

MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH MELALUI MODEL *INQUIRY LEARNING*

Suryanto

SMP Negeri 8 Probolinggo. Jalan Salak 137, Kel. Jrebeng Kidul, Kec. Wonoasih
Kota Probolinggo, Provinsi Jawa Timur. Kode Pos: 67233
E_mail: suryanto1970@gmail.com

Abstrak: Tujuan penelitian tindakan kelas ini secara umum adalah mendeskripsikan proses dan hasil belajar Lompat Jauh melalui model *Inquiry Learning* pada peserta didik kelas 9.1 SMP Negeri 8 Probolinggo tahun ajaran 2023/2024. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 8 Probolinggo, Jalan Salak No. 137, Kelurahan Jrebeng Kidul, Kecamatan Wonoasih, Kota Probolinggo. Subjek penelitian sebanyak 30 orang yang terdiri dari 8 putra dan 22 putri. Hasil belajar Lompat Jauh melalui model *Inquiry Learning* pada peserta didik kelas 9.1 SMP Negeri 8 Probolinggo tahun ajaran 2023/2024 dapat dideskripsikan bahwa peserta didik telah mampu menunjukkan perkembangan aspek pengetahuan dan ketrampilan yang lebih baik. Hasil belajar pada Siklus I ternyata telah mampu melampaui Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) dan persentase ketuntasan minimal 70%. Kemampuan pemahaman peserta didik terhadap kombinasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional telah mengalami perubahan positif.

Kata Kunci: Hasil Belajar, Lompat Jauh, *Inquiry Learning*

Abstract: The general aim of this classroom action research is to describe the process and results of Long Jump learning through the Inquiry Learning model for students in class 9.1 of SMP Negeri 8 Probolinggo for the 2023/2024 academic year. This research was carried out at SMP Negeri 8 Probolinggo, Jalan Salak No. 137, Jrebeng Kidul Village, Wonoasih District, Probolinggo City. The research subjects were 30 people consisting of 8 boys and 22 girls. The results of Long Jump learning through the Inquiry Learning model for students in class 9.1 of SMP Negeri 8 Probolinggo for the 2023/2024 academic year can be described as showing that students have been able to show better development of aspects of knowledge and skills. The learning outcomes in Cycle I turned out to be able to exceed the Minimum Completeness Criteria (KKM) and a minimum completion percentage of 70%. Students' ability to understand specific movement combinations of walking, running, jumping and throwing in various simple and/or traditional games has experienced positive changes.

Keywords: Learning Outcomes, Long Jump, Inquiry Learning.

PENDAHULUAN

Latar belakang penelitian ini adalah karena selama ini di SMP Negeri 8 Probolinggo masih terdapat kendala pada pelaksanaan pembelajaran di kelas atau di lapangan khususnya pada materi

Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara.

Kendala yang terjadi adalah pembelajaran masih belum menunjukkan kemampuan dalam memahami dan mempraktikkan kombinasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai

permainan sederhana dan atau tradisional. Sehingga perlu dilakukan tindakan melalui sebuah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) menggunakan *Inquiry Learning*.

Proses belajar Lompat Jauh melalui model *Inquiry Learning* pada peserta didik kelas 9.1 SMP Negeri 8 Probolinggo tahun ajaran 2023/2024 dapat dideskripsikan bahwa telah terjadi suatu kegiatan belajar mengajar yang melibatkan guru (tenaga pendidik) dengan peserta didik yang berinteraksi dalam suatu lingkungan belajar belajar (sekolah) serta telah mencapai kompetensi dasar memahami dan mempraktikkan kombinasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional.

PJOK atau Pendidikan Jasmani, Olah Raga dan Kesehatan bertujuan untuk mengembangkan kesadaran peserta didik tentang pentingnya aktivitas secara fisik untuk tumbuh kembang tubuh yang sehat. Untuk mewujudkan hal tersebut, peserta didik dapat mengembangkan keterampilan dalam hal pengelolaan kebugaran jasmani (Kesehatan) melalui pola hidup sehat (Suherman, 2018).

Upaya-upaya di atas akan mendorong peserta didik memiliki

landasan karakter moral yang kuat seperti jujur, sportif, disiplin, dan bertanggungjawab. Salah satu contoh aktivitas yang dapat membentuk karakter moral yang kuat adalah dalam permainan (olah raga) yang dilaksanakan dalam proses pembelajaran PJOK.

Berbagai permainan (olah raga) dalam pembelajaran PJOK disajikan untuk menciptakan suasana yang rekreatif dan menyenangkan bagi peserta didik, sehingga kreativitas dan inovasi akan muncul pada diri peserta didik.

