

PENERAPAN MODEL ACTIVE LEARNING DAPAT MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA SISWA KELAS IV SEKOLAH DASAR NEGERI 006 RAMBAH

Baiti

Sekolah Dasar Negeri 006 Rambah
Baiti.emil@gmail.com

***Abstract,** This class action research generally aims to improve learning outcomes of Physical Education in long jump materials of students class IV through the application of Active Learning models in semester I of Primary School 006. The data in this study were collected using tests, student observation sheets, teacher observation sheets, and assessment (performance) rubric of the long jump ability. This type of research is classroom action research. The research procedure consists of planning, implementation, observation and reflection. The results revealed that the results of the preliminary tests showed that the absorptive capacity of the results of the analysis showed that students' learning achievement had increased from cycle I to cycle II, namely pre-cycle (65.41%), cycle I (73.91%), cycle II 79.13%). Based on the research conducted, it can be concluded that the Active Learning model can have a positive effect on the learning outcomes of the long jump in Primary School 006 Rambah of school year 2017/2018, and this learning model can be used as an alternative learning method for Physical Education.*

***Keywords:** Active Learning, Learning outcomes, Long jump*

I. PENDAHULUAN

Mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga ditingkat satuan pendidikan bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik anak dalam menjaga tingkat kesehatan dan kebugaran tubuh. Anak yang sehat akan lebih fokus dalam mengikuti proses pembelajaran. Kegiatan pembelajaran yang baik diikuti anak akan berdampak positif terhadap hasil belajar yang mencapai kriteria ketuntasan belajar.

Salah satu materi yang diberikan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah adalah

pembelajaran atletik. Pembelajaran atletik dikembangkan kepada nomor lari, lompat, tolak dan lempar. Pada nomor lompat yang diajarkan pada siswa salah satunya lompat jauh. Syarifuddin (dalam Ropun 2016) mengemukakan Lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat mengangkat kaki ke atas ke depan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya. Berarti, lompat jauh merupakan suatu

bentuk gerakan tubuh yang melakukan lompatan sejauh mungkin.

Untuk meningkatkan aktivitas pembelajaran lompat jauh, maka guru harus melakukan pengembangan konsep pembelajaran. Pengembangan konsep pembelajaran bertujuan untuk meningkatkan ketertarikan dan motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, sehingga akan berdampak positif terhadap hasil belajar. Pengembangan konsep pembelajaran lompat jauh salah satunya dengan menggunakan model *active learning*. Cahyo (2013) mengemukakan “*Active learning* (belajar aktif) merupakan suatu pendekatan dalam pengelolaan sistem pembelajaran melalui cara-cara belajar yang aktif menuju belajar yang mandiri”. Berarti, penerapan belajar aktif pada pembelajaran lompat jauh berupa pengembangan gerak teknik dasar lompat jauh untuk meningkatkan keaktifan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran. Pelaksanaan pembelajaran jompat jauh pada siswa kelas IV Sekolah Dasar 006 Rambah, ditemukan, bahwa 20% siswa yang mencapai kriteria ketuntasan belajar lompat jauh. Berarti, rendahnya kemampuan siswa melakukan olahraga lompat jauh dengan rata-rata 65,40.

Berdasarkan data pra siklus dengan rata-rata 65,40 membuktikan bahwa siswa kurang menguasai gerak teknik dasar lompat jauh, baik dari teknik awalan, tolakan, melayang maupun tumpuan. Model pembelajaran yang diterapkan belum efektif dalam merangsang keaktifan siswa mengikuti pembelajaran khususnya pembelajaran lompat jauh. Keterbatasan sarana dan prasarana pembelajaran lompat jauh di Sekolah Dasar 006 Rambah belum memadai sesuai standar lintasan lompat jauh, diantaranya lintasan lari yang tidak datar, berlobang dan berbatuan karena areal sekolah berada pada kondisi tanah yang bergelombang.

