

PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN ATLETIK LOMPAT TINGGI BERBASIS PERMAINAN UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN FISIK SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS

Ashari Efendi¹, Fachrizal Ambia², Amrizal³, Budiman⁴, Zainal Abidin⁵

^{1,3,4,5} Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh

² Universitas Syiah Kuala

* Corresponding Author:

ARTICLE INFO

Article History :

Received : Sep 02, 2024

Revised : Sep 30, 2024

Accepted : Oct 20, 2024

Available online : Oct 31 2024

Kata Kunci:

Model, Pembelajaran, Atletik, Permainan.

Keywords:

Model, Education, Athletics, Game.

ABSTRAK

Pendidikan jasmani di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) memegang peranan penting dalam membentuk keterampilan fisik, kebugaran, serta karakter siswa. Salah satu cabang olahraga yang diajarkan di mata pelajaran pendidikan jasmani adalah atletik, khususnya lompat tinggi. Lompat tinggi merupakan cabang olahraga yang membutuhkan teknik khusus, seperti koordinasi tubuh, kekuatan otot, kelincahan, dan daya tahan. Meskipun lompat tinggi memiliki banyak manfaat untuk perkembangan fisik siswa, pengajaran teknik ini di banyak sekolah cenderung masih menggunakan pendekatan yang tradisional dan monoton, seperti teknik latihan berulang yang kurang variatif dan interaktif. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran pendidikan jasmani. Agar siswa tidak jenuh dalam proses pembelajaran. Penelitian ini menggunakan metode R&D untuk mengembangkan dan menguji model pembelajaran atletik lompat tinggi berbasis permainan. Instrumen yang digunakan mencakup panduan permainan dan lembar validasi untuk menilai kelayakan model. Pengumpulan data dilakukan melalui lembar validasi yang diisi oleh ahli dan praktisi pendidikan untuk mengevaluasi kualitas model yang dikembangkan. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Bandar Kabupaten Bener Meriah berjumlah 30 siswa. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis dengan program Statistical Package for Social Science, (SPSS). Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh yang tercantum pada bagian analisis dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa pengembangan model pembelajaran atletik nomor lompat tinggi berbentuk permainan untuk siswa SMA yang terdiri dari 3 jenis permainan yaitu 1. Permainan lompat kotak 2. Permainan lompat tali 3. Permainan lompat gawang, dengan jumlah pernyataan masing-masing permainan 20 butir pernyataan yang memiliki nilai validitas dengan poin indeks skor 0,98 dan reliabilitas dengan nilai indeks skor 0,94. Hasil analisis statistik dimana $r_{hitung} < r_{table}$, sehingga dapat digunakan untuk pengembangan model pembelajaran atletik nomor lompat tinggi berbentuk permainan untuk siswa SMA.

ABSTRACT

Physical Education at the High School level plays an important role in shaping students' physical skills, fitness, and character. One of the sports taught in physical education is athletics, specifically high jump. High jump is a sport that requires specific techniques, such as body coordination,

muscle strength, agility, and endurance. Although high jump has many benefits for students' physical development, the teaching of this technique in many schools tends to still use traditional and monotonous approaches, such as repetitive training techniques that lack variation and interactivity. This study aims to develop a physical education learning model so that students do not feel bored during the learning process. The research uses the R&D method to develop and test a game-based high jump learning model. The instruments used include a game guide and a validation sheet to assess the feasibility of the model. Data collection was carried out through validation sheets filled out by experts and education practitioners to evaluate the quality of the developed model. The subjects in this study were 30 students from grade XI at SMA Negeri 2 Bandar, Bener Meriah District. Data analysis was performed using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) program. Based on the research results presented in the analysis and discussion section, it can be concluded that the development of the high jump athletic learning model in the form of games for high school students consists of 3 types of games: 1. Box jump game 2. Rope jump game 3. Hurdle jump game, with each game containing 20 statements that have a validity score index of 0.98 and a reliability score index of 0.94. The statistical analysis result showed that the calculated *r*-value was less than the *r*-table, indicating that the model can be used for the development of a game-based high jump athletic learning model for high school students.

This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license.

Copyright © 2024 by Author. Published by Universitas Bina Bangsa Getsempena



PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu proses pengubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Pendidikan nasional yang berdasarkan Pancasila dan Undang-undang Dasar Negara Republik Indonesia tahun 1945 berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani sebagai media utama mencapai tujuan pembelajaran, adapun aktivitas utamanya adalah cabang-cabang olahraga. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting di antaranya: memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat secara langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar yang diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik dan sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Profesi guru pendidikan jasmani secara umum sama dengan guru mata pelajaran yang lain pada umumnya, namun secara khusus ada letak perbedaan

yang prinsip dan ini merupakan ciri khas tersendiri. Profesionalisasi tenaga kependidikan menjadi kebutuhan yang utama dalam masyarakat jika masyarakat itu sendiri mengakuinya. Tenaga kependidikan khususnya guru sangat diakui oleh masyarakat jika guru tersebut mempunyai tingkat kredibilitas yang tinggi, yaitu seperti memiliki sikap komitmen, dapat dipercaya, dan profesional dalam bidangnya. Banyak faktor yang mempengaruhi rendahnya hasil belajar siswa antara lain kurang kreatifnya guru pendidikan jasmani di sekolah dalam membuat dan mengembangkan model pembelajaran sederhana, guru miskin akan model-model pembelajaran, sehingga dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dilaksanakan dalam situasi dan kondisi yang membuat siswa menjadi lebih bosan dalam menanggapi pembelajaran yang ada, karena mereka hanya mengejar bagaimana materi pelajaran tersebut dapat selesai tepat waktu, tanpa memikirkan bagaimana pembelajaran itu bermakna dan dapat diaplikasikan oleh siswa dalam kesehariannya..

Model pembelajaran berbasis permainan untuk mengajarkan lompat tinggi kepada siswa SMA, guna mengatasi masalah pengajaran yang cenderung monoton dan kurang melibatkan siswa. Dengan menggunakan permainan seperti lompat kotak, lompat tali, dan lompat gawang, model ini bertujuan untuk membuat pembelajaran lebih menyenangkan dan interaktif, sehingga siswa lebih aktif dan termotivasi dalam belajar. Pengumpulan data dilakukan dengan lembar validasi untuk menilai kelayakan dan efektivitas model yang dikembangkan. Penelitian ini menggunakan desain Penelitian dan Pengembangan (Research and Development - R&D) dengan pendekatan kuantitatif. Desain ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran yang inovatif dan kemudian menguji efektivitas model tersebut dalam konteks pembelajaran atletik lompat tinggi. Pengembangan model pembelajaran atletik lompat tinggi berbasis permainan, yang belum banyak diterapkan secara luas dalam konteks pendidikan jasmani di Indonesia. Penelitian ini memperkenalkan pendekatan baru yang mengintegrasikan game-based learning dalam pembelajaran atletik, khususnya lompat tinggi, yang memadukan aspek keterampilan fisik dan pengembangan karakter dalam satu kesatuan proses pembelajaran. Model ini berbeda dengan pendekatan pembelajaran tradisional yang lebih menekankan pada teknik dan latihan berulang. pengembangan adalah upaya pendidikan yang dilaksanakan secara sadar, berencana, terarah, teratur, dan bertanggung jawab. Pengembangan juga berarti memperdalam dan memperluas pengetahuan yang telah ada. Sugiono (2015).

Doni (2017:188) mendefinisikan model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dan terencana dalam mengorganisasikan proses pembelajaran peserta didik sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai secara efektif. Model sangat membantu seseorang dalam melakukan sesuatu, sehingga orang tersebut mudah dalam mengerjakannya. Pembelajaran merupakan suatu proses transfer ilmu yang dilakukan oleh pendidik kepada peserta didik. Pembelajaran adalah suatu upaya yang dilakukan oleh seorang guru atau pendidik untuk membelajarkan siswa yang belajar (Tim Pengembang MKDP Kurikulum dan Pembelajaran, 2014:128).

1. Model Pembelajaran Bermain Peran

Model pembelajaran ini bertujuan untuk membantu siswa mengetahui potensi yang ada pada dirinya. Bermain peran dalam proses pembelajaran membuat siswa belajar menggunakan konsep peran, menyadari adanya peran yang berbeda dan memikirkan perilaku dirinya dan perilaku orang lain. Uno (2014: 26) mengungkapkan bahwa bermain peran (role playing) sebagai suatu model pembelajaran bertujuan untuk membantu peserta didik menemukan makna makna diri (jati diri) di dunia sosial dan memecahkan dilema dengan bantuan kelompok. Artinya, melalui bermain peran peserta didik belajar menggunakan konsep peran, menyadari adanya peran-peran yang berbeda dan memikirkan perilaku dirinya dan perilaku orang lain.

Model pembelajaran penjas model pembelajaran dalam konteks pendidikan jasmani lebih banyak berkembang berdasarkan orientasi dan model kurikulumnya. dalam, model pembelajaran lebih sering dilihat sebagai pilihan guru atau cara guru dalam proses pembelajaran untuk melihat manfaat dari pendidikan jasmani terhadap siswa, atau lebih sering disebut sebagai orientasi. Dari beberapa model pembelajaran dapat diuraikan beberapa model pembelajaran penjas, sebatas untuk dipahami perbedaan antara satu dengan lainnya.

