

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN LOMPAT JAUH MELALUI
METODE TUTOR SEBAYA PADA SISWA KELAS V
SD INPRES 12 BAIYA**

JESMAN

**Pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi FKIP Universitas Tadulako
kampus Bumu Tadulako Tondo Telp. 429743 Pst. 246-247-248-249-250
Palu Sulawesi Tengah**

ABSR TAK

Permasalahan mendasar dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan lompat jauh siswa kelas V SD Inpres 12 Baiya pada mata pelajaran pendidikan jasmani. Rumusan masalahnya adalah Apakah dengan penggunaan model pembelajaran tutor (teman) sebaya dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh kelas V SD Inpres 12 Baiya?. Tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah Untuk mengetahui efektivitas penggunaan metode Tutor Sebaya dalam meningkatkan kemampuan lompat jauh siswa di kelas V SD Inpres 12 Baiya? Rancangan penelitian tindakan kelas ini dilakukan dalam dua siklus, dimana tiap siklus melalui empat tahap, yaitu: (1) perencanaan, (2) Pelaksanaan tindakan, (3) Observasi, dan (4) Refleksi. Berdasarkan hasil tes awal siswa yang tuntas individu sejumlah 19 orang dengan ketuntasan klasikal sebesar 61,29% dengan nilai rata-rata daya serap sebesar 74,00%, hal ini menunjukkan bahwa kemampuan loncat jauh siswa masih rendah karena ketuntasan klasikal belum mencapai seperti yang diharapkan yaitu minimal sebesar 75%. Pada siklus I siswa yang tuntas secara individu 23 orang siswa dan ketuntasan klasikal 74,19% dengan nilai rata-rata daya serap sebesar 75,80%. Kemudian pada siklus II siswa yang tuntas secara individu 28 orang dengan ketuntasan klasikal 90,32% dengan nilai rata-rata daya serap sebesar 78,42%. Dari hasil analisis data tersebut dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan 12,90% dari hasil belajar sebelum tindakan ke siklus I dan sebesar 16,13% dari siklus I ke siklus II (pembelajaran dengan penggunaan metode tutor sebaya). Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa, penggunaan metode tutor sebaya dalam pembelajaran Penjaskes dapat meningkatkan kemampuan loncat jauh siswa hal ini dapat dilihat dengan adanya

peningkatan hasil siswa berdasarkan hasil yang diperoleh dalam tiap siklus. Penggunaan metode tutor sebaya dalam pembelajaran Penjaskes mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan motivasi belajar siswa yang ditunjukkan dengan antusiasme siswa yang tinggi selama pembelajaran dilaksanakan, sehingga mereka menjadi termotivasi untuk belajar.

Kata Kunci: Kemampuan, Lompat Jauh, Tutor Sebaya

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Pembelajaran adalah suatu usaha yang disengaja bertujuan dan terkendali agar prang lain belajar atau terjadi perubahan yang relatif menetap pada diri prang lain. Usaha ini dilakukan oleh seseorang atau suatu tim yang memiliki kemampuan dan kompetensi dalam merancang dan atau mengembangkan sumber belajar yang diperlukan Dalam hal ini untuk menunjang kegiatan pembelajaran dibutuhkan pula sarana prasarana yang memadai, walaupun tidak terpenuhi para pendidik harus bisa mencari solusi sehingga pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Seperti yang penulis temukan di lapangan untuk pembelajaran atletik khususnya pada materi lompat jauh terkadang menimbulkan permasalahan diantaranya:

1. Pembagian alokasi waktu yang tidak mencukupi dengan bahan ajar yang harus disampaikan.
2. Pembelajaran tidak efektif
3. Ketuntasan atau hasil belajar yang diharapkan tidak tercapai dengan maksimal.

Dampak dari kondisi ini dapat dilihat dari hasil belajar siswa dalam melakukan lompat jauh hanya 20% dari 37 siswa yang dapat melakukan gerakan dengan baik. Berdasarkan kenyataan di atas. maka perlu dicari alternatif lain sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung aktif, efektif, dan menyenangkan. Pada penelitian ini akan lebih difokuskan pada upaya untuk mengatasi penyebab rendahnya kemampuan lompat jauh siswa kelas V SD Inpres

Jesman, Kemampuan Lompat Jauh Melalui Metode Tutor Sebaya Siswa SD Inpres 12 Baiya.