Untuk mengatasi hal di atas, maka perlu melakukan suatu inovasi terhadap proses pembelajaran lompat jauh. Inovasi yang dapat dilakukan salah satunya meningkatkan pendekatan pembelajaran melalui model pembelajaran aktif (*active learning*). Model pembelajaran aktif memiliki kelebihan diantaranya menitikberatkan kepada keaktifan siswa dan melibatkan berbagai potensi siswa, baik yang bersifat fisik, mental, emosional maupun intelektual untuk mencapai tujuan pendidikan.

Ketertarikan melakukan penelitian ini didasarkan pada pertimbangan,

diantaranya: 1) Mengembangkan pendekatan model pembelajaran pada pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada materi lompat jauh, sehingga dapat meningkatkan kemampuan dalam melaksanakan proses pembelajaran, 2) memberikan variasi pengajaran untuk meningkatkan motivasi siswa mengikuti proses pembelajaran, 3) untuk menciptakan pembelajaran yang kondusif melalui variasi metode pembelajaran, 4) pencapaian hasil belajar siswa yang sesuai dengan kriteria ketuntasan belajar pada materi pelajaran pendidikan jasmani khususnya lompat jauh, 5) untuk merangsang kreatifitas dalam menyajikan materi pembelajaran melalui berbagai variasi metode pengajaran.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk meningkatkan hasil belajar siswa dengan judul “Penerapan Model *Active Learning* Dapat Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 006 Rambah”.

Belajar merupakan suatu proses perubahan dari yang tidak tahu menjadi tahu baik dalam berfikir maupun bertindak. Daryanto (2002)

mengemukakan, bahwa belajar merupakan proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Setiap pembelajaran yang dilaksanakan bermuara pada suatu hasil. Abdurrahman (dalam Tampubolon 2013) mengemukakan, bahwa hasil belajar adalah kemampuan yang diperoleh siswa setelah melalui kegiatan belajar.

Pencapaian hasil belajar dipengaruhi oleh berbagai hal. Munadi dalam (Rusman 2013) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar meliputi faktor internal dan faktor eksternal yaitu: (1) Faktor internal, diantaranya: (a) faktor fisiologis, seperti: kondisi kesehatan, tidak dalam keadaan cacat, (b) faktor psikologis, seperti: inteligensi, perhatian, minat, bakat dan motivasi, (2) faktor eksternal, diantaranya: (a) faktor lingkungan, seperti: lingkungan fisik dan sosial, (b) faktor instrumental berupa kurikulum, sarana dan guru. Berarti, hasil belajar yang dicapai oleh siswa dipengaruhi oleh kondisi kesehatan, inteligensi, perhatian, kurikulum, guru, sarana dan lingkungan.

Bloom (dalam Rusman 2013) mengemukakan klasifikasi hasil belajar,

diantaranya: (a) domain kognitif, berkenaan dengan kemampuan dan kecakapan-kecakapan intelektual, (b) domain afektif, berkenaan dengan sikap, kemampuan dan penguasaan segi-segi emosional, yaitu perasaan, sikap dan nilai, (c) domain psikomotor, berkenaan dengan suatu keterampilan-keterampilan atau gerakan-gerakan fisik. Berarti, hasil belajar merangsang kemampuan pikiran, sikap dan keterampilan. Hal ini, dapat dilaksanakan pada lompat jauh.

Pelaksanaan lompat jauh didukung oleh pemahaman tentang lompat jauh. Sutanto (2016) menyatakan, bahwa lompat jauh adalah olahraga yang mengharuskan seorang atlet untuk melompat sejauh-jauhnya. Wiarto (2013) menyatakan, bahwa lompat Jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat yang diawali dengan gerakan horizontal dan diubah ke gerakan vertical dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki yang terkuat untuk memperoleh jarak yang sejauh-jauhnya. Muharram (2015) mengemukakan lompat jauh merupakan suatu bentuk gerakan melompat mengangkat kaki ke atas ke depan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat dengan jalan

melakukan tolakan satu kaki untuk mencapai jarak sejauh-jauhnya.

Berdasarkan kutipan di atas, disimpulkan bahwa lompat jauh merupakan suatu gerakan tubuh melompat ke depan untuk memperoleh jarak sejauh-jauhnya.

