

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas manusia dan olahraga adalah salah satu mata pelajaran yang diajarkan oleh tenaga pendidik di tingkat satuan pendidikan di Indonesia yang disingkat dengan PJOK (Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan). Muhajir (2017) menyatakan bahwa PJOK pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam bentuk fisik, mental, serta emosional. Wahyuningtyas (2017) PJOK merupakan salah satu bagian dari sistem pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa dalam aspek jasmani. Oleh karena itu, cara penyampaian yang dilakukan haruslah menarik dan menyenangkan supaya materi yang disampaikan dapat tepat sasaran dan memberikan hasil yang baik pula. Lebih lanjut Jupianto, Hernawan dan Wahyuningtyas (2020) PJOK merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan kepada siswa mulai dari sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), dan sekolah menengah atas (SMA). Menurut Adang (1999) menyatakan PJOK merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh.

Pemerintah Republik Indonesia melalui Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan nomor 160 tahun 2014 mengatur tentang pemberlakuan kurikulum 2013 di satuan pendidikan formal, baik itu di pendidikan dasar, pendidikan menengah maupun di pendidikan atas. Pendidikan dasar merupakan jenjang pendidikan yang melandasi jenjang pendidikan berikutnya. Pendidikan dasar berbentuk Sekolah Dasar (SD) dan Madrasah Ibtidaiyah (MI) atau bentuk lain yang sederajat. Pendidikan menengah berbentuk Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Madrasah Tsanamiyah (MT) atau bentuk lain yang sederajat. Pendidikan atas berbentuk Sekolah Menengah Atas (SMA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) dan Madrasah Aliyah (MA) atau bentuk lain yang sederajat.

Kurikulum 2013 dirancang untuk memperkuat kompetensi siswa dari sisi pengetahuan, keterampilan, dan sikap secara utuh. Keutuhan tersebut menjadi dasar dalam perumusan kompetensi dasar tiap mata pelajaran yang ada di setiap satuan tingkat pendidikan, sehingga kompetensi dasar tiap mata pelajaran mencakup kompetensi dasar kelompok pengetahuan, kompetensi dasar kelompok keterampilan dan kompetensi dasar kelompok sikap. Yusmawati dan Lubis (2019) mengungkapkan bahwa Kurikulum dipandang sebagai rencana kegiatan pembelajaran bagi siswa di sekolah, atau sebagai seperangkat tujuan yang ingin dicapai. Kurikulum juga bisa merujuk pada dokumen yang berisi rumusan tujuan, bahan ajar, kegiatan belajar mengajar, jadwal, dan evaluasi. Salah satu kompetensi kelompok keterampilan adalah pada tema atletik nomor lompat jauh.

El-Ashker et al., (2019) menyatakan lompat jauh adalah satu cabang olahraga terpenting yang dilakukan di trek dan lapangan dan terlibat dalam beberapa kompetisi seperti dasalomba, saptaloma, pancalomba”. Wu, Will F.W et al., (2012) mengungkapkan bahwa lompat jauh adalah tes standar umum yang digunakan oleh tenaga pendidik untuk mengevaluasi potensi dan kinerja siswa. Marija Lorger (2012) lompat jauh merupakan bagian integral dari pengujian proses untuk memperkirakan efisiensi fisik siswa. Selama pelajaran pendidikan jasmani itu berfungsi sebagai tes kekuatan dan kekuatan tubuh bagian bawah. Berkaitan dengan unsur kemampuan motorik, Alesi et al., (2014) menyatakan bahwa kekuatan sangat penting dalam olahraga yang membutuhkan kecepatan, dalam hal ini adalah lompat jauh. Selanjutnya Padulo et al., (2014) mengungkapkan bahwa unsur daya ledak sangat dibutuhkan dalam olahraga yang mengandung unsur kecepatan dan Tabben et al., (2013) menyatakan kekuatan otot tungkai atas dan bawah yang baik sangat diperlukan dalam olahraga yang memuat unsur kecepatan. Singh & Singh (2013) menyatakan bahwa faktor utama dalam performa lompat jauh adalah kekuatan dari kelompok otot tungkai bawah, yang memungkinkan pendekatan lari cepat bersamaan dengan lepas landas yang kuat gerakan. Kamnardsiri et al., (2021) menyatakan bahwa kinerja anak disetiap fase lompat jauh harus diperhatikan. Salah satu faktor kunci yang mempengaruhi kinerja pelompat adalah ahli yang