12 Baiya, dalam mempraktekkan gerakan lompat jauh siswa. Salah satu pendekatan pembelajaran yang diduga mampu mewujudkan situasi pembelajaran yang kondusif; aktif; kreatif, efektif, dan menyenangkan adalah pendekatan dengan metode tutor sebaya.

Melalui tutor sebaya ini siswa bukan hanya dijadikan sebagai objek pembelajaran tetapi menjadi subjek pembelajaran. yaitu siswa diajak untuk menjadi tutor atau sumber belajar dan tempat bertanya bagi temannya. Dengan cara demikian siswa yang menjadi tutor melakukan pengulangan (*repetition*) dan menjelaskan kembali materi sehingga menjadi lebih paham dalam setiap bahan ajar yang disampaikan.

B. KAJIAN PUSTAKA

1. Pengajaran Atletik di Sekolah

Atletik merupakan istilah yang sudah dialihbahasakan dari berbagai istilah sebelumnya. Sebenarnya istilah atletik berasal dari bahasa Yunani yaitu "Athlon" yang memiliki makna bertanding atau berlomba. Istilah athlon hingga saat ini masih sering digunakan seperti yang kita dengan kata "Pentathlon" atau "Decathlon". Pentathlon memiliki makna panca lomba, meliputi lima jenis lomba. sedangkan decathlon adalah dasa lomba, meliputi sepuluh jenis lomba.

Istilah atletik yang digunakan di Indonesia saat ini diambil dari bahasa Inggris yaitu Athletic yang berarti cabang olahraga yang meliputi jalan, lari, lompat, dan lempar. Sementara di Amerika Serikat, istilah athletic berarti olahraga pertandingan, dan istilah untuk menyebut atletik adalah *track and field*. Di Jerman, istilah atletik diberi makna yang lebih luas lagi yaitu berbagai cabang olahraga yang bersifat perlombaan atau pertandingan, termasuk cabang olahraga renang, bola basket, tenis, sepak bola, senam, dan lain-lain.

Karena atletik ini memiliki bentuk kegiatan yang beragam, maka atletik dapat digunakan sebagai alat pembinaan bagi setiap cabang olahraga. Bahkan ada yang menyebutnya sebagai "ibu" dari semua cabang olahraga. Meskipun ungkapan ini hanya atas dasar pandangan akal sehat semata, tetapi kenyataan yang ada membuktikan bahwa atletik memiliki berbagai bentuk gerak yang tergolong

lengkap, di dalamnya terdapat gerak dasar yang dapat dijumpai pada beberapa cabang olahraga lainnya

Gerakan-gerakan yang dilakukan dalam atletik, sesuai dengan muatan kurikulum pendidikan merupakan salah satu materi untuk mengisi program pendidikan jasmani seperti jalan, lari, loncat, lompat, dan melempar (Depdikbud, 1995: 593). Cabang olahraga atletik juga berpotensi untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar, sebagai landasan penting bagi penguasaan keterampilan teknik cabang olahraga.

Dalam kaitannya dengan penggunaan materi atletik dalam kurikulum pendidikan. pembelajaran pendidikan jasmani khususnya di tingkat sekolah dasar menggunakan materi atletik sebagai salah satu bahan pengajaran. Di antaranya adalah pengajaran lompat jauh. Selama ini pembelajaran lompat jauh yang dilaksanakan hanyalah sekedar untuk memenuhi muatan materi dalam proses belajar mengajar dan masih belum dilakukan untuk pencapaian sebuah prestasi dalam skala yang lebih luas.

2. Lompat jauh

Lompat jauh adalah salah satu nomor lompat dari cabang olahraga atletik. Sebagai salah satu nomor lompat, lompat jauh terdiri dari beberapa rangkaian gerakan yang dimulai dari awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat (Aip Syarifuddin, 1992 : 90). Keempat unsur ini merupakan suatu kesatuan urutan gerakan yang tidak terputus, sehingga dalam pelaksanaannya hampir tidak terlihat adanya perbedaan gerakan. Dengan demikian dapat dipahami bahwa hasil lompat jauh yang dilakukan dipengaruhi oleh kecepatan lari awalan, kekuatan kaki tumpuan, koordinasi waktu melayang di udara dan teknik mendarat di bak lompat.