Untuk jelasnya pelaksanaan lompat jauh dapat terlihat pada gambar berikut ini:



Gambar 1 Rangkaian Gerak Lompat Jauh

Sumber: Bahagia (2010)

Lompat jauh bertujuan untuk melakukan lompatan sejauh-jauhnya. Soegito (dalam Muharram 2015) menyatakan bahwa faktor-faktor yang sangat menentukan untuk mencapai prestasi dalam lompat jauh adalah awalan, tumpuan, lompatan, saat melayang, dan pendaratan. Teknik Awalan, awalan atau ancang-ancang dilakukan untuk mendapat kecepatan yang tinggi pada waktu akan melompat. Aip Syarifuddin (dalam Muharram 2015) mengemukakan (1) Jarak awalan tergantung pada tiap-tiap pelari (sekitar 30 sampai 40 meter). Jarak awalan harus cukup jauh dan lari cepat untuk mendapatkan momentum yang

paling besar, (2) Kecepatan awalan dan irama langkah harus tetap. Pada saat melangkah konsentrasi tertuju pada lompatan yang setinggi-tingginya, (3) Langkah terakhir agak diperpendek, supaya dapat menolak ke alas dengan sempurna, (4) Sikap lari seperti pada lari jarak pendek. Awalan lompat jauh harus dilakukan dengan harmonis, lancar dan dengan kecepatan tinggi, tanpa ada gangguan langkah yang diperkecil atau diperlebar untuk memperoleh ketepatan bertumpu pada blok tumpuan.

Teknik Menumpu, menumpu atau tolakan merupakan gerakan yang penting untuk menentukan hasil lompatan yang sempurna. Aip Syarifuddin (dalam Ropun 2016) mengemukakan tolakan adalah perubahan atau perpindahan gerakan dari gerakan horisontal ke gerakan vertikal yang dilakukan secara cepat. Sewaktu menumpu, posisi badan tidak boleh terlalu condong. Tumpuan harus kuat, cepat, dan aktif. Keseimbangan badan juga harus diperhatikan agar tidak goyang. Gerakan ayunan lengan sangat membantu menambah ketinggian serta menjaga keseimbangan badan.

Teknik Melayang, gerakan melayang di udara dilakukan setelah meninggalkan balok tumpuan. Menurut Roji (dalam

Ropun 2016) menyatakan sikap badan di udara sebagai berikut: (1) kedua lutut ditekuk; (2) kedua tangan di depan, disamping kepala; (3) pada saat akan mendarat kedua kaki lurus ke depan merapat, kedua tangan lurus ke depan, serta berat badan dibawa ke depan. (4) Sikap badan pada waktu jatuh/mendarat.

Berdasarkan kutipan di atas, pada saat melakukan gerakan melayang di udara, keseimbangan badan harus terjaga. Ayunan kedua tangan bisa membantu keseimbangan. Sementara dalam sikap bergantung, kaki ayun dibiarkan tergantung lurus pada waktu menumpu. Tubuh diusahakan tegak, disusul oleh kaki tumpu dengan lutut ditekuk sambil pinggul didorong ke depan. Lalu, kedua lengan direntangkan ke atas.

Teknik Mendarat. Dalam teknik ini, pelompat harus berupaya mendarat dengan sebaik mungkin. Jangan sampai badan atau lengan jatuh ke belakang. Aip Syarifuddin (dalam Muharram 2015) menyatakan, sikap mendarat pada lompat jauh, baik untuk lompat jauh gaya jongkok, gaya menggantung, maupun gaya jalan diudara adalah sama yaitu pada waktu akan mendarat kaki dibawa ke depan, kedua tangan ke depan. Kemudian mendarat pada kedua tumit terlebih dahulu

dan mengeper, dengan kedua lutut dibengkokkan (ditekuk), berat badan dibawa ke depan supaya tidak jatuh ke belakang, kepala ditundukkan, kedua tangan kedepan.

Yang perlu diperhatikan saat mendarat adalah kedua kaki mendarat secara bersamaan, diikuti dengan dorongan pinggul ke depan. Sehingga, badan tidak cenderung jatuh ke belakang yang bisa berakibat merugikan si pelompat itu sendiri.

