

PERBEDAAN MODEL PEMBELAJARAN DAN PERCAYA DIRI SISWA TERHADAP HASIL BELAJAR TOLAK PELURU GAYA ORTODOKS SISWA KELAS VIII SMP

Pangihutan Butar-Butar¹, Imran Akhmad², Rahma Dewi³

^{1,2,3}Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Medan

Email: pangihutanbutarbutar@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Swasta Bandar Setia Ujung pada semester ganjil kelas VIII tahun ajaran 2019/2020. Penelitian dilaksanakan pada September 2019. Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yang di gunakan adalah *Cluster random Sample*. "*Cluster Random Sample*" adalah teknik penentuan sampel dengan kelompok. Sampel dalam penelitian ini adalah 48 orang. Metode penelitian ini adalah eksperimen *by level 2 x 2*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan model pembelajaran terhadap hasil belajar tolak peluru gaya ortodoks. Hasil penelitian ini adalah : 1) Dari hasil penelitian diperoleh F_h 10,42 dan F_t 4,04 maka dapat disimpulkan Terdapat perbedaan hasil belajar tolak peluru gaya ortodoks dalam antara model pembelajaran *snowball throwing* dan model pembelajaran *self check* (periksa diri). 2) Kemudian untuk pengujian interaksi diperoleh F_h 22,54 dan F_t 4,04 maka dapat disimpulkan bahwa $F_h > F_t$ sehingga terdapat interaksi antara model pembelajaran dan kepercayaan diri terhadap hasil belajar tolak peluru gaya ortodoks. 3) Dalam uji tukey diperoleh Q tabel = 2 :20 = 2,92 dan Q_t = 11,29 maka diperoleh kesimpulan siswa yang diajarkan dengan model pembelajaran *self check* dengan kepercayaan diri tinggi lebih baik dari pada siswa yang diajarkan dengan model pembelajaran *snowball throwing* dengan kepercayaan diri tinggi. 4) Dalam uji tukey diperoleh Q tabel = 2 :20 = 2,92 dan Q_t = 2,17 maka diperoleh kesimpulan siswa yang diajarkan dengan model pembelajaran *self check* dengan kepercayaan diri rendah lebih baik dari pada siswa yang diajarkan dengan model pembelajaran *snowball throwing* dengan kepercayaan diri rendah.

Kata Kunci : *Model Pembelajaran, Percaya Diri , Hasil Belajar Tolak Peluru*

PENDAHULUAN

Kualitas pendidikan, sebagai salah satu pilar pengembangan sumberdaya manusia yang bermakna, sangat penting bagi pembangunan nasional. Bahkan dapat dikatakan masa depan bangsa bergantung pada keberadaan pendidikan yang berkualitas yang berlangsung di masa kini. Pendidikan yang berkualitas hanya akan muncul dari sekolah yang berkualitas. Oleh sebab itu, upaya peningkatan kualitas sekolah merupakan titik sentral upaya menciptakan pendidikan yang berkualitas demi terciptanya tenaga kerja yang berkualitas pula. Dengan kata lain upaya peningkatan kualitas sekolah adalah merupakan tindakan yang tidak pernah berhenti, kapanpun, dimanapun dan dalam kondisi apapun.

Pendidikan jasmani menurut Albadi Sinulingga (2017) pada pengertiannya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Dilihat dari survey keterlaksanaan kurikulum Pendidikan Jasmani disekolah ditingkat global dan kawasan negara, khususnya Asia hanya 33% yang terimplementasi dan 67% tidak terimplementasi (Rusli Lutan, 2001:55). Dari survey di atas menunjukkan bahwa Pendidikan Jasmani yang sesungguhnya belum terlaksana sepenuhnya disetiap tingkatan sekolah di Asia, khususnya Indonesia (Imran Akhmad, 2018:17).

