

## BAB II

### KAJIAN TEORETIK

#### A. Deskripsi Konseptual

##### 1. Hasil Belajar Lompat Jauh

###### a. Belajar

Seseorang yang telah belajar ditandai dengan adanya perubahan tingkah laku atau perolehan kemampuan baru pada diri orang itu. Perolehan kemampuan itu, tidak semata-mata dari pertumbuhan dan kematangan, melainkan dengan usaha. Hal ini sesuai dengan pendapat Gagne sebagaimana dikutip oleh Siregar dan Nara "*Learning is relatively permanent change in behavior that result from past experience or purposeful instruction*"<sup>1</sup> Belajar adalah suatu perubahan perilaku yang relatif menetap yang dihasilkan dari pengalaman masa lalu ataupun dari pembelajaran yang bertujuan/direncanakan. Selain itu, Kimble seperti dikutip oleh Hergenhahn dan Olson mendefinisikan belajar sebagai berikut :

Belajar adalah perubahan tingkah laku atau potensi perilaku yang relatif permanen yang berasal dari pengalaman dan tidak bisa dinisbahkan ke *temporary body states* (keadaan tubuh temporer) seperti keadaan yang disebabkan oleh sakit, keletihan atau obat-obatan<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Evelina Siregar dan Hartini Nara, *Teori Belajar dan Pembelajaran* (Bogor : Ghalia Indonesia, 2010), p.4

<sup>2</sup> Hergenhahn and Matthew H. Olson, *Theories of Learning Edisi ke tujuh* (Jakarta : Kencana Prenada Media Group, 2010), p.8

Menurut Sadiman yang dikutip oleh Warsita “*belajar adalah suatu proses yang kompleks terjadi pada semua orang dan berlangsung seumur hidup*”<sup>3</sup>. Berdasarkan tiga pendapat tersebut, dapat diklasifikasikan bahwa belajar merupakan : (1) perubahan pada diri seseorang atau tingkah lakunya, (2) perubahan tingkah laku itu relatif permanen, (3) perubahan tingkah laku tidak memerlukan kejadian segera dari pengalaman yang dilakukan, (4) perubahan tingkah laku adalah sebagai akibat dari pengalaman atau Resiprokal, dan (5) berlangsung seumur hidup.

Sedangkan menurut Driscoll yang dikutip oleh Smaldino dkk, belajar adalah perubahan terus menerus dalam kemampuan yang berasal dari pengalaman individu dan interaksi individu dengan dunia<sup>4</sup>, lebih lanjut Smaldino mengemukakan bahwa belajar merupakan pengembangan pengetahuan, keterampilan atau sikap yang baru ketika seorang berinteraksi dengan informasi dan lingkungan<sup>5</sup>, Lingkungan belajar diarahkan oleh guru dan mencakup fasilitas fisik, suasana akademik dan emosional, serta teknologi pengajaran.

Dalam pandangan konstruktivisme, salah satunya menurut Bruner dalam Martini Jamaris belajar adalah proses yang aktif melalui membangun

---

<sup>3</sup> Bambang Warsita *Teknologi Pembelajaran landasan dan aplikasinya* (Jakarta : Rineka Cipta, 2008), p. 62

<sup>4</sup> Sharon E Smaldino, Deborah L. Lowther dan James D. Russell, *Instructional Technology & Media For Learning - Teknologi Pembelajaran dan Media Untuk Belajar* (Jakarta : Kencana, 2011), p.11.

<sup>5</sup> *Ibid.* p.11

berbagai ide dan berbagai konsep yang dikembangkan berdasarkan pengetahuannya saat ini serta pengetahuan yang diperoleh pada masa lalu,<sup>6</sup> secara jelas bahwa penganut aliran konstruktivisme mengatakan bahwa belajar adalah menyusun pengetahuan dari pengalaman kongkrit, aktivitas kolaborasi, refleksi dan interpersasi. Proses belajar pada hakekatnya terjadi pada diri peserta didik yang bersangkutan, walaupun prosesnya berlangsung dalam kelompok, bersama orang lain. Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu perubahan tingkah laku meliputi *kognitif*, *afektif* dan *psikomotorik*. terjadi karena usaha individu dengan sengaja untuk mentransformasikan kompetensi tertentu sehingga terjadi perubahan yang relatif permanen.

#### **b. Lompat Jauh**

Lompat jauh adalah nomor yang paling sederhana dan paling sederhana dibandingkan nomor-nomor lapangan lainnya.<sup>7</sup> Hal ini dikarenakan para siswa sebelum diberikan pembelajaran atau latihan lompat jauh siswa sudah dapat melakukan gerak dasar lompat jauh. Lompat jauh adalah nomor olahraga atletik lompat yang menuntut keterampilan melompat ke depan sejauh mungkin dengan satu kaki tolakan.<sup>8</sup> Lompat jauh merupakan salah satu dari nomor olahraga lompat yang bertujuan untuk memaksimalkan

---

<sup>6</sup> Martini Jamaris, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Yayasan Pena Mas Murni, 2010), p. 209.

<sup>7</sup> Eddy Purnomo, Dapan, *Dasar-dasar Gerak Atletik* (Yogyakarta: Alfabedia, 2011), p.93.

<sup>8</sup> Winendra Adi, *Seri Olahraga Atletik* (Yogyakarta: Insan Madani, 2008), p.49.

ukuran jarak capaian atau lompatan.<sup>9</sup> Prinsip dasar lompat jauh adalah membangun awalan yang secepat-cepatnya dan melakukan tolakan tang sekuat-kuatnya ke arah depan-atas dengan satu kaki untuk meraih ketinggian yang optimal saat melayang sehingga menghasilkan jarak yang sejauh-jauhnya.<sup>10</sup>

Nomor lompat jauh memiliki tujuan umum: (1) memproyeksikan pusat gravitasi (gaya berat) tubuh si pelompat di udara pada kecepatan bergerak ke muka dengan maksimal, (2) jauhnya lompatan yang dapat dicapai tergantung pada kecepatan lari, kekuatan, dan percepatan pada saat *take off* (memindahkan kecepatan horizontal ke gerakan bersudut).<sup>11</sup>

Penjelasan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa lompat jauh adalah olahraga atletik yang merupakan bagian dari nomor lompat dengan didahului oleh ancang-ancang lari secepat-cepatnya dengan menumpu satu kaki menolakan sekuat-kuatnya ke arah depan-atas untuk meraih ketinggian yang optimal dan menghasilkan lompatan yang sejauh-jauhnya.

### **c. Teknik Lompat Jauh**

Lompat jauh bila dilihat dari teknik gerakannya dapat dibagi menjadi beberapa tahap, yaitu:

---

<sup>9</sup> Dikdik Zafar Sidik, *Mengajar dan Melatih Atletik* (Bandung: PT. Rosda Karya, 2013), p. 56.

<sup>10</sup> Yudy Hendrayana, *Bermain Atletik* (Bandung : UPI Bandung, 2007), p.79

<sup>11</sup> Jess Jarver, *Belajar dan Berlatih Atletik*, (Bandung: Pionir Jaya, 2007), p. 24

## 1. Awalan

Awalan dalam lompat jauh dapat dijelaskan sebagai suatu gerak lari cepat dari suatu sikap start berdiri (*standing start*). Kemantapan dalam mengambil awalan adalah penting dan cara yang ideal untuk mencapai itu adalah melakukan lari percepatan secara gradual (sedikit demi sedikit) meningkat. Pelompat senior yang baik menggunakan awalan sejauh 30 – 50 meter, pelompat junior dan anak-anak sekolah biasanya menggunakan suatu awalan yang lebih pendek.

Pada saat pelompat bergerak maju di lintasan awalan lari, frekuensi langkah dan panjang langkah lari harus meningkat, sedangkan tubuh dari sedikit ditegakkan sampai tiba saatnya untuk bersiap melakukan gerakan menolak dibalok tumpu.

Pada 3 – 5 langkah terakhir dalam awalan lari pelompat bersiap merubah kecepatan horizontal menjadi kecepatan vertical pada saat menumpu. Yang harus diperhatikan adalah lutut harus diangkat sedikit lebih tinggi daripada dalam suatu langkah lari sprint yang normal guna menjamin atau mempertahankan tubuh pelompat ada dalam posisi tegak yang baik. Dalam tiga langkah lari terakhir panjang langkah dan irama langkah harus diatur menjadi pendek – panjang pendek. Semakin panjang langkah

kedua dari akhir akan menurunkan titik pusat massa tubuh dan sedikit memberikan impuls vertical untuk diterapkan pada saat menumpu sehingga membuat jalur gerak percepatan yang lebih panjang.

## 2. Tolakan

Pada lompat jauh peletakan kaki tumpu pelompat mendarat dengan cepat pada seluruh tapak kakinya yang kaki tumpunya hampir diluruskan sepenuhnya. Kaki harus digerakkan kearah bawah dalam gerakan cepat, seperti gerakan mencakar. Dan setiap gerakan menahan harus dihindari.

Kemudian kaki tumpu harus sedikit ditekuk (kira-kira  $165^{\circ}$ ) dan kaki ayun akan bergerak melewatinya. Pada tahap ini sangatlah penting pada tubuh bagian atas untuk tetap dipertahankan tegak dan pandangan mata harus lurus.