Fadel (2016) mengemukakan ukuran lintasan lompat jauh, yakni lintasan awal lompat jauh lebar minimal 1,22 m dan panjang 45 m. Panjang papan tolakan panjang 1,22 m dan lebar 20 cm dengan ketebalan 10 cm. Papan sisi dekat dengan tempat mendarat harus diletakkan papan plastisin untuk mencatat bekas kaki pelompat bila ia berbuat salah tolak sekurang-kurangnya 1 m dari tepi depan bak pasi pendaratan. Lebar tempat pendaratan minimal 2,75 m, jarak antara garis tolakan sampai akhir tempat lompatan minimal 10 m. Permukaan pasir di dalam tempat pendaratan harus sama tinggi atau datar dengan sisi atas papan tolakan. Untuk meningkatkan lompatan siswa diperlukan model yang tepat.

Silnerman dalam Cahyo (2013) mengemukakan *active learning* adalah

sebuah kesatuan sumber kumpulan strategi-strategi pembelajaran yang komprehensif yang meliputi berbagai cara untuk membuat peserta didik menjadi aktif. Sedangkan Sukandi (dalam Cahyo 2013) menyatakan, bahwa strategi belajar aktif adalah cara pandang yang menganggap belajar sebagai kegiatan membangun makna atau pengertian terhadap pengalaman dan informasi yang dilakukan oleh si pembelajar, bukan oleh si pengajar serta menganggap mengajar sebagai kegiatan menciptakan suasana yang mengembangkan inisiatif dan tanggung jawab si pembelajar, sehingga berkeinginan terus untuk belajar selama hidupnya, dan tidak tergantung kepada guru atau orang lain bila mereka mempelajari hal-hal baru.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Menurut Maolani (2015) mengemukakan Penelitian Tindakan Kelas merupakan suatu pencerminan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan yang sengaja dilakukan di kelas dengan tujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan mutu praktik pembelajaran.

Subjek penelitian perbaikan pembelajaran adalah siswa kelas IV SD

Negeri 006 Rambah dengan jumlah siswa 20 orang yang terdiri dari 8 orang siswa laki-laki dan 12 orang siswa perempuan. Pelaksanaan PTK dilakukan dalam 2 Siklus melalui empat tahapan sebagai berikut: (1) menyusun rencana, (2) pelaksanaan tindakan, (3) melakukan pengamatan, dan (4) melakukan refleksi.

Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi yang terdiri dari lembar tindakan siswa mengikuti kegiatan pembelajaran, lembar rubrik penilaian kemampuan lompat jauh dan tes berupa soal. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik statistik deskriptif. Setyosari (2010: 210) mengemukakan, “Selain uji statistik untuk menentukan kesimpulan, kita dapat menggunakan statistik untuk mendeskripsikan sekelompok data atau keadaan (misalnya, rata-rata skor) disebut statistik deskriptif”. Adapun rumusnya sebagai berikut;

$$\text{Mean atau } \bar{X} = \frac{\sum X}{n} \text{ atau } \bar{X} = \frac{\sum fiXi}{\sum fi}$$

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1.Deskripsi Hasil Penelitian

Data yang diambil dalam penelitian ini adalah hasil belajar lompat jauh siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 006 Rambah berdasarkan Siklus I dan Siklus II. Adapun paparan data yang diambil dalam penelitian ini diawali oleh data prapenelitian. Lebih jelasnya data yang diperoleh dalam penelitian ini dipaparkan, yakni Pra penelitian Lompat Jauh Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 006 Rambah diperoleh nilai tertinggi adalah 77,77, nilai terendah adalah 49,44, range (selisih) adalah 28,33, nilai rata-rata (mean) adalah 65,41.