Tolak peluru merupakan bagian dari nomor lempar dalam atletik yang diajarkan dalam mata pelajaran olahraga siswa SMP. Terdapat dua macam gaya yaitu gaya lama atau menyamping (*Ortodoks*) dan gaya baru atau membelakangi (*O'brien*). Gaya *O'brien* adalah gaya tolak peluru yang dilakukan dengan membelakangi sektor lemparan. Gaya *O'brien* lebih banyak digunakan karena lebih menguntungkan, jalur awalan yang lebih panjang dapat menambah kekuatan dan kecepatan lontaran sehingga memperjauh jarak tempuh peluru.

Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dalam proses pembelajarannya masih terdapat kekurangan dan diperlukan adanya perbaikan, khususnya pada pembelajaran tolak peluru, antara lain: (1) kurangnya pendekatan guru terhadap siswa dalam proses pembelajaran, (2) kurangnya evaluasi hasil pembelajaran terhadap siswa pada akhir kegiatan, (3) kurang jelasnya target yang ingin dicapai dalam proses pembelajaran (4) kurang pemahamannya guru dalam metode atau pendekatan yang akan digunakan dalam penyampaian materi pembelajaran.

Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata ketuntasan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang belum memenuhi KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yaitu 75. Khususnya pada kelas VIII-2 yang berjumlah 30. Pada tes hasil belajar hanya 9 siswa yang tuntas sedangkan 21 siswa lainnya tidak tuntas atau nilai rata-rata mencapai 25% dengan tingkat ketuntasan, sedangkan tingkat ketidaktuntasan mencapai 75

Dari hasil wawancara kepada siswa dan guru penjas, di ketahui bahwa penyebab dari kesulitan siswa dalam melakukan materi tolak peluru, di karenakan kesalahan sikap cara memegang peluru seperti jari-jari kurang dirapatkan dengan ibu jari disamping, sehingga tidak bisa menahan jangan sampai peluru mudah bergeser, kemudian pada sikap awalan melempar peluru, tidak menempel diatas bahu, posisi badan kurang tegak menyamping kearah sektor lemparan.

Untuk teori di kelas guru menerapkan pembelajaran konvensional dengan gaya mengajar ceramah, sedangkan untuk praktek di lapangan guru penjas menggunakan gaya mengajar komando.

Menurut Devi (2011:12) model pembelajaran *Snowball Throwing* melatih murid untuk lebih tanggap menerima pesan dari orang lain, dan menyampaikan pesan tersebut kepada temannya dalam satu kelompok. Lemparan pertanyaan tidak menggunakan tongkat seperti model pembelajaran Talking Stik akan tetapi menggunakan kertas berisi pertanyaan yang diremas menjadi sebuah bola kertas lalu dilempar-lemparkan kepada murid lain. Murid yang mendapat bola kertas lalu membuka dan menjawab pertanyaannya.

The self check disebut juga sebagai gaya periksa diri seperti kata Mosston, (2008:141) definisi karakteristik gaya periksa diri adalah melakukan tugas dan terlibat dalam evaluasi diri dibimbing oleh guru yang diberikan kriteria tertentu

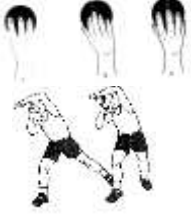


METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Swasta Bandar Setia tahun ajaran 2018/2019. Pelaksanaan pemberian perlakuan (*treatment*), Pate (1993:213) menyatakan bahwa latihan yang dilakukan 6-8 minggu akan memberikan efek yang cukup dengan kekuatan 10-25%. El Fox yang dikutip Sajoto (1988:86) menyatakan bahwa apakah memakai frekuensi 3 atau 5 kali perminggu, tetapi yang penting adalah lama latihan 4-8 minggu.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, karena tidak mengambil sampel secara acak melainkan sampel yang utuh untuk diberi perlakuan, eksperimen itu sendiri adalah observasi dibawah kondisi buatan dimana kondisi tersebut dibuat dan diatur oleh si peneliti dengan desain Faktorial 2x2 menurut Sudjana (2016), dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Indikator dan Deskriptor

