

IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN KOOPERATIF TGT UNTUK MENINGKATKAN AKTIVITAS DAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH

Ni Luh Ayu Sri Ambari
NIM. 0916011140

PENJASKESREK FOK Universitas Pendidikan Ganesha, Kampus Tengah
Undiksha, Jalan Udayana Singaraja-Bali Tlp. (0362) 32559
e-mail: ayuxambari@yahoo.co.id

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar lompat jauh melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe TGT pada siswa kelas XI IPA 4 SMA Negeri 4 Singaraja. Jenis penelitian PTK yaitu guru sebagai peneliti. Dilaksanakan dalam dua siklus yang terdiri dari tahapan perencanaan, tindakan, observasi/evaluasi dan refleksi. Subyek penelitian adalah siswa kelas XI IPA 4 SMA Negeri 4 Singaraja berjumlah 36 orang, terdiri dari 19 orang putra dan 17 orang putri. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Berdasarkan hasil analisis data untuk aktivitas belajar lompat jauh pada observasi awal 4,72 (kurang aktif), dan pada siklus I meningkat menjadi 6,72 (cukup aktif) dan 7,33 (aktif) pada siklus II. Sedangkan persentase hasil belajar lompat jauh dari observasi awal sebesar 16,66% (sangat kurang), pada siklus I 47,22% (sangat kurang) dan 80,55% (baik) pada siklus II. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan disimpulkan bahwa aktivitas dan hasil belajar lompat jauh meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe TGT pada siswa kelas XI IPA 4 SMA Negeri 4 Singaraja tahun pelajaran 2013/2014. Disarankan kepada guru penjasorkes dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe TGT, karena terbukti efektif untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar.

Abstract: This study aimed at improving the activity and learning outcome of basic long jumps through implementing the Cooperative Learning Method in TGT on XI IPA 4 students of SMA Negeri 4 Singaraja. This research is a classroom action research which is the teacher as researcher. This study was conducted in two cycles which consist of planning stages, action, observation / evaluation and reflection. The subjects were XI IPA 4 students of SMA Negeri 4 Singaraja; which amounted of 36 students that consisted of 19 male and 17 female students. The data were analyzed by using descriptive statistics. Based on the results of the data analysis for learning activities of basic long jumps at preliminary observations was 4.72 (less active category), and in the first cycle increased by 6.72 (moderate active category) and in the second cycle was 7.33 (active category). While the percentage of learning outcome of basic long jumps in the preliminary observations was 16.66% (very less category), in the first cycle was 47.22% (very less category) and in the second cycle was 80.55% (good). Based on the results of data and the discussion, it could be concluded that the activities and learning outcomes of basic long jumps on XI IPA 4 students of SMA Negeri 4 Singaraja in the academic year 2013/2014 was increased through implementing Cooperative Learning Method in TGT type. This study is recommended to the Penjasorkes teachers to use this cooperative learning method in TGT type, because it had been proved that it could be effective to enhance the activity and learning outcomes.

Kata-kata Kunci: TGT, aktivitas, hasil belajar, lompat jauh.

PENDAHULUAN

Proses pembelajaran merupakan inti dari proses pendidikan secara keseluruhan dimana guru sebagai pemeran utamanya. Peningkatan kualitas pembelajaran merupakan (Penjasorkes) salah satu upaya untuk meningkatkan mutu pendidikan. Tuntutan pendidikan, termasuk pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di era globalisasi ini adalah proses pembelajaran yang dinamis dan aktif, guna mencapai tujuan pendidikan nasional. Tujuan pembelajaran dikatakan tercapai apabila ada peningkatan dalam diri peserta didik, baik menyangkut pengetahuan, sikap dan keterampilan. Untuk mencapai tujuan tersebut, peran seorang guru sangatlah penting di dalam menentukan dan menerapkan model pembelajaran yang tepat, karena dengan model pembelajaran yang baik dan tepat, seorang guru dapat memacu keikutsertaan peserta didik secara aktif, kreatif dan inovatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Hal senada juga diungkapkan oleh Trianto (2007: 1) bahwa berdasarkan hasil analisis penelitian terhadap rendahnya hasil belajar peserta didik, hal tersebut disebabkan proses pembelajaran yang didominasi oleh pembelajaran tradisional. Pada pembelajaran ini, siswa tidak diajarkan strategi belajar yang dapat memahami bagaimana belajar, berpikir,