Namun selama ini di SMP Negeri 8 Probolinggo masih terdapat kendala pada pelaksanaan pembelajaran di kelas atau di lapangan khususnya pada materi Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara. Kendala yang terjadi adalah pembelajaran masih belum menunjukkan kemampuan sebagaimana yang diharapkan dalam tujuan pembelajaran.

Sehingga perlu dilakukan tindakan melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK) melalui penerapan model pembelajaran yang sesuai tujuan pembelajaran yang akan dicapai sebagaimana telah dijelaskan di atas. *Inquiry Learning* menjadi model pembelajaran yang diharapkan mampu menciptakan kondisi pembelajaran yang mendorong peserta didik untuk

semakin kreatif dan mandiri dalam belajar.

Proses dan Hasil Belajar

Pengertian proses pembelajaran antara lain menurut Rooijackers (2010: 13): "Proses pembelajaran merupakan suatu kegiatan belajar mengajar menyangkut kegiatan tenaga pendidik, kegiatan peserta didik, pola dan proses interaksi tenaga pendidik dan peserta didik dan sumber belajar dalam suatu lingkungan belajar dalam kerangka keterlaksanaan program pendidikan"

Dalam penelitian ini tingkah laku peserta didik dapat berubah seiring pengalaman belajarnya di kelas. Pengalaman belajar tersebut merupakan hasil interaksi peserta didik dengan lingkungan belajarnya (Slameto, 2010: 2).

Jika telah terjadi perubahan tingkah laku pada peserta didik setelah mendapatkan pengetahuan dan keterampilan dalam proses belajar maka perubahan tersebut merupakan suatu hasil belajar (Hamalik, 2020).

Hasil belajar selalu terkait dengan evaluasi yakni suatu proses dalam menetapkan nilai belajar peserta didik sebagai suatu aktivitas pengukuran hasil belajar. yang sekaligus dapat menggam-

barkan tingkat keberhasilan belajar peserta didik (Dimiyati, 2015:200).

Inquiry Learning

Model pembelajaran *Inquiry Learning* adalah proses menemukan jawaban dari pertanyaan atau masalah. Jawaban yang ditemukan merupakan suatu fakta dari hasil pengamatan.

Inquiry Learning dapat diartikan sebagai proses berpikir yang dilakukan peserta didik secara sistematis menggunakan pengamatan terhadap fakta-fakta di sekelilingnya secara konstruktif (Sani, 2015: 97).

Pembelajaran Inkuiri memiliki langkah-langkah (sintaks) yang meliputi merumuskan pertanyaan/permasalahan, merencanakan, mengumpulkan, dan menganalisis data, menarik kesimpulan, dan penerapan serta tindak lanjut (Sani, 2015: 97).

Tujuan Penelitian

Mendeskripsikan proses dan hasil belajar Lompat Jauh melalui model *Inquiry Learning* pada peserta didik kelas 9.1 SMP Negeri 8 Probolinggo tahun ajaran 2023/2024 merupakan tujuan dari penelitian tindakan kelas ini.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Merujuk pada model Hopkins (2011) yang telah dimodifikasi maka dalam penelitian tindakan ini dimulai dari pendahuluan, perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Langkah-langkah penelitian tersebut dilakukan sebanyak minimal 2 siklus. Apabila di akhir Siklus II masih belum tuntas atau mencapai tujuan penelitian, maka dapat dilanjutkan ke siklus berikutnya.

Setting Penelitian

Peserta didik kelas 9.1 di SMP Negeri 8 Probolinggo (Tahun Ajaran 2023/2024) sebanyak 30 orang yang terdiri dari 8 putra dan 22 putri sebagai subyek penelitian.

SMP Negeri 8 Probolinggo, terletak di Jalan Salak No. 137, Jrebeng Kidul, Kec. Wonoasih, Kota Probolinggo.

Waktu penelitian yang direncanakan mulai 17 Juli sampai 31 Agustus 2023 yang meliputi siklus I dan II serta diseminasi.

Prosedur Penelitian

Dalam penelitian tindakan kelas ini memiliki prosedur perencanaan yakni untuk menyusun rancangan tindakan untuk setiap atau semua siklus yang direncanakan. Perencanaan penelitian ini

digunakan sebagai pedoman bagi peneliti agar bertindak objektif dan cermat (Arikunto, 2017).

Setelah menyusun perencanaan, maka peneliti dapat mengimplementasikan dalam tahap pelaksanaan tindakan pembelajaran Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara (Arikunto, 2017).

