

Pengaruh Metode *Two Stay Two Stray* Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Siswa Kelas VII Mts Al-Ikhsan Betung

Mutiara Fajar, Muhammad Ferdi Wahyudi*

Pendidikan Olahraga/Universitas negeri semarang, Jl. Kelud Utara III Petompon Gajahmungkur Semarang
Indonesia

*Corresponding Author: muhammadferdiwahyudi04@gmail.com

Abstrak. Masalah dalam penelitian ini ditemukan pembelajaran lompat jauh yang masih belum tuntas hasil belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada pengaruh metode *two stay two stray* terhadap hasil belajar lompat jauh siswa kelas VII MTS Al-Ikhsan Betung. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan jenis *one group desain pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 22 orang dengan teknik total populasi. Teknik pengumpulan data dilaksanakan dengan tes unjuk kerja psikomotorik. Teknik analisis data penelitian menggunakan uji *paired sampel t test*. Berdasarkan temuan hasil penelitian dan analisis data penelitian, penelitian ini memberikan kesimpulan bahwa ada pengaruh metode *two stay two stray* terhadap hasil belajar lompat jauh siswa kelas VII MTS Al-Ikhsan Betung karena $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($6,548 > 1,72$).

Kata kunci: Two Stay Two Stray, Lompat Jauh

Abstract. The problem in this study was found to be learning the long jump which is still not complete learning outcomes. This study aims to determine whether there is an effect of the *two stay two stray* method on the learning outcomes of long jump students in class VII MTS Al-Ikhsan Betung. The research method used in this study is an experimental method with a *one group pretest-posttest* design. The research sample totalled 22 people using the total population technique. Data collection techniques were carried out with psychomotor performance tests. The research data analysis technique used paired sample *t test*. Based on the findings of the research results and analysis of research data, this study concluded that there was an effect of the *two stay two stray* method on the learning outcomes of long jump students in class VII MTS Al-Ikhsan Betung because $t_{count} > t_{table}$ ($6.548 > 1.72$).

Keywords: Two Stay Two Stray, Long Jump

How to Cite: Fajar, M., & Wahyudi, M. F. (2023). Pengaruh Metode *Two Stay Two Stray* Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Siswa Kelas VII Mts Al-Ikhsan Betung. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana*, 2023, 1073-1076.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan upaya atau proses yang dilakukan manusia dalam rangka merubah perilaku hidup untuk terus menyesuaikan diri dengan lingkungan, menghadapi tantangan masa depan dan mewujudkan mengenai apa yang diinginkan. Dalam pendidikan formal, pendidikan merupakan kewajiban bagi setiap manusia untuk terlibat aktif didalamnya. Mengingat pendidikan formal adalah salah satu cara yang tepat untuk belajar segala macam bentuk pengetahuan yang tepat sasaran. Salah satu kurikulum pelajaran yang termuat dalam pendidikan formal adalah materi pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani pada dasarnya bagian dari bangunan olahraga secara umum yang dicanangkan pemerintah melalui olahraga pendidikan. Undang-Undang Republik Indonesia No 11 tahun 2022 dalam pasal 18 mendefinisikan bahwa olahraga pendidikan diselenggarakan untuk menanamkan nilai karakter untuk

mencapai pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang dibutuhkan guna membangun gaya hidup sehat aktif sepanjang hayat. Dalam ayat dua dijelaskan bahwa olahraga pendidikan dapat ditempuh melalui jalur formal baik intrakurikuler, ekstrakurikuler maupun non formal yang sesuai kebutuhan.

Pendidikan jasmani dikatakan sebagai wadah tempat pembinaan jasmani bagi manusia, namun bukan hanya secara fisik yang menjadi fokus utama dalam pendidikan jasmani, melainkan pendidikan jasmani adalah satu-satunya pendidikan yang melibatkan aktivitas fisik tetapi memiliki tujuan pembinaan mental dan sosial, sehingga motto pendidikan jasmani dapat mewujudkan manusia seutuhnya dapat diterima dengan akal sehat manusia. Dalam kaitannya dengan pembelajaran, pendidikan jasmani mengajarkan banyak sekali materi pembelajaran yang semuanya mengandung unsur-unsur nilai baik sikap, pengetahuan, hingga keterampilan.

Salah satu pelajaran yang termuat dalam kurikulum pendidikan jasmani adalah aktivitas atletik yang di dalamnya terdapat pembelajaran lompat jauh. Pembelajaran lompat jauh adalah aktivitas belajar yang bertujuan secara dominan adalah mengajarkan peserta didik keterampilan lompat jauh, menanamkan aspek sikap melalui kegiatan belajarnya dan menumbuhkan pengetahuan di dalamnya. Lompat jauh meski kegiatannya hanya sebatas berlari dan melakukan tolak untuk melompat ke dalam bak pasir, tetapi kegiatan pembelajaran ini jika dilakukan tidak dengan menggunakan metode yang baik dan sesuai dengan karakteristik peserta didik, justru akan membuat peserta didik tidak dapat menguasai keterampilan ini dengan baik dan benar.

Penggunaan metode pembelajaran menjadi sangat penting dalam belajar, mengingat tujuan metode belajar adalah memastikan bahwa tujuan atau capaian pembelajaran lebih cepat, tepat, efektif dan efisien sampai dalam diri peserta didik, hal ini sesuai dengan pernyataan bahwa (Pratiwi, 2020, hal. 107) unsur yang sangat penting harus dikuasai guru adalah menerapkan metode belajar, mengingat pembelajaran akan sangat efektif dan menyenangkan serta siswa lebih gampang dalam menyerap materi jika guru menggunakan metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa dalam belajar. Pendapat lainnya dikatakan (Djamaluddin & Wardana, 2019, hal. 44) guru yang memahami percepatan tersampainya tujuan pembelajaran pada siswa adalah guru yang saat mengajar menggunakan metode yang sesuai dengan karakteristik pembelajaran, mengingat metode belajar dibutuhkan untuk mengakselerasi ketercapaian hasil belajar. Salah satu metode yang dianggap mampu mengatasi ketuntasan hasil belajar penjas kes siswa materi lompat jauh adalah dengan memanfaatkan metode *two stay two stray*.

Berdasarkan catatan observasi yang peneliti temukan dilapangan pada Bulan Desember 2022 yang lalu terkait catatan hasil belajar siswa untuk materi lompat jauh, ditemukan bahwa sebagian besar siswa belum tuntas KKM, dimana KKM sekolah di MTS Al-Ikhsan Betung adalah 74, sementara rata-rata hasil belajar siswa perkelas materi pelajaran lompat jauh adalah 71,4 dengan rincian 10 orang siswa tuntas KKM dan 12 diantaranya belum tuntas, (lampiran 1). Peneliti mencari informasi terkait penerapan metode yang digunakan guru, dimana informasi yang didapat terkait penggunaan metode belajar bahwa guru

cenderung mengajar setelah mengumpulkan siswa untuk diabsensi, kemudian memberikan pengarahan tentang pembelajaran, melakukan pemanasan lalu siswa langsung melakukan lompat jauh tanpa dipandu dan diarahkan lebih lanjut. Hal ini membuat sebagian siswa yang belum mengerti kebenaran teknik lompat jauh mengalami kesulitan belajar.