2. Model Pendidikan Gerak

Konsep gerak adalah tahapan atau pemahaman gerak untuk mengembangkan dan kematangan suatu keterampilan gerak anak yang melibatkan dasar gerak anak. Menurut Mahendra (2017) konsep gerak yang meliputi konsep tubuh, konsep ruang, konsep usaha dan konsep keterhubungan. Menurutnya, dalam model pendidikan gerak ini, siswa akan didorong untuk mampu menganalisis tahapan gerakan ketika menggiring bola basket dan menemukan posisi yang tepat ketika berada dalam permainan.

3. Model Pendidikan Kebugaran

Pendidikan jasmani merupakan sebuah bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan dalam berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani yang telah direncanakan secara sistematis (Herlina, 2020:6).

4. Model Pembelajaran Kooperatif

Menurut Riyanto, (2019:267) pembelajaran kooperatif adalah model pembelajaran yang dirancang untuk membelajarkan kecakapan akademik (academic skill), sekaligus keterampilan social (social skill) termasuk interpersonal skill

Menurut (Purnomo & Dapan, 2017:63). Lompat tinggi adalah suatu bentuk usaha untuk melewati mistar dengan melompat setinggi mungkin. Tujuan dari lompat tinggi adalah untuk memproyeksikan berat pelompat ke udara pada kecepatan maju secepat mungkin. Lompat tinggi adalah salah satu olahraga atletik yang mengharuskan atletnya melompati sebuah mistar yang melintang di ketinggian minimal 2,5 meter. Pada olahraga ini, atlet harus menguasai teknik dasar, baik cara berlari, melompat mistar, maupun cara mendarat yang benar.

Ada beberapa teknik lompat tinggi di antaranya : awalan, tolakan pada tinggal landal, sikap badan waktu melewati mistar, dan sikap badan pada saat mendarat :

1. Awalan

Dalam melakukan awalan, kecepatan lari diperlukan untuk memberikan momentum terhadap badan untuk melewati mistar. Dengan demikian, semakin tinggi mistar yang akan dilewati maka semakin cepat larinya.

2. Tolakan

Tolakan merupakan proses mengubah awalan horizontal menjadi vertikal untuk melewati mistar. Tolakan kaki tumpu harus kuat agar gerakkan lompatan mencapai titik maksimal. Untuk itu, pada langkah terakhir agak lebar dengan sikap badan agak menengah disertai gerakkan ayunan keatas untuk membantu mengangkat titik berat badan lebih tinggi.

3. Sikap Badan Melintasi Mistar

Pada saat lompatan melewati mistar mencapai titik tertinggi badan di putar ke kiri secara penuh. Kepala mendahului melewati mistar, perut dan dada menghadap kebawah.

Kaki yang semula sebagai tumpuan bergantung ditarik dalam posisi kaki kangkang. Kaki kanan sudah turun, sementara tangan mempersiapkan diri untuk membantu pendaratan.

4. Sikap Badan pada Mendarat

Jika pendaratan dengan bak lompat dan karet busa yang tebal, punggung dapat langsung di jatuhkan ketika sudah melewati mistar. Namun jika pendaratan dilakukan dengan bak pasir, pendaratan di lakukan dengan kaki kanan (kaki ayun). Pendaratan ini dibantu oleh kedua tangan. Kalaupun badan terpaksa harus di jatuhkan, maka yang yang lebih dulu jatuh adah pundak karena diikuti gerakkan berguling.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani diperlukan modifikasi pembelajaran agar proses pembelajaran dapat mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu *developmentally appropriate practice (DAP)* yang berarti bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang diajarnya. Upaya memodifikasi pembelajaran dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya kurang terampil menjadi terampil.

a. Modifikasi Tujuan Pembelajaran

Menurut Bahagia (Siswa et al., 2021) modifikasi di kenal dengan usaha untuk membuat perubahan pada aspek yang meliputi bahan (fungsi serta peralatan) dan sarana (metode, gerakan, cara, dan evaluasi). Merubah alat pembelajaran bisa menambah keterampilan para murid dalam pembelajaran Penjas (Purnama & Lubay, 2018). Dengan adanya modifikasi akan mempermudah dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani melalui permainan yang sudah dimodifikasi agar dapat membentuk karakter dan kemampuan terhadap siswa itu sendiri.

b. Modifikasi materi pembelajaran

Menurut Ayyubi (2017), modifikasi merupakan suatu pengembangan materi proses kegiatan belajar mengajar yang diharapkan dapat meningkatkan kemampuan siswa sehingga memperoleh hasil belajar yang lebih baik.