Peneliti bersama dengan observer akan berkolaborasi dalam melaksanakan tindakan melalui pengamatan yang dibantu oleh observer.

Setelah tahap pelaksanaan dan pengamatan tindakan, maka peneliti dan observer akan melakukan kegiatan refleksi terhadap hasil pembelajaran di setiap akhir siklus.

Metode Pengumpulan Data

Agar dapat melaksanakan analisis data, maka perlu digunakan metode pengumpulan data yang tepat. Metode tersebut terdiri dari tes, observasi, dan dokumentasi. Menurut Hamalik (2020), sasaran penilaian hasil belajar (tes) adalah ranah pengetahuan (tes tulis) dan keterampilan (tes praktik).

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari Silabus, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), Lembar Kerja

Peserta Didik (LKPD), format observasi guru dan peserta didik, instrumen dan soal tes akhir, dan daftar nama dan nilai peserta didik.

Teknik Analisa Data

Data hasil belajar dan hasil observasi pembelajaran guru serta aktivitas belajar peserta didik dalam pembelajaran Lompat Jauh dengan model *Inquiry Learning* dijabarkan dalam bentuk paragraph (kalimat) deskriptif.

Untuk mata Pelajaran PJOK di SMP Negeri 8 Kota Probolinggo memiliki kriteria ketuntasan minimal (KKM) untuk peserta didik mencapai 70.

Indikator Keberhasilan Penelitian

Indikator keberhasilan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah jika proses dan hasil belajar peserta didik mencapai minimal 70% (dari jumlah peserta didik) yang mampu mencapai nilai minimal 70,

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Proses Belajar

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan observer menggunakan format pengamatan yang tersedia, maka hasil pengamatan dapat ditunjukkan sebagai berikut pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Pelaksanaan Pengamatan Guru

| Aspek yang Diamati | Siklus I | | Siklus II | | Rata-Rata Persentase | Keterangan |
|--------------------|-------------|--------------|---------------|--------------|----------------------|----------------------------|
| | Pertemuan I | Pertemuan II | Pertemuan III | Pertemuan IV | | |
| A (5 aspek) | 100% | 100% | 100% | 100% | 100% | Siklus I & II Sangat Aktif |
| B (4+7 aspek) | 100% (4) | 100% (7) | 100% (7) | 100% (7) | 100% | |
| C (3 aspek) | 100% | 100% | 100% | 100% | 100% | |
| | 100% | 100% | 100% | 100% | 100% | |

Pada akhir Siklus I observer melakukan refleksi bersama guru yang sekaligus sebagai peneliti. Hasil refleksi berdasarkan pengamatan pada guru dalam proses pembelajaran dapat dilihat pada table di atas yang menunjukkan hasil “sangat aktif” atau 100% pada rata-rata persentase baik untuk aspek A, B, dan

C. Demikian pula pada Siklus II hasil pengamatan menunjukkan bahwa guru “sangat aktif” dalam melaksanakan proses pembelajaran. Namun terdapat perbedaan aspek yang diamati pada point B karena mulai pertemuan kedua hingga keempat hanya dilaksanakan kegiatan Tahap 5 Penerapan dan Tindak Lanjut

sehingga aspek yang diamati hanya pada Tahap 5 Penerapan dan Tindak Lanjut terdapat 7 aspek.

Tabel 2. Pelaksanaan Pengamatan Peserta Didik

| Aspek yang Diamati | Siklus I | | Siklus II | | Rata-Rata Persentase | Keterangan |
|--------------------|-------------|--------------|---------------|--------------|----------------------|----------------------------|
| | Pertemuan I | Pertemuan II | Pertemuan III | Pertemuan IV | | |
| A (2 aspek) | 100% | 100% | 100% | 100% | 100% | Siklus I & II Sangat Aktif |
| B (4+7 aspek) | 100% (4) | 100% (7) | 100% (7) | 100% (7) | 100% | |
| C (3 aspek) | 100% | 100% | 100% | 100% | 100% | |

Pada hasil pengamatan peserta didik di Siklus I, observer memperoleh data seperti pada tabel di atas yang menunjukkan bahwa peserta didik sangat aktif dalam proses pembelajaran.

Pada Siklus II juga menunjukkan "sangat aktif" dalam melaksanakan proses pembelajaran dengan model *Inquiry Learning* pada mata pelajaran PJOK.

Sama seperti pada hasil pengamatan guru, aspek B terdapat perbedaan mulai pertemuan II sampai IV dikarenakan tahapan pembelajaran

Inquiry Learning yang hanya menerapkan Tahap 5 Penerapan dan Tindak Lanjut.