Rangkaian gerakan lompat jauh mulai dari gerakan awalan, tumpuan, sikap badan di udara serta sikap mendarat.

a. Tahap awalan

Awalan mempunyai kegunaan untuk mendapatkan kecepatan lari yang maksimal sebelum mencapai balok tumpuan. Untuk mencapai hasil lompatan yang maksimal, maka diperlukan kecepatan lari yang maksimal,

namun kecepatan yang tinggi itu pada dua atau empat langkah terakhir dipersiapkan untuk melakukan tolakan.

b. Tumpuan

Tumpuan adalah peralihan dari lari menjadi melompat, sehingga melompat jauh jangan dipandang sebagai suatu gerakan terdiri melainkan dipandang sebagai suatu gerakan totalitas atau keseluruhan.

c. Sikap badan di udara

Yang paling penting pada saat melayang di udara adalah melawan rotasi putaran yang timbul akibat dari tolakan. Sikap badan di udara dapat dilakukan dengan beberapa cara diantaranya adalah dengan sikap jongkok, menggantung dan sikap berjalan di udara.

d. Mendarat

Dari berbagai rangkaian gerakan dalam lompat jauh. gerakan mendarat merupakan proses gerakan yang terakhir. Untuk mencapai pendaratan yang sempurna mungkin, maka pendaratan dilakukan dengan posisi duduk jongkok. kedua tangan menyentuh pasir di depan badan, titik berat badan diusahakan berada di depan dari titik tumpu pada saat mendarat.

3. Tutor sebaya

Tutor sebaya adalah sekelompok siswa yang telah tuntas terhadap bahan pelajaran, memberikan bantuan kepada siswa yang mengalami kesulitan dalam memahami bahan pelajaran yang dipelajarinya. Bantuan belajar oleh teman sebaya dapat menghilangkan kecanggungan. Bahasa teman sebaya lebih mudah dipahami, selain itu dengan teman sebaya tidak ada rasa enggan, rendah diri, malu, dan sebagainya, sehingga diharapkan siswa yang kurang paham tidak segan-segan untuk mengungkapkan kesulitan yang dihadapinya.

Tutor Sebaya dikenal dengan pembelajaran teman Sebaya atau antar peserta didik, hal ini bisa terjadi ketika peserta didik yang lebih mampu menyelesaikan pekerjaannya sendiri dan kemudian membantu peserta didik lain yang kurang mampu. Alternatifnya, waktu khusus tiap harinya harus dialokasikan agar peserta didik saling membantu dalam belajar baik satu-satu atau dalam

kelompok kecil. Pengembangan mutu pendidikan dalam proses belajar mengajar harus mampu memilih dan menerapkan berbagai pendekatan dan metode untuk meningkatkan prestasi belajar siswa. Dalam pembelajaran matematika sebenarnya telah banyak upaya yang dilakukan oleh guru kelas untuk meningkatkan prestasi belajar siswa. Namun usaha itu belum menunjukkan hasil yang optimal. Rentang nilai siswa yang pandai dengan siswa yang kurang pandai terlalu mencolok. Untuk itu perlu diupayakan pula agar rentang nilai antar siswa tersebut tidak terlalu jauh yaitu dengan memanfaatkan siswa yang pandai untuk menularkan kemampuannya pada siswa lain yang kemampuannya lebih rendah. Tentu saja guru yang menjadi perancang model pembelajaran harus mengubah bentuk pembelajaran yang lain.

C. METODE PENELITIAN

1. Rancangan Penelitian

a. Metode Penelitian

Pendekatan penelitian yang akan digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Pendekatan ini dipilih disebabkan peneliti akan mendeskripsikan data, mulai dari data sebelum tindakan, selama tindakan serta sesudah tindakan pembelajaran dilakukan

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan tindakan partisipan disebabkan karena peneliti ikut terlibat langsung dalam penelitian dari awal sampai akhir. Ditetapkan model rancangan ini karena masalah yang ingin diteliti dan dicari penyelesaiannya, terjadi dalam situasi aktual yaitu mengenai masih kurangnya kemampuan lompat jauh siswa kelas V SD Inpres 12 Baiya.

b. Setting dan Subjek Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Inpres 12 Baiya, yang dilaksanakan secara bersiklus dan mengacu pada model rancangan Zainal Aqib yaitu meliputi 4 tahap: (i) perencanaan (ii) pelaksanaan tindakan (iii) observasi (iv) refleksi (Zainal Aqib, 2006:3). Penggunaan model ini dikarenakan alur yang digunakan cukup sederhana dan mudah untuk dilaksanakan.

