 6,742 > 2,609$ pada taraf signifikansi 5% berarti ada perbedaan hasil yang signifikan dari bentuk pembelajaran dengan pendekatan bermain lompat kardus (X1) dan lompat tali karet (X2) pada hasil lompat jauh siswa kelas VII A MTsN Terate Pandian Sumenep tahun pelajaran 2014/2015. Dari hasil uji t hitung, perhitungan mean dan peningkatan prestasi, kelompok eksperimen lompat tali karet (X2) lebih besar dari kelompok lompat kardus (X1). Dengan demikian, pembelajaran dengan pendekatan bermain lompat tali karet mempunyai pengaruh yang lebih baik pada hasil lompat jauh siswa.

Dari hasil penelitian, disarankan pada guru Penjasorkes di SMP/MTs dalam meningkatkan hasil lompat jauh siswa dapat menggunakan pembelajaran dengan pendekatan bermain lompat kardus dan lompat tali karet, dan untuk memperoleh hasil lompatan yang lebih berpengaruh dapat menggunakan pembelajaran dengan pendekatan bermain lompat tali karet