

**ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN**

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF NHT MENINGKATKAN  
AKTIVITAS DAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH**



**Oleh  
I Kadek Wardana  
NIM 0816011159**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
SINGARAJA  
2013**

# IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF NHT MENINGKATKAN AKTIVITAS DAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH

I Kadek Wardana

PENJASKESREK FOK Universitas Pendidikan Ganesha, Kampus Tengah Undiksha  
Singaraja, Jalan Udayana Singaraja-Bali Tlp. (0362) 32559  
e-mail: [wardanaikadek@yahoo.com](mailto:wardanaikadek@yahoo.com)

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar lompat jauh pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 2 Selat tahun pelajaran 2012/2013. Penelitian ini tergolong penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dua siklus. Masing-masing siklus terdiri dari dua kali pertemuan. Subjek penelitiannya adalah siswa kelas VIII C SMP Negeri 2 Selat berjumlah 38 siswa. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Hasil analisis data aktivitas belajar lompat jauh secara klasikal pada siklus I adalah 8,09 dan pada siklus II sebesar 9,16. Dari siklus I ke siklus II mengalami peningkatan sebesar 1,07. Sedangkan hasil belajar lompat jauh pada siklus I adalah 71,05% dan pada siklus II sebesar 84,21%. Dari siklus I ke siklus II mengalami peningkatan sebesar 13,16%. Jadi rata-rata skor aktivitas belajar pada siklus I dan II sebesar 8,6 (aktif) sedangkan rata-rata skor hasil belajar pada siklus I dan II sebesar 77,63% (baik). Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa aktivitas dan hasil belajar lompat jauh meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 2 Selat tahun pelajaran 2012/2013. Disarankan kepada guru penjasorkes untuk mengimplementasikan model pembelajaran kooperatif tipe NHT dalam proses pembelajaran sebagai alternatif untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar lompat jauh.

**Abstract:** This study aimed at improving the activity and the result of the study of long distance jump on the students of class VIII C SMP Negeri 2 Selat in the academic year of 2012/2013. The research design of this study was a classroom action research which was conducted in two cycles. Every cycle contained two meetings. The subjects of the study were the students of class VIII C SMP Negeri 2 Selat which consisted of 38 students. The data was analyzed using descriptive statistic. The result of the analysis of the data of the activity of learning long distance jump classically in cycle I was 8,09 and in cycle II was 9,16. There was an improvement 1,07 from cycle I to cycle II. Moreover, the result of the study of long distance jump in cycle I was 71,05% and in cycle II was 84,21%. It indicates that there was an improvement 13,16% from cycle I to cycle II. So the average score for the learning activity in cycle I and cycle II was 8,6 (active) and the average score for the result of the study in cycle I and cycle II was 77,63% (good). Based on the result of the data analysis and the discussion, it can be concluded that the activity and the result of learning long distance jump was improved through the implementation of cooperative learning model type NHT on the students of class VIII C SMP Negeri 2 Selat in the academic year of 2012/2013. It is suggested to the penjasorkes teacher to implement the model of cooperative learning type NHT in the process of learning as an alternative to improve the activity and the result of learning long distance jump.

Kata-kata kunci: NHT, aktivitas belajar, hasil belajar, lompat jauh.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (penjasorkes) merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas penjasorkes, yang mana setiap individu mendapatkan perhatian yang sama sebagai anak didik.

Demi tercapainya segala tujuan pembelajaran penjasorkes tentunya tidak terlepas dari pemahaman guru penjasorkes terhadap metode atau model-model pembelajaran yang mampu menjadikan aktivitas dan hasil belajar lebih maksimal. Oleh karena itu guru penjasorkes diharapkan mampu mengimplementasikan metode atau model-model pembelajaran yang bersifat inovatif demi tercapainya segala tujuan penjasorkes.

Joyce (dalam Trianto, 2007: 5) mengemukakan bahwa, "model pembelajaran adalah suatu perencanaan atau suatu pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan pembelajaran di kelas atau pembelajaran dalam tutorial dan untuk menentukan perangkat-perangkat pembelajaran termasuk di dalamnya buku-buku, film, komputer, kurikulum dan lain-lain.