INDIKATOR	DESKRIPTOR	PENILAIAN			
		1	2	3	4
a. Awalan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Posisi peluru berada di samping badan, tepatnya bagian depan leher di samping bawah kepala. 2. Jari-jari tangan memegang peluru. 2. Siku tangan keluar dengan sudut 45 derajat terhadap badan., 3. Badan menghadap ke belakang sektor lapangan dengan kaki kanan sedikit di tekuk 				
b. Gerakan Menolak 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kaki kiri dan kaki kanan bergeser ke arah tolakan dan mendarat di tengah lingkaran. 2. Kaki kaki kanan mendarat, badan condong ke samping kanan. 3. Kemudian bahu dan lengan kanan mendorong peluru ke depan atas kira-kira 45 derajat. 4. Bahu kiri mengikuti gerakan dorongan bahu dan lengan kanan dengan rileks. 				
c. Gerak Lanjutan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pandangan ke arah peluru yang dilepas 2. Lengan kiri ditarik ke belakang untuk keseimbangan. 3. Kemudian melompat untuk menukar kaki kanan ke depan. 4. Kaki kanan mendarat, kaki kiri di tarik ke belakang. 				
Total Skor					

Keterangan:

Skor 4 = Jika gerakan dilakukan sesuai deskriptor

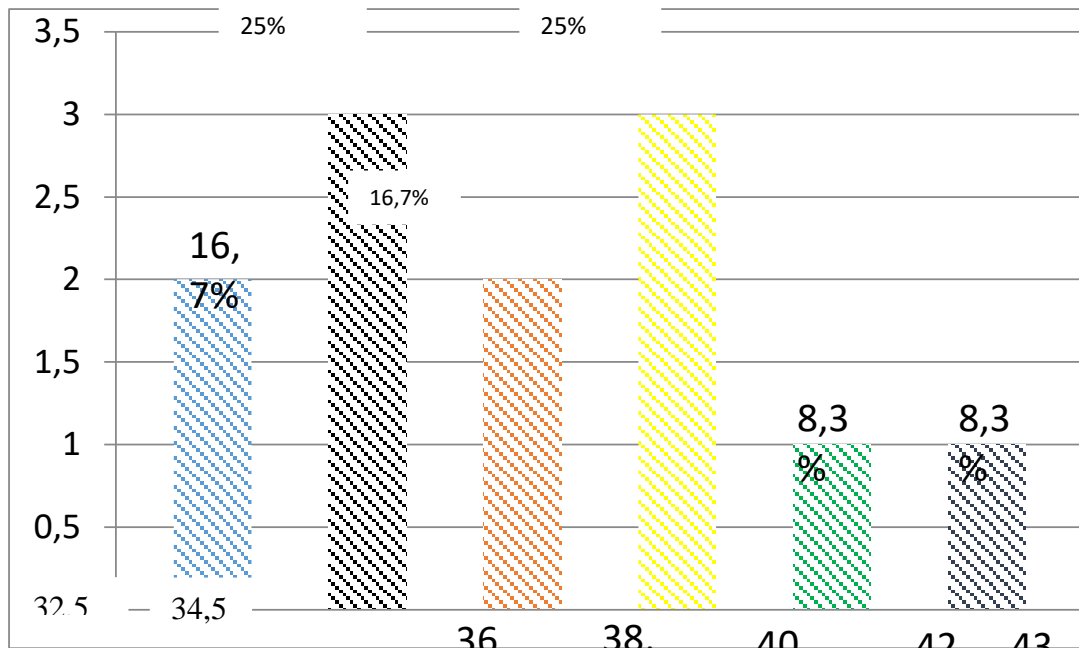
Skor 3 = Jika gerakan dilakukan hampir menyerupai deskriptor