dan memotivasi diri sendiri. Dari sekian banyak materi yang ada dalam Penjasorkes terutama di SMA Negeri 4 Singaraja pada kelas XI semester 1 (ganjil) meliputi: 1) bola besar dengan cabang olahraga yang diajarkan yaitu basket dan sepakbola, 2) atletik dengan cabang olahraga lari estafet dan lompat jauh, 3) tes kebugaran jasmani. Dari sekian materi Penjasorkes yang diajarkan di SMA Negeri 4 Singaraja pada kelas XI semester 1 (ganjil), peneliti mengobservasi aktivitas dan hasil belajar salah satu materi pembelajaran yaitu atletik dengan nomor lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung) adapun alat yang digunakan dalam pengumpulan data aktivitas dan hasil belajar adalah instrument yaitu lembar observasi aktivitas dan tes unjuk kerja.

Berdasarkan hasil observasi awal yang peneliti laksanakan pada hari Jumat tanggal 19 dan hari Jumat tanggal 26 Juli di kelas XI IPA 4 SMA Negeri 4 Singaraja pada materi lompat jauh (gaya jongkok dan menggantung). Berdasarkan indikator penilaian aktivitas yang mencakup kegiatan visual, kegiatan lisan, kegiatan audio, kegiatan metrik, kegiatan mental, dan kegiatan emosional, penulis memperoleh gambaran tentang aktivitas belajar siswa yang masih kurang. Persentase aktivitas belajar yang diperoleh pada saat observasi pada siswa XI IPA 4 yang berjumlah 36 orang, dimana aktivitas

belajar siswa lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung) yang meliputi kegiatan-kegiatan visual, lisan, audio, metrik, mental, dan emosional saat menerima pelajaran tergolong masih kurang.

Adapun aktivitas belajar yang peneliti temukan saat observasi awal yaitu secara individu dalam kategori aktif sebanyak 4 orang (11,12%), cukup aktif sebanyak 11 orang (30,55%), kurang aktif sebanyak 21 orang (58,33%). Data aktivitas belajar lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung) secara klasikal diperoleh sebesar 4,77% dan berada pada kategori kurang aktif. Aktivitas belajar siswa dikatakan berhasil minimal berada pada kategori aktif, dilihat dari data hasil persentase di atas secara klasikal yang menunjukkan aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung) secara klasikal masih tergolong rendah, dikarenakan aktivitas belajar siswa belum memenuhi KKM mata pelajaran penjasorkes dimana nilainya 78%. Sedangkan siswa yang memenuhi KKM aktivitas belajar baru sebanyak 4 orang dengan persentase (11,12%) yang aktif dan 32 orang belum memenuhi KKM dengan persentase (88,88%) yang tidak aktif.

Sedangkan untuk hasil belajar siswa, jumlah siswa yang tuntas dan tidak

tuntas dapat diketahui dengan berpedoman pada KKM yang berlaku di SMA Negeri 4 Singaraja khususnya pada mata pelajaran penjasorkes yaitu ketuntasan secara individu 78% dan ketuntasan secara klasikal 78%. Adapun persentase tingkat ketuntasan hasil belajar lompat jauh yang meliputi tiga aspek yaitu: aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotor yaitu siswa yang tuntas terdiri dari 6 orang (16,67%) dan yang tidak tuntas 30 orang (83,33%), siswa yang berada pada kategori sangat baik 0 orang (0%), baik sebanyak 6 orang (16,67%), cukup baik sebanyak 11 orang (30,56%), kurang baik sebanyak 9 orang (25%), dan sangat kurang baik sebanyak 8 orang (22,22%). Hasil belajar dikatakan tuntas atau berhasil apabila berada pada persentase 78% secara klasikal. Dengan menganalisa data hasil belajar siswa secara keseluruhan terlihat hasil belajar masih tergolong rendah dan kurang, karena belum memenuhi standar KKM sekolah.