Gerakan menolak/bertumpu itu selesai pada saat pelompat meluruskan lutut dan sendi-sendi mata kaki dari kaki tumpu. Gerakan ke atas dari lengan dan mengangkat bahu harus dibawa sampai berhenti mendadak (*blocking*). Pemindahan momentum dari lengan dan bahu kepada tubuh, akan menambah tingginya lompatan. Pada saat pelompat lepas dari balok tumpu pada kaki

ayun harus dalam posisi horizontal, tungkai bawah harus menggantung vertical dan badan tegak.

### 3. Melayang di udara

Pada saat pelompat lepas meninggalkan balok tumpu jalur perjalanan gerak pusat massa tubuh tercipta dan tidak ada suatu yang dapat dikerjakan selama gerak melayang untuk merobahnya. Namun gerakan lengan dan kaki pelompat dalam tahap ini adalah penting untuk mempertahankan keseimbangan tubuh serta persiapan untuk tahap pendaratan. Pada tahap melayang inilah yang membedakan gaya-gaya dalam lompat jauh.

Gaya jongkok disebut juga gaya duduk di udara (sit down in the air). Setelah kaki kiri bertumpu, maka kaki ayun diangkat cepat tinggi ke depan. Pada saat itu pula ke dua lengan diangkat ke depan-atas. Setelah kaki kiri lepas dari balok tumpu segera diayun ke depan sehingga sejajar dengan kaki kanan. Pada saat mencapai titik ketinggian sikap badan dan kaki seperti duduk/berjongkok. Selanjutnya setelah bergerak turun, ke dua kaki diluruskan ke depan. Perhatian pada pendaratan.

### 4. Pendaratan

Pendaratan merupakan tahap terakhir dari serangkaian gerakan lompat jauh. Secara sepiantas memang tampak mudah melakukan

pendaratan. Walau demikian ada beberapa hal yang perlu diperhatikan:

- a. Harus dilakukan dengan sadar, agar gerakan yang tidak perlu dapat di hindari.
- b. Pendaratan sebaiknya dilakukan dengan ke dua belah kaki dan pada bagian tumit terlebih dahulu untuk menghindari rasa sakit atau cedera.
- c. Sebelum tumit menyentuh pasir, ke dua kaki harus benar-benar diluruskan/dijulurkan ke depan. Usahakan jarak antara ke dua kaki jangan terlampaui berjauhan. Karena semakin besar jarak antara ke dua kaki (terlalu lebar) berarti akan mengurangi jauhnya lompatan.
- d. Untuk menghindari tidak jatuh duduk pada pantat maka setelah tumit berpijak di pasir, ke dua lutut segera ditekuk dan biarkan badan condong terus jatuh terjerumus ke depan.
- e. Sesaat selesai melakukan pendaratan, jangan keluar atau kembali ke tempat awalan melewati/menginjak daerah pendaratan yang terletak antara bekas pendaratan dengan papan tumpuan.

#### d. Hasil belajar

Menurut Bloom yang dikutip oleh Sagala hasil belajar adalah perubahan kualitas kemampuan kognitif, afektif dan psikomotorik<sup>12</sup>. Ranah kognitif meliputi tujuan-tujuan belajar yang berhubungan dengan memanggil kembali pengetahuan dan pengembangan kemampuan intelektual dan keterampilan. Ranah afektif meliputi tujuan-tujuan belajar yang menjelaskan perubahan sikap, minat, dan nilai-nilai, dan pengembangan apresiasi serta penyesuaian. Ranah psikomotorik mencakup perubahan perilaku yang menunjukkan bahwa siswa telah mempelajari keterampilan manipulatif fisik tertentu.

Oleh Anderson dan Krathwohl ranah kognitif dari taxonomy Bloom direvisi menjadi dua dimensi, yaitu dimensi proses kognitif dan dimensi *knowledge*. Dimensi proses kognitif terdiri dari enam tingkatan yaitu : mengingat (*Remember*), memahami (*Understand*), mengaplikasikan (*Apply*), menganalisis (*Analyze*), mengevaluasi (*Evaluate*), dan mencipta (*create*). Sedangkan dimensi pengetahuan terdiri dari empat tingkatan yaitu : Faktual, Konseptual, Prosedural, dan metakognitif<sup>13</sup>. Menurut Nata hasil belajar

---

<sup>12</sup> Syaiful Sagala, *Konsep dan makna pembelajaran* cet. Keenam (Bandung : Alfabeta, 2008), p. 34

<sup>13</sup> Rin W. Anderson dan David R. Krathwohl, *A Taxonomy for Learning, Teaching, and Assessing: A Revision of Bloom's Taxonomy of Educational Objectives* (New York: Addison Wesley Longman, Inc., 2010), p. 6.

adalah perubahan positif selama dan sesudah proses belajar dilaksanakan,<sup>14</sup> perubahan ini dapat dilihat dari timbulnya keinginan yang kuat pada diri setiap siswa untuk belajar mandiri yang mengarah pada terjadinya peningkatan baik pada segi kognitif, afektif maupun psikomotorik.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, ternyata suatu proses pembelajaran pada akhirnya akan menghasilkan kemampuan seseorang yang mencakup: pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Perubahan kemampuan itu merupakan indikator untuk mengetahui hasil belajar. Teori-teori tentang pengertian belajar dan hasil belajar yang dikemukakan di atas, menjadi acuan untuk menentukan jenis hasil belajar yang diasumsikan paling memadai dalam penelitian ini.

Hasil belajar lompat jauh adalah kemampuan yang dimiliki siswa meliputi: pengetahuan, pemahaman, dan penerapan, terhadap materi pelajaran lompat jauh, mencakup penguasaan fakta, konsep gerak, sikap, serta dapat mengamalkan dalam kehidupan peserta didik yang dinyatakan dalam skor tertentu, dan diukur dengan tes. Menurut Anne Anastasi tes adalah alat pengukur yang mempunyai standar yang obyektif sehingga dapat digunakan secara meluas, serta dapat betul-betul digunakan untuk mengukur dan membandingkan keadaan psikis atau tingkah laku individu<sup>15</sup>. Hasil tes

---

<sup>14</sup> Abuddin Nata, *Persepektif Islam tentang Strategi Pembelajaran* (Jakarta : Kencana Prenada Media Group, 2009), h. 311

<sup>15</sup> Annas Sudjiono, *Pengantar Evaluasi Pendidikan* ( Jakarta : Rajagrafindo Persada, 2008), h. 66

dapat memberi informasi tentang apa dan seberapa jauh penyerapan materi yang telah dikuasai siswa setelah mengikuti proses pembelajaran Lompat jauh.

## **2. Karakteristik Siswa SMP.**

Guru harus memahami karakteristik siswa dalam mengajar, membimbing dan mendidik siswa. Siswa SMP adalah pelajar yang menempuh pendidikan setelah pendidikan dasar. Usia siswa SMP berkisar antara 13 – 16 tahun, atau sering pula disebut fase remaja. Seperti yang dikatakan Sitti Hartinah, bahwa masa remaja adalah tahapan perkembangan yang pada umumnya dimulai sekitar usia 13 tahun.<sup>16</sup> Usia remaja merupakan batas peralihan dari kehidupan anak-anak menuju dewasa.

Menurut Sitti Hartinah, Perkembangan anak pada masa ini sangat labil, karena masa ini merupakan massa peralihan dari masa kanak-kanak untuk memasuki dunia dewasa, dimana setiap peralihan pasti menimbulkan gejolak.<sup>17</sup> Kehidupan remaja adalah sangat rawan, karena emosi yang tidak stabil bila mendapat pengaruh yang negatif akan lebih cepat di respon tanpa memperhitungkan untung dan rugi. Apabila hal ini tidak diperhatikan dengan baik maka siswa akan bertindak semaunya, tidak memperhitungkan norma-norma dan aturan-aturan yang ada. Untuk itu guru perlu mendapatkan dan memahami sifat-sifat anak remaja dengan baik.

---

<sup>16</sup> Sitti Hartinah, *Perkembangan Peserta Didik*. (Bandung : Reflika Aditama.2008), h. 71

<sup>17</sup> *Ibid.*,h. 53

Menurut Syaiful Bahri Jamarah, sifat yang penting dalam usia remaja adalah masa pencarian dan penjelajahan identitas diri, butuh pengakuan dan penghargaan, perkembangan sosial makin luas, kematangan seksual dan dorongan untuk mendapatkan kepuasan, anak ingin menentukan jati dirinya.<sup>18</sup>

Dengan mengetahui sifat-sifat anak SMP, maka guru dapat sedini mungkin mengantisipasi bagaimana cara berbuat dan bertindak dalam menghadapi siswa. Pengetahuan ini untuk mendasari dalam usahanya untuk mengarahkan, mendorong dan membimbing serta memberi petunjuk kepada anak didiknya, dalam mata pelajaran pendidikan jasmani.