Skor 2 = Jika gerakan dilakukan mirip deskriptor

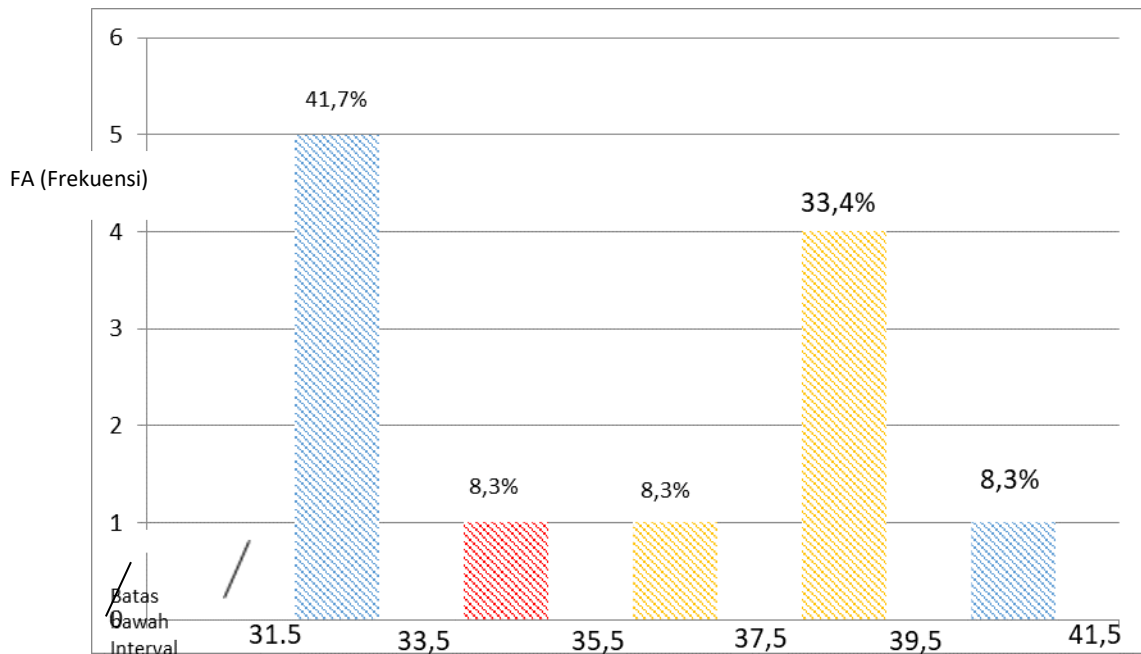
Skor 1 = Jika gerakan dilakukan tidak sesuai deskriptor

Deskripsi Data

1. Kelompok siswa yang dibelajar dengan model *snowball throwing* memiliki percaya diri belajar tinggi (A1B1)



2. Kelompok siswa yang belajar dengan model *snowball throwing* memiliki percaya diri belajar rendah. (A1B2)

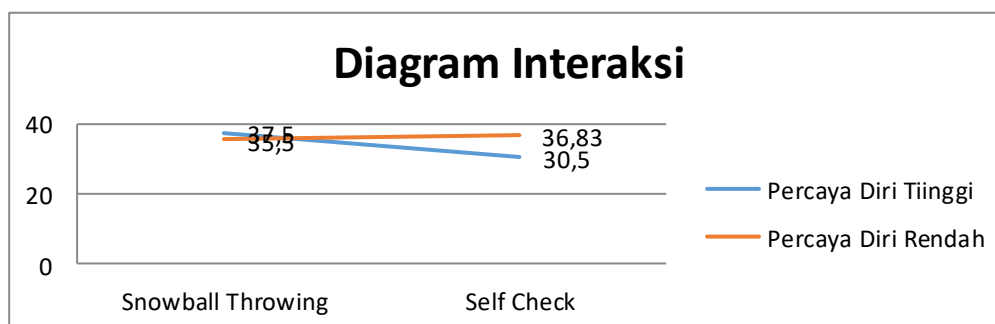


Pengujian Hipotesis

1. Terdapat perbedaan hasil belajar tolak peluru gaya ortodoks dalam antara model pembelajaran *snowball throwing* dan model pembelajaran *self check* (periksa diri).
2. Terdapat interaksi antara model pembelajaran dan kepercayaan diri terhadap hasil belajar tolak peluru gaya ortodoks.