Jesman, Kemampuan Lompat Jauh Melalui Metode Tutor Sebaya Siswa SD Inpres 12 Baiya.

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Inpres 12 Baiya yang mengikuti pembelajaran Penjaskes dengan jumlah keseluruhan adalah 32 orang siswa 18 laki-laki dan 14 perempuan.

2. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

a. Jenis Data

Jenis data dalam penelitian ini adalah data kualitatif dan kuantitatif yang berkaitan langsung dengan pelaksanaan proses pembelajaran. Faktor yang diselidiki adalah tanggapan siswa terhadap kegiatan proses belajar mengajar, situasi belajar, serta kesulitan siswa dalam proses pembelajaran.

b. Cara pengumpulan data

Cara pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1) Teknik Observasi

Merupakan tahap permulaan yang dilakukan untuk mengumpulkan data dengan mengadakan pengamatan langsung terhadap objek penelitian. Menurut Ridwan (2004:76) yang dimaksudkan observasi adalah melakukan pengamatan secara langsung terhadap objek penelitian untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan. Cara pengumpulan data terdiri dari:

- a) Data aktivitas siswa dalam kegiatan pembelajaran diperoleh melalui lembar observasi siswa yang diisi oleh peneliti.
- b) Data aktivitas guru yang diperoleh melalui lembar observasi guru yang diisi oleh pengamat.

2) Tes

Tes bertujuan untuk mengetahui efisiensi proses pembelajaran yang dilaksanakan dan efektivitas pencapaian tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dalam rangka kegiatan pembelajaran, tes dapat didefinisikan sebagai suatu proses sistematis dalam menentukan tingkat pencapaian tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.

Tes keterampilan teknik lompat jauh mencakup kegiatan sebagaimana dijelaskan pada tabel berikut:

Jesman, Kemampuan Lompat Jauh Melalui Metode Tutor Sebaya Siswa SD Inpres 12 Baiya.

Tabel 1: Rubrik Penilaian Unjuk Kerja Kemampuan lompat jauh

Aspek yang dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
Kemampuan lompat jauh 1. Awalan dilakukan dengan cepat tanpa merubah langkah 2. Langkah dilakukan dengan benar 3. Sikap badan di udara 4. Sikap mendarat				
Jumlah				
Jumlah Skor Maksimal : 16				

Klasifikasi Nilai :

1. Sangat Baik : 4
2. Baik : 3
3. Cukup : 2
4. Kurang : 1

Teknik Analisis Data

1) Analisis Data Kualitatif

Analisa data dalam penelitian ini dilakukan selama dan setelah pengumpulan data. Adapun tahap-tahap kegiatan analisis data kualitatif adalah 1) mereduksi data, 2) menyajikan data, dan 3) penarikan kesimpulan dan verifikasi.

- a. Mereduksi Data
- b. Penyajian. Data
- c. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Analisis data hasil observasi terhadap aktifitas siswa dan pengolahan pembelajaran oleh guru menggunakan analisis prosentase skor. Untuk indikator kurang diberi skor 1, sedang diberi skor 2, baik diberi skor 3, dan sangat baik diberi skor 4. Selanjutnya dihitung prosentase data dengan rumus :

$$NR = \frac{\text{Perolehan Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100\%$$

NR = Nilai Rata-rata

Kriteria taraf keberhasilan tindakan yang dilakukan oleh guru dapat ditentukan yaitu :

***Jesman, Kemampuan Lompat Jauh Melalui Metode Tutor Sebaya Siswa SD
Inpres 12 Baiya.***

85 % < NR < 100 % : sangat baik

75% < NR < 84% : baik

65% < NR < 74% : cukup baik

55% < NR < 64% : kurang baik

< 54% : sangat kurang (Hadi, 2003 : 107)

2) Teknik Analisis Data Kuantitatif

Teknik analisis data yang digunakan dalam menganalisa data yang diperoleh dari hasil tes belajar siswa dan menentukan presentase ketuntasan belajar siswa dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

a. Daya Serap Individu

Analisa data untuk mengetahui daya serap masing-masing siswa digunakan rumus sebagai berikut :

$$DSI = \frac{X}{Y} \times 100 \%$$

dengan : X = Skor yang diperoleh siswa

Y = Skor Maksimal

DSI = Daya Serap Individu

Siswa dikatakan tuntas belajar secara individu jika presentase daya serap individu sekurang-kurangnya 65% (Depdiknas, 2001).