Komponen keterampilan berarti materi pembelajaran penjas dalam kurikulum pada dasarnya merupakan keterampilan-keterampilan yang akan dipelajari siswa. Guru dapat memodifikasi keterampilan tersebut dengan cara mengurangi atau menambah tingkat kesulitan dengan cara menganalisa dan membagi keterampilan keseluruhan ke dalam komponen-komponen, lalu melatihnya perkomponen. Berlatih perbagian ini akan

kurang bermakna apabila siswa belum tahu wujud gerak secara keseluruhan. Oleh karena itu berikan gambaran secara keseluruhan terlebih dahulu dengan demonstrasi guru atau bimbinglah siswa melakukan gerak keseluruhan.

Klasifikasi keterampilan berarti materi pembelajaran dalam bentuk keterampilan yang akan dipelajari siswa dapat disederhanakan berdasarkan klasifikasi keterampilannya dan memodifikasinya dengan jalan menambah atau mengurangi tingkat kesulitannya. Klasifikasi keterampilan tersebut yaitu:

- 1) Close skill (keterampilan tertutup)
- 2) Close skill pada lingkungan yang berbeda
- 3) Open skill (keterampilan terbuka), dan
- 4) Keterampilan permainan.

Close skill merupakan tingkat keterampilan yang paling sederhana, sementara keterampilan permainan merupakan tingkatan yang paling tinggi, termasuk di dalamnya permainan berbagai cabang olahraga. Jumlah keterampilan berarti guru dapat memodifikasi pembelajaran dengan jalan menambah atau mengurangi jumlah keterampilan yang dilakukan siswa dengan cara mengkombinasikan gerakan atau keterampilan dengan catatan bahwa dalam menambah dan mengurangi jumlah keterampilan tersebut guru harus memperhatikan karakteristik siswa agar siswa dapat mengembangkan ide dan dapat di aplikasikan.

c. Modifikasi lingkungan pembelajaran

Modifikasi pembelajaran dapat dikaitkan dengan kondisi lingkungan pembelajaran. Modifikasi lingkungan pembelajaran ini dapat diklasifikasikan kedalam tiga klasifikasi yaitu (1) peralatan; (2) Penataan ruang gerak dalam berlatih; (3) jumlah siswa yang terlibat.

Klasifikasi peralatan yang dipergunakan pada saat proses pembelajaran berarti guru dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara memodifikasi peralatan yang digunakan untuk melatih skill itu. Misalnya, berat-ringannya peralatan tersebut, besar-kecilnya, tinggi-rendahnya, panjang-pendeknya peralatan yang digunakan. Dengan demikian, pendapat yang telah dipaparkan tersebut dapat penulis simpulkan bahwa untuk mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas gerak yang harus dikuasai oleh siswa yaitu dengan cara memodifikasi peralatan yang dipergunakan pada proses pembelajaran.

d. Modifikasi evaluasi pembelajaran

Evaluasi Belajar dan Pembelajaran yaitu proses untuk menentukan nilai belajar dan pembelajaran yang dilaksanakan, melalui kegiatan penilaian atau pengukuran belajar dan pembelajaran. Magdalena (2020). Evaluasi materi maksudnya adalah penyusunan aktivitas belajar yang terfokus pada evaluasi skill yang sudah dipelajari siswa pada berbagai situasi. Aktivitas evaluasi dapat merubah fokus perhatian siswa dari bagaimana seharusnya suatu skill dilakukan menjadi bagaimana skill itu digunakan atau apa tujuan skill itu. Hal senada juga di tekankan oleh Silalahi (2020) evaluasi adalah untuk memperoleh informasi yang akurat, terkini, dan objektif terkait dengan pelaksanaan rencana dalam rangka pengambilan keputusan.

Modifikasi pembelajaran bertujuan untuk menganalisis dan mengembangkan materi pelajaran melalui penyusunan aktivitas belajar yang potensial, sehingga dapat mendukung kelancaran proses belajar siswa. Pendekatan ini dirancang untuk membimbing, mengarahkan, dan meningkatkan kemampuan belajar siswa di SMA Negeri 2 Bandar Bener Meriah, dari yang sebelumnya tidak mampu menjadi mampu, serta dari yang kurang terampil menjadi lebih terampil. Implementasi modifikasi pembelajaran oleh guru tercermin dalam rangkaian aktivitas pembelajaran yang dirancang secara sistematis, mulai dari awal hingga akhir proses pembelajaran.

Berdasarkan kutipan dan pendapat tersebut dapat diartikan bahwa pendekatan modifikasi dapat digunakan sebagai suatu alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah menengah atas, karena pendekatan ini mempertimbangkan tahap-tahap perkembangan dan karakteristik anak, sehingga anak akan mengikuti pelajaran pendidikan jasmani dengan senang dan gembira.

METODE PENELITIAN

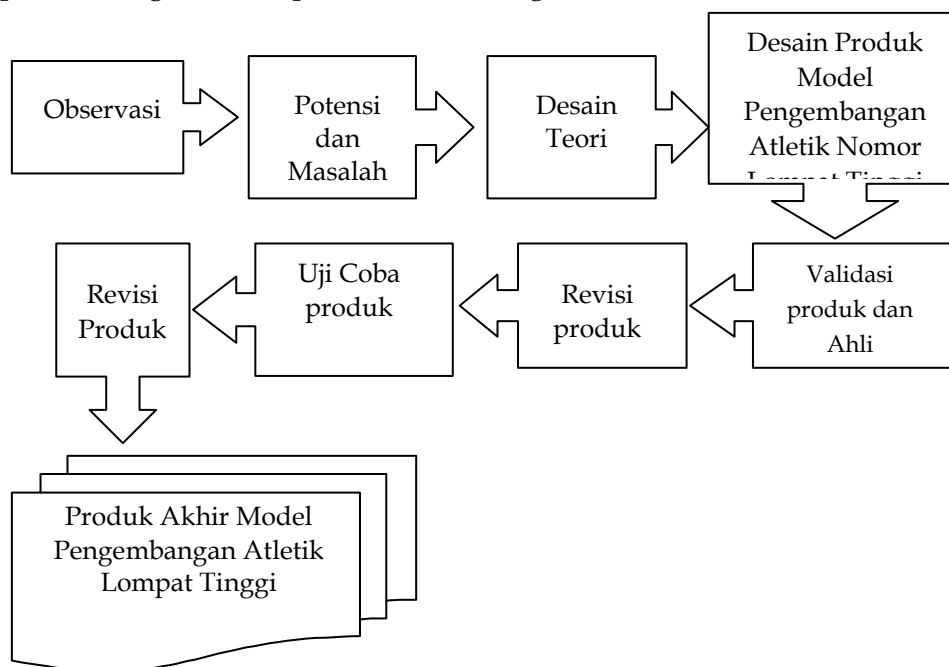
Berdasarkan permasalahan yang dikaji yaitu mengembangkan model pembelajaran atletik nomor lompat tinggi yang berbentuk permainan yang di modifikasi untuk siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Bandar Kabupaten Bener Meriah, maka jenis penelitian ini tergolong penelitian pengembangan. "Menurut Sugiyono (2016: 407)", Research and Development (R&D) merupakan metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut.

Rancangan penelitian menurut Suharsimi Arikunto (2020) adalah rencana sistematis dan terstruktur untuk memandu jalannya penelitian. Rancangan penelitian

mencakup tahapan-tahapan penting dalam pelaksanaan penelitian, seperti: Penentuan masalah penelitian, Pengumpulan data penelitian, Analisis data.

Berdasarkan subjek yang diteliti, maka rancangan yang digunakan dalam penelitian pengembangan model pembelajaran atletik nomor lompat tinggi berbentuk permainan untuk siswa sekolah menengah atas. Menurut Khairinal (2016:282) desain penelitian adalah suatu rancangan bangun rencana dan struktur penyelidikan yang disusun sedemikian rupa sehingga peneliti dapat memperoleh jawaban untuk pertanyaan-pertanyaannya penelitian. Rencana merupakan suatu skema menyeluruh yang mencakup program penelitian. Desain penelitian bagi seorang peneliti adalah untuk menentukan dan menggunakan langkah-langkah tentang apa saja yang menjadi pegangan atau pedoman metode dalam melakukan penelitian.

Adapun rancangan dalam penelitian ini sebagai berikut :



Gambar 1. Rancangan Peneliti Pengembangan Model Pembelajaran Atletik Nomor Lompat Tinggi

Dalam penelitian *research and developmet* ini, yang menjadi instrumen penelitian adalah peneliti itu sendiri. Dalam penelitian deskriptif, yang menjadi instrumen penelitian adalah instrumen yang digunakan validasi produk untuk pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani yang berbentuk permainan di sekolah Menengah Atas Peneliti berfungsi menetapkan fokus penelitian, memilih informan sebagai sumber data, menilai kualitas data, analisis data, melakukan pengumpulan data, menafsirkan data dan membuat kesimpulan atas temuannya. Adapun kisi-kisi instrumen validasi

tentang pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani pokok bahasan atletik untuk sekolah siswa SMA Negeri 2 Bandar Kabupaten Bener Meriah sebagai berikut:

Tabel 1. Kisi-kisi Intrumen Validasi Tentang Pengembangan Model Pembelajaran pendidikan jasmani Nomor Atletik untuk Siswa SMA.

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Nomor Soal	
			+	-
Pengembangan Model Pembelajaran	Kebugaran	Tinggi rendahnya kesanggupan bergerak		
	Pengetahuan	Tinggi rendahnya kemampuan berpikir		
	Keterampilan	Tinggi rendahnya kemampuan bergerak		
	Keinginan	Tinggi rendahnya kemauan belajar		
	Sosial	Tinggi rendahnya sosial dalam pembelajaran		
	Gembira	Tinggi rendahnya semangat belajar		

(Sumber : Sugiyono, 2017).

Dengan adanya indikator di atas penulis lebih mudah dalam membuat instrumen dan mengacu pada tujuan yang akan dicapai dalam pelaksanaan penelitian nantinya.

Tabel 2. Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban Skala Likert

No	Alternatif Jawaban	Skor Alternatif Jawaban	
		Positif (+)	Negatif (-)
1	Sangat Setuju	5	1
2	Setuju	4	2
3	Ragu-Ragu	3	3
4	Tidak Setuju	2	4
5	Sangat Tidak Setuju	1	5

(Sumber : Sugiyono, 2016)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen. Hal tersebut dikuatkan dengan pendapat Arikunto (2017) yang menyatakan bahwa suatu instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang validitas yang dimaksud. Sejalan dengan itu Menurut Creswell, validitas tidak hanya mengukur apakah instrumen mengukur apa yang dimaksud untuk diukur, tetapi juga apakah hasil yang diperoleh dapat diterapkan secara luas dan relevan dengan fenomena yang sedang diteliti. Dalam hal ini, instrumen

yang valid harus menghasilkan data yang benar-benar menggambarkan realitas yang ingin diteliti, dan tidak menyimpang dari fenomena yang ada. Hasil perhitungan validitas item pernyataan dengan menggunakan program Statistical Package for Social Science, (SPSS 23.0) kesahihan item pernyataan dianut padat pendapat Sugiyono, (2016) yaitu: 0.030 bahwa tingkat 0.030 sehingga suatu instrumen tersebut dikatakan valid.

No	Item Pernyataan	r_{br}	P	r_{tabel}	Status
1	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan mendorong siswa mampu memikirkan gerakan apa yang akan dilakukan	.945	.000		Valid
2	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan meningkatkan sosial antar siswa	.945	.000		Valid
3	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan mampu meningkatkan gerak siswa menjadi lebih aktif	.982	.000		Valid
4	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan meningkatkan kebugaran jasmani	.982	.000		Valid
5	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan membuat siswa gembira dan ceria	.982	.000		Valid
6	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan disesuaikan dengan gerak siswa	.982	.000		Valid
7	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan tepat pada materi pembelajaran lompat tinggi	.982	.000		Valid
8	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan mampu membuat siswa mudah dalam bergerak lebih leluasa	.945	.000		Valid
9	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan bisa dilakukan oleh setiap siswa	.945	.000		Valid
10	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan dapat meningkatkan kualitas dan mutu yang lebih baik pada siswa	.945	.000		Valid
11	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan	.945	.000		Valid

	meningkatkan semangat proses pembelajaran penjas				
12	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan aman untuk diterapkan untuk siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)	.982	.000		Valid
13	Alat dan fasilitas yang digunakan dalam pengembangan Model pembelajaran memadai	.945	.000		Valid
14	Media yang digunakan tidak membahayakan siswa	.982	.000		Valid
15	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan meningkatkan keaktifan siswa dalam bergerak	.945	.000		Valid
16	Model pembelajaran permainan lompat kotak yang dikembangkan tepat untuk laki-laki dan perempuan	.945	.000		Valid
17	Waktu yang digunakan dalam pelaksanaan Model pembelajaran yang dikembangkan tidak membuat siswa lelah	.945	.000		Valid
18	Model pembelajaran atletik nomor lompat yang dikembangkan membuat siswa bisa bergerak dengan lebih leluasa tanpa ada rasa sakit dalam bergerak	.945	.000		Valid
19	Model pembelajaran atletik nomor lompat yang dikembangkan tepat untuk laki-laki dan perempuan	.982			Valid
20	Model pembelajaran atletik nomor lompat yang dikembangkan mampu bekerja sama dengan baik	.982			Valid

Instrumen model pembelajaran yang pertama lompat tinggi model pembelajaran lompat kotak yang terdiri dari 20 item pernyataan ternyata semuanya sah, kesahihan butir berdasarkan ketentuan yang telah ditetapkan yaitu 0.030 ke 20 item.