Tabel 2. Tabel Angka Interaksi

	Percaya Diri Tinggi (B1)	Percaya Diri Rendah (B2)
Kelompok Snowball Throwing (A1)	37,50	35,50
Kelompok Self Check (A2)	30,50	36,83



Gambar 3. Diagram Interaksi

- a) Terdapat perbedaan antara model pembelajaran *Snowball throwing* dengan model pembelajaran Periksa Diri terhadap hasil belajar tolak peluru

Model pembelajaran adalah cara atau teknik penyajian sistematis yang digunakan oleh guru dalam mengorganisasikan pengalaman proses pembelajaran agar tercapai tujuan dari sebuah pembelajaran. Definisi singkat lainnya yaitu suatu pendekatan yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran. Dalam penelitian ini terdapat 2 model pembelajaran yang dijadikan sebagai *treatment* dalam belajar tolak peluru. Model pembelajaran yang baik dan tepat adalah model pembelajaran yang diterapkan pada pembelajaran bahan kajian atau pokok bahasan atau sub pokok bahasan tertentu dengan menggunakan waktu dan dana yang tak begitu banyak serta mendapatkan siswa mendapatkan hasil yang maksimal.

Dalam penelitian ini, model pembelajaran *snowball throwing* yang dilaksanakan adalah model kegiatan pembelajaran yang memberikan kesempatan individu untuk berpendapat, kemudian dipadukan secara berpasangan, berkelompok, dan yang terakhir secara klasikal untuk mendapatkan pandangan dari seluruh siswa atau siswa di kelas. Cara penyajian bahan pelajaran dimasna murid dibentuk dalam beberapa kelompok yang heterogen kemudian masing-masing kelompok dipilih ketua kelompoknya untuk mendapat tugas dari guru lalu masing-masing murid membuat pertanyaan yang dibentuk seperti bola (kertas pertanyaan) kemudian dilempar ke murid lain yang masing-masing murid menjawab pertanyaan dari bola yang diperoleh.

Kemudian model *the self check* yang dilaksanakan dalam penelitian ini dengan melakukan tugas dan terlibat dalam evaluasi diri dibimbing oleh guru yang diberikan kriteria tertentu dan peran peserta didik adalah untuk bekerja secara bebas (sendiri) dan untuk

memeriksa kinerja mereka sendiri terhadap kriteria yang ditetapkan oleh guru. Ketika perilaku ini tercapai, tujuan-tujuan berikut tercapai.

Dari pelaksanaan belajar yang sudah berbeda dari kedua model pembelajaran di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara model pembelajaran *snowball throwing* dengan model pembelajaran Periksa Diri terhadap hasil belajar tolak peluru. Dalam penelitian ini pembelajaran dengan *snowball throwing* lebih baik dari pada *the self check* karena diperoleh rata-rata perolehan belajar *snowball throwing* lebih baik daripada *self check* artinya dalam penelitian ini terdapat perbedaan hasil belajar tolak peluru dari dua gaya mengajar tersebut. Dalam penelitian ini *snowball throwing* lebih baik karena dalam belajar tolak peluru yang selama ini selalu dilaksanakan sendiri ternyata dengan berkelompok sehingga lebih meningkatkan percaya diri siswa dalam belajar tolak peluru. Apalagi sulitnya teknik melempar peluru dapat dipelajari dan dikoreksi oleh teman-teman sekelompok, sementara melalui *self check* siswa belajar mandiri dan konsep penilaian dari siswa sehingga sikap percaya diri ketika melakukan teknik tolak peluru sudah pasti lebih rendah.

- b) Terdapat interaksi antara model pembelajaran dan percaya diri siswa di kelas VIII SMP Swasta Bandar Setia

Agar tercapainya tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan, seorang guru harus mengetahui berbagai model. Model pembelajaran adalah suatu kegiatan pembelajaran yang harus dikerjakan guru dan siswa agar tujuan pembelajaran dapat dicapai secara efektif dan efisien. Dan model juga suatu set materi dan prosedur pembelajaran yang digunakan secara bersama-sama untuk menimbulkan hasil belajar siswa. Model adalah cara menyampaikan materi pelajaran dalam upaya mencapai tujuan pembelajaran. Model merupakan cara mengajar yang telah disusun berdasarkan prinsip dan system tertentu. Dengan penjelasan diatas, bahwa kita ketahui maka model pembelajaran yang diterapkan guru akan tergantung pada pendekatan yang digunakan, sedangkan bagaimana menjalankan model itu sendiri guru dapat menentukan mana yang dianggapnya relevan dan penggunaan model itu selalu berbeda dengan guru yang lain.