b. Ketuntasan Belajar Klasikal

Analisa data untuk mengetahui ketuntasan belajar seluruh siswa yang menjadi sampel dalam penelitian ini, digunakan rumus sebagai berikut:

$$KBK = \frac{\sum N}{\sum S} \times 100 \%$$

dengan : $\sum N$ = Banyaknya siswa yang tuntas

$\sum S$ = Banyaknya siswa seluruhnya

KBK = Ketuntasan belajar klasikal

Suatu kelas dikatakan tuntas belajar jika prosentase ketuntasan belajar klasikal sekurang-kurangnya 75% (Depdiknas, 2001).

c. Indikator Kinerja

1) Indikator Kuantitatif Pembelajaran

Indikator yang menunjukkan keberhasilan pembelajaran atau peningkatan hasil belajar siswa yaitu jika daya serap individu memperoleh nilai minimal 65% dari skor ideal dan ketuntasan klasikal minimal 75%. (Depdiknas, 2001)

3. Prosedur Penelitian

Secara umum kegiatan penelitian ini dilaksanakan dalam dua tahap, yaitu tahap pra tindakan atau refleksi awal dan tahap pelaksanaan tindakan.

1) Tahap Pra tindakan atau Refleksi Awal

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan peneliti adalah observasi awal dan tes awal.

2) Tahap Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan ini direncanakan berlangsung 2 siklus dan setiap siklus terdiri dari 4 fase yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) observasi dan (4) refleksi.

D. HASIL PENELITIAN

1. Pra Tindakan

Secara umum kemampuan lompat jauh siswa masih rendah, karena siswa yang tuntas hanya 19 orang dari 31 siswa atau ketuntasan klasikalnya hanya sebesar 61,29%, sedangkan rata-rata daya serap hanya 74,00% sehingga perlu dilakukan perubahan strategi dan metode pembelajaran agar pembelajaran menjadi lebih menarik dan kemampuan siswa dapat ditingkatkan.

2. Siklus Pertama

Secara umum kemampuan lompat jauh siswa masih kurang, karena siswa yang tuntas hanya 23 orang dari 31 siswa atau ketuntasan klasikalnya hanya sebesar 74,19%, sedangkan rata-rata daya serap hanya 75,80% sehingga belum mencapai ketuntasan yang diharapkan yaitu sebesar 80% maka penelitian ini dilanjutkan pada siklus II.

Sedangkan kegiatan pembelajaran yang dilakukan oleh peneliti pada siklus I berlangsung baik, dengan hasil penilaian yang dilakukan oleh guru sejawat terhadap kegiatan pembelajaran yang dilakukan oleh peneliti dengan mendapat skor total 41 (85,4%).

1. Siklus Kedua

Pada Siklus kedua ini kemampuan lompat jauh siswa sudah baik, karena siswa yang tuntas sebanyak 28 orang dari 31 siswa atau ketuntasan klasikalnya sebesar 90,32%, sedangkan rata-rata daya serap mencapai 78,42%. Karena pencapaian ketuntasan klasikal siswa sudah melebihi standar ketuntasan klasikal yang ditetapkan yaitu 80%, maka penelitian ini tidak akan dilanjutkan pada siklus berikutnya.

E. PEMBAHASAN

Berdasarkan data, diperoleh hasil bahwa penggunaan model pembelajaran tutor sebaya dapat dijadikan sebagai alternatif dalam pembelajaran Penjaskes. Pembahasan hasil penelitian ini dimulai dari kegiatan pra tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi

1. Kegiatan Pra Tindakan

Peneliti mengambil data awal dari hasil ulangan harian siswa pada materi sebelumnya karena peneliti adalah guru bidang studi Penjaskes di kelas V SD Inpres 12 Baiya . Hasil analisis tes memberikan gambaran bahwa pembelajaran yang dilaksanakan kurang efektif. Berdasarkan hasil tes yang diperoleh pada pra tindakan, menunjukkan 12 siswa masih belum tuntas secara individu. Siswa dikatakan tuntas individu apabila nilai yang diperoleh sama atau lebih dari 70. Hal ini disebabkan karena strategi atau metode pembelajaran yang digunakan selama ini masih kurang menarik perhatian siswa. Oleh karena itu penulis mencari solusi untuk mengatasinya dengan penggunaan metode tutor sebaya.