berpengalaman dalam lompat jauh yang mampu memberikan saran dan masukan kepada pelompat jauh, dalam hal ini adalah siswa SMP.

Siswa SMP adalah siswa yang termasuk dalam masa *Training to Train*, karena rentangan usia siswa SMP berada dalam usia 12-14 tahun. Sebagaimana yang dinyatakan Balyi et al., (2013) bahwa usia 12–14 tahun adalah masa *Training to Train*. Dimana masanya otomatisasi skill, akurasi dan kualitas permainan. Perempuan yang berusia 12-13 tahun merupakan tahap tetap fokus pada olahraga sebagai kesenangan dan berikan pengalaman. Siswa yang berusia 12–14 tahun ini dapat diberikan pembelajaran dengan situasi kompetitif, baik dalam permainan. Selanjutnya Oliver et al., (2014) mengungkapkan bahwa anak laki-laki usia 12-16 tahun dan anak perempuan usia 11-15 tahun adalah masa transisi dengan fokus pada kecepatan dan kekuatan secara khusus dilakukan untuk mendukung program peningkatan kecepatan. Demikian juga Bompa & Carrera (2015) bahwa usia 12-14 tersebut sebagai awal permulaan materi lompat jauh yang ada di cabang Atletik. Lloyd et al., (2011a) mengemukakan bahwa anak laki-laki usia 12-16 tahun dan anak perempuan usia 11-15 tahun telah dapat diperkenalkan gerakan plyometrik dengan beban luar. Lebih lanjut Indrarti et al., (2016) usia 12-14 tahun merupakan tahap formasi olahraga yang menekankan permainan yang bersifat kompetitif tanpa terlalu mengutamakan kemenangan dan Ibrahim (2015) pada usia 13-14 tahun adalah usia transisi antara pembentukan fisik dan tahap formatif dengan adanya unsur kegembiraan yang memegang peranan penting dalam proses pembentukan fisik.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat dinyatakan bahwa terampil dalam lompat jauh lebih mengutamakan proses perkembangan gerak siswa dari waktu ke waktu dengan memperhatikan fase-fase gerakan. Pendidik/guru menyampaikan materi pembelajaran sangat diharapkan agar siswa memiliki perubahan yang positif setelah proses pembelajaran, siswa yang awalnya tidak tahu menjadi tahu, siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa. Sebagai tenaga pendidik sangat diharapkan memiliki variasi penyampaian pembelajaran yang sesuai, sehingga menghasilkan hal diharapkan sejak perencanaan pembelajaran.

Kemendikbud (2017) menyatakan bahwa pembelajaran merupakan proses yang interaktif antara guru dengan peserta didik dengan melibatkan multi pendekatan yang akan membantu memecahkan permasalahan di dalam kelas. Lebih lanjut pembelajaran merupakan proses kegiatan belajar mengajar yang berperan dalam menentukan keberhasilan belajar peserta didik. Dengan demikian model pembelajaran merupakan salah satu solusi atau pegangan yang harus dimiliki pendidik/guru, sebagai pegangan dalam proses pembelajaran agar tercapainya perencanaan pembelajaran. Perasaan positif seperti rasa senang dan gembira akan mendorong kegiatan pembelajaran menjadi lebih mudah dalam mencapai tujuan pembelajaran, hal ini akan lebih menciptakan keadaan yang efektif dan efisien dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran.