Model pembelajaran adalah cara yang digunakan guru untuk menyampaikan pelajaran kepada siswa. Karena penyampaian itu berlangsung dalam interaksi edukatif, model pembelajaran dapat diartikan sebagai cara yang dipergunakan guru dalam mengadakan hubungan dengan siswa pada saat berlangsungnya pengajaran. Dengan demikian, model pembelajaran merupakan alat untuk menciptakan proses belajar mengajar.

Kenyataan dilapangan bahwa dalam pembelajaran tolak peluru yang dilaksanakan di kelas VIII SMP Swasta Bandar Setia, melalui penelitian model pembelajaran ini :

- 1) Siswa semakin terlihat aktif dan berani bertanya, artinya percaya diri siswa semakin meningkat.
- 2) Dari 48 siswa, tinggal beberapa saja yang tidak mampu memberanikan diri dalam bertanya serta tidak berani melakukan tolak peluru didepan teman-temannya.

Model pembelajaran mampu meningkatkan hasil belajar dan meningkatkan perilaku siswa. Salah satu perilaku siswa yang berkaitan dalam penelitian ini adalah percaya diri karena karakteristik dari belajar tolak peluru yaitu salah satunya adalah percaya diri. Dalam penelitian ini hasil perhitungan data yaitu terdapat interaksi antara model pembelajaran dan percaya diri siswa di kelas VIII SMP Swasta Bandar Setia.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Terdapat perbedaan hasil belajar tolak peluru gaya ortodoks dalam antara model pembelajaran *snowball throwing* dan model pembelajaran *self check* (periksa diri).
2. Terdapat interaksi antara model pembelajaran dan kepercayaan diri terhadap hasil belajar tolak peluru gaya ortodoks.
3. Siswa yang diajarkan dengan model pembelajaran *self check* dengan kepercayaan diri tinggi lebih baik dari pada siswa yang diajarkan dengan model pembelajaran *snowball throwing* dengan kepercayaan diri tinggi.
4. Siswa yang diajarkan dengan model pembelajaran *self check* dengan kepercayaan diri rendah lebih baik dari pada siswa yang diajarkan dengan *snowball throwing* dengan kepercayaan diri rendah

DAFTAR PUSTAKA

- Albadi Sinulingga. 2017. Penerapan Pendekatan Ilmiah Pada Pelajaran pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dan Dampaknya Pada Siswa SMA Negeri 15 Medan. *Jurnal Pedagogik Olahraga* |p-ISSN 2503 - 5355 |e-ISSN 2580-8877| Volume 03, Nomor 02, Juli – Desember 2017.
- Devi. 2011. Penerapan Model Pembelajaran Snowball Throwing Untuk Meningkatkan Aktivitas Siswa Dalam Proses Pembelajaran Serta Meningkatkan Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas VIII SMP Pawyatan Daha 1 Kediri Materi Garis Lurus Tahun Pelajaran 2015/2016. http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2016/11.1.01.05.0032.p df
- Imran Akhmad, Agung Sunarno, M. Fajar Doli. 2018. Pengaruh Gaya Mengajar Dan Kemampuan Motorik Terhadap Hasil Belajar Dribbling Sepak Bola Pada Siswa Kelas XI MAN 2 Model Medan. *Jurnal Pedagogik Olahraga* |p-ISSN 2503 - 5355 |e-ISSN 2580-8877| Volume 04, Nomor 02, Juli - Desember 2018.
- Lutan, Rusli. 2001. Asas-asas Pendidikan Jasmani. Jakarta. Depdiknas.
- Mosston, M. & Ashworth, S. 2008. Teaching Physical Education. (edisi kedelapan.). Jyvaskyla: Finland.
- Pate, et al. 1993. Dasar-dasar Ilmiah Kepeleatihan. Semarang. IKIP Semarang. Press.
- Sajoto, M. 1998. Peningkatan & Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga, Semarang: Dahara Prize,.
- Sudjana, Nana. 2016. Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar. Bandung: PT Remaja Rosdakarya