2. Pelaksanaan Tindakan

Tahap berikutnya adalah pelaksanaan tindakan yang merupakan proses dan langkah-langkah penelitian. Pelaksanaan adalah salah satu proses dalam

Jesman, Kemampuan Lompat Jauh Melalui Metode Tutor Sebaya Siswa SD Inpres 12 Baiya.

suatu siklus yang berkelanjutan mulai tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi.

Pada penelitian ini pelaksanaan tindakan perencanaan untuk setiap siklus adalah sama yaitu mempersiapkan rencana pelaksanaan pembelajaran, mempersiapkan materi pembelajaran, penggunaan metode tutor sebaya dalam pembelajaran, membuat lembar observasi dan mempersiapkan test hasil belajar. Selanjutnya, pelaksanaan pembelajaran secara umum sesuai dengan yang direncanakan.

Observasi dilakukan terhadap aktifitas siswa dan guru dalam pembelajaran. Secara umum penilaian yang diberikan pengamat adalah baik untuk setiap pertemuan. Keadaan yang seperti inilah yang perlu dikembangkan di dalam pembelajaran sebagaimana yang dituntut dalam kurikulum tingkat satuan pendidikan. Keseriusan siswa dalam mengerjakan tugas menunjukkan keaktifan siswa dalam pembelajaran.

Selanjutnya, pada akhir siklus dilakukan refleksi terhadap kegiatan yang telah dilakukan berupa aktifitas siswa, aktifitas guru, maupun kemampuan lompat jauh siswa. Refleksi yang dilakukan pada siklus ke-I merupakan perbaikan-perbaikan perencanaan pada siklus selanjutnya.

Sesuai dengan perencanaan penelitian ini berlangsung dalam beberapa siklus tetapi apabila siklus kedua belum memuaskan maka dapat dilakukan siklus berikutnya. Namun, dalam penelitian ini refleksi di siklus ke-II telah mencapai ketuntasan belajar secara klasikal sehingga penelitian dilakukan hanya dua siklus.

Berdasarkan analisis test awal diperoleh siswa yang tuntas secara individu sebanyak 19 siswa dan persentase ketuntasan klasikal sebesar 61,29%.

a. Siklus I

Ditinjau dari ketuntasan belajar siswa secara klasikal dalam siklus I mencapai 74,19 % dan tuntas individu sebanyak 23 siswa dengan rata-rata daya serap 73,19 %. Dari data tes kemampuan lompat jauh siswa pada siklus I secara umum dapat dikatakan lebih baik bila dibandingkan dengan hasil sebelum tindakan.

Jesman, Kemampuan Lompat Jauh Melalui Metode Tutor Sebaya Siswa SD Inpres 12 Baiya.

Namun secara individu, masih ada 8 orang siswa yang belum tuntas belajar, sehingga merupakan suatu keharusan peneliti mencari solusi untuk pemecahan masalah ini. Salah satu cara yang dilakukan adalah mengulang kembali pembelajaran dengan penggunaan metode tutor sebaya, dengan harapan terjadi peningkatan kemampuan lompat jauh sehingga ketuntasan belajar dapat ditingkatkan.

Tabel 2 Ketuntasan Belajar Klasikal Siklus I

No	Ketuntasan	Jumlah	Persentase	Ket
1	2	3	4	5
1	Tuntas	23	74,19%	
2	Tidak Tuntas	8	25,81%	
	Jumlah	31	100	

b. Siklus II

Berdasarkan analisa kemampuan lompat jauh siswa siklus II menunjukkan suatu peningkatan kemampuan lompat jauh siswa baik secara individu maupun klasikal. Tuntas belajar secara individu sebanyak 28 siswa dan secara klasikal sebesar 90,32%. Namun masih ada 3 orang siswa yang belum tuntas dan siswa tersebut adalah siswa yang belum tuntas pada siklus 1, tetapi bila ditinjau dari daya serap individu dapat dikatakan terjadi peningkatan hasil belajar.

Tabel 3 Ketuntasan Belajar Klasikal Siklus II

No	Ketuntasan	Jumlah	Persentase	Ket
1	2	3	4	5
1	Tuntas	28	90,32%	
2	Tidak Tuntas	3	9,68%	
	Jumlah	31	100	

Terjadi peningkatan 28,32 % pada dari kemampuan lompat jauh siswa pada pra tindakan ke siklus kedua (pembelajaran dengan menggunakan metode tutor sebaya) seperti tergambar pada gambar berikut:

F. PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil tes awal siswa yang tuntas individu sejumlah 19 orang dengan ketuntasan klasikal sebesar 61,29% dengan nilai rata-rata daya serap sebesar 74,00%, hal ini menunjukkan bahwa kemampuan lompat jauh siswa masih rendah karena ketuntasan klasikal belum mencapai seperti yang diharapkan yaitu minimal sebesar 75%.