Pembelajaran siklus I lompat jauh yang diikuti oleh 20 orang siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 006 Rambah diperoleh nilai tertinggi adalah 88, 89 nilai terendah adalah 58,61,dengan range (selisih) adalah 30,28, nilai rata-rata (mean) adalah sebesar 73,91. Dimana, nilai di atas diperoleh dari tabel distribusi data berikut ini:

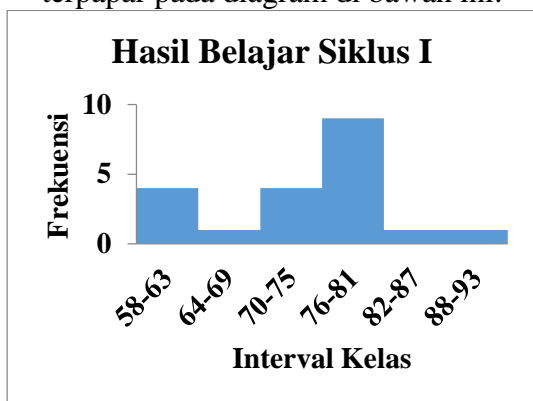
Tabel 1. Distribusi Data Siklus I Hasil Belajar Lompat Jauh

No	Interval Kelas	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	58-63	60,5	4	20%
2	64-69	66,5	1	5%

3	70-75	72,5	4	20%
4	76-81	78,5	9	45%
5	82-87	84,5	1	5%
	88-93	90,5	1	5%
Jumlah			20	100%

Sumber: Data Siklus I Tahun 2017

Untuk lebih jelasnya data di atas terpapar pada diagram di bawah ini:



Gambar 2. Grafik Distribusi Data Siklus I Hasil Belajar Lompat jauh

Berdasarkan grafik di atas, dari 20 orang siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 006 Rambah yang mengikuti siklus I pembelajaran lompat jauh diterangkan 9 orang siswa yang mencapai ketuntasan belajar dan 11 orang siswa yang tidak mencapai ketuntasan materi pembelajaran. Dilihat dari ketuntasan belajar yang diperoleh siswa sebesar 45%, maka kategori kemampuan siswa dalam mengikuti siklus I pembelajaran lompat jauh adalah cukup baik.

Pembelajaran siklus II lompat jauh yang diikuti oleh 20 orang siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 006 Rambah diperoleh nilai tertinggi adalah 93,61, nilai

terendah adalah 67,22, dengan range (selisih) adalah 29,36, nilai rata-rata (mean) adalah sebesar 79,13. Dimana, nilai di atas diperoleh dari tabel distribusi data berikut ini:

Tabel 2. Distribusi Data Siklus II Hasil Belajar Lompat Jauh

No	Interval Kelas	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	67-71	69	3	15%
2	72-76	74	6	30%
3	77-81	79	5	25%
4	82-86	84	4	20%
5	88-91	89	1	5%
	92-96	94	1	5%
Jumlah			20	100%

Sumber: Data Siklus II Tahun 2017

Kriteria ketuntasan belajar yang harus dicapai oleh siswa pada materi lompat jauh adalah sebesar 75%. Ketuntasan belajar yang diperoleh siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 006 Rambah pada siklus II pembelajaran lompat jauh siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 006 Rambah yang mengikuti siklus II pembelajaran lompat jauh diterangkan 17 orang siswa yang mencapai ketuntasan belajar dan 3 orang siswa yang tidak mencapai ketuntasan materi pembelajaran. Dilihat dari ketuntasan belajar yang diperoleh siswa sebesar 85%, maka kategori kemampuan siswa

dalam mengikuti siklus II pembelajaran lompat jauh adalah sangat baik.

2. Pembahasan

1) Prasiklus

Dari data yang diperoleh pada tahap prasiklus menunjukkan, bahwa kemampuan siswa dalam melakukan lompat jauh sebesar 80% yang tidak tuntas dipengaruhi oleh motivasi siswa yang sangat rendah. Hal ini, disebabkan oleh ketersediaan sarana yang tidak memadai dalam melakukan kegiatan pembelajaran secara kondusif. Dan ditambah lagi variasi pembelajaran yang diberikan kurang menarik perhatian siswa untuk aktif mengikuti pembelajaran. Maka untuk itu perlu dilakukan peningkatan pembelajaran melalui penerapan model pembelajaran yang berbeda dengan pembelajaran sebelumnya, agar terjadinya peningkatan terhadap kemampuan siswa.

Selain itu dari ketersediaan sarana dan prasarana pembelajaran lompat jauh perlu diperbaiki oleh pihak sekolah terutama dari lintasan lompat jauh yang tidak datar, berbatauan dan bergelombang. Ketersediaan pasir dalam bak pasir dan tumpuan papan tolakan.