Peran guru dalam pembelajaran yaitu membuat desain instruksional, menyelenggarakan kegiatan belajar-mengajar, bertindak mengajar atau membelajarkan, mengevaluasi hasil belajar yang berupa dampak pengajaran. Sedangkan, peran siswa adalah bertindak belajar, yaitu mengalami proses belajar, mencapai hasil belajar dan menggunakan hasil belajar yang digolongkan sebagai dampak pengiring. Pembelajaran Penjasorkes bertujuan agar peserta didik mampu mengaktualisasikan potensi yang dimiliki dan memiliki kemampuan (Depdiknas, 2006: 2) sebagai berikut:

- (a) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- (b) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- (c) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- (d) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam Penjasorkes.
- (e) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
- (f) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.

Dalam proses pembelajaran sudah barang tentu kesuksesan seorang peserta didik tidak hanya menitik beratkan pada peserta didik semata, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh lembaga pendidikan dan peran serta guru selaku pendidiknya.

Berdasarkan observasi awal peneliti di SMP Negeri 2 Selat pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 2 Selat pada tanggal 15-26 Oktober 2012 yang berjumlah 38 orang siswa. Dilihat dari persentase aktivitas belajar teknik dasar lompat jauh tidak ada siswa yang berada pada kategori sangat aktif (0 %), aktif sebanyak 5 orang (13,16 %), cukup aktif sebanyak 29 orang (76,31 %), kurang aktif sebanyak 4 orang (10,53 %) dan tidak ada yang sangat kurang aktif (0 %). Jadi rata-rata aktivitas belajar siswa secara klasikal sebesar 5,63. Dilihat dari kriteria di atas, maka aktivitas belajar siswa kelas VIII C SMP Negeri 2 Selat pada materi lompat jauh secara klasikal tergolong ke dalam katagori cukup aktif (CA).

Jika dilihat dari ketuntasan hasil belajar teknik dasar lompat jauh, siswa yang tuntas hanya 3 orang siswa (7.90%) dan siswa yang tidak tuntas sebanyak 35 orang siswa (92.10%). Jadi ketuntasan belajar (KB) siswa kelas VIII C SMP Negeri 2 Selat diperoleh sebesar 7.90% dan tergolong ke dalam kategori sangat kurang. Hal ini terjadi dikarenakan dari tiga aspek yaitu, kognitif, afektif dan

psikomotor tidak terpenuhi secara baik sehingga banyak siswa yang tidak tuntas hasil belajarnya. Oleh karena itu peneliti menemukan solusi yaitu dengan mengimplementasikan model pembelajaran kooperatif. Menurut Egen dan Kauchak (dalam Trianto, 2007: 42) menyatakan “pembelajaran kooperatif merupakan suatu kelompok strategi pengajaran yang melibatkan siswa bekerja secara berkolaborasi untuk mencapai tujuan bersama”. Model pembelajaran kooperatif tipe NHT bertujuan untuk mengajak siswa lebih berperan aktif dalam proses pembelajaran.

Dalam model pembelajaran ini siswa dapat belajar dalam kelompok-kelompok kecil untuk mempelajari materi dan memecahkan suatu permasalahan yang diberikan oleh guru. Setelah siswa dapat menyelesaikan materi dan permasalahannya, siswa diberikan penghargaan secara kelompok. Dengan demikian siswa akan termotivasi berusaha untuk dapat menguasai materi dengan sebaik-baiknya. Secara singkat terdapat empat fase NHT, yaitu: (1) penomoran, (2) mengajukan pertanyaan, (3) berfikir bersama dan (4) menjawab (Trianto, 2009: 82-83). Penelitian ini sudah barang tentu bertujuan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar lompat. Aktivitas yang awalnya tidak aktif secara klasikal diharapkan meningkat menjadi aktif

dengan mengimplementasikan NHT begitu juga dengan hasil belajar yang awalnya tidak tuntas secara individu maupun klasikal diharapkan dapat memenuhi ketuntasan sesuai KKM yang sudah ditentukan.

Tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah: untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar teknik dasar lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung) melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 2 Selat tahun pelajaran 2012/2013.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan di kelas VIII C SMP Negeri 2 Selat tahun pelajaran 2012/2013. Jenis penelitian yang digunakan yaitu Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Jumlah subyek penelitian ini yaitu 38 siswa. Penelitian ini dilakukan sebanyak 2 siklus dengan tiap siklus terdiri dari 2 kali pertemuan pada semester genap. Prosedur penelitian ini terdiri dari empat tahap, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi/evaluasi, dan refleksi. Waktu penelitian ini dilaksanakan tanggal 8 Februari dan 15 Februari untuk siklus I, sedangkan tanggal 22 Februari dan 1 Maret 2013 dilaksanakan penelitian siklus II. Penelitian ini dilaksanakan di lapangan SMP Negeri 2 Selat.

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu aktivitas belajar dinilai oleh 2 orang observer dengan menggunakan lembar observasi aktivitas belajar, sedangkan untuk hasil belajar ada tiga aspek penilaian yaitu, kognitif, afektif dan psikomotor. Penilaian kognitif diberikan dengan tes kemampuan, afektif merupakan pengamatan sikap dan psikomotor dinilai oleh 3 orang evaluator dengan menggunakan format assesmen hasil belajar. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **HASIL PENELITIAN**

Pada hasil observasi awal nilai aktivitas dan hasil belajar teknik dasar lompat jauh masih tergolong cukup aktif atau belum tuntas. Untuk hasil belajar disebabkan karena masih banyak siswa yang nilainya belum memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 75.

Berdasarkan observasi awal peneliti yang dilaksanakan. Dilihat dari persentase aktivitas belajar teknik dasar lompat jauh, tidak ada siswa yang tergolong sangat aktif, siswa aktif sebanyak 5 orang (13,16 %), cukup aktif sebanyak 29 orang (76,31 %), kurang aktif sebanyak 4 orang (10,53 %) dan tidak ada yang sangat kurang aktif (0 %).

Tabel 4.1 Data Observasi Awal Aktivitas Belajar Teknik Dasar Lompat jauh (Gaya Jongkok dan Gaya Menggantung)

No	Kriteria	Jumlah Siswa	Persentase (%)	Kategori
1	$\bar{X} \geq 9$	-	-	Sangat Aktif
2	$7 \leq \bar{X} < 9$	5	13,16	Aktif
3	$5 \leq \bar{X} < 7$	29	76,31	Cukup Aktif
4	$3 \leq \bar{X} < 5$	4	10,53	Kurang Aktif
5	$\bar{X} < 3$	-	-	Sangat Kurang Aktif
<b>Total</b>		38	100%	

Jika dilihat dari ketuntasan hasil belajar teknik dasar lompat jauh, siswa yang tuntas hanya 3 orang siswa (7.90%) dan siswa yang tidak tuntas sebanyak 35 orang siswa (92.10%). siswa yang berada pada kategori sangat baik tidak ada (0%), baik (tuntas) sebanyak 3 orang (7,90%), cukup baik (tidak tuntas) sebanyak 28 orang (73,68%), kurang baik (tidak tuntas) sebanyak 7 orang (18,42%), dan sangat kurang baik tidak ada (0%).

Tabel 4.2 Data Observasi Awal Hasil Belajar Teknik Dasar Lompat Jauh (Gaya Jongkok dan Gaya Menggantung)

No	Rentang Skor	Banyak siswa	Persentase (%)	Nilai Angka/Huruf	Kategori
1	85-100	-	-	A	Sangat Baik
2	75-84	3 orang	7,90	B	Baik
3	61-74	28 orang	73,68	C	Cukup
4	46-60	7 orang	18,42	D	Kurang
5	0-45	-	-	E	Sangat Kurang
<b>Jumlah</b>		38	100%		

Data aktivitas belajar pada siklus I yaitu sebagai berikut: siswa yang berada pada katagori sangat aktif 8 orang (21,05%), aktif sebanyak 28 orang (73,69%), cukup aktif sebanyak 2 orang (5,26%), kurang aktif tidak ada (0%), dan sangat kurang aktif tidak ada (0%).

Tabel 4.3 Data Aktivitas Belajar Teknik Dasar Lompat Jauh (Gaya Jongkok dan Gaya Menggantung) pada Siklus I

No	Kriteria	Jumlah Siswa	Persentase (%)	Kategori
1	$\bar{X} \geq 9$	8 orang	21,05	Sangat Aktif
2	$7 \leq \bar{X} < 9$	28 orang	73,69	Aktif
3	$5 \leq \bar{X} < 7$	2 orang	5,26	Cukup Aktif
4	$3 \leq \bar{X} < 5$	-	-	Kurang Aktif
5	$\bar{X} < 3$	-	-	Sangat Kurang Aktif
<b>Total</b>		38	100%	

Berdasarkan dari hasil belajar pada siklus I dengan materi teknik dasar lompat jauh, diperoleh data hasil belajar sebagai berikut: siswa yang berada pada kategori sangat baik tidak ada (0%), baik (tuntas) sebanyak 27 orang (71,05%), cukup baik (tidak tuntas) sebanyak 11 orang (28,95%), kurang baik tidak ada (0%) dan sangat kurang baik tidak ada (0%).

Tabel 4.4. Data Hasil Belajar Teknik Dasar Lompat Jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung) pada Siklus I

No	Kategori	Jumlah Siswa	Prosentase (%)	Rentangan Tingkat Ketuntasan
1	Sangat Baik	-	-	71,05% (27 Siswa) Tuntas
2	Baik	27 orang	71,05	
3	Cukup	11 orang	28,95	28,95% (11 Siswa) Tidak Tuntas
4	Kurang	-	-	
5	Sangat Kurang	-	-	
Jumlah		38 orang	100%	

Berdasarkan hasil pengamatan mengenai aktivitas belajar yang dilakukan oleh 2 orang observer yang dilakukan sebanyak dua kali terhadap proses pembelajaran pada siklus II, didapatkan data sebagai berikut. 26 orang siswa (68,42%) berada dalam kategori tingkat aktivitas sangat aktif, 12 orang siswa (31,58%) berada dalam kategori aktivitas aktif, kategori tingkat aktivitas cukup aktif tidak ada (0%), kurang aktif tidak ada (0%), dan tidak ada siswa yang sangat kurang aktif (0%).

Tabel 4.5 Data Aktvitas Belajar Teknik Dasar Lompat Jauh (Gaya Jongkok dan Menggantung) Siklus II

No	Kriteria	Jumlah Siswa	Persentase (%)	Kategori
1	$\bar{X} \geq 9$	26 orang	68,42	Sangat Aktif
2	$7 \leq \bar{X} < 9$	12 orang	31,58	Aktif
3	$5 < \bar{X} < 7$	-	-	Cukup Aktif
4	$3 \leq \bar{X} < 5$	-	-	Kurang Aktif
5	$\bar{X} < 3$	-	-	Sangat Kurang Aktif
<b>Total</b>		38	100%	

Berdasarkan dari hasil penelitian tindakan kelas siklus II dengan materi teknik dasar lompat jauh, diperoleh data hasil belajar sebagai berikut: 4 orang siswa (10,53%) mendapat nilai dengan kategori nilai sangat baik, 27 orang siswa (71,05%) memperoleh nilai dengan kategori nilai baik, 7 orang siswa (18,42%) memperoleh nilai dengan kategori nilai cukup, nilai kurang tidak ada (0%). dan tidak ada siswa yang mendapat nilai sangat kurang (0%).

Tabel 4.6 Data Hasil Belajar Teknik Dasar Lompat Jauh pada Siklus II

No	Kategori	Jumlah Siswa	Prosentase (%)	Prosentase Tingkat Ketuntasan
1	Sangat Baik	4 orang	10,53	81,58% (31 Siswa) Tuntas
2	Baik	27 orang	71,05	
3	Cukup	7 orang	18,42	18,42% (7 Siswa) Tidak Tuntas
4	Kurang	-	-	
5	Sangat Kurang	-	-	
Jumlah		38 orang	100%	

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan dengan 2 siklus, dengan masing-masing siklus terdiri dari 2 kali pertemuan, menunjukkan terjadi peningkatan aktivitas dan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dan gaya menggantung. Adapun data yang diperoleh berdasarkan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT sebagai berikut.

Dengan menerapkan model pembelajaran NHT aktivitas dan hasil belajar menjadi lebih baik dari observasi awal. Pada siklus I masih ada siswa yang tidak aktif dikarenakan masih ada 2 orang siswa dalam kategori cukup aktif, namun dengan diberikan tindakan pada siklus II aktivitas belajar meningkat, sehingga 38 siswa menjadi aktif.

Tabel 4.7 Peningkatan Aktivitas Belajar Siklus I ke Siklus II

No	Siklus	Hasil	Peningkatan Siklus
1	Siklus I	8,09	1,7
2	Siklus II	9,16	

Sedangkan untuk hasil belajar pada siklus I sebanyak 11 siswa yang tidak tuntas namun pada siklus II terjadi peningkatan sehingga siswa yang tuntas sebanyak 32 siswa. Pada siklus II ini peneliti memberikan tindakan-tindakan NHT dengan melihat kelemahan-kelemahan pada siklus I.

Tabel 4.8 Peningkatan Hasil Belajar Siklus I ke Siklus II

No	Siklus	Hasil	Peningkatan Siklus
1	Siklus I	71,05	13,16
2	Siklus II	84,21	

Berdasarkan uraian tersebut, ini berarti bahwa tingkat penguasaan materi lompat jauh pada siklus II sudah memenuhi kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang ditetapkan pada mata pelajaran Penjasorkes di kelas VIII C SMP Negeri 2 Selat, yakni sebesar 75 dari nilai maksimal 100. Secara klasikal, penelitian ini dianggap berhasil karena telah mencapai target yakni 75% siswa di kelas terteliti telah memperoleh rata-rata nilai sebesar 75 (KKM). Karena sudah tercapainya target yang ditentukan maka penelitian ini dihentikan sesuai dengan rancangan penelitian yang telah direncanakan sebelumnya. pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang menyediakan kesempatan belajar sendiri dan beraktivitas sendiri kepada siswa (Hamalik, 2005: 171). Siswa belajar dan beraktivitas sendiri untuk memperoleh pengalaman, pengetahuan, pemahaman dan tingkah laku lainnya serta mengembangkan keterampilan yang bermakna. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kegiatan atau aktivitas belajar siswa merupakan dasar untuk mencapai hasil belajar yang optimal. Ini berarti bahwa jika materi yang telah diterima diulang kembali dengan materi yang sama, memungkinkan siswa lebih mengerti tentang materi yang diberikan. Seperti dalam teori psikologi daya, yang menyatakan bahwa melatih daya-daya yang ada pada manusia yang



terdiri atas mengamati, menangkap, mengingat, menghayal, merasakan dan berpikir. Dengan mengadakan pengulangan maka daya-daya tersebut akan berkembang menjadi lebih sempurna, (Dimiyati dan Mudjiono, 2006: 46).

Aktivitas belajar materi lompat jauh meningkat melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT, hal ini dikarenakan dengan menggunakan tipe NHT siswa mampu bekerjasama dalam kelompoknya sehingga siswa menjadi aktif dalam pembelajaran. Kemudian hasil belajar lompat jauh meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 2 Selat tahun pelajaran 2012/2013, dengan pengelompokan siswa pada model pembelajaran tipe NHT memberi kesempatan kepada siswa untuk saling membagi ide-ide dan pertimbangan jawaban yang tepat.

Dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan penelitian dapat dikatakan berhasil, karena pada akhir penelitian semua kriteria keberhasilan yang ditetapkan terpenuhi, dimana aktivitas belajar siswa secara klasikal mencapai 9,16 sedangkan hasil belajar siswa secara klasikal mencapai 84,21%. Namun demikian, dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran khususnya dalam pembelajaran lompat jauh, adapun keterbatasan dalam penelitian ini yaitu,

hanya memilih satu model pembelajaran yaitu model pembelajaran kooperatif tipe NHT untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dan gaya menggantung.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut. Hal ini dapat dilihat pada siklus I, aktivitas belajar siswa berada pada kategori aktif yaitu 8,09. Pada siklus II, aktivitas belajar siswa berada pada kategori aktif yaitu 9,16. Peningkatan aktivitas belajar siswa dari siklus I ke siklus II sebesar 1,7. Sedangkan pada hasil belajar dapat dilihat pada siklus I, ketuntasan hasil belajar secara klasikal adalah 71,05% dan pada siklus II ketuntasan hasil belajar secara klasikal sebesar 84,21%. Peningkatan ketuntasan hasil belajar siswa dari siklus I ke siklus II sebesar 13,16%.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Depdiknas, 2006. *Badan Standar Nasional Pendidikan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2006. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hamalik, Oemar. 2005. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

Trianto. 2007. *Model-model Pembelajaran Inovatif Berorientasi Konstruktivistik*. Jakarta: Tim Prestasi Pustaka.

-----, 2009. *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif Progresif*. Jakarta: Prenada Media Group.