Pada siklus I siswa yang tuntas secara individu 23 orang siswa dan ketuntasan klasikal 74,19% dengan nilai rata-rata daya serap sebesar 75,80%. Kemudian pada siklus II siswa yang tuntas secara individu 28 orang dengan ketuntasan klasikal 90,32% dengan nilai rata-rata daya serap sebesar 78,42%. Dari hasil analisis data tersebut dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan 12,90% dari hasil belajar sebelum tindakan ke siklus I dan sebesar 16,13% dari siklus I ke siklus II (pembelajaran dengan penggunaan metode tutor sebaya)

Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa, penggunaan metode tutor sebaya dalam pembelajaran Penjaskes dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh siswa hal ini dapat dilihat dengan adanya peningkatan hasil siswa berdasarkan hasil yang diperoleh dalam tiap siklus.

Penggunaan metode tutor sebaya dalam pembelajaran Penjaskes mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan motivasi belajar siswa yang ditunjukkan dengan antusiasme siswa yang tinggi selama pembelajaran dilaksanakan, sehingga mereka menjadi termotivasi untuk belajar.

i. Saran

Beberapa saran-saran yang dapat saya sampaikan adalah sebagai berikut:

- 1) Penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang dapat dilakukan tanpa harus meninggalkan kewajiban guru untuk mengajar, alangkah baiknya jika setiap guru melakukan penelitian tindakan kelas dalam rangka meningkatkan kemampuan dan kreativitas guru serta mencari solusi permasalahan pembelajaran di kelasnya masing-masing.

- 2) Kami mengajak para guru untuk menggunakan hasil penelitian ini dengan baik dan dijadikan motivasi agar mampu melakukan penelitian tindakan kelas.
- 3) Penggunaan metode tutor sebaya hanyalah satu dari sekian banyak media pembelajaran yang dapat digunakan. Para guru dapat mencari model atau strategi pembelajaran yang lain untuk meningkatkan kemampuan siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifudin. 1992. *Atletik*. Jakarta: Depdikbud
- Akrom. Drs. 2007. "Penerapan aletode Tutor Sehayya dan Penilaian oleh Teman Sebaya dalam upaya menguoptimalkanm pembelajaran mata pelajaran Ketrampilan Komputer dan Pengelolaan Informasi pada siswa kelas SMK. <http://smkswadayatmg.ss-ordpress.com/2007/09/27/penerapan> metodetutor-sebaya-dalam-upaya-mengoptimalkan-pemebelajaran [Online]. Diunduh 12 Oktober 2012
- Amario. 1976. *Development conditioning for women and man*. St. Louis: Second edition The C. Mosby
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi VI, Jakarta: Rineka Cipta
- Benhard, G. 1993. *Atletik Prinsip Dasar Latihan Loncat Tinggi, Jauh. Jangkit dan Loncat Galah*. Terjemahan dari String Trainning voor. Djeugd. Semarang : Dahara Prize.
- Carr, Gerry. 2000. *Atletik* (Edisi Terjemahan). Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Depdikbud. 2004. *Kurikulum 2004 Standar Kompetensi SD dan MI*. Jakarta: Dharma Bhakti.
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta : Depdikbud Dirjen Dikti.
- H.P Suharno. 1985. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta : Yayasan STO.
- Johar Maknun dan Toto Hidajat Soehada. *Efektivitas penerapan model pembelajaran tutor sebaya*.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Sajoto, Moch. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang : FPOK IKIP.
- Sugito dkk. 1994. *Pendidikan Atletik*. Jakarta : Depdikbud
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*: Bandung: Alfabeta.

***Jesman, Kemampuan Lompat Jauh Melalui Metode Tutor Sebaya Siswa SD
Inpres 12 Baiya.***

Suharno. HP. 1986. *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta. FPOK IKIP
Yogyakarta.

Suharsimi, A. 1998. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.

Sutrisno Hadi. 2000. *Statistik II*. Yogyakarta: Andi.

Zainal Aqib, 2006. *Penelitian Tindakan Kelas untuk Guru*, Bandung Irama Widya