Adapun permasalahan yang dialami siswa dalam proses pembelajaran tersebut dari segi aktivitas belajar siswa adalah: (1) pada saat pembelajaran siswa kurang memperhatikan penjelasan guru, (2) siswa juga jarang mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan kegiatan pembelajaran, (3) banyak siswa yang minat dan belajarnya kurang terhadap mata Penjasorkes khususnya

pada materi lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung). (4) interaksi belajar cenderung satu arah dari guru ke siswa, sehingga mengakibatkan siswa kurang kreatif, (5) siswa menganggap bahwa guru satu-satunya sumber belajar.

Sedangkan untuk hasil belajar siswa terdapat pada aspek afektif, kognitif dan psikomotor yang masih kurang. Permasalahan pada aspek afektif adalah siswa kurang menunjukkan sikap kerjasama, bersemangat, mentaati aturan dan menghargai pendapat teman dalam proses pembelajaran lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung). Permasalahan pada aspek kognitif adalah kurangnya pemahaman siswa mengenai materi lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung), hal ini disebabkan oleh kurangnya kesempatan yang diberikan untuk siswa dalam memahami materi teori lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung). Pada aspek psikomotor gerak lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung), permasalahan yang dialami yaitu pada sikap tumpuan/tolakan dimana para siswa masih ragu dalam melakukan tumpuan/tolakan pada papan tumpuan sehingga sering melewati batas tumpuan. Pada sikap badan di udara, pada saat melayang di udara siswa cenderung tidak memahami gaya yang sedang dipraktikkan

sehingga siswa tidak dapat melaksanakan gerakan dengan benar.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung) pada siswa kelas XI IPA 4 SMA Negeri 4 Singaraja tahun pelajaran 2013/2014.

Untuk itu perlu dipilih suatu model pembelajaran yang mampu meningkatkan keterampilan proses dan keterampilan sosial pada pelaksanaan pembelajaran di lapangan. Maka dari itu peneliti ingin menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe TGT pada materi lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung). Pembelajaran kooperatif tipe TGT ini merupakan salah satu model pembelajaran yang mudah diterapkan, melibatkan aktivitas seluruh siswa tanpa harus ada perbedaan status, melibatkan peran siswa sebagai tutor sebaya dan mengandung unsur permainan serta *reinforcement* (Kokom, 2010: 67).

Adapun keunggulan dari model pembelajaran kooperatif tipe TGT ini adalah: (a) model TGT tidak hanya membuat siswa yang cerdas lebih menonjol dalam pembelajaran, tetapi siswa yang berkemampuan lebih rendah juga ikut aktif dan mempunyai peranan yang penting dalam kelompoknya, (b) dengan model pembelajaran ini membuat rasa kebersamaan dan saling menghargai sesama

anggota kelompoknya, (c) dalam pembelajaran ini membuat siswa menjadi lebih senang dalam mengikuti pelajaran karena ada kegiatan permainan berupa turnamen. Model pembelajaran TGT ini tidak menojolkan siswa yang cerdas tapi juga siswa yang bekemampuan rendah dapat ikut aktif dalam pembelajaran. Dan ditekankan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di kelas XI IPA 4 SMA Negeri 4 Singaraja tahun pelajaran 2013/2014. Jenis penelitian yaitu penelitian tindakan kelas (PTK). Jumlah subjek penelitian ini yaitu 36 orang. Penelitian dilakukan sebanyak dua siklus dengan tiap siklus terdiri dari 2 (dua) kali pertemuan pada semester genap. Prosedur penelitian ini terdiri dari empat tahapan yaitu: perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi/evaluasi dan refleksi. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 2 dan Jumat tanggal 16 Agustus 2013 untuk siklus I, sedangkan pada hari Jumat tanggal 23 dan Jumat tanggal 30 Agustus 2013 dilaksanakan penelitian siklus II. Penelitian ini dilaksanakan di lapangan Bhuwana Patra Singaraja.

Teknik pengumpulan data yaitu aktivitas belajar di evaluasi oleh dua orang

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

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data aktivitas belajar pada siklus I diperoleh aktivitas belajar siswa secara klasikal sebesar 6,72. siswa yang aktif sebanyak 17 orang (47,22%) sedangkan siswa yang tidak aktif sebanyak 19 orang (52,72%). Adapun rinciannya sebagai berikut: siswa dengan kategori sangat aktif sebanyak 1 siswa (2,78%), siswa dengan kategori aktif sebanyak 16 orang dengan persentase 44,44%, siswa dengan kategori cukup aktif sebanyak 19 orang dengan persentase 52,72% dan tidak ada siswa dengan kategori kurang aktif serta kategori sangat kurang aktif.