Pendidik/ guru dapat memberikan saran atau masukan terhadap gerakan yang tidak sesuai serta selalu berupaya meningkatkan performa kondisi fisik siswa seperti kekuatan, kecepatan dan daya ledak. Selain itu juga, tenaga pendidik/ guru dapat membawa siswa dalam suasana gembira pada saat menjalankan aktivitasnya, sehingga dapat bereksplorasi dan menemukan hal yang baru secara tidak langsung dalam pembelajaran lompat jauh di setiap fase-fase keterampilan lompat jauh baik itu fase awalan, fase tumpuan, fase melayang dan fase mendarat.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan ditingkat satuan pendidikan SMP sebagai penelitian pendahuluan berupa analisis kebutuhan di 7 buah sekolah terlihat adanya siswa yang tidak aktif, siswa yang tidak bersemangat melakukan gerakan, terlihat siswa tidak berminat dan malas-malasan, duduk sambil berbicara dengan temannya. Seringkali siswa minta izin dari pembelajaran yang sedang berlangsung secara bergantian dengan berbagai alasan, ke kamar mandi, beli minuman, jajan dan lain sebagainya. Terlihat juga siswa yang duduk di bawah pepohonan saat jam pelajaran berlangsung sehingga saat materi pembelajaran lompat jauh tidak semua anak yang aktif. Di samping itu, metode mengajar yang diberikan guru tidak menimbulkan antusias siswa, ditambah lagi model yang diberikan masih bersifat konvensional, sehingga menimbulkan kejenuhan ataupun kebosanan pada siswa dalam mengikuti proses pembelajaran lompat jauh. Hal lain yang ditemukan adalah

proses pembelajaran yang dilakukan guru hanya menjelaskan secara garis besar tentang teknik dasar lompat jauh yang bersumber dari buku teks, keterbatasan waktu pembelajaran, keterbatasan sarana prasarana seperti lapangan dan minimnya media yang digunakan. Selanjutnya berkaitan dengan tingkat kesukaran siswa dalam melakukan gerakan lompat jauh dapat dilihat pada gambar diagram berikut:



Gambar 1.1: Tingkat Kesukaran Siswa dalam Proses Pembelajaran Lompat Jauh

Gambar 1.1 diagram di atas memaparkan bahwa dari 84 orang responden, diketahui 4% responden menyatakan sangat mudah dalam pembelajaran lompat jauh, 9% responden menyatakan mudah, 12% responden menyatakan ragu-ragu, 35% responden menyatakan sukar dan 24% responden menyatakan sangat sukar. Dengan demikian hanya 13% siswa yang dapat mempelajari keterampilan lompat jauh.

Berdasarkan temuan observasi yang dikemukakan di atas, sepatutnya guru mata pelajaran PJOK untuk menerapkan model pembelajaran lompat jauh yang sesuai dengan Kompetensi Dasar (KD) yaitu memahami variasi gerak spesifik keterampilan lompat jauh melalui berbagai permainan sederhana dan atau tradisional pada fase awalan, fase tolakan, fase melayang, dan fase mendarat dengan karakteristik siswa SMP yang rata-rata berada dalam rentangan usia 12-14 tahun. Sebagaimana yang ditegaskan Erikson & Erikson

(2020) yakni pendidikan harus direncanakan berdasarkan kompetensi siswa maupun karakteristik dari siswa itu sendiri. Lebih lanjut ditegaskan Yusmawati, Hagiyah dan Riyadi (2020) bahwa Pelaksanaan program pendidikan jasmani harus mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri yaitu “*Developmentally Appropriate Praktek*” (DAP). Artinya tugas mengajar harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak dan dapat membantu mendorong perubahan. Dengan demikian, tugas mengajar harus mengikuti tingkat perkembangan dan tingkat kematangan siswa yang mereka ajar. Perkembangan atau kematangan yang dimaksud meliputi fisik, psikologis dan keterampilan.