Hasil Belajar

Setelah merefleksikan hasil pengamatan proses belajar peserta didik dan guru, maka selanjutnya observer dan guru (peneliti) merefleksikan hasil belajar peserta didik yang terdiri dari penilaian (tes tulis) aspek pengetahuan dan (tes praktik) keterampilan. Untuk penilaian aspek pengetahuan dilaksanakan pada pertemuan II sedangkan penilaian aspek keterampilan dilaksanakan pada pertemuan IV.

Tabel 3. Penilaian Aspek Pengetahuan dan Keterampilan

| No. | Aspek Nilai Hasil belajar | Pengetahuan | Keterampilan |
|-----|---------------------------|-------------|--------------|
| 1. | Skor Rerata | 92,66 | 89,58 |
| 2. | Skor Terendah | 80 | 81,25 |
| 3. | Skor Tertinggi | 100 | 100 |
| 4. | Persentase Ketuntasan | 100% | 100% |

Pada penilaian aspek pengetahuan di atas, menunjukkan hasil yang mencapai di atas Kriteria Ketuntasan Minimum

(KKM) yakni pada skor rerata sebesar 92,66 dan skor minimal 80. Sehingga sebanyak 100% peserta didik (30 orang)

mampu mencapai skor minimal di atas KKM (70).

Pada Siklus II dilaksanakan penilaian keterampilan melalui tes praktik seperti ditunjukkan pada tabel di atas. Skor rerata mencapai 89,58 menunjukkan bahwa skor tersebut telah mencapai di atas KKM (70). Sedangkan untuk skor terendah adalah 81,25 menunjukkan bahwa tidak ada peserta didik yang memperoleh skor di bawah KKM (70). Sehingga persentase ketuntasan mencapai 100%.

Berdasarkan hasil refleksi proses dan hasil belajar di atas, maka dapat disimpulkan bahwa baik pada Siklus I maupun II telah menunjukkan hasil yang sangat baik. Guru sebagai peneliti bersama dengan observer telah mendiskusikan implementasi rancangan tindakan hingga hasil pengamatannya.

Guru dan observer menyimpulkan bahwa pada Siklus I telah tampak ketercapaian indikator keberhasilan penelitian sehingga peneliti melakukan perbaikan pada siklus dua agar pelaksanaannya lebih efektif. Pada Siklus I masih terdapat beberapa hal dalam proses pembelajaran yang perlu diperbaiki, terutama pada tahap 5 penerapan dan tindak lanjut. Untuk ketuntasan proses dan hasil belajar pada

Siklus I menunjukkan telah mencapai 100%. Pada Siklus II hasil refleksi menunjukkan tercapaian indikator keberhasilan penelitian sehingga Siklus III tidak diperlukan.

Sehingga observer dan peneliti dapat memberikan kesimpulan pada hasil refleksi bahwa proses dan hasil pembelajaran Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara menggunakan model *Inquiry Learning* telah sesuai dengan tujuan penelitian.

PEMBAHASAN

Proses Belajar

Dalam proses belajar Lompat Jauh menggunakan model *Inquiry Learning* pada peserta didik kelas 9.1 ini telah terjadi suatu kegiatan belajar mengajar yang melibatkan guru (tenaga pendidik) dengan peserta didik. Keduanya berinteraksi dalam suatu lingkungan belajar belajar (sekolah) untuk mencapai kompetensi dasar (Roosjakkers, 2010:13).

Dalam suatu proses pembelajaran pasti terjadi interaksi antara pelaku-pelakunya yakni guru dengan peserta didik. Interaksi tersebut dapat berupa tanya jawab, diskusi, refleksi dan lainnya. Semua hal tersebut merupakan suatu proses belajar yang terjadi pada peserta didik kelas 9.1 dalam pembelajaran

Lompat Jauh menggunakan model *Inquiry Learning*. Interaksi tersebut memberikan pengalaman belajar pada peserta didik sekaligus guru khususnya dalam pembelajaran Lompat Jauh menggunakan model *Inquiry Learning* (Slameto, 2010:2).

Hasil Belajar

Hasil belajar pada Siklus I dan II telah menunjukkan adanya perubahan tingkah laku pada diri peserta didik yang telah terlihat pada hasil penilaian aspek pengetahuan. Peserta didik telah mampu menunjukkan perkembangan aspek pengetahuan yang lebih baik dari (pertemuan) sebelumnya.