Tabel 1.1 Data Aktivitas Belajar Lompat Jauh Pada Siklus I

| No | Kriteria | Kategori | Jumlah Siswa | Dalam % | Ket |
|--------|----------------------|---------------------|--------------|---------|-------------------------------------|
| 1 | $\bar{X} \geq 9$ | Sangat Aktif | 1 siswa | 2,78% | 17 orang siswa (47,22%) Aktif |
| 2 | $7 \leq \bar{X} < 9$ | Aktif | 16 siswa | 44,44% | |
| 3 | $5 \leq \bar{X} < 7$ | Cukup Aktif | 19 siswa | 52,72% | 19 orang siswa (52,72%) Tidak Aktif |
| 4 | $3 \leq \bar{X} < 5$ | Kurang Aktif | 0 siswa | 0% | |
| 5 | $\bar{X} < 3$ | Sangat Kurang Aktif | 0 siswa | 0% | |
| Jumlah | | | 36 siswa | 100% | 36 Orang siswa (100%) |

Penelitian hasil belajar siswa lompat jauh pada siklus I, diperoleh data hasil belajar dimana siswa yang tuntas sebanyak 17 orang dengan persentase 47,22% dan siswa yang tidak tuntas sebanyak 19 orang dengan persentase 52,78%. Adapun rincian kategori hasil belajar siswa sebagai berikut: siswa dengan kategori sangat baik tidak ada, siswa dengan kategori baik sebanyak 17 orang dengan persentase 47,22%, siswa dengan kategori cukup baik sebanyak 1 orang dengan persentase 2,8%, siswa dengan kategori kurang baik sebanyak 18 orang 50% dan tidak ada siswa dengan sangat kurang baik, dengan persentase secara klasikalnya 78% (tuntas).

Tabel 1.2 Data Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siklus I

| No | Rentang Skor | Banyak Siswa | Persentase | Nilai Huruf | Kategori | Ket |
|--------|--------------|--------------|------------|-------------|---------------|--------------------------------------|
| 1 | 86-100 | 0 siswa | 0% | A | Sangat Baik | 22 orang siswa (47,22%) Tuntas |
| 2 | 78-85 | 17 siswa | 47,22% | B | Baik | |
| 3 | 70-77 | 1 siswa | 2,8% | C | Cukup Baik | 19 orang siswa (52,78%) Tidak Tuntas |
| 4 | 62-69 | 18 | 50% | D | Kurang baik | |
| 5 | 0-61 | 0 | 0% | E | Sangat Kurang | |
| Jumlah | | 36 | 100% | | | 36 siswa (100%) |

Hasil analisis data aktivitas belajar siswa pada siklus II diperoleh aktivitas belajar siswa secara klasikal sebesar 7,33 dengan tingkat keaktifan sudah aktif. Siswa yang aktif sebanyak 29 orang dengan persentase 88,89% dan siswa yang tidak aktif sebanyak 4 orang dengan persentase 11,11%. Adapun rincian kategori aktivitas belajar siswa adalah sebagai berikut: siswa dengan kategori sangat aktif sebanyak 3 orang dengan persentase 8,34%, siswa dengan kategori aktif sebanyak 29 orang dengan persentase 80,55%, siswa dengan kategori cukup aktif sebanyak 4 orang dengan persentase 11,11%, dan tidak siswa yang kurang aktif maupun sangat kurang aktif.