Berdasarkan beberapa pernyataan di atas dan hasil observasi yang penulis lakukan, maka untuk meningkatkan kualitas pembelajaran lompat jauh diperlukanlah sebuah solusi dan inovasi dalam proses pembelajaran lompat jauh, sehingga dapat berjalan secara maksimal serta materi-materi keterampilan lompat jauh banyak diminati oleh siswa. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan sebuah terobosan baru dengan pemikiran kreatif dan inovatif yang dilakukan pada siswa SMP melalui sebuah penelitian dengan judul “Model Pembelajaran Lompat Jauh Berbasis Permainan pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP).

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini terfokus pada model pembelajaran lompat jauh berbasis permainan pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP), dengan harapan tercapainya pembelajaran yang optimal dengan efektif, efisien, variatif, memiliki daya tarik serta menyenangkan.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah model pembelajaran lompat jauh berbasis permainan pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)?

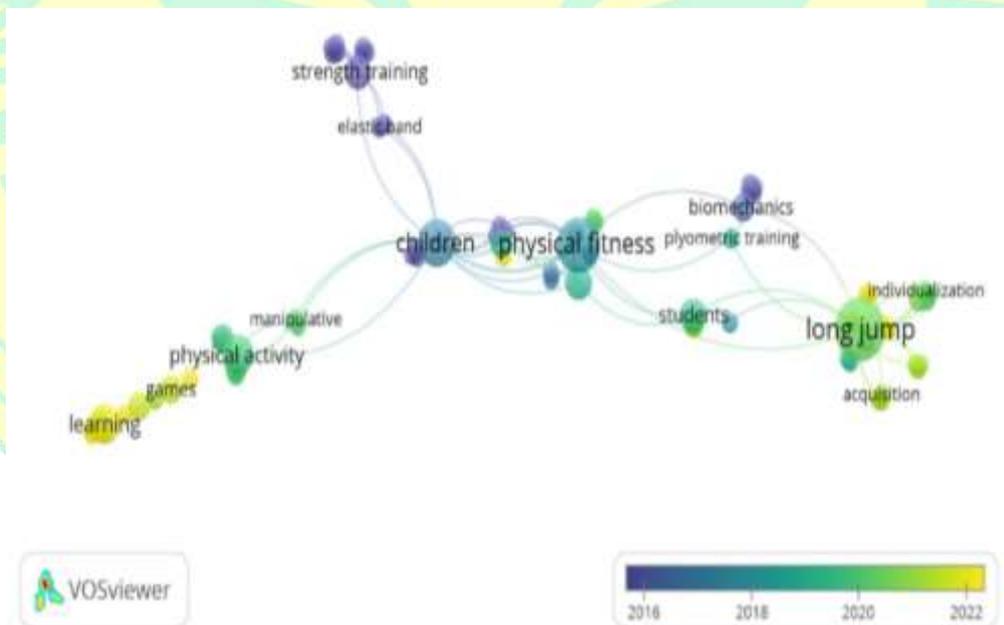
2. Apakah model pembelajaran lompat jauh berbasis permainan efektif meningkatkan keterampilan lompat jauh pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)?

D. *State Of The Art*

Peneliti melakukan dua analisis yang berbeda, pertama adalah analisis bibliometrik yang membandingkan penelitian dengan penelitian sebelumnya tentang topik yang sama, dan kedua adalah tinjauan pustaka untuk memastikan pemahaman yang padat dan luas tentang topik tersebut. Rangkuman dari kedua analisis tersebut dapat diuraikan sebagai berikut.

1. Analisis Bibliometrik

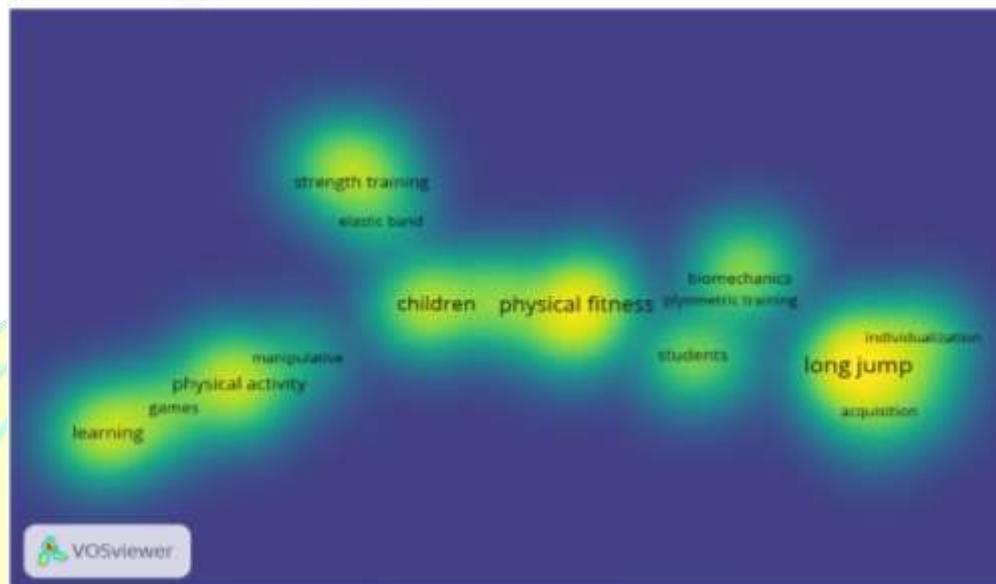
Peneliti telah memperoleh informasi bibliometrik dari *Scopus*, *Crossreff*, *PubMed* dan *Web of science* sebagai database yang paling umum digunakan untuk analisis bibliometrik. Pemetaan bibliometrik yang digunakan dalam analisis ini menggunakan bantuan perangkat lunak *Publish or Perish* dan *VOSviewer*. Adapun informasi yang didapatkan adalah sebagai berikut :



Gambar 1.2 Visualisasi Keterhubungan Variabel Berdasarkan Tahun

Berdasarkan gambar 1.2 di atas terlihat bahwa variabel lompat jauh, permainan telah dikaji oleh peneliti sebelumnya. Didukung oleh analisis

visualisasi kepadatan kata kunci penulis menggunakan perangkat lunak *VOSviewer*. Adapun hasilnya sebagai berikut :



Gambar 1.3 Visualisasi Kepadatan Kata Kunci Kejadian Bersama (*Co-Occurrence*)

Gambar 1.3 di atas memberikan representasi visual dari kata kunci Lompat jauh dan permainan. Setiap node dipelot visualisasi kepadatan kata kunci memiliki warna yang bergantung pada kepadatan item node. Dengan kata lain, warna node bergantung pada jumlah objek di lingkungan node. Kata kunci yang lebih sering muncul berada di area kuning. Di sisi lain (Liao et al., 2018) kata kunci lebih jarang muncul berada di area hijau. Dalam hal ini Lompat jauh dan permainan di area hijau kekuning-kuningan. Hal ini berarti variabel tersebut telah dikaji walaupun belum terlihat secara terintegrasi dengan siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Berdasarkan analisis bibliometrik di atas, peneliti akan mengembangkan penelitian yang membahas tentang model pembelajaran lompat jauh berbasis permainan untuk meningkatkan keterampilan Lompat jauh yang terdiri dari 4 fase yaitu fase awalan, tolakan/ tumpuan, melayang dan mendarat. Adapun subjek penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP).

2. Tinjauan Literatur

Menelusuri penelitian-penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan akan menunjukkan *state of the art* sebuah penelitian. Dari hasil penelitian terdahulu yang ditemukan, peneliti menemukan beberapa model yang digunakan, namun model yang digunakan tersebut perlu ditingkatkan dan disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan seorang anak dan disesuaikan dengan tingkat kebutuhan pembelajaran. Harman (2015) *the novelty given a topic and order set document that are both relevant to the topic and novel given has already been seen*. Menurut Harman tersebut dapat diartikan bahwa topik yang akan dibuat harus relevan. Kebaruanpun dapat dari tema yang sudah ada, dengan catatan dilakukan ditempat, wilayah atau negara, waktu, dan situasi yang berbeda. Keterbaruanpun dapat berupa penemuan, inovasi, model, objek, kasus, subjek, metode maupun lainnya.

