

Lampiran 1

HASIL UJI COBA INSTRUMEN

INSTRUMEN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK

A. Deskripsi

Hasil lompat jauh siswa adalah kemampuan siswa dalam melakukan lompat jauh yang dimulai dari proses melakukan awalan, bertolak pada papan tolakan, dan sikap melayang diudara kemudian diteruskan dengan pendaratan di bak pasir. Setiap peserta mendapatkan kesempatan tiga kali lompatan. Semua hasil lompatan diukur dari titik terdekat bekas jejak kaki di tempat pendaratan atau bekas sentuhan bagian badan yang manapun pada tempat pendaratan dengan ditarik garis lurus dan siku-siku ke garis batas tempat bertolak dan diperpanjang. Setiap peserta diberikan waktu 1 menit untuk menyelesaikan giliran lompatannya. Hasil sama ditentukan dengan hasil lompatan kedua yang terbaik, bila hasilnya sama, akan ditinjau hasil lompatan ketiga terbaik, dan seterusnya. Indikator dari variabel ini adalah kemampuan melompat siswa untuk mencapai jarak lompatan sejauh yang bisa dicapai oleh siswa.

B. Tujuan Ujicoba Instrumen

Adapun kelayakan suatu alat ukur harus memenuhi persyaratan validitas dan realibilitas tes, sehingga alat ukur tersebut sesuai dengan kriteria yang akan diukur serta keterhandalan dari alat ukur tersebut. Ujicoba instrumen lompat jauh bertujuan untuk mengukur validitas dan

realibilitas alat ukur lompat jauh yang disusun oleh peneliti, guna memenuhi persyaratan suatu proses penelitian.

C. Sampel Ujicoba

1. Unit Sampel

Unit sampel dalam ujicoba instrumen ini adalah siswa SMP Negeri 2 Petir Kabupaten Serang.

2. Ukuran sampel

Sampel ujicoba sebanyak 40 orang

3. Teknik Pengumpulan Sampel

Pengambilan sampel dilakukan dengan cara acak (random sampling)

D. Pelaksanaan Ujicoba Instrumen

1. Persiapan

- Konsultasi dan mengurus perijinan kepada Pembimbing dan Ketua Program Studi PPs UNJ.
- Perijinan untuk ujicoba instrumen ini berasal dari Direktorat PPs UNJ dan Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Petir Kabupaten Serang.

2. Pelaksanaan

Ujicoba instrumen ini dilaksanakan oleh peneliti dibantu oleh dua orang guru Penjas Orkes.

3. Materi

Lompat jauh dalam instrumen ini dilakukan dengan mengukur jauhnya lompatan dan teknik lompat jauh gaya jongkok yang benar. Pelaksanaannya dilakukan 3 kali, dengan tiap sampel melakukan tes lompat jauh sebanyak 3 kali pada waktu yang berbeda. Hal ini untuk

melihat konsistensi dari alat ukur yang digunakan. Sedangkan untuk melihat kesesuaian teknik lompat jauh yang dilakukan siswa maka dipergunakan tenaga ahli untuk melihat validitas alat ukur.

E. Instrumen Lompat Jauh

Instrumen hasil belajar lompat jauh didasarkan pada validitas dan realibilitas tes, dimana validitas menggunakan justifikasi ahli sedangkan realibilitas menggunakan tes dan retest sebagai dasar untuk layak atau tidaknya instrumen yang akan dipergunakan dalam suatu penelitian.

1. Definisi Konseptual

Lompat jauh adalah suatu gerakan melompat yang dimulai dengan awalan, tolakan dan sikap badan di udara dengan tujuan mencapai jarak lompatan sejauh-jauhnya.

2. Definisi Operasional

Hasil belajar lompat jauh adalah skor total yang diperoleh testee berupa nilai dari sikap awalan, tolakan, melayang di udara dan mendarat yang disusun dengan skala nilai minimal 1 dan maksimal 5.

3. Kisi-kisi instrumen

Penjabaran penilaian hasil belajar lompat jauh dituangkan pada kisi-kisi instrumen sebagai berikut:

| Unsur Gerak | Indikator dan Uraian Sikap | PENILAIAN | | | | |
|--------------|---|-----------|---|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Awalan | - Pandangan lurus kedepan papan tolak | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | - Tangan mengayun padda saat lari | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | - Badan agak condong kedepan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | - Langkah kaki harus cepat dan stabil | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Tolakan | - Pandangan lurus kedapan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | - Kedua lengan diayunkan ke depan atas | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | - Saat kaki melakukan tolakan posisi badan lebih ditegakkan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | - Tolakan kaki pada papan tumpuan dimulai dari tumit, telapak kaki, diteruskan pada ujung telapak kaki. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Saat diudara | - Pandangan ke depan lalu ke bawah | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | - Lengan diayunkan ke depan atas | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | - Badan condong ke depan dan badan rileks (tidak kaku) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | - Kaki diluruskan selurus-lurusnya. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Mendarat | - Pandangan ke depan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | - Tangan dijulurkan kedepan sejauh-jauhnya dengan tidak kehilangan keseimbangan badan dan menyentuh tempat pendaratan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | - Berat badan harus dibawa ke depan dengan cara membungkukkan badan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | - Kedua kaki agak rapat, lutut tertekuk dan mengeper dalam posisi jongkok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Keterangan :

Nilai 5 apabila gerakan yang dilakukan sangat baik sekali

Nilai 4 apabila gerakan yang dilakukan baik sekali.