2) Siklus 1

Pada Siklus I aspek yang dilakukan penilaian sesuai dengan permasalahan yang diteliti, yakni.

Kualitas Pembelajaran. Pelaksanaan lompat jauh pada Siklus I mengacu pada RPP yang telah dikomunikasikan sebelumnya dengan ke dua Kolaborator. Dari dua kolaborator diperoleh hasil penilaian pelaksanaan pembelajaran yang tidak jauh berbeda. Dimana penilaian yang diberikan oleh kedua Kolaborator dikategorikan baik. Akan tetapi, ada beberapa poin yang harus ditingkat dalam memberikan pembelajaran berikutnya, diantaranya memperhatikan waktu yang diberikan pada setiap variasi gerak terhadap materi pembelajaran dan perhatian dalam mengkoreksi gerak siswa melakukan lompat jauh.

Zamroni (2007) mengemukakan, bahwa “kualitas proses pembelajaran merupakan bagaimana kondisi awal (*input*), yaitu kompetensi pedagogik dan profesional melalui suatu proses (*process*) untuk menghasilkan yang bermutu (*output*)”. Berarti, kualitas pembelajaran yang diberikan harus memperhatikan pedoman pembelajaran yang dimulai dari awal pembelajaran sampai akhir pembelajaran sesuai dengan RPP yang telah dibuat. Ditambah lagi harus

memperhatikan media dan sarana prasarana pembelajaran.

Sikap Siswa. Pembelajaran Siklus I diikuti oleh siswa dengan baik, karena adanya ragam variasi gerak yang diterapkan agar siswa aktif dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh. Siswa mengikuti setiap gerak yang diarahkan oleh guru mengenai teknik dasar dalam melaksanakan lompat jauh. Diantaranya variasi merangsang peningkatan kecepatan lari, gerakan untuk kekuatan tumpuan dalam melakukan tolakan dan gerakan melayang di udara serta berakhir pada gerakan pendaratan. Keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran akan memberikan berkontribusi positif terhadap hasil belajar yang dicapai siswa.

Hasil Belajar Siswa. Capaian ketuntasan belajar siswa pada Siklus I cukup baik yang dibuktikan lebih dari separoh siswa yang telah mencapai kriteria ketuntasan belajar. Untuk pencapaian ketuntasan belajar siswa secara keseluruhan, perlu dilakukan peningkatan proses pembelajaran melalui inovasi pembelajaran yang lebih meningkatkan keaktifan siswa dalam belajar salah satunya mengelompokkan siswa dalam proses pembelajaran. Pengelompokan siswa dalam proses

pembelajaran diharapkan siswa dapat saling bekerjasama dan membantu satu sama lain dalam perbaikan gerak terutama gerak teknik dasar dalam melakukan lompat jauh.

3) Siklus II

Pada Siklus II aspek yang dilakukan penilaian sesuai dengan permasalahan yang diteliti, yakni.

Kualitas Pembelajaran. Pelaksanaan lompat jauh pada Siklus II mengacu pada RPP yang telah dikomunikasikan sebelumnya dengan ke dua kolaborator. Penilaian yang diberikan oleh kedua kolaborator pada pembelajaran Siklus II ini meningkat dari Siklus I. Dimana, ke dua kolaborator menyatakan bahwa kegiatan proses pembelajaran pada Siklus II berjalan sangat baik. Karena sebagian besar proses pembelajaran yang dilaksanakan sangat merangsang keaktifan siswa melalui penerapan berbagai variasi gerak terutama dalam merangsang kemampuan siswa dalam melakukan gerak teknik dasar lompat jauh. Berarti, rangsangan akan keaktifan siswa dalam melakukan berbagai variasi gerak sangat berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan siswa yang berdampak positif pada pencapaian belajar siswa sesuai kriteria ketuntasan belajar terutama pembelajaran lompat jauh.