Metode *two stay two stray* adalah metode yang diharapkan mewakili semua karakter siswa dalam belajar, mengingat metode ini penekannya terdapat pada proses belajar yang berkaitan dengan pengetahuan deklaratif, prosedural dan bertahap melalui pertukaran informasi antara peserta didik yang satu dengan lainnya, yang tidak mampu dengan yang mampu, (Sukma & Cholikh, 2020, hal. 19). Penelitian yang menguatkan peneliti dilakukan oleh (Lazuardi & Sudarso, 2018, hal. 10) dimana kelompok siswa yang diajarkan dengan menggunakan metode *two stay two stray* lebih memiliki kepercayaan diri dan memiliki pemahaman keterampilan lebih baik dari kelompok yang tidak diberikan metode *two stay two stray*.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah metode eksperimen. Dasar penggunaan metode eksperimen adalah kegiatan percobaan dengan *pre-test* (sebelum diberi perlakuan) dan *post-test* (setelah diberi perlakuan). Jadi metode eksperimen merupakan metode yang paling tepat untuk menyelidiki hubungan sebab akibat. Sesuai dengan pendapat dari (Arikunto, 2013, hal. 123) penelitian eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu. Teknik pengumpulan atau pengambilan data yaitu dengan menggunakan tes. Teknik analisis data yang dapat dilakukan dalam penelitian ini adalah : 1) Uji Prasyarat, dan 2). Uji Hipotesis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji normalitas data menggunakan uji kolmogrov smirnov dengan bantuan aplikasi SPSS 22. Kriteria pengujian data dikatakan normal jika Nilai Asymp Sig Km lebih besar dari 0,05. Adapun hasil pengujian dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pretest	Posttest
N		22	22
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	67,727	76,59
	Std.	9,3513	6,434
	Deviation		
Most Extreme Differences	Absolute	,206	,234
	Positive	,206	,234
	Negative	-,159	-,221
Test Statistic		,206	,234
Asymp. Sig. (2-tailed)		,160^c	,300^c

(Sumber : Dokumen SPSS 22)

Berdasarkan tabel di atas, dapat dipaparkan hasil analisis uji kolmogrov smirnov diketahui :

1. Kelompok data pretest memiliki nilai Asymp Sig 0.160 > 0,05 data berdistribusi normal.
2. Kelompok data posttest memiliki nilai Asymp Sig 0.300 > 0,05 data berdistribusi normal.

Uji homogenitas dalam penelitian ini adalah

menguji varians data dengan hasil pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Test of Homogeneity of Variances

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3.217	2	8	.094

(Sumber : Dokumen SPSS 22)

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa berdistribusi secara homogen mengingat silai sig 0,94 > 0,05.

Uji hipotesis dalam penelitian ini bertujuan untuk menjawab hipotesis yang diajukan peneliti dimana diduga ada pengaruh metode two stay two stray terhadap hasil belajar lompat jauh pada siswa kelas VII MTS Al-Ikhsan Betung. Uji hipotesis dilakukan dengan uji paired sampel t test. Kriteria pengujian dimana pada α 0,05 $Df = N-1$ H_a diterima jika $t_{hitung} > t_{tabel}$. Adapun hasil pengujian dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig.(2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest - Posttest	8,8636	6,3493	1,3537	11,678	6,0485	6,548	21	,000

(Sumber : Dokumen SPSS 22)

Berdasarkan tabel di atas dapat diperoleh keterangan t_{hitung} 6,548 jika dibandingkan dengan t_{tabel} pada taraf signifikansi α 0,05 $Df = N-1$ dengan nilai 1,72 dengan demikian H_a diterima karena $t_{hitung} > t_{tabel}$ (6,548 > 1,72) dengan demikian disimpulkan bahwa ada pengaruh metode two stay two stray terhadap hasil belajar lompat jauh siswa kelas VII MTS Al-Ikhsan Betung.

Penelitian ini dilaksanakan di MTS Al-Ikhsan Betung yang berdomisili di Jalan Palembang-Jambi desa Sri Kembsng Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada pengaruh metode two stay two stray terhadap hasil belajar lompat jauh pada siswa kelas VII MTS Al-Ikhsan Betung. Penelitian dimulai pada tanggal 6 s.d 13 pada bulan Maret tahun 2023 selama dua kali tatap muka. Tatap muka pertama dilakukan tanggal 6 bulan Maret tahun 2023, dan tatap muka kedua dilakukan tanggal 13 bulan Maret tahun 2023. Penelitian ini melibatkan semua siswa kelas VII 1 berjumlah 22 orang siswa.