Tabel 4.2 Model Pembelajaran Lompat Tali (Karet)

No Item	Item Pernyataan	r_{br}	P	r_{tabel}	Status
1	Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan mendorong siswa mampu memikirkan gerakan apa yang akan dilakukan	.924	.000		Valid
2	Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan meningkatkan sosial antar siswa	.924	.000		Valid
3	Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan mampu meningkatkan gerak siswa yang lebih aktif	.991	.000		Valid
4	Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan meningkatkan kebugaran jasmani	.991	.000		Valid
5	Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan membuat siswa senang dan gembira	.924	.000		Valid
6	Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan disesuaikan dengan gerak siswa	.924	.000		Valid
7	Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan tepat pada materi pembelajaran lompat tinggi	.991	.000		Valid
8	Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan mampu membuat siswa mudah dalam bergerak dan mudah di tanggap	.924	.000		Valid
9	Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan bisa dilakukan oleh setiap siswa dan sangat mudah untuk di pahami	.924	.000		Valid
10	Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan mudah mengaflikasikan dalam lompat tinggi	.610	.000		Valid

11	Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan dapat meningkatkan kelincahan pada siswa	.924	.000		Valid
12	Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan aman untuk diterapkan untuk siswa sekolah menengah atas	.991	.000		Valid
13	Alat dan fasilitas yang digunakan dalam pengembangan Model pembelajaran memadai	.924	.000		Valid
14	Media yang digunakan tidak membahayakan siswa	.991	.000		Valid
15	Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan meningkatkan keaktifan siswa dalam bergerak	.924	.000		Valid
16	Pengembangan model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan meningkatkan kerja sama siswa	.924	.000		Valid
17	Waktu yang digunakan dalam pelaksanaan Model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan tidak membuat siswa lelah	.924	.000		Valid
18	Model pembelajaran atletik nomor lompat yang dikembangkan membuat siswa bisa bergerak dengan lebih leluasa tanpa ada rasa takut dalam bergerak	.924	.000		Valid
19	Kejelasan petunjuk gambar dan pelaksanaan model pembelajaran lompat tali yang dikembangkan mudah dipahami	.991	.000		Valid
20	Model pembelajaran atletik nomor lompat yang dikembangkan mampu bekerja sama dengan baik sesama teman	.991	.000		Valid

Instrumen model pembelajaran yang kedua lompat tinggi model pembelajaran lompat tali (karet) yang terdiri dari 20 item pernyataan ternyata semuanya sah, kesahihan butir berdasarkan ketentuan yang telah ditetapkan yaitu 0.030 ke 20 item instrumen yang layak diikuti sertakan dalam model pembelajaran atletik lompat tinggi.

Hasil uji coba reliabilitas dengan menggunakan *Space Saver* pengembangan model pembelajaran atletik nomor lompat tinggi berbentuk permainan untuk Siswa Menengah Atas menunjukkan ke tiga Model pembelajaran memiliki reliabilitas sebesar α antara 0,456 sampai sampai 0,812 dengan demikian bentuk tersebut akan memberikan hasil pengukuran yang handal atau dapat dipercaya. Rangkuman koefisien reliabilitas Pengembangan Model pembelajaran Atletik nomor Lompat Tinggi berbentuk permainan untuk siswa menengah atas di SMAN 2 Bandar Kabupaten Bener Meriah dilihat pada tabel 4. di bawah ini.

Tabel 4. Rangkuman Koefisien Reliabilitas.

Pengembangan	Model Pembelajaran Lompat Kotak (box)	Model Pembelajaran Lompat Tali (karet)	Model Pembelajaran Lompat Gawang
Mean	84.000	82.333	84.333
Variance	877	851	745
Std bev	2.645	3.785	2.081
N.of variabel	20	20	20
Case	3	3	3
R_n Alpha	0.595	0.554	0.942
<i>r table</i>			
Status	Andal	Andal	Andal

Berdasarkan hasil reliabilitas diatas, dari tiga model pembelajaran yang masing-masing model terdiri dari 20 item pernyataan ternyata semua sah, sehingga mmodel pembelajaran atletik nomor lompat tinggi, butir valid diatas 0.300. Sedangkan uji reliabilitas dengan menggunakan formula space saver menunjukkan bahwa ke tiga model pembelajaran tersebut memiliki koefisien reliabilitas dengan α 0,595, 0,554 dan 0,942. Dengan demikian ke tiga model pembelajaran atletik nomor lompat tinggi memenuhi persyaratan pengujian yang berarti model pembelajaran tersebut akan memberikan hasil yang dapat dipercaya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian yang sudah dibahas dalam bagian analisis dan pembahasan maka dapat disimpulkan sebagai berikut: Berdasarkan pernyataan yang telah divalidasidan telah dilaksanakan pada siswa SMAN 2 Bandar Kabupaten Bener Meriah, tentang pengembangan model pembelajaran atletik nomor

lompat tinggi berbentuk permainan untuk siswa Sekolah Menengah Atas, Pengujian validitas dan reliabilitas. Instrumen validasi dari 3 model pembelajaran pendidikan jasmani yang divalidasi ahli telah dilaksanakan sebagai pengembangan model pembelajaran atletik nomor lompat tinggi berbentuk permainan untuk siswa Sekolah Menengah Atas memiliki tingkat validitas yang sangat tinggi dan memperoleh poin indeks skor validasi 0,982 sehingga dapat digunakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi dengan perolehan poin indeks skor 0.942. dari perolehan hasil indeks keduanya dapat digunakan dalam model pembelajaran atletik nomor lompat tinggi berbentuk permainan untuk siswa Sekolah Menengah Atas.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan yang telah disampaikan, penulis memberikan beberapa rekomendasi kepada pihak yang berwenang dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah, sebagai berikut: Pertama, kepada Dinas Pendidikan Provinsi Aceh, diharapkan dapat memberikan instruksi kepada guru Pendidikan Jasmani untuk mengimplementasikan model pembelajaran atletik, khususnya nomor lompat tinggi dalam bentuk permainan, di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA), serta memberikan dukungan dalam penyediaan sarana dan prasarana olahraga di sekolah. Kedua, kepada guru Pendidikan Jasmani, disarankan agar dapat menerapkan dan mengaplikasikan model pembelajaran tersebut, sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan efektif, meningkatkan hasil belajar siswa, serta menumbuhkan minat siswa dalam berbagai bentuk permainan yang diterapkan dalam pembelajaran. Selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi yang berharga dalam pengembangan model pembelajaran di Indonesia dan menjadi dasar untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang lebih relevan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ani Daniyati, Ismy Bulqis Saputri, Ricken Wijaya, Siti Aqila Septiyani, & Usep Setiawan. (2023). Konsep Dasar Media Pembelajaran. *Journal of Student Research*, 1(1), 282–294. <https://doi.org/10.55606/jsr.v1i1.993>
- Arikunto, S. (2020). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- B. Uno, H. (2014). *Teori Motivasi dan Pengukurannya* (Junwinanto (ed.); 1st ed.). Bumi Aksara.
- Doni Juni Priansa, 2017, *Pengembangan Strategi & Model Pembelajaran*, Bandung, Pustaka Setia.
- Khairinal (2016). *Menyusun proposal skripsi, tesis, & disertasi*. Jambi: Salim

- Magdalena, S., 2020, *Evaluasi Belajar dan Pembelajaran*, Lampung, Universitas Muhammadiyah Pringsewu Press.
- Mahendra, A. (2017). *Model Pendidikan Gerak Implementasi Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Bandung: Red Point.
- Pahliwandari, r. (2019). Perbandingan Sistem Penjas Dan Olahraga: Indonesia Dan Australia. In *Indonesian Education, Management*
[https://lms.syamok.unm.ac.id/pluginfile.php/254400/mod_resource/content/1/188611893 %281%29.pdf](https://lms.syamok.unm.ac.id/pluginfile.php/254400/mod_resource/content/1/188611893%20%281%29.pdf)
- Purnomo & dapan. 2017. *Dasar-Dasar Atletik*. Yogyakarta: Alfabedia.
- Riyanto. 2019. *Metodologi Penelitian Sosial dan Hukum*. Jakarta: Granit.
- Silalahi, T., 2020, *Tujuan Evaluasi dalam Pendidikan*, Kediri, Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Siswa, O., Menengah, S., Wahyudin, D., Chaerul, A., Rahayu, E. T., Universitas, M., Karawang, S., Universitas, D., & Karawang, S. (2021). *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*. 7(5). <https://doi.org/10.5281/zenodo.5494303>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Tim Pengembang MKDP Kurikulum dan Pembelajaran, Kurikulum & Pembelajaran, (Depok: Rajawali Pers, 2015) Tim Pengembang MKDP Kurikulum dan Pembelajaran,