Adapun penelitian yang berhubungan dengan kemampuan lompat jauh melalui permainan dapat dikemukakan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh: Muhammad Ali Ja'far, Hidayat Humaid dan Samsudin (2019) dengan judul penelitian "*Squat Style Long Jump Learning Model Based On Games For Middle School Students*" yang terdapat dalam jurnal *Physical Education, Health and Recreation*; Vol. 3, No. 2 (2019) 1-9 E-ISSN: 25489208, P-ISSN: 25489194. Penelitian ini menyatakan bahwa (1) Dengan model pembelajaran lompat jauh dengan pendekatan permainan pada siswa SMP dapat dikembangkan dan diterapkan dalam pembelajaran lompat jauh; (2) Dengan model pembelajaran lompat jauh melalui pendekatan permainan pada siswa SMP yang telah dikembangkan, diperoleh bukti adanya peningkatan, ini ditunjukkan pada hasil pengujian data hasil *pre-test* dan *post-test* adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah adanya perlakuan model.

Penelitian kedua dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh Suharnoko, F., & Firmansyah, G. (2018) dengan judul. Pengembangan Model Pembelajaran Melompat Melalui Permainan Lompat Cermin yang terdapat dalam *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(2), 145-158.

[https://doi.org/ 10.29407/js_unpgri.v4i2.12169](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v4i2.12169). Hasil penelitian menyatakan bahwa secara ringkas data yang diperoleh dari evaluasi ahli pembelajaran diperoleh hasil 81,25%, dari evaluasi ahli pendidikan jasmani diperoleh hasil 91,67%, evaluasi ahli permainan lompat cermin diperoleh hasil 87,50%. Uji coba kelompok kecil diperoleh data 69,27%, dari uji coba kelompok besar diperoleh data bahwa 82,29% maka dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran hasil pengembangan dapat digunakan.

Selanjutnya, lebih spesifik penelitian yang dilakukan oleh Ali Khafidin. S (2015) yang berjudul Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Permainan Jump Box yang terdapat dalam jurnal ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation di <https://doi.org/10.15294/active.v4i8.6513>

Dari beberapa penelitian di atas, berikut penelusuran studi literatur lainnya yang berkaitan dengan lompat jauh penulis kemukakan pada tabel *state of the art* dari sebuah penelitian.

Tabel 1.1 State of The Art

Tahun	Nama Penulis dan Jurnal	Metode
2011	Hiroyuki Koyama, Yuya Murali & Michiyoshi Ae. Portuguese Journal of Sport Sciences 11 (Suppl. 2), 2011	Pembelajaran dengan rintangan papan datar yang di tinggikan dan papan miring
2012	Porter J.M., Anton P.M., Wu W.F. The Journal of Strength & Conditioning Research DOI. 10.1519/JSC.0b013e31823f275c	Pembelajaran dengan peningkatan jarak fokus
2013	Flora Panteli, Charilaos Tsolakis, Dimitris Efthimiou and Athanasia Smirniotou. Journal Humankinetics DOI. 10.1123/tsp.27.1.40	Pembelajaran dengan mandiri dan observasi
2014	Makaruk, H. Czaplicki, A. Sacewicz, T. and Sadowski, J. Journal Biology of Sport DOI. 10.5604/20831862.1083273	Pembelajaran dengan lompatan tunggal dan lompatan berulang

2014	Bridgett, Lisa A. & Linthorne, Nicholas P. <i>Journal of Sports Sciences</i> 10.1080/02640410500298040	Pembelajaran fokus pada kecepatan
2015	Ford K.R., Myer G.D., Smith R.L., Byrnes R.N., Dopirak S.E., Hewett T.E. <i>Journal of Strength & Conditioning Research</i> DOI. 10.1519/15834.1	Pembelajaran dengan lompat vertikal dengan objek bola gantung
2015	Mohamad Bagus Suroso. <i>ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation</i> . DOI. 10.15294/active.v4i9.7409	Pembelajaran dengan model kangguru
2016	Sina Spancken, Christian Stockinger, Benjamin Thurer & Thorsten Stein <i>European Journal of Sport Science</i> . DOI.10.1080/17461391.2016.1141996	Pembelajaran Bilateral pada kaki yang dominan
2016	Nemtsev, Oleg; Doronin, Anatoliy; Nemtseva, Natalia; Sukhanov, Sergey and Shubin, Mikhail. 34 International Conference of Biomechanics in Sport	Pembelajaran dengan run-up pendek, menengah dan panjang (3,8 dan 12 langkah)
2016	Gregory C. Bogdanis, Athanasios Tsoukos, and Panagiotis Veligeas. <i>Journal: International Journal of Sports Physiology and Performance</i> . DOI.http://dx.doi.org/10.1123/ijsp.2016-0116	Pembelajaran Plyometrik
2016	Prasetyo, Koko. <i>Scholaria : Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan</i> . DOI.0.24246/j.scholaria.2016.v6.i3.p196-205	Pembelajaran dengan permainan
2016	Mukesh Kumar MISHRA, Vishan Singh RATHORE. <i>Turkish Journal of Sport and Exercise</i> . DOI: 10.15314/tjse.40102	Belajar Meningkatkan Kecepatan, Kelincahan, Tinggi dan Berat Badan
2017	Syarif, Ahmad. <i>Jurnal Keolahragaan</i> . DOI. 10.21831/jk.v5i2.5733	Pembelajaran menggunakan rekaman visual
2017	Bakar, Abu. <i>SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation</i> . DOI. 10.26858/sportive.v1i1.5242	Pembelajaran dengan metode kooperatif tipe STAD

2017	Hubert Makaruk, Andrzej Mastalerz-, Marcin Starzak , and Mariusz Buszta. Polish Journal of Sport and Tourism DOI: 10.1515/pjst-2015-0032	Pembelajaran dengan rintangan
2018	Widiastuti, Hutumo Pramudito. Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan. DOI. 10.21009/gjik.091.05	Pembelajaran melalui modifikasi alat bantu
2018	Hay, James G. Miller, John A. Human kinetics journal DOI.10.1123/ijsb.1.2.174	Pembelajaran focus pada Kecepatan
2018	Palmizal. Jurnal Prestasi. DOI. 10.24114/jp.v2i3.10125	Pembelajaran sprint dan box skip
2019	Said el-Ashker, Amr Hassan , Redha Taiar , Markus Tilp <i>Journal of Human Sport and Exercise</i> , 14(1), 215-224. DOI.https://doi.org/10.14198/jhse.2019.141.18	Pembelajaran dengan Plyometrik dan Klasikal