Tabel 1.3 Data Aktivitas Belajar Lompat Jauh Pada Siklus II

| No | Kriteria | Kategori | Jumlah Siswa | Dalam % | Ket |
|--------|----------------------|---------------------|--------------|---------|------------------------------------|
| 1 | $\bar{X} \geq 9$ | Sangat Aktif | 3 siswa | 8,34% | 32 orang siswa (88,89%) Aktif |
| 2 | $7 \leq \bar{X} < 9$ | Aktif | 29 siswa | 80,55% | |
| 3 | $5 \leq \bar{X} < 7$ | Cukup Aktif | 4 siswa | 11,11% | 4 orang siswa (11,11%) Tidak Aktif |
| 4 | $3 \leq \bar{X} < 5$ | Kurang Aktif | 0 siswa | 0% | |
| 5 | $\bar{X} < 3$ | Sangat Kurang Aktif | 0 siswa | 0% | |
| Jumlah | | | 36 siswa | 100% | 36 orang siswa (100%) |

Penelitian hasil belajar pada siklus II dengan materi lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung) diperoleh data hasil belajar dimana siswa yang tuntas sebanyak 29 orang dengan persentase 80,55% dan siswa yang tidak tuntas sebanyak 7 orang dengan persentase 19,45%. Adapun rincian kategori sebagai berikut: tidak ada siswa dengan kategori sangat baik, siswa dengan kategori baik sebanyak 29 orang dengan persentase 80,55%, siswa dengan kategori cukup baik sebanyak 7 orang dengan persentase 19,45% dan tidak ada siswa dengan kategori kurang baik maupun sangat kurang baik. Persentase ketuntasan hasil belajar siswa lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung) secara klasikal pada siklus II adalah 80,55% berada pada rentang 78 - 85 dengan kategori baik dan

sudah memperoleh nilai rata-rata hasil belajar sebesar 79,03%.

Tabel 1.4 Data Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siklus II

| No | Rentang Skor | Banyak Siswa | Persentase | Nilai Huruf | Kategori | Ket |
|--------|--------------|--------------|------------|-------------|---------------|-------------------------------------|
| 1 | 86-100 | 01 siswa | 0% | A | Sangat Baik | 29 orang siswa (80,55%) Tuntas |
| 2 | 78-85 | 29 siswa | 80,55% | B | Baik | |
| 3 | 70-77 | 7 | 19,45% | C | Cukup Baik | 7 orang siswa (19,45%) Tidak Tuntas |
| 4 | 62-69 | 0 | 0% | D | Kurang baik | |
| 5 | 0-61 | 0 | 0% | E | Sangat Kurang | |
| Jumlah | | 36 | 100% | | | 36 orang siswa (100%) |

PEMBAHASAN

Pada observasi awal yang dilakukan pada siswa kelas XI IPA 4 SMA Negeri 4 Singaraja diketahui bahwa aktivitas belajar kurang aktif secara klasikal dan hasil belajar tidak tuntas secara klasikal. Hal ini dikarenakan saat proses pembelajaran berlangsung banyak siswa tidak bersemangat dalam melakukan gerakan dan banyak siswa tidak memperhatikan guru saat menjelaskan materi sehingga aktivitas dan hasil belajar siswa tidak maksimal. Untuk itu peneliti mencoba menerapkan model pembelajaran yang inovatif yaitu model pembelajaran kooperatif tipe TGT. TGT merupakan model pembelajaran yang mudah

diterapkan, melibatkan aktivitas seluruh siswa tanpa harus ada perbedaan status, melibatkan peran siswa sebagai tutor sebaya dan mengandung unsur permainan serta *reinforcement*.

Dengan menerapkan model pembelajaran koopertif tipe TGT aktivitas dan hasil belajar siswa menjadi lebih baik dari observasi awal. Pada siklus I aktivitas belajar masih tidak aktif dikarenakan masih ada 19 orang yang tidak aktif namun dengan diberikan tindakan pada siklus II aktivitas belajar meningkat sehingga 29 orang menjadi aktif.

Tabel 1.5 Peningkatan Aktivitas Belajar Lompat Jauh Per Tahap

| No | Tahapan | Persentase Aktivitas Belajar | Keaktifan Siswa | Peningkatan Aktivitas Belajar | | |
|----|----------------|------------------------------|-----------------|-------------------------------|-----------------------|-----------------------------|
| | | | | Observasi Awal ke Siklus I | Siklus I ke Siklus II | Observasi Awal ke Siklus II |
| 1 | Observasi Awal | 4,77 | Aktif | 1,95% | | 2,56% |
| 2 | Siklus I | 6,72 | Aktif | | | |
| 3 | Siklus II | 7,33 | Aktif | | 0,61% | |

Sedangkan untuk hasil belajar siswa pada siklus I sebanyak 19 orang yang tidak tuntas namun pada siklus II terjadi peningkatan sehingga siswa yang tuntas sebanyak 29 orang dan 7 orang yang tidak

tuntas. Pada siklus II ini peneliti memberikan tindakan-tindakan TGT dengan melihat kelemahan-kelemahan pada siklus I.