Sikap Siswa. Pembelajaran Siklus II diikuti oleh siswa dengan sangat baik, karena hampir dari keseluruhan dari siswa telah mencapai kriteria ketuntasan belajar. Dimana, kegiatan pembelajaran dirangsang dengan perlombaan yang diadakan dengan suatu hadiah sebagai penyemangat siswa, sehingga siswa lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran. Rangsangan keaktifan siswa melalui suatu pemberian hadiah merupakan suatu strategi belajar yang perlu diterapkan, karena melahirkan suatu hal yang positif terhadap perhatian siswa dalam mengikuti proses pembelajaran.

Hasil Belajar Siswa. Capaian ketuntasan belajar siswa pada Siklus II sangat baik karena hampir seluruh siswa mampu mencapai kriteria ketuntasan belajar. Hal ini, terjadi karena inovasi yang diciptakan dalam proses pembelajaran diantaranya berupa pujian kepada siswa karena melakukan gerak yang baik, dan berupa hadiah yang diberikan bagi siswa atau kelompok siswa yang menang atau jauh melakukan gerakan lompat jauh.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

Penerapan model *active learning* meningkatkan hasil belajar lompat jauh siswa kelas IV SD Negeri 006 Rambah Kabupaten Rokan Hulu Tahun Ajaran

2017/2018. Dimana, simpulan tersebut diperkuat dengan hasil penelitian sebagai berikut: 1) Tingkat penilaian Kolaborator terhadap kualitas pembelajaran meningkat dari 77,5% pada siklus I meningkat menjadi 87,5% pada siklus II. 2) Hasil Belajar Lompat Jauh yang diperoleh siswa pada prapenelitian sebesar 65,41% meningkat pada siklus I sebesar 73,91% dan meningkat menjadi sebesar 79,13% pada siklus II. 3) Indikator ketuntasan belajar siswa pada prapenelitian 20% meningkat pada siklus I sebesar 45% dan meningkat menjadi 85 % pada siklus II

Saran

Berdasarkan simpulan pada penelitian ini, dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Siswa, disarankan lebih meningkatkan motivasinya dalam mengikuti pembelajaran agar pembelajaran yang dilakukan dapat mencapai standar ketuntasan.
2. Guru, disarankan lebih mengembangkan kreatif menyajikan materi pembelajaran menarik oleh siswa. Dengan begitu proses pembelajaran berjalan dengan.

DAFTAR RUJUKAN

- Bahagia, Yoyo. 2010. *Pembelajaran Atletik*, Jakarta. Depdiknas
- Cahyo, Agus. 2013. *Panduan Aplikasi Teori-Teori Belajar Mengajar Teraktual dan Terpopuler*, Jogjakarta: DIVA Press
- Daryanto. 2010. *Hasil Belajar Menurut Para Ahli* (online) <http://aroxx.blogspot.co.id/2017/01/Pengertian-hasil-belajar-menurut-para-ahli.htm> (diksies 6 Juni 2017)
- Fadel. 2016. *Panduan Lengkap Ensiklopedia Mini Olahraga Untuk Guru & Pelajar*, Jakarta: Rexa Pustaka.
- Maolani, Rukaesih A dan Ucu Cahyono. 2015. *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Muharram, Nurahmad. *Nusantara of Research Volume 02, Nomor 01, April 2015, ISSN 2355-7249*, Kediri:Universitas Nusantara PGRI.
- Sutanto, Teguh. 2016. *Buku Pintar Olahraga*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Rusman. 2013. *Pembelajaran Tematik Terpadu Teori Praktik dan Penilaian*, Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Ropun. *Dinamika Jurnal Praktik Tindakan Kelas Pendidikan Dasar&Menengah Vol.6, No.4, Juli 2016 (edisi Kedua)*. ISSN 0854-2172.
- Purwanto. 2011. *Pengertian Hasil Belajar* (online). Tersedia dalam <http://misterchand89.blogspot.co.id/2013/03/beberapa-pengertian-hasil-belajar-htm> (6 Juni 2017)
- Tampubolon, Saur. 2013. *Penelitian Tindakan Kelas sebagai Pengembangan Profesi Pendidik dan Keilmuan*, Jakarta: Erlangga.
- Undang-Undang Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Tahun 2005*. Bandung, Fokusindo Mandiri.
- Wiarto, Giri. 2013. *Atletik*, Yogyakarta: Graha ilmu