### **3. Metode Pembelajaran Lompat jauh**

#### **a. Metode Pembelajaran**

Metode pembelajaran memiliki kedudukan yang sangat krusial dalam mendukung keberhasilan pembelajaran. Itulah sebabnya, para ahli pendidikan sepakat, bahwa seorang guru yang ditugaskan mengajar di sekolah, haruslah guru yang professional, yaitu guru yang antara lain ditandai oleh penguasaan berbagai metode pembelajaran. Melalui metode pembelajaran, mata pelajaran dapat disampaikan secara efisien, efektif dan terukur dengan baik, sehingga dapat dilakukan perencanaan dan perkiraan dengan tepat.

---

<sup>18</sup> Syaiful Bahri Jamarah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Rineka Cipta.2015) p. 144

Menurut Nata metode dapat diartikan, sebagai cara-cara atau langkah-langkah yang digunakan dalam menyampaikan sesuatu gagasan, pemikiran atau wawasan yang disusun secara sistematis dan terencana serta didasarkan pada teori dan konsep tertentu.<sup>19</sup> Sedangkan menurut Munjin dan Kholidah metode adalah prinsip-prinsip atau cara yang harus dilalui sebagai dasar kegiatan untuk mengarahkan perkembangan seseorang.<sup>20</sup>

Metode pembelajaran adalah cara atau langkah-langkah yang dilakukan oleh guru untuk menyampaikan materi pelajaran, agar materi yang disampaikan dapat diterima secara optimal oleh siswa dengan pengkondisian situasi yang dibuat. Seperti, pada situasi kelas dengan karakteristik siswa yang heterogen baik kelas kecil maupun kelas besar, penanganannya jelas berbeda, baik dalam metode pengorganisasian, penyampaian maupun metode pengelolaannya. Hal ini dimaksudkan agar hasil pembelajaran dapat berlangsung secara efektif dan efisien serta memiliki daya tarik tersendiri.

Beberapa penjelasan yang dikemukakan di atas dapat disimpulkan metode pembelajaran adalah berbagai cara yang digunakan oleh guru, sebagai jalan pembinaan pengetahuan, sikap dan tingkah laku, sehingga nilai-nilai materi pelajaran dapat terlihat dalam pribadi siswa.

---

<sup>19</sup> Abuddin Nata, *op.cit*, p. 176

<sup>20</sup> Ahmad Munjin Nasih dan Lilik Nur Kholidah, *Metode dan Teknik Pembelajaran* (Bandung: PT. Refika Aditama, 2009) p. 29

## **b. Metode Pembelajaran Resiprokal**

Pendekatan metode resiprokal adalah suatu model pembelajaran di mana siswa diberi kesempatan untuk mempelajari materi terlebih dahulu, kemudian siswa menjelaskan kembali materi yang dipelajari kepada siswa yang lain.<sup>21</sup> Guru hanya bertugas sebagai fasilitator dan pembimbing dalam pembelajaran, yaitu meluruskan atau memberi penjelasan mengenai materi yang tidak dapat dipecahkan secara mandiri oleh siswa. Pada implementasinya resiprokal menciptakan realitas yang mencapai hakikat tujuan, tujuan ini merupakan bagian dari dua aspek (1) hubungan sosial diantara teman, dan (2) memberikan umpan balik segera, sehingga jika terdapat kesalahan langsung dapat di koreksi.

Seperti yang dijelaskan Trisna Rahayu bahwa metode resiprokal mempunyai prosedur pokok pembelajaran, antara lain :<sup>22</sup>

1. Siapkan lembar kerja yang memuat deskripsi gerakan atau pokok bahasan yang harus dilakukan siswa.
2. Bentuklah kelas menjadi formasi berpasangan yang akan berperan sebagai pelaku dan pengamat. Pelaku melakukan atau melaksanakan gerakan atau pokok bahasan yang tertera dalam lembar kerja. Pengamat mengamati proses pelaksanaan pelaku, mencatat kekurangan pada

---

<sup>21</sup> Aris Shoimin, *Model Pembelajaran Inovatif dalam Kurikulum 2013* (Yogyakarta: Ar-ruzz Media 2014

<sup>22</sup> Ega Trisna Rahayu, *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani* (Bandung: Alfabeta, 2013) p. 153

lembar kerja, dan menyampaikan hasil pengamatan kepada pelaku setelah selesai melakukan gerakan-gerakan tersebut. Hasil pengamatannya itu kemudian didiskusikan pasangan tersebut.

3. Berganti peran, yang tadinya pelaku menjadi pengamat dan sebaliknya.

Kondisi pembelajaran tersebut dihubungkan dengan kegiatan pembelajaran dan peran siswa dalam melaksanakan tugas. Kelas diatur berpasangan dengan peranan- peranan khusus untuk tiap *partner*. Tujuan dari metode resiprokal adalah siswa bekerja dengan pasangan dan memberikan umpan balik kepada pasangan, yang berdasarkan kriteria yang telah dipersiapkan oleh guru. Hakikat dari metode resiprokal yaitu siswa bekerja dengan pasangan, menerima umpan balik dengan segera, mengikuti kriteria yang telah dirancang guru, dan mengembangkan umpan balik dan keterampilan sosialisasinya.

Ciri dari Metode pembelajaran ini adalah kelas dioorganisasi/dibuat formasi dalam bentuk pasangan-pasangan, setiap anggota pasangan memiliki peran khusus dalam proses umpan balik. Latihan selanjutnya siswa melakukannya bersama-sama dengan pasangan masing-masing, dimana yang satu berindak sebagai pengamat dan yang lainnya melakukan aktivitas pengajaran pendidikan jasmani berupa gerakan.<sup>23</sup> Peran pelaku ,

---

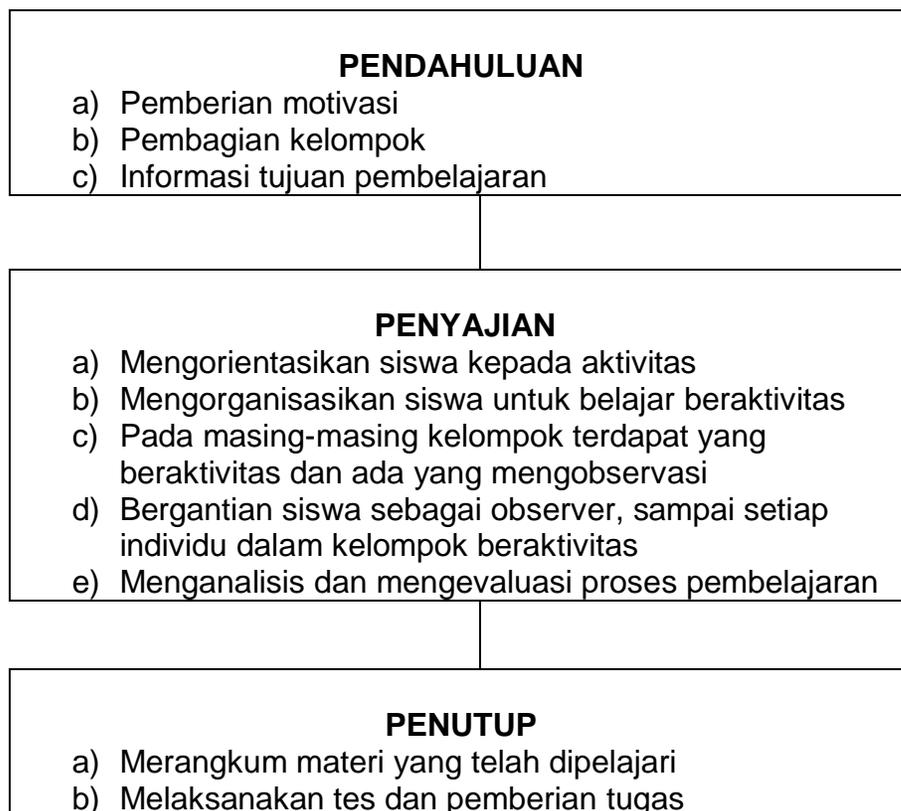
<sup>23</sup> H.J.S Husdarta, Yudha M. Saputra, *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan* (Bandung: Alfabeta,2013) p. 33

menampilkan tugas dan membuat keputusan seperti yang terdapat dlm Metode Resiprokal (b) Peran pengamat memberikan umpan balik kepada pelaku berdasarkan kriteria yang disiapkan oleh guru. Umpan balik ini terjadi selama pelaku melakukan unjuk kerja atau selesai menampilkan keseluruhan tugas yang ada. Bila sudah selesai melakukan tugas masing-masing maka kedua pasangan akan berganti peran, seorang pelaku menjadi pengamat dan seorang pengamat berganti menjadi pelaku. Peran seorang di sini memastikan apakah seorang pengamat telah melakukan tugasnya sesuai yang diperankan mereka, oleh karena itu garis komunikasi hanya berlaku antara seorang pengamat dengan guru, sedang pelaku tidak boleh berkomunikasi dengan guru. Metode ini memungkinkan seorang siswa dalam proses pembelajaran dapat memperoleh umpan balik dengan segera dari pasangannya terhadap apa yang telah dilakukan dari suasana sosial dan psikologis yang berbeda di dalam kelas. Pengaturan dalam kelompok setelah pertemuan diberikan kepada siswa dua peran yang jelas.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dalam metode resiprokal yang diutamakan adalah hubungan sosial antara siswa sehingga membantu memotivasi dan menciptakan suasana yang berbeda. Apabila proses belajar berlangsung secara maksimal, maka kemungkinan besar hasil belajar juga akan optimal. Penugasan penyelesaian masalah dalam pembelajaran sangat

---

berhubungan dengan materi pokok dan sub-sub materi yang dikaji dalam mata pelajaran lompat jauh, setelah dijabarkan ke dalam standar kompetensi dan kompetensi dasar. Adapun bentuk penerapannya dari keseluruhan kegiatan pembelajaran yang terdiri dari kegiatan pendahuluan, penyajian, dan penutup, dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2.1

Penerapan Metode Resiprokal

Sumber: Ega Trisna Rahayu, Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani (Bandung: Alfabeta, 2013)

Pada setiap pertemuan guru menjelaskan sekilas mengenai metode pembelajaran dengan umpan balik. Dalam kegiatan ini setiap siswa mengenal dan mengingat informasi yang diperoleh khususnya mengenai metode umpan balik dan cara menggunakannya serta materi apa yang akan dipelajari, karena penyimpanan informasi dibenak pikiran siswa menghendaki siswa mengingat apa yang sudah dipelajari. Kemudian guru membagi siswa ke dalam kelompok antara 3 sampai 4 orang. Selanjutnya guru menjelaskan tujuan pembelajaran, disini setiap siswa akan saling bersosialisasi dan mengoreksi, dan bergantian bertukar peran, sehingga semua memahami mana yang kurang benar dan mana yang benar.

Pada kegiatan penutup, siswa bersama-sama guru merangkum materi, kemudian guru memberikan penilaian siswa melalui lembar penilaian (LP) portofolio yang sudah disiapkan guru untuk materi yang telah dipelajari, dilanjutkan dengan pemberian tugas di rumah secara teoritis dan praktek. Tugas-tugas dapat dibuat langsung oleh guru atau menggunakan Resiprokal pada buku siswa.

### c. Metode Pembelajaran Demontrasi

Metode demontrasi adalah metode yang menggunakan peragaan untuk memperjelas sesuatu, sehingga terlihat bagaimana proses terjadinya sesuatu. Pertunjukan tentang proses terjadinya suatu peristiwa atau benda sampai pada penampilan tingkah laku yang dicontohkan agar dapat diketahui dan dipahami oleh peserta didik secara nyata atau tiruannya.<sup>24</sup>

Metode demontrasi adalah metode menggunakan peragaan untuk memperjelas suatu pengertian yang memperlihatkan proses terjadinya sesuatu.<sup>25</sup>

Sementara menurut Syaiful Bahri Djamarahh,<sup>26</sup> bahwa metode demontrasi adalah metode yang digunakan untuk menyajikan pelajaran dengan cara memeragakan atau mempertunjukkan kepada siswa suatu proses, situasi, atau benda tertentu yang sedang dipelajari, baik sebenarnya ataupun tiruan, yang sering disertai dengan penjelasan lisan.

Menurut Syaiful<sup>27</sup> metode demontrasi ini lebih sesuai untuk mengajarkan bahan-bahan pelajaran yang merupakan suatu gerakan-gerakan, suatu proses maupun hal-hal yang bersifat rutin. Dengan metode

---

<sup>24</sup> Syaiful Sagala, *Konsep dan Makna Pembelajaran* (Jakarta : Alfabeta Sagala, 2006), p. 210.

<sup>25</sup> Ahmad Munjin Nasih dan Lilik Nur Khiolidah, *op.cit.* p. 63

<sup>26</sup> Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain, *Strategi Belajar Mengajar* (Jakarta : Rineka Cipta, 2010), p.90

<sup>27</sup> Saiful Sagala, *lop.cit.*

demonstrasi peserta didik berkesempatan mengembangkan kemampuan mengamati segala benda yang sedang terlibat dalam proses serta dapat mengambil kesimpulan-kesimpulan yang diharapkan.

Tujuan pengajaran menggunakan metode demonstrasi adalah untuk memperlihatkan proses terjadinya suatu peristiwa sesuai materi ajar, cara pencapaiannya dan kemudahan untuk dipahami oleh siswa dalam pengajaran kelas. Metode demonstrasi mempunyai beberapa kelebihan dan kekurangan.

Manfaat psikologis dari metode demonstrasi adalah : (1) perhatian siswa dapat lebih dipusatkan, (2) proses belajar siswa lebih terarah pada materi yang sedang dipelajari, (3) pengalaman dan kesan sebagai hasil pembelajaran lebih melekat dalam diri siswa.

Semua metode mempunyai kelebihan dan kekurangan, termasuk metode demonstrasi juga memiliki kelebihan dan kekurangan, Kelebihan dan kekurangan metode demonstrasi adalah sebagai berikut : Metode demonstrasi juga memiliki kelebihan dibandingkan dengan metode yang lain; (1) dapat membuat pengajaran lebih jelas dan lebih kongkret, sehingga menghindari verbalisme (pemahaman secara kata-kata atau kalimat) (2) Siswa lebih mudah memahami apa yang dipelajari (3) Proses pengajaran lebih menarik (4) siswa dirancang untuk aktif mengamati, menyesuaikan antara teori dengan kenyataan, dan mencoba melakukannya sendiri.<sup>28</sup> (5) perhatian siswa dapat

---

<sup>28</sup> Saiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain, *op.cit.*, p. 91

dipusatkan pada hal-hal yang dianggap penting oleh guru sehingga hal yang penting itu dapat diamati secara teliti. Di samping itu, perhatian siswa pun lebih mudah dipusatkan kepada proses belajar mengajar dan tidak kepada yang lainnya, (6) dapat membimbing siswa ke arah berpikir yang sama dalam satu saluran pikiran yang sama, (7) ekonomis dalam jam pelajaran di sekolah dan ekonomis dalam waktu yang panjang dapat diperlihatkan melalui demonstrasi dengan waktu yang pendek, (8) dapat mengurangi kesalahan-kesalahan bila dibandingkan dengan hanya membaca atau mendengarkan, karena murid mendapatkan gambaran yang jelas dari hasil pengamatannya, (9) karena gerakan dan proses dipertunjukkan maka tidak memerlukan keterangan-keterangan yang banyak, dan (10) beberapa persoalan yang menimbulkan pertanyaan atau keraguan dapat diperjelas waktu proses demonstrasi.<sup>29</sup>

Metode demonstrasi juga memiliki kekurangan yakni: (1) metode ini memerlukan keterampilan guru secara khusus, karena tanpa ditunjang hal itu, pelaksanaan demonstrasi akan tidak efektif, (2) fasilitas seperti; peralatan, tempat, dan biaya yang memadai tidak selalu tersedia dengan baik, (3) demonstrasi memerlukan kesiapan dan perencanaan yang matang disamping memerlukan waktu yang cukup panjang, yang mungkin terpaksa mengambil

---

<sup>29</sup> Saiful Sagala, *op.cit.*, p. 211

waktu atau jam pelajaran lain.<sup>30</sup> (4) derajat visibilitasnya kurang, peserta didik tidak dapat melihat atau mengamati keseluruhan benda atau peristiwa yang didemonstrasikan kadang-kadang terjadiperubahan yang tidak terkontrol, (5) untuk mengadakan demonstrasi digunakan ala-alat yang khusus, kadang-kadang alat itu susah didapat. Demonstrasi merupakan metode yang tidak wajar bila alat yang didemonstrasikan tidak dapat diamati secara seksama, (6) dalam mengadakan pengamatan terhadap hal-hal yang didemonstrasikan diperlukan pemusatan perhatian. Dalam hal ini banyak diabaikan oleh peserta didik, (7) tidak semua hal dapatdidemonstrasikan di kelas, (8) memerlukan banyak waktu sedangkan hasilnya kadang-kadang sangat minimum, (9) kadang-kadang hal yang didemonstrasikan di kelas akan berbeda jika proses itu didemonstrasikan dalam situasi nyata atau sebenarnya, (10) agar demonstrasi mendapatkan hasil yang baik diperlukan ketekitian dan kesabaran.<sup>31</sup>

Metode demonstrasi, proses penerimaan siswa terhadap pelajaran akan lebih berkesan secara mendalam, sehingga membentuk pengertian dengan baik dan sempurna. Juga siswa dapat mengamati dan memperhatikan apa yang diperlihatkan selama pelajaran berlangsung.

Metode demonstrasi baik digunakan untuk mendapatkan gambaran yang lebih jelas tentang hal-hal yang berhubungan dengan proses mengatur

---

<sup>30</sup> Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain, *lop.cit.*

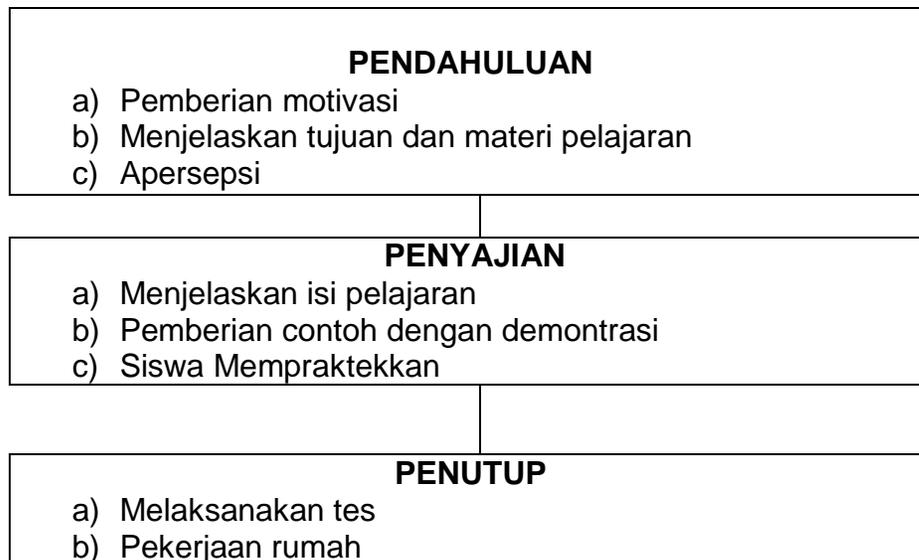
<sup>31</sup> Syaiful Sagala, *op.cit.*, p.212

sesuatu, proses membuat sesuatu, proses bekerjanya sesuatu proses mengerjakan atau menggunakannya, komponen-komponen yang membentuk sesuatu, membandingkan suatu cara dengan cara lain dan untuk mengetahui atau melihat kebenaran sesuatu.

Metode ini intinya adalah praktek atau guru memberitahukan dengan riil apa yang harus dipelajari oleh siswa, guru member contoh kepada siswa, baik berupa gerakan langsung dari guru atau guru menampilkan video yang harus ditiru oleh siswa. Walaupun mata pelajaran yang akan disampaikan dengan menggunakan metode ini tidak terstruktur, diharapkan materi pelajaran yang disampaikan itu dapat dikuasai oleh siswa dengan baik, media pembelajaran digunakan untuk alat bantu dalam rangka memperjelas materi pelajaran yang disampaikan. Prosedur pembelajaran biasanya terdiri atas kegiatan awal pembelajaran yang mencakup : pemberian motivasi, menarik perhatian dan melakukan apersepsi kepada siswa. Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan penyajian bahan pelajaran yang mencakup : penjelasan materi pelajaran, pemberian contoh-contoh, siswa mempraktekkan dan memberikan Resiprokal kepada siswa. Kegiatan diakhiri dengan menutup pelajaran yaitu mengadakan tes baik lisan maupun tertulis dan menentukan kegiatan tindak lanjut biasanya dengan pemberian tugas atau pekerjaan rumah.

Metode pembelajaran demonstrasi guru siswa harus cenderung memegang kendali proses pembelajaran secara aktif, walaupun siswa menerima instruksi dan contoh dari guru terlebih dahulu. Pada pengertian ini, metode demonstrasi merupakan proses pembelajaran yang terpusat kepada siswa (*student centered*) dan guru bukan merupakan sumber informasi utama. Meskipun dalam pembelajaran ini masih perlu adanya ceramah dan dibantu dengan alat-alat pelajaran, tetapi penekanannya tetap pada proses penerimaan bahan pelajaran yang disampaikan guru, yang terpenting adalah penyajian informasi terkini dari guru, dan guru mengawasi aktivitas belajar siswa, pada pembelajaran demonstrasi ini siswa diharapkan siap secara mental dan fisik untuk menerima apa yang diberikan guru. Seperti, dalam pelajaran lompat jauh, guru biasanya menjelaskan materi pelajaran secara naratif melalui ceramah dilanjutkan dengan memberikan contoh/demonstrasi selanjutnya siswa mempraktekkan seperti yang dicontohkan guru, dan guru dapat mengadakan tanya jawab terhadap materi yang disampaikan.

Kegiatan pembelajaran dengan metode demonstrasi bukan sekedar memberi pelajaran dengan bermakna saja, tetapi guru dituntut untuk dapat menampilkan contoh atau mendemonstrasikan materi secara riil kepada siswa, sehingga siswa dapat mempraktekannya. Metode pembelajaran demonstrasi dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 2.2

Penerapan metode demonstrasi

Sumber : Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain, *Strategi Belajar Mengajar*  
(Jakarta : Rineka Cipta, 2010)

Pada kegiatan pendahuluan, yang mencakup tiga komponen kegiatan yakni: (a) memberikan motivasi dan menarik perhatian siswa, dengan tujuan untuk membangkitkan keinginan dan semangat belajar siswa, dapat berupa pujian atau reward, memasang atau memperlihatkan pembelajaran dan materi pelajaran yang akan dipelajari siswa, sehingga mereka telah mempunyai pedoman dalam mengikuti pelajaran, b) memberikan *pre-tes* untuk mengetahui seberapa jauh materi yang telah dipelajari sebelumnya, kesiapan mempelajari materi baru, dan pengalaman yang berhubungan dengan materi pelajaran. Hal ini perlu dilakukan agar guru memulai pelajaran sesuai dengan tingkat kemampuan siswa.

Pada kegiatan inti atau penyajian isi pelajaran, tahap ini terdiri atas empat kegiatan, yakni : (a) menjelaskan isi pelajaran, dengan alat bantu pembelajaran agar siswa lebih mudah menangkap sisi atau materi pelajaran, (b) pemberian contoh-contoh/demonstrasi sehubungan dengan isi atau materi pelajaran, (c) siswa dituntut dapat mempaktekkkan dari demonstrasi yang telah ditampilkan oleh guru, sehingga siswa mampu menguasainya.

Pada kegiatan penutup, siswa diberikan tes untuk mengukur ketercapaian tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan, atau untuk mengetahui apa yang telah mereka kuasai dari keseluruhan pelajaran, apa yang tidak berhasil mereka kuasai, apakah masih perlu diberi ulangan dan Resiprokal bagi siswa tertentu. Hasil dari tes ini dapat digunakan sebagai umpan balik bagi guru untuk memperbaiki proses dan hasil belajar selanjutnya. Selain itu, pada tahap penutup ini kepada seluruh siswa juga diberikan kegiatan tindak lanjut berupa tugas di rumah.

#### **4. Motivasi belajar siswa**

##### **a. Pengertian Motivasi**

Seseorang itu akan berhasil dalam belajar kalau pada dirinya sendiri ada keinginan untuk belajar. Keinginan atau dorongan untuk belajar itu disebut dengan motivasi.

Motivasi belajar siswa memiliki pengaruh yang cukup kuat terhadap keberhasilan proses maupun hasil belajar siswa. Salah satu indikator kualitas pembelajaran adalah adanya semangat maupun motivasi belajar dari para siswa. Suprijono menjelaskan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara motivasi dan belajar, motivasi merupakan dua hal yang saling mempengaruhi.<sup>32</sup>

Motivasi memiliki pengaruh terhadap perilaku belajar siswa, yaitu mendorong meningkatnya semangat dan ketekunan dalam belajar. Motivasi belajar memegang peranan yang penting dalam memberi gairah, semangat dan rasa senang dalam belajar sehingga siswa yang mempunyai motivasi tinggi mempunyai energi yang banyak untuk melaksanakan kegiatan belajar yang pada akhirnya akan mampu memperoleh prestasi yang lebih baik.

Pengertian umum motivasi merupakan dorongan yang timbul dari diri seseorang dilakukan dengan sadar atau tidak disadari, untuk melakukan tindakan tertentu, atau usaha yang dilakukan seorang individu atau kelompok yang menyebabkan mereka tergerak melakukan sesuatu demi mencapai tujuan yang diinginkan.<sup>33</sup> Mc. Donald dalam Djamarah menjelaskan, *motivation is a energy change within the person characterized by effective arousal and anticipatory goal reactions.*<sup>34</sup>

---

<sup>32</sup> Agus Suprijono, *Cooperative Learning, Teori dan Aplikasi Paikem* (Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2009) p. 162

<sup>33</sup> Muhammad Asrori, *Psikologi Pembelajaran* (Bandung: Wacana Prima, 2009), p. 183

<sup>34</sup> Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Pembelajaran* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2011), p. 148.

Santrock mengartikan motivasi adalah proses memberikan semangat, arahan dan kegigihan perilaku.<sup>35</sup> Pengertian tersebut memandang motif dan motivasi dalam pengertian yang sama karena definisinya mengandung pengertian sebagai konsep, sebagai pendorong serta menggambarkan tujuan dan perilaku. Djamarah menyatakan bahwa motivasi yakni suatu pendorong yang mengubah energi dalam diri seseorang kedalam bentuk aktifitas nyata untuk mencapai tujuan tertentu.<sup>36</sup>

Berdasarkan beberapa uraian di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi merupakan dorongan yang timbul dari seseorang dilakukan dengan sadar atau tidak disadari, untuk melakukan tindakan tertentu, atau usaha yang dilakukan seorang individu atau kelompok yang menyebabkan mereka dapat mengubah energi dalam dirinya kedalam bentuk aktifitas nyata demi mencapai tujuan yang diinginkan.

### **b. Motivasi Belajar**

Motivasi diakui oleh beberapa ahli psikologi sebagai hal yang amat penting dalam pelajaran di sekolah. Seseorang akan berhasil apabila dalam belajar, kalau pada dirinya ada keinginan untuk belajar. Keinginan atau dorongan inilah yang disebut dengan motivasi belajar. Dilihat dari uraian tentang belajar dan motivasi sebelumnya dapat dijelaskan bahwa motivasi

---

<sup>35</sup> John W. Santrock, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Kencana, 2008), p.510

<sup>36</sup> Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Pembelajaran*, *loc.cit.*

belajar adalah keseluruhan daya penggerak psikis di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar itu demi mencapai suatu tujuan.

Motivasi belajar mempunyai peranan untuk menimbulkan semangat belajar, arah, dan kegigihan perilaku. Artinya perilaku yang termotivasi adalah perilaku yang penuh energi, terarah dan bertahan lama.<sup>37</sup> perasaan senang dan semangat untuk belajar. Siswa yang memiliki motivasi kuat, akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar.

Motivasi belajar dapat diumpamakan dengan kekuatan mesin pada sebuah mobil, mobil yang berkekuatan tinggi menjamin lajunya mobil, biarpun jalan menanjak dan mobil membawa muatan yang berat. Namun motivasi belajar tidak hanya memberikan kekuatan pada daya upaya belajar, tetapi juga memberikan arah yang jelas. Mobil yang bertenaga mesin kuat dapat mengatasi banyak rintangan yang ditemukan di jalan, namun belum memberikan kepastian bahwa mobil akan sampai di tempat tujuan. Hal ini motivasi sangat berperan menjalankan peserta didik mencapai keberhasilan belajar mereka, keberhasilan yang diraihinya tentu akan menghasilkan kepuasan pada diri mereka.<sup>38</sup>

---

<sup>37</sup> Suprijono, *op.cit.*, p. 163

<sup>38</sup> *Ibid*, p.171

### c. Macam-macam Motivasi

Berbicara tentang macam atau jenis motivasi ini dapat dilihat dari berbagai sudut pandang.

#### 1) Motivasi Intrinsik

Yang dimaksud dengan motivasi intrinsik adalah motivasi yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu, atau dorongan untuk melakukan sesuatu demi sesuatu itu sendiri.<sup>39</sup> Contoh kongkrit, seorang siswa tanpa disuruh oleh siapa pun, setiap malam membaca buku pelajaran yang esok harinya akan dijelaskan oleh gurunya.<sup>40</sup> *"Intrinsic Motivations are inherent in the learning situations and meet pupil-needs and purposes"*. Itulah sebabnya motivasi intrinsik dapat juga dikatakan sebagai bentuk motivasi yang di dalamnya aktivitas belajar dimulai dan diteruskan berdasarkan suatu dorongan dari dalam diri dan secara mutlak berkait dengan aktivitas belajarnya.

Perlu diketahui bahwa siswa yang memiliki motivasi intrinsik akan memiliki tujuan menjadi orang yang terdidik, yang berpengetahuan, yang ahli dalam bidang studi tertentu. Satu-satunya jalan untuk menuju ke tujuan yang ingin dicapai ialah belajar, tanpa belajar tidak mungkin mendapat

---

<sup>39</sup> John W. Santrock, *op.cit.* p.514

<sup>40</sup> Mohammad Asrori, *op.cit.* p. 183

pengetahuan, tidak mungkin menjadi ahli. Dorongan yang menggerakkan itu bersumber pada suatu kebutuhan, kebutuhan yang berisikan keharusan untuk menjadi orang yang terdidik dan berpengetahuan. Jadi memang motivasi itu muncul dari kesadaran diri sendiri dengan tujuan secara esensial, bukan sekedar simbol dan seremonial.

## 2) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya perangsang dari luar atau melakukan sesuatu untuk mendapatkan sesuatu yang lain.<sup>41</sup> Contoh seorang siswa yang biasanya kurang rajin belajar kemudian menjadi rajin belajar karena gurunya menjanjikan kepada siapa saja yang memperoleh nilai terbaik pada mata pelajaran yang diajarnya akan diberikan tiga seri buku cerita terbaik.<sup>42</sup> kalau dilihat dari segi tujuan kegiatan yang dilakukannya, tidak secara langsung bergantung dengan esensi apa yang dilakukannya itu. Oleh karena itu motivasi ekstrinsik dapat juga dikatakan sebagai bentuk motivasi yang di dalamnya aktivitas belajar dimulai dan diteruskan berdasarkan dorongan dari luar yang tidak secara mutlak berkaitan dengan aktivitas belajar.

Perlu ditegaskan, bukan berarti bahwa motivasi ekstrinsik ini tidak baik dan tidak penting. Kadang kemungkinan-kemungkinan dalam kelas

---

<sup>41</sup> John W. Santrock, *loc.cit.*

<sup>42</sup> Mohammad Asrori, *loc.cit.*

terjadi, keadaan siswa memang dinamis, berubah-ubah, dan juga mungkin komponen-komponen lain dalam proses belajar-mengajar ada yang kurang menarik bagi siswa, sehingga diperlukan motivasi ekstrinsik.

#### **d. Prespektif Motivasi**

Santrock mengemukakan empat prespektif motivasi, yaitu: 1) prespektif behavioral, 2) prespektif humanistik, 3) prespektif kognitif, 4) prespektif social 5).<sup>43</sup>

Prespektif behavioral lebih menekankan pada imbalan dan hukuman eksternal sebagai kunci dalam menentukan motivasi murid. Intensif adalah peristiwa atau stimuli positif atau negatif yang dapat memotivasi perilaku murid. Pendukung penggunaan intensif menekankan bahwa intensif dapat menambah minat atau kesenangan pada pelajaran, dan mengarahkan perhatian pada perilaku yang tepat dan menjauhkan mereka dari perilaku yang tidak tepat. Intensif tersebut seperti memberikan nilai yang baik sebagai indikasi tentang kualitas pekerjaan murid, atau dengan cara memamerkan hasil karya murid dikelas.

Prespektif humanistik lebih menekankan pada pengembangan diri kepribadian siswa, diberikan kebebasan untuk memilih nasib mereka. Prespektif ini berkaitan erat dengan pandangan Abraham Maslow bahwa

---

<sup>43</sup> John W. Santrock, *op.cit.*, pp. 511-513

kebutuhan tertentu harus dipuaskan dahulu sebelum memuaskan kebutuhan yang lebih tinggi.

Prespektif kognitif, menurut prespektif ini, pemikiran murid akan memandu motivasi mereka. Belakangan ini muncul minat besar motifasi menurut prespektif kognitif. Motifasi yang di jelaskan oleh para penganut prespektif kognitif menjelaskan, bahwa motivasi muncul dari dalam diri individu itu sendiri, dan meyakini bahwa mereka dapat mengontrol lingkungan mereka dengan efektif.

Prespektif sosial, seperti arti sosial sendiri bahwa motivasi ini untuk berhubungan dengan orang lain secara aman, ini membutuhkan pembentukan, pemeliharaan, dan pemulihan hubungan personal yang hangat dan akrab. Kebutuhan afiliasi murid tercermin dalam motivasi mereka untuk menghabiskan waktu bersama teman, kawan dekat, keterikatan mereka dengan keluarga, dan jika di lingkungan pembelajaran memunculkan jalinan hubungan positif dengan guru, karena ada hubungan positif dengan guru tersebut proses pembelajaran akan lebih baik.

#### **e. Teori-teori Motivasi**

Motivasi merupakan faktor penting yang selalu mendapat perhatian dalam dunia pendidikan, para tokoh psikologi mengemukakan beberapa teori

mengenai motivasi;<sup>44</sup> menurut teori Maslow, Maslow menjelaskan bahwa motivasi terbentuk karena adanya hierarki kebutuhan (*hierarchy of needs*). Menurut Maslow, kebutuhan manusia yang tidak terpenuhi merupakan dasar dari motivasi melakukan berbagai kegiatan. Apabila suatu kebutuhan yang lebih rendah telah terpenuhi, maka manusia akan memenuhi kebutuhan yang lebih tinggi. Menurut Maslow, terdapat kebutuhan yang bersifat umum, yakni kebutuhan fisiologis untuk bertahan hidup, kebutuhan keamanan, kebutuhan kasih sayang, dan kebutuhan untuk dihargai. Kebutuhan tersebut sebagai kebutuhan yang perlu dipenuhi sebelum individu tersebut dapat menunjukkan perilaku sosial atau tidak egois.