Berdasarkan data yang dikumpulkan melalui data tes awal diperoleh rata-rata hasil

belajar siswa dalam melakukan lompat jauh adalah 67,73. Pada tes awal dapat diterangkan bahwa sebanyak 27,27% siswa yang tuntas hasil belajar sebelumnya yaitu sebelum diberikan metode two stay two stray. Jumlah ini jauh dari kriteria ketuntasan perkelas sebesar 80% yang diharapkan oleh guru PJOK. Sementara setelah diberikan metode belajar two stay two stray dalam proses belajar mengajar lompat jauh siswa terjadi perubahan dan peningkatan ketuntasan hasil belajar, dimana pada data hasil tes akhir lompat jauh siswa ketuntasan siswa sebesar 81,81% dengan rata-rata nilai 76,59, jumlah ini sudah sesuai dengan yang diharapkan peneliti dan guru PJOK. Penelitian ini setelah diuji beda nilai pretest dan posttes hasil belajar lompat jauh menunjukkan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ (6,548 > 1,72) artinya metode two stay two stray memberikan pengaruh terhadap hasil belajar lompat jauh siswa kelas VII MTS Al-Ikhsan Betung.

Penggunaan metode pembelajaran menjadi sangat penting dalam belajar, mengingat tujuan metode belajar adalah memastikan bahwa tujuan atau capaian pembelajaran lebih cepat, tepat,

efektif dan efisien sampai dalam diri peserta didik, hal ini sesuai dengan pernyataan bahwa (Pratiwi, 2020, hal. 107) unsur yang sangat penting harus dikuasai guru adalah menerapkan metode belajar, mengingat pembelajaran akan sangat efektif dan menyenangkan serta siswa lebih gampang dalam menyerap materi jika guru menggunakan metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa dalam belajar. Pendapat lainnya dikatakan (Djamaluddin & Wardana, 2019, hal. 44) guru yang memahami percepatan tersampainya tujuan pembelajaran pada siswa adalah guru yang saat mengajar menggunakan metode yang sesuai dengan karakteristik pembelajaran, mengingat metode belajar dibutuhkan untuk mengakselerasi ketercapaian hasil belajar. Salah satu metode yang dianggap mampu mengatasi ketuntasan hasil belajar penjaskes siswa materi lompat jauh adalah dengan memanfaatkan metode *two stay two stray*.

Metode *two stay two stray* adalah metode yang diharapkan mewakili semua karakter siswa dalam belajar, mengingat metode ini penekanannya terdapat pada proses belajar yang berkaitan dengan pengetahuan deklaratif, prosedural dan bertahap melalui pertukaran informasi antara peserta didik yang satu dengan lainnya, yang tidak mampu dengan yang mampu, (Sukma & Cholik, 2020, hal. 19). Penelitian yang menguatkan peneliti dilakukan oleh (Lazuardi & Sudarso, 2018, hal. 10) dimana kelompok siswa yang diajarkan dengan menggunakan metode *two stay two stray* lebih memiliki kepercayaan diri dan memiliki pemahaman keterampilan lebih baik dari kelompok yang tidak diberikan metode *two stay two stray*.

SIMPULAN

Berdasarkan temuan peneliti dilapangan dan analisis data yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian ini memberikan kesimpulan bahwa ada pengaruh metode *two stay two stray* terhadap hasil belajar lompat jauh siswa kelas VII MTS Al-Ikhsan Betung karena $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($6,548 > 1,72$).

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada guru-guru sekolah MTS Al-Ikhsan Betung, Rektor Universitas PGRI Palembang, Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas PGRI Palembang yang telah membantu dalam penyelesaian artikel ini yang merupakan produk dari hasil penelitian.

REFERENSI

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djamaluddin, A., & Wardana. (2019). *Belajar dan Pembelajaran*. Parepare-Sulawesi Selatan: Kaaffah Learning Center.
- Lazuardi, M., & Sudarso. (2018). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Learning Type Two Stay Two Stray Terhadap Hasil Dribbling Sepak Bola pada Siswa Kelas XI AV SMK Negeri 5 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 7 (1).
- Pratiwi, E. (2020). *Buku Ajar Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Palembang: Bening Media Publishing.
- Sukma, M. A., & Cholik, M. (2020). Kajian Pembelajaran Two Stay Two Stray Untuk Meningkatkan Hasil Belajar SISWA SMK Teknik Otomotif. *JPTM*, 10 (1).