Tabel 1.6 Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Per Tahap

| No | Tahapan | Persentase Hasil Belajar | Ketuntasan Siswa | Peningkatan Hasil Belajar | | |
|----|----------------|--------------------------|------------------|----------------------------|-----------------------|-----------------------------|
| | | | | Observasi Awal ke Siklus I | Siklus I ke Siklus II | Observasi Awal ke Siklus II |
| 1 | Observasi Awal | 16,66% | Tuntas | 30,56% | | 63,89% |
| 2 | Siklus I | 47,22% | Tuntas | | | |
| 3 | Siklus II | 80,55% | Tuntas | | 33,33% | |

Berdasarkan uraian tersebut, ini berarti bahwa tingkat penguasaan materi lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung) pada siklus II sudah memenuhi KKM yang ditetapkan pada mata pelajaran penjasorkes di kelas XI IPA 4 SMA Negeri 4 Singaraja, yakni sebesar 78 dari nilai maksimal 100. Secara klasikal penelitian ini dianggap berhasil karena telah mencapai target yakni 80,55% siswa di kelas terteliti telah memperoleh rata-rata nilai sebesar 79,03 berdasarkan KKM dari SMA Negeri 4 Singaraja tersebut. Karena sudah tercapainya target yang ditentukan maka penelitian ini dihentikan sesuai dengan

rancangan penelitian yang telah direncanakan sebelumnya. Keberhasilan dalam penelitian sesuai dengan teori-teori yang mendukung dalam proses pembelajaran. Hamalik (2008: 171-172) menyatakan bahwa pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang menyediakan kesempatan belajar sendiri dan beraktivitas sendiri kepada siswa. Siswa belajar dan beraktivitas sendiri untuk memperoleh pengalaman, pengetahuan, pemahaman, dan tingkah laku lainnya serta mengembangkan keterampilan yang bermakna.

Kegiatan atau aktivitas belajar siswa merupakan dasar untuk mencapai hasil belajar yang optimal. Selain itu hasil penelitian ini juga dikuatkan dari peneliti-peneliti sebelumnya diantaranya:

Penelitian yang dilakukan oleh Antara Dwipa, Made (2012:xi) menemukan bahwa aktivitas dan hasil belajar lari estafet meningkat melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe TGT pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Seririt tahun pelajaran 2011/2012.

Agus Jayadi Putra, Putu (2012:xi) menemukan bahwa aktivitas dan hasil belajar lompat jauh meningkat melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe TGT pada siswa kelas X-1 SMA Negeri 1 Payangan tahun pelajaran 2011/2012.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data pembahasan, dapat disimpulkan sebagai berikut.

Aktivitas belajar lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung) meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe *TGT* pada siswa kelas XI IPA 4 SMA Negeri 4 Singaraja tahun pelajaran 2013/2014.

Hasil belajar lompat jauh (gaya jongkok dan gaya menggantung) meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe *TGT* pada siswa kelas XI IPA 4 SMA Negeri 4 Singaraja tahun pelajaran 2013/2014.

Kepada guru penjasorkes disarankan akan menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe *TGT*, karena terbukti dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar lompat jauh.

DAFTAR RUJUKAN

- Antara, I Made Dwipa, 2012. *Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe TGT untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Lari Estafet pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Seririt Tahun Pelajaran 2011/2012*. Singaraja: Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Undiksha Singaraja.
- Depdiknas. 2006. *Pedoman Model Silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Orkes*.

Hamalik, Oemar. 2011. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.

Jayadi, I Putu Agus. 2012. *Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teams Games Tournament (TGT) Untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas X-1 SMA Negeri 1 Payangan Tahun Pelajaran 2011/2012*. Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Undiksha Singaraja.

Komalasari, Kokom. 2010. *Pembelajaran Kontekstual Konsep dan Aplikasi*. Bandung : PT Refika Aditama.

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