Motivasi menurut teori Herzberg, teori motivasi yang dikemukakan oleh Herzberg banyak digunakan dalam dunia bisnis, akan tetapi dalam dunia pendidikan teori ini juga banyak digunakan. Herzberg mengembangkan teori motivasi melalui berbagai penelitian yang dilakukannya dengan jalan mengajukan pernyataan-pernyataan kepada para karyawan tentang: pekerjaan mereka, tempat mereka bekerja, penilaian mereka terhadap kondisi dan faktor-faktor yang berkaitan dengan pekerjaan (yang paling jelek dan yang paling bagus). Teori ini dibagi menjadi dua paradigma; (1) paradigma yang berkaitan dengan sikap individu terhadap pekerjaannya atau *motivating factor* yang menyangkut faktor-faktor yang menyebabkan para

---

<sup>44</sup> Martini Jamaris, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Yayasan Penamas Murni, 2010), pp. 242-250

karyawan puas dan (2) paradigma yang berkaitan dengan kebijakan perusahaan, supervisi, hubungan interpersonal dan kondisi kerja serta system pengajian atau disebut dengan istilah *hygiene factor*. Menurut teori ini jika tidak terpenuhi maka akan timbul ketidakpuasan terhadap pekerjaan, walaupun terpenuhi, belum tentu menimbulkan keterpuasan langsung terhadap pekerjaan.

Menurut teori McClelland terdapat tiga jenis motivasi yakni; motivasi berprestasi, motivasi kekuasaan, motivasi afiliasi. (1) Motivasi berprestasi (*n-ach*) merupakan motivasi yang membuat individu berusaha mencapai prestasi dari kegiatan yang dilakukan dan berusaha mengatasi berbagai hambatan yang menghalangi usaha untuk mencapai tujuan tersebut, (2) motivasi terhadap kekuasaan (*n-pow*), daya dorong untuk mencari pengaruh atau kekuasaan secara efektif dan memberikan manfaat, (3) motivasi aviliasi (*n-affil*) kebutuhan individu untuk berafiliasi dan melakukan interaksi dengan individu lainnya, menjalin persahabatan dan menjalin kerja sama.

Motivasi menurut teori Vroom menjelaskan motivasi melalui teori yang dikenal dengan teori harapan, menurut Vroom motivasi ini adalah hasil motivasi dari tiga factor yaitu: (1) seberapa besar seseorang menginginkan imbalan (*valensi*), (2) perbuatan atau usaha yang akan menghasilkan apa (harapan), (3) perkiraan bahwa prestasi akan menghasilkan perolehan (instrumentalitas).

Motivasi menurut teori ERG, teori ini dikembangkan berdasarkan kebutuhan manusia, yakni E (*existence*) atau kebutuhan untuk hidup, R (*relatedness*) atau kesesuaian, dan G (*Growth*) atau perkembangan.

Menurut teori *equity*, teori ini didasarkan pada perasaan individu terhadap organisasi atau institusi yang diikutinya, teori ini berkaitan erat dengan teori kesejajaran dan keadilan, hal itu dianggap adil apabila; (1) *input*, yakni suatu kontribusi yang diberikan oleh individu terhadap suatu organisasi/instansi, (2) *outcome*, hasil yang diperoleh oleh individu dalam suatu organisasi atau instansi, (3) *ratio* yang dilakukan oleh individu tertentu dengan jalan membandingkan antara *input* dan *outcome* dengan individu lainnya. Orang akan merasa adil jika *input* dan *outcomenya* sama dengan individu yang lain dalam suatu organisasi atau perusahaan tersebut. Hal tersebut dapat menimbulkan tinggi atau rendahnya motivasi menurut teori ini.

## **B. Hasil Penelitian yang Relevan**

Hasil penelitian yang relevan, sesuai dengan tesis yang penulis angkat tentang metode pembelajaran sudah cukup banyak, dilihat dari berbagai macam metode penelitian yang para peneliti gunakan untuk meneliti, adalah: Metode penelitian eksperimen, yang digunakan Dadang Hawari, dengan judul "*Pengaruh Metode Pembelajaran dan Latar Belakang Pendidikan Siswa, terhadap Hasil Belajar Fiqh,*" (Jakarta: TP PPs UNJ, 2013), dan oleh Adi Wijayanto "*Pengaruh Metode Pembelajaran dan Persepsi Kinestetik terhadap*

*Hasil Belajar LayUp Bolabasket (Studi Eksperimen pada SMA Diponegoro1 Jakarta),”* (Jakarta: POR PPs UNJ, 2009).

Variable bebas motivasi sudah pernah dikemukakan oleh Omariah, *“Pengaruh Gaya Mengajar Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli Pada SMP Negeri 1 Pandeglang Banten”* (Jakarta: POR PPs UNJ, 2010) dan oleh Ucok Hasian Refiater *“Pengaruh Metode Resiprokal dan Motivasi Berprestasi terhadap Kemampuan Tolak Peluru: Studi Eksperimen pada Mahasiswa UNG FIKK Prodi Penjaskes”* (Jakarta: POR PPs UNJ, 2009)

Mengenai mata pelajaran yang diteliti, Iwa Kusmayadi sudah pernah meneliti mata pelajaran ini, dengan judul laporan penelitian *“Keterampilan Lompat Jauh (Studi Korelasional antara Koordinasi Mata Kaki dan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Keterampilan Lompat Jauh Gaya Jongkok di SMP Negeri 1 Sukatani Kabupaten Bekasi,”* (Jakarta: POR PPs UNJ, 2006).

Variabel terikat hasil belajar sangat banyak dipakai oleh para peneliti, salah satu contohnya adalah karya Trimo Susilo *“Perbandingan Model Pembelajaran Kontekstual (Contextual Teaching and Learning) dan Umpan Balik Berpasangan (Resiprokal) Terhadap Hasil Belajar Lari Cepat ditinjau dari Kemampuan Motor Ability pada SMPN 23 Kota Tangerang”* (Jakarta: POR PPs UNJ, 2009)

Beberapa penelitian di atas dapat dijadikan acuan dan penguat peneliti untuk melakukan penelitian yang relevan dengan kondisi lapangan.

### **C. Kerangka Teoretik**

#### **1. Perbedaan hasil belajar lompat jauh siswa yang belajar dengan metode resiprokal dan siswa yang belajar dengan metode demonstrasi**

Metode pembelajaran memiliki kedudukan yang penting dalam mendukung keberhasilan pembelajaran. Itulah sebabnya, para ahli pendidikan sepakat, bahwa seorang guru yang ditugaskan mengajar di sekolah, haruslah guru yang profesional, yaitu guru yang antara lain ditandai oleh penguasaan berbagai metode pembelajaran. Melalui metode pembelajaran, mata pelajaran dapat disampaikan secara efisien, efektif dan terukur dengan baik, sehingga dapat dilakukan perencanaan dan perkiraan dengan tepat.

Metode pembelajaran adalah cara atau langkah-langkah yang dilakukan oleh guru untuk menyampaikan materi pelajaran, agar materi yang disampaikan dapat diterima secara optimal oleh siswa dengan pengkondisian situasi yang dibuat. Seperti, pada situasi kelas dengan karakteristik siswa yang heterogin baik kelas kecil maupun kelas besar, penanganannya jelas berbeda, baik dalam metode pengorganisasian, penyampaian maupun metode pengelolaannya. Hal ini dimaksudkan agar

hasil pembelajaran dapat berlangsung secara efektif dan efisien serta memiliki daya tarik tersendiri

Metode resiprokal adalah cara penyajian materi pelajaran dengan menggunakan kemampuan sosial siswa, sehingga membentuk umpan balik dimulai dengan pembagian kelompok. Kelas diatur berpasangan dengan peranan-peranan khusus untuk tiap *partner*. Tujuan dari metode resiprokal adalah siswa bekerja dengan pasangan dan memberikan umpan balik kepada pasangan, yang berdasarkan kriteria yang telah dipersiapkan oleh guru. Hakikat dari metode resiprokal yaitu siswa bekerja dengan pasangan, menerima umpan balik dengan segera, mengikuti kriteria yang telah dirancang guru, dan mengembangkan umpan balik dan keterampilan sosialisasinya.

Sedangkan metode pembelajaran demonstrasi lebih banyak mengedepankan peranan guru. Guru cenderung memegang kendali proses pembelajaran secara aktif, sedangkan siswa relatif banyak menerima dan mengikuti apa yang disajikan oleh guru. Pada metode pembelajaran demonstrasi ini siswa diharapkan siap secara mental dan fisik untuk menerima apa yang diberikan guru. Pada metode ini guru biasanya menjelaskan materi pelajaran dengan menggunakan media pembelajaran dan selanjutnya melakukan tanya jawab untuk pemantapan terhadap penguasaan materi pelajaran. Metode demonstrasi adalah metode yang menggunakan peragaan

untuk memperjelas sesuatu, sehingga terlihat bagaimana proses terjadinya sesuatu. pertunjukan tentang proses terjadinya suatu peristiwa atau benda sampai pada penampilan tingkah laku yang dicontohkan agar dapat diketahui dan dipahami oleh peserta didik secara nyata atau tiruannya

Hasil belajar pada dasarnya adalah perubahan kemampuan yang diperoleh seseorang sesudah mengikuti proses belajar. Hasil belajar pada diri seseorang tidak langsung nampak tanpa seseorang tadi melakukan kegiatan untuk memperlihatkan kemampuan yang diperolehnya, kemampuan yang diperoleh seseorang tersebut dapat berupa kemampuan di bidang kognitif, afektif, maupun psikomotorik.