Nilai 3 apabila gerakan yang dilakukan baik.

Nilai 2 apabila gerakan yang dilakukan cukup baik

Nilai 1 apabila gerakan yang dilakukan kurang baik

4. Kalibrasi

a. Validitas ahli

Uji vaaliditas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana tes dapat mengukur dengan tepat aspek yang akan diukur. Berdasarkan hal ini maka uji validitas dari tes ini adalah dengan menggunakan uji justifikasi ahli, dimana instrumen yang telah disusun kemudian dikonsultasikan kepada para ahli (pakar) dalam olahraga atletik, yaitu :

Tabel Validitas Ahli

| Nama | Instansi |
|------------------------|----------------------|
| Ee Sulaiman, M.Pd | STKIP Situs Banten |
| Bambang Setya J., M.Pd | STKIP Pelita Pratama |
| Yadi Sartiaman, M.Pd. | STKIP Banten |

b. Reliabilitas

Untuk melihat reliabilitas tes dilakukan teknik test-retest untuk melihat tingkat kekonsistenan dari alat ukur yang akan dipergunakan. Instrumen dan responden yang digunakan sama namun dilakukan dalam waktu yang berbeda. Realibilitas instrumen dihitung dengan cara mengkorelasikan antara data instrumen yang didapat dari ujicoba pertama dan data insrumen yang di dapat dari ujicoba kedua. Kedua data dari penggunaan instrumen hasil belajar lompat jauh tersebut kemudian diolah dengan rumus Pearson (korelasi product moment) , yaitu :

Syarat validasi $r_{11} > 0.70$

Rumus :

$$r_{11} = \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(1 - \left(\frac{\sum S^2}{S_t} \right) \right)$$

Keterangan :

| | | |
|------------|---|---------------------|
| n | = | Jumlah Soal |
| $\sum S^2$ | = | Jumlah Varian Item |
| S_t | = | Jumlah Varian Total |
| r_{11} | = | Reabilitas |

5. Pelaksanaan Tes

a. Tujuan tes

Untuk mengukur hasil belajar siswa dalam lompat jauh dari mulai awalan, tolakan, sikap di udara dan mendarat.

b. Alat dan perlengkapan

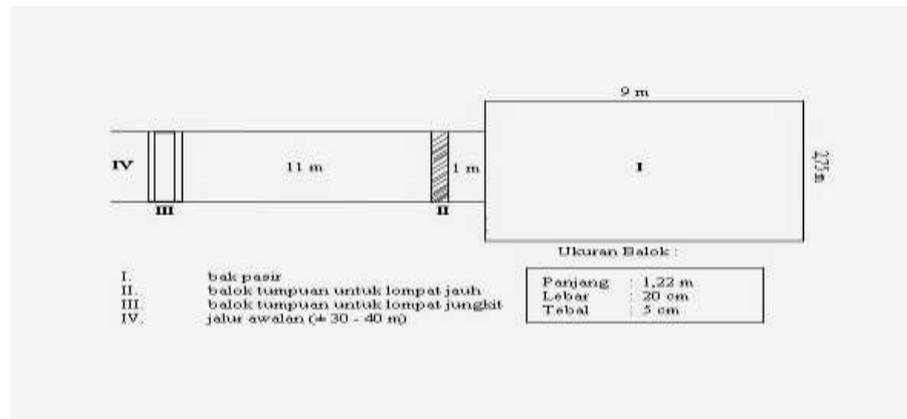
1. Lapangan lompat jauh
2. Cangkul
3. Stopwatch
4. Alat tulis
5. Meteran
6. Bendera

c. Petugas

1. Tiga orang penilai/juri guru penjas orkes
2. Satu orang yang mengambil dokumentasi dan 1 orang pemanggil peserta dan 1 orang juri tolakan.

d. Lapangan tes

Lapangan tes terdiri dari lintasan untuk posisi awalan, papan tolakan, dan bak pasir untuk posisi mendarat dengan ukuran dan bentuk lapangan seperti tercantum pada gambar dibawah ini.



e. Pelaksanaan tes

- Sebelum tes dimulai, orang coba (testee) diberikan penjelasan tentang tes yang akan dilaksanakan dan peragaan tentang cara pelaksanaan tes hasil belajar lompat jauh.
- Testee diberikan penjelasan gambaran penilaian atau skor yang akan diambil.
- Testee berpakaian lengkap olahraga.
- Sebelum dilaksanakan tes sebenarnya, testee diwajibkan untuk pemanasan
- Kesempatan diberikan kepada testee sebanyak 3 kali lompatan

f. Hasil skor

Hasil yang dicatat meliputi unsur dalam lompat jauh yaitu: awalan, tolakan, saat melayang di udara, pendaratan. Diambil nilai ke-1, ke -2 dan ke-3.

g. Penilaian

Penilaian dilakukan oleh penilai mulai dari sikap awalan, tolakan, saat melayang diudara, dan pendaratan dengan nilai maksimal 5 dan minimal 1 dari masing-masing unsur dalam lompat jauh. Jumlah skor nilainya adalah total nilai dari penilai ke-1, penilai ke-2 dan penilai ke-3, kemudian jumlah skor keseluruhan yang didapat dibagi 3. Sehingga ini menjadi nilai total perolehan masing-masing siswa.