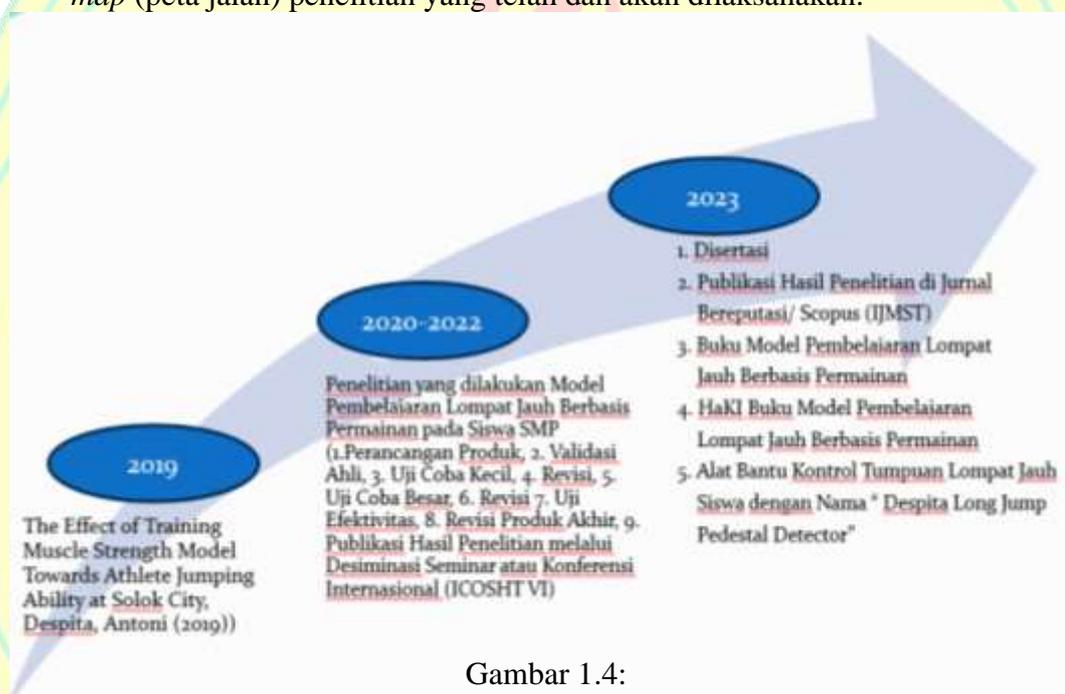
Berdasarkan tabel *state of the art* di atas, sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa satu atau dua permainan sering digunakan, namun tidak menutup kemungkinan melalui beberapa variasi permainan juga bisa diterapkan pada siswa SMP dengan syarat harus disesuaikan dengan karakteristik siswa SMP. Di samping itu sebagian besar penelitian terdahulu sepakat bahwa pembelajaran Lompat jauh melalui permainan dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh, asalkan diintegrasikan dengan karakteristik dan instruksi yang tepat. Dengan demikian yang menjadi kebaruan dalam penelitian ini adalah:

1. Model pembelajaran lompat jauh yang disajikan dalam bentuk 39 variasi pembelajaran lompat jauh berbasis permainan yang efektif, efisien, variatif, menarik dan menyenangkan yang dikemas dalam sebuah buku pedoman yang berjudul "Model Pembelajaran Lompat Jauh Berbasis Permainan Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)".
2. Adanya kebaruan instrumen lompat jauh yang terdiri dari 4 indikator penilaian yaitu fase awalan, fase tolakan, fase di udara dan fase mendarat dengan 25 sub indikator dan 30 butir uraian.

- Adanya alat bantu instrumen yang diberi nama *Despita Long Jump Pedestal Detector* sebagai alat kontrol sah atau gagalnya siswa dalam melakukan tumpuan lompat jauh.

E. Road Map Penelitian

Penelitian ini merupakan bagian dari penelitian yang dilakukan tahun sebelumnya. Oleh karena itu diperlukan suatu *road map* (peta jalan) suatu penelitian. Dengan adanya *road map* (peta jalan) dapat membantu arah dan target yang ingin dicapai dari penelitian yang dilakukan. Berikut adalah *road map* (peta jalan) penelitian yang telah dan akan dilaksanakan.



Gambar 1.4:
Road Map Penelitian
Model Pembelajaran lompat Jauh Berbasis Permainan
Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)

Berdasarkan gambar di atas menunjukkan bahwa penelitian ini merupakan rangkaian lanjutan dari beberapa penelitian yang dilakukan peneliti pada tahun sebelumnya. Jika sebelumnya peneliti dan tim telah melakukan penelitian dengan fokus Otot Tungkai bagi siswa SMP, maka pada penelitian ini, peneliti mengintegrasikan model pembelajaran lompat jauh pada tiap fase (fase awalan, fase tolakan/ tumpuan, fase melayang dan fase mendarat dengan berbagai variasi permainan untuk meningkatkan keterampilan lompat jauh siswa SMP.