Hasil belajar mata pelajaran lompat Jauh adalah kemampuan yang dimiliki siswa SMP meliputi : pengetahuan, pemahaman, dan penerapan, terhadap materi pelajaran lompat jauh, mencakup penguasaan fakta, konsep, sikap, norma, dan hukum dan dapat mengamalkan dalam kehidupan peserta didik yang dinyatakan dalam skor tertentu, dan diukur dengan tes. Tes adalah alat pengukur yang mempunyai standar yang obyektif sehingga dapat digunakan secara meluas, serta dapat betul-betul digunakan untuk mengukur dan membandingkan keadaan psikis atau tingkah laku individu.

Berdasarkan uraian di atas, dapat diduga bahwa hasil belajar Lompat jauh siswa SMP yang mengikuti metode pembelajaran dengan resiprokal lebih tinggi dari siswa yang mengikuti metode pembelajaran demonstrasi.

## **2. Pengaruh interaksi antara metode pembelajaran dengan motivasi belajar siswa terhadap hasil belajar lompat jauh**

Metode pembelajaran merupakan pendekatan yang berupa pedoman kegiatan untuk mencapai tujuan pembelajaran, berupa urutan kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan oleh guru dan siswa dalam proses pembelajaran. Urutan kegiatan pembelajaran tersebut meliputi tujuan pembelajaran, pengorganisasian bahan, kegiatan pembelajaran, pemilihan media, dan penilaian pembelajaran. Oleh karenanya, efektivitas pembelajaran yang dilaksanakan tidak terlepas dari bagaimana metode pembelajaran dikembangkan guru dalam bentuk kegiatan belajar siswa.

Motivasi merupakan dorongan yang timbul diri seseorang dilakukan dengan sadar atau tidak disadari, untuk melakukan tindakan tertentu, atau usaha yang dilakukan seorang individu atau kelompok yang menyebabkan mereka dapat mengubah energi dalam dirinya kedalam bentuk aktifitas nyata demi mencapai tujuan yang diinginkan.

Motivasi belajar dapat diumpamakan dengan kekuatan mesin pada sebuah mobil, mobil yang berkekuatan tinggi menjamin lajunya mobil, biarpun jalan menanjak dan mobil membawa muatan yang berat. Namun motivasi belajar tidak hanya memberikan kekuatan pada daya upaya belajar, tetapi juga memberikan arah yang jelas. Mobil yang bertenaga mesin kuat dapat mengatasi banyak rintangan yang ditemukan di jalan, namun belum

memberikan kepastian bahwa mobil akan sampai di tempat tujuan. Hal ini tergantung pada sopir. Maka dalam bermotivasi belajar, siswa sendiri berperan baik sebagai mesin yang kuat atau lemah, maupun sebagai sopir yang memberikan arah.

Berdasarkan kerangka berpikir di atas, maka dapat diduga bahwa terdapat pengaruh interaksi antara metode pembelajaran dan Motivasi belajar siswa dengan hasil belajar Lompat jauh.

### **3. Perbedaan hasil belajar lompat jauh siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi antara yang belajar dengan metode resiprokal dan yang belajar dengan metode demonstrasi.**

Siswa dengan motivasi belajar tinggi adalah siswa yang memiliki dorongan kuat yang timbul diri seseorang dilakukan dengan sadar atau tidak disadari, untuk melakukan tindakan tertentu, atau usaha yang dilakukan seorang individu atau kelompok yang menyebabkan mereka dapat mengubah energi dalam dirinya kedalam bentuk aktifitas nyata demi mencapai tujuan yang diinginkan.

Metode resiprokal adalah cara penyajian materi pelajaran dengan menggunakan kemampuan sosial siswa, sehingga membentuk umpan balik dimulai dengan pembagian kelompok Kelas diatur berpasangan dengan peranan- peranan khusus untuk tiap *partner*. Tujuan dari metode resiprokal adalah siswa bekerja dengan pasangan dan memberikan umpan balik kepada pasangan, yang berdasarkan kriteria yang telah dipersiapkan oleh

guru. Hakikat dari metode resiprokal yaitu siswa bekerja dengan pasangan, menerima umpan balik dengan segera, mengikuti kriteria yang telah dirancang guru, dan mengembangkan umpan balik dan keterampilan sosialisasinya.

Sedangkan metode pembelajaran demonstrasi lebih banyak mengedepankan peranan guru. Guru cenderung memegang kendali proses pembelajaran secara aktif, sedangkan siswa relatif banyak menerima dan mengikuti apa yang disajikan oleh guru. Pada metode pembelajaran demonstrasi ini siswa diharapkan siap secara mental dan fisik untuk menerima apa yang diberikan guru. Pada metode ini guru biasanya menjelaskan materi pelajaran dengan menggunakan media pembelajaran dan selanjutnya melakukan tanya jawab untuk pemantapan terhadap penguasaan materi pelajaran. Metode demonstrasi adalah metode yang menggunakan peragaan untuk memperjelas sesuatu, sehingga terlihat bagaimana proses terjadinya sesuatu. pertunjukan tentang proses terjadinya suatu peristiwa atau benda sampai pada penampilan tingkah laku yang dicontohkan agar dapat diketahui dan dipahami oleh peserta didik secara nyata atau tiruannya.

Berdasarkan uraian di atas bahwa siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi di atas maka dapat diduga siswa dengan motivasi tinggi yang belajar dengan metode resiprokal akan lebih tinggi dari pada yang belajar dengan metode demonstrasi.

#### **4. Perbedaan hasil belajar lompat jauh siswa yang memiliki motivasi belajar rendah antara yang belajar dengan metode RESIPROKAL dan yang belajar dengan metode Demontrasi**

Siswa dengan motivasi belajar rendah adalah siswa yang memiliki kondisi yang muncul dalam diri individu yang kurang disebabkan kurangnya interaksi antara motif dengan kejadian-kejadian yang diamati oleh individu, sehingga mendorong mengaktifkan perilaku menjadi tindakan nyata. Kurangnya Motivasi siswa dapat memunculkan turunya dorongan baik dalam diri siswa maupun dari lingkungan sekitar siswa, dengan tingkat motifnya rendah. Motivasi dapat diibaratkan sebagai mesin dalam segala yang dijalankan oleh individu, belajar juga membutuhkan motivasi sebagai motor dalam menjalankan proses pembelajaran, jadi jika motivasinya rendah maka hasil belajarnya kemungkinan rendah.

Metode resiprokal adalah cara penyajian materi pelajaran dengan menggunakan kemampuan sosial siswa, sehingga membentuk umpan balik dimulai dengan pembagian kelompok Kelas diatur berpasangan dengan peranan- peranan khusus untuk tiap *partner*. Tujuan dari metode resiprokal adalah siswa bekerja dengan pasangan dan memberikan umpan balik kepada pasangan, yang berdasarkan kriteria yang telah dipersiapkan oleh guru. Hakikat dari metode resiprokal yaitu siswa bekerja dengan pasangan, menerima umpan balik dengan segera, mengikuti kriteria yang telah

dirancang guru, dan mengembangkan umpan balik dan keterampilan sosialisasinya.

Sedangkan metode pembelajaran demonstrasi lebih banyak mengedepankan peranan guru. Guru cenderung memegang kendali proses pembelajaran secara aktif, sedangkan siswa relatif banyak menerima dan mengikuti apa yang disajikan oleh guru. Pada metode pembelajaran demonstrasi ini siswa diharapkan siap secara mental dan fisik untuk menerima apa yang diberikan guru. Pada metode ini guru biasanya menjelaskan materi pelajaran dengan menggunakan media pembelajaran dan selanjutnya melakukan tanya jawab untuk pematapan terhadap penguasaan materi pelajaran. Metode demonstrasi adalah metode yang menggunakan peragaan untuk memperjelas sesuatu, sehingga terlihat bagaimana proses terjadinya sesuatu. pertunjukan tentang proses terjadinya suatu peristiwa atau benda sampai pada penampilan tingkah laku yang dicontohkan agar dapat diketahui dan dipahami oleh peserta didik secara nyata atau tiruannya

Berdasarkan uraian di atas bahwa dapat diduga hasil belajar lompat jauh pada siswa dengan siswa yang memiliki motivasi belajar rendah, bila belajar dengan metode resiprokal akan lebih rendah dibanding dengan hasil belajar lompat jauh siswa bila belajar dengan metode demonstrasi.

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan kajian teoretis dan kerangka berpikir seperti diuraikan dapat dirumuskan hipotesis penelitian seperti berikut.

1. Hasil belajar lompat jauh siswa antara yang belajar dengan metode pembelajaran resiprokal lebih tinggi dari pada siswa yang belajar dengan metode pembelajaran demonstrasi
2. Terdapat pengaruh interaksi antara metode pembelajaran, motivasi terhadap hasil belajar lompat jauh
3. Hasil belajar lompat jauh siswa memiliki motivasi tinggi yang belajar dengan metode pembelajaran resiprokal lebih tinggi dari pada siswa yang belajar dengan menggunakan metode pembelajaran demonstrasi
4. Hasil belajar lompat jauh siswa memiliki motivasi rendah yang belajar dengan metode pembelajaran resiprokal lebih rendah dari pada siswa yang belajar dengan menggunakan metode pembelajaran demonstrasi