Hasil belajar pada Siklus I ternyata telah mampu melampaui Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) dan persentase ketuntasan minimal 70%. Hal tersebut menunjukkan bahwa hasil belajar peserta didik telah hampir mencapai hasil maksimum. Kemampuan pemahaman peserta didik terhadap kombinasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional telah mengalami perubahan positif (Hamalik, 2020).

Hasil belajar peserta didik khususnya pada aspek pengetahuan (Siklus I) dan keterampilan (Siklus II)

telah menunjukkan tingkat keberhasilan yang signifikan berdasarkan paparan data (angka) yang ditunjukkan dalam Tabel 4.3 dan 4.4 (Dimiyati, 2015:200).

Dalam Ranah Kognitif (Pengetahuan) peserta didik menunjukkan kemampuan (aktivitas) kognitif berupa proses berfikir *knowledge* (pengetahuan/hafalan/ ingatan) dan *compherehension* (pemahaman) (Mulyadi, 2010). Sedangkan Ranah afektif meski tidak dilakukan penilaian, namun tetap menunjukkan sikap peserta didik yang peduli, percaya diri, disiplin, termotivasi belajar, menghargai guru dan teman sekelas, kebiasaan belajar dan hubungan sosial (Krathwohl, David R, 2017).

Hasil belajar psikomotor peserta didik menunjukkan kemampuan dalam gerakan reflek (keterampilan pada gerakan yang tidak sadar), keterampilan pada gerak-gerak sadar, kemampuan *perceptual*, khususnya dalam Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara.

Inquiry Learning

Dalam penerapan model *Inquiry Learning* ini, peserta didik telah mampu mengamati, mencerna, mengerti, menggolong- zgolongkan, membuat dugaan, menjelaskan, mengukur, membuat kesimpulan dan sebagainya

(Roestiyah, 2008: 20). Peserta didik juga telah mampu menjawab pertanyaan dan menyelesaikan masalah berdasarkan fakta dan pengamatan (Sani, 2015: 97). Peserta didik telah mampu berpikir secara sistematis dalam mengumpulkan fakta hasil dari proses menemukan atau mengkonstruksi pengetahuan dan keterampilan dalam Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara.

SIMPULAN

Hasil penelitian tindakan kelas yang dilakukan oleh peneliti di kelas 9.1 SMP Negeri 8 Probolinggo dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) melalui penerapan model *Inquiry Learning*, terjadi peningkatan pada proses dan hasil belajar sebagai berikut.

Proses Belajar

Proses belajar Lompat Jauh melalui model *Inquiry Learning* pada peserta didik kelas 9.1 SMP Negeri 8 Probolinggo tahun ajaran 2023/2024 dapat dideskripsikan bahwa telah terjadi suatu kegiatan belajar mengajar yang melibatkan guru (tenaga pendidik) dengan peserta didik yang berinteraksi dalam suatu lingkungan belajar belajar

(sekolah) serta telah mencapai kompetensi dasar.

Hasil Belajar

Hasil belajar Lompat Jauh melalui model *Inquiry Learning* pada peserta didik kelas 9.1 SMP Negeri 8 Probolinggo tahun ajaran 2023/2024 dapat dideskripsikan bahwa peserta didik telah mampu menunjukkan perkembangan aspek pengetahuan dan ketrampilan yang lebih baik. Hasil belajar pada Siklus I ternyata telah mampu melampaui Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) dan persentase ketuntasan minimal 70%. Kemampuan pemahaman peserta didik terhadap kombinasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional telah mengalami perubahan positif.

DAFTAR RUJUKAN:

- Ad. Rooijackers. (2010). *Mengajar dengan Sukses*. Jakarta: PT. Grasindo
- Arikunto, Suharsimi dkk. (2017). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara
- Dimiyati dan Mudjiono. (2015). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineke Cipta
- Hamalik, Oemar. (2020). *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta. Bumi Aksara.

- Hopkins, David. (2011). *Panduan Guru Penelitian Tindakan Kelas* (Penerjemah Ahmad Fawaid). Yogyakarta. Pustaka Belajar.
- Krathwohl, David R. (2017). *Pembelajaran, Pengajaran, dan Asesmen*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Mulyadi. (2010). *Diagnosis Kesulitan Belajar & Bimbingan Terhadap Kesulitan Belajar Khusus*. Yogyakarta: Nuha Litera.
- Roestiyah. (2012). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sani, Ridwan Abdullah. (2017). *Pembelajaran Sainifik Untuk Implementasi Kurikulum 2013*. Jakarta: Bumi Aksara
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suherman. (2018). *Buku Guru PjOK Kelas IX*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan