

UPAYA MENINGKATKAN MINAT, MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA *HANG STYLE* DENGAN MEDIA BOLA GANTUNG BAGI SISWA KELAS XI SMK

ERWANSYAH

Pemerintah Kabupaten Bungo Dinas Pendidikan SMK Negeri 1 Bungo
Alamat: Jl. Taman Siswa No. 74 Kel. Manggis Kec. Bathin III Kab. Bungo
Email. erwansyahsmk1@gmail.com

ABSTRAK

Permasalahan dalam penelitian ini adalah Apakah penggunaan media bola gantung dalam pembelajaran lompat jauh gaya *hang style* pada mata pelajaran penjasorkes dapat meningkatkan minat, motivasi dan hasil belajar siswa kelas XI SMK Negeri 1 Bungo. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan minat, motivasi dan hasil belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh gaya *Hang Style* pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Bungo tahun ajaran 2019/2020 melalui media bola gantung. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Penelitian ini menggunakan 2 siklus, dimana masing-masing siklus terdiri atas: 1) perencanaan; 2) pelaksanaan tindakan; 3) pengamatan; 4) refleksi. Penelitian yang dilakukan mencakup 3 ranah yaitu ranah psikomotorik, ranah afektif, ranah kognitif. Selain itu dilakukan pengamatan terhadap proses pembelajaran selama kegiatan penelitian berlangsung dan membuat angket kuesioner berupa angket minat dan motivasi pembelajaran, untuk mengetahui sejauh mana kepuasan dan ketertarikan siswa dalam mengikuti pembelajaran menggunakan media. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar lompat jauh gaya *hang style* dengan media bola gantung di kelas XI SMK Negeri 1 Bungo berdampak positif hal ini terlihat pada hasil ketuntasan belajar siswa yang melebihi KKM yang telah ditetapkan yaitu 75 mengalami peningkatan yaitu pada siklus I ketuntasan belajar mencapai 73, 53 % sedangkan pada siklus II ketuntasan belajar mencapai 91,18 %. Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran lompat jauh gaya *hang style* dengan menggunakan media bola gantung dapat meningkatkan minat dan motivasi belajar.

Kata kunci: minat, motivasi, hasil belajar, lompat jauh.

ABSTRACT

The problem in this study is whether the use of hanging ball media in hang style long jump learning in physical education subjects can increase interest, motivation and learning outcomes of class XI students of SMK Negeri 1 Bungo. The purpose of this study was to increase interest, motivation and student learning outcomes in participating in the Hang Style long jump learning in class XI students of SMK Negeri 1 Bungo in the 2019/2020 academic year through hanging ball media. This research is a classroom action research. This study used 2 cycles, each of which consisted of: 1) planning; 2) implementation of the action; 3) observation; 4) reflection. The research carried out included 3 domains, namely the psychomotor domain, the affective domain, the cognitive domain. In addition, observations were made of the learning process during research activities and made a questionnaire in the form of a questionnaire on learning interest and motivation, to determine the extent of student satisfaction and interest in participating in learning using media. The results showed that the hang style long jump learning outcomes with hanging ball media in class XI SMK Negeri 1 Bungo had a positive impact, this was seen in the results of student

learning completeness that exceeded the predetermined KKM, namely 75, experienced an increase, namely in cycle I learning completeness reached 73 , 53% while in cycle II learning completeness reached 91.18%. It can be concluded that learning the hang style long jump using hanging ball media can increase learning interest and motivation.

Keywords: *interest, motivation, learning outcomes, long jump.*

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani (Penjas) bertujuan untuk mengembangkan kemampuan organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional secara menyeluruh. Sebagai bagian integral dari pendidikan pada umumnya, Pendidikan Jasmani memberikan kontribusi besar bagi pencapaian tujuan-tujuan pendidikan pada umumnya. Penjas memegang peranan penting dalam mengembangkan nilai-nilai humanitas yang diorientasikan pada peningkatan kualitas manusia seutuhnya. Penjas ditingkatkan di sekolah dengan tujuan untuk membantu siswa dalam meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif, serta kemampuan gerak dasar dan berbagai pendekatan jasmani bagi siswa. Oleh karena itu Penjas dan kesehatan merupakan mata pelajaran wajib dilaksanakan sesuai dengan kurikulum yang berlaku. Ini terbukti bahwa pendidikan jasmani diberikan pada tiap-tiap sekolah mulai dari tingkat Taman Kanak-kanak, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah sampai Perguruan Tinggi.

Dari penjelasan di atas dalam pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (penjas orkes) ditemukan beberapa masalah yang kompleks pada saat proses pembelajaran lompat jauh. Dalam kegiatan pembelajaran

tersebut siswa terlihat kurang berminat dalam mengikuti pelajaran dan kurang termotivasi untuk mau dan bisa melakukan teknik gerakan lompat jauh yang benar. Siswa cenderung asik ngobrol dan sibuk sendiri dengan kegiatan mereka. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti, rendahnya minat dan motivasi siswa untuk mata pelajaran Penjas khususnya pada materi lompat jauh gaya *Hang Style* di kelas XI SMK Negeri 1 Bungo tersebut disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu: (1) Siswa terlihat kurang tertarik pada pelajaran Penjas. (2) Siswa cepat bosan pada saat mengikuti pelajaran Penjas. (3) Guru kurang kreatif menciptakan modifikasi alat-alat untuk pembelajaran Penjas. (4) Guru kesulitan dalam membangkitkan minat dan motivasi siswa.

Motivasi mendorong seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai maksimal yang ingin dicapai. Motivasi adalah daya penggerak dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas tertentu, demi mencapai tujuan tertentu. Motivasi merupakan konsep yang menjelaskan alasan seseorang berperilaku. Seseorang yang motivasinya besar akan meningkatkan minat, perhatian, konsentrasi penuh, ketekunan tinggi, serta berorientasi pada prestasi tanpa mengenal perasaan bosan, jenuh apalagi menyerah.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan ketrampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara saksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa. (Samsudin,2008:2)

Pengertian Minat

Minat merupakan masalah yang paling penting di dalam pendidikan. Apalagi bila dikaitkan dengan aktivitas seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Minat yang ada pada diri seseorang akan memberi gambaran dalam aktivitas untuk mencapai suatu tujuan. Beberapa pengertian minat antara lain:

Minat dapat diartikan sebagai rasa senang atau tidak senang dalam menghadapi suatu objek (Mohamad Surya, 2004: 100). Minat berkaitan dengan perasaan suka atau senang dari seseorang terhadap sesuatu objek. Minat sangat besar pengaruhnya dalam mencapai prestasi dalam suatu pekerjaan, jabatan, atau karir. Tidak akan mungkin orang yang tidak berminat akan suatu pekerjaan akan dapat menyelesaikan pekerjaan tersebut dengan baik.

Hal ini seperti dikemukakan oleh Slameto (2003: 180) yang menyatakan bahwa minat sebagai suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan

antara diri sendiri dengan sesuatu di luar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minat. Lebih lanjut Slameto mengemukakan bahwa suatu minat dapat diekspresikan melalui suatu pernyataan yang menunjukkan bahwa siswa lebih menyukai suatu hal dari pada hal lainnya, dapat pula dimanifestasikan melalui partisipasi dalam satu aktivitas. Siswa yang memiliki minat terhadap subjek tertentu cenderung untuk memberikan perhatian yang lebih besar terhadap subjek tersebut. Minat tidak dibawa sejak lahir, melainkan diperoleh kemudian.

Selanjutnya Elizabeth B. Hurlock (1993:114) mengatakan bahwa suatu "minat" sebagai "sesuatu dengan apa anak mengidentifikasi keberadaan pribadinya". Minat merupakan sumber motivasi yang mendorong orang untuk melakukan apa yang mereka inginkan bila mereka bebas memilih. Bila mereka melihat bahwa sesuatu akan menguntungkan, mereka merasa berminat. Inikemudian mendatangkan kepuasan. Bila kepuasan berkurang, minat pun berkurang. Jadi minat merupakan perangkat mental yang menggerakkan individu dalam memilih sesuatu. Timbulnya minat terhadap suatu objek ini ditandai dengan adanya rasa senang atau tertarik. Jadi boleh dikatakan orang yang berminat terhadap sesuatu maka seseorang tersebut akan merasa senang atau tertarik terhadap objek yang diminati tersebut. Dari berbagai pendapat para ahli di atas peneliti mengambil kesimpulan bahwa timbulnya minat seseorang itu disebabkan oleh beberapa faktor penting yaitu faktor

rasa tertarik atau rasa senang, faktor perhatian dan aktivitas.

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat

Menurut Saiful Bahri Djamarah (2002: 132-133), seseorang yang berminat terhadap suatu aktivitas akan memperhatikan aktivitas itu secara konsisten dan rasa senang. Selain itu dapat juga diimplementasikan melalui partisipasi aktif dalam suatu kegiatan, dan memberikan perhatian yang lebih besar terhadap sesuatu yang diminati tanpa menghiraukan sesuatu yang lain. Sedangkan Hurlock (1993:139), mengemukakan bahwa kondisi yang mempengaruhi minat anak pada sekolah yaitu : 1) pengalaman dini sekolah, 2) Pengaruh Orang tua, 3) Sikap Saudara Kandung, 4) Sikap Teman Sebaya, 5) penerimaan oleh kelompok teman sebaya, 6) keberhasilan akademik, 7) sikap terhadap pekerjaan.

Berdasarkan uraian di atas maka faktor-faktor yang mempengaruhi adanya minat sebagai berikut:

1. Faktor intrinsik atau faktor dari dalam yaitu minat dipengaruhi oleh kekuatan-kekuatan yang mendorong dari dalam diri seseorang yang terdiri dari rasa tertarik, rasa senang, adanya perhatian, dan ada kemauan untuk melakukan suatu kegiatan.
2. Faktor ekstrinsik atau faktor dari luar diri seseorang. Dalam pembelajaran penjasorkes pengaruh dari luar tersebut adalah guru penjasorkes, alat dan fasilitas, metode yang digunakan guru, dan materi yang diberikan guru kepada anak didik.

Pengertian Motivasi

Istilah motivasi berasal dari kata motif yang dapat diartikan sebagai kekuatan yang terdapat dalam diri individu, yang menyebabkan individu tersebut bertindak atau berbuat. Motif tidak dapat diamati secara langsung, tetapi dapat diinterpretasikan dalam tingkah lakunya, berupa rangsangan, dorongan, atau pembangkit tenaga munculnya suatu tingkah laku tertentu. Motivasi adalah dorongan dasar yang menggerakkan seseorang bertingkah laku (Hamzah B. Uno, 2009:1-3).

Menurut Slameto (2010:170) menyatakan bahwa motivasi adalah suatu proses yang menentukan tingkatan kegiatan, intensitas, konsistensi, serta arah umum dari tingkah laku manusia.

Macam-Macam Motivasi

Menurut Sardiman (2010:86-91) macam atau jenis motivasi ini dapat dilihat dari berbagai sudut pandang.

1. Motivasi intrinsik dan ekstrinsik

a. Motivasi intrinsik

Motivasi intrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap inividu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Sebagai contoh seseorang yang senang olahraga tidak usah ada yang menyuruh atau mendorongnya, ia sudah rajin berolahraga. Kemudian kalau dilihat dari segi tujuan kegiatan yang dilakukannya misalnya lompat jauh, maka yang dimaksud dengan motivasi intrinsik ini adalah

ingin mencapai tujuan yang terkandung di dalam pembelajaran lompat jauh tersebut. Sebagai contoh konkret, seseorang yang mengikuti pembelajaran lompat jauh dengan sungguh-sungguh, karena betul-betul ingin bisa. Tidak karena tujuan yang lain. Itulah sebabnya motivasi intrinsik dapat juga dikatakan sebagai bentuk motivasi yang didalamnya aktivitas olahraga dimulai dan diteruskan berdasarkan suatu dorongan dari dalam diri dan secara mutlak berkait dengan aktivitas olahraganya.

- b. Motivasi ekstrinsik
- Motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya rangsangan dari luar. Sebagai contoh seseorang berlatih karena tahu akan menghadapi kejuaraan dengan harapan mendapatkan prestasi sehingga dipuji oleh teman dan pacarnya. Jadi kalau dilihat dari segi tujuan kegiatan yang dilakukannya, tidak secara langsung bergayut dengan esensi apa yang dilakukannya itu. Oleh karena itu, motivasi ekstrinsik dapat juga dikatakan sebagai bentuk motivasi yang didalamnya aktivitas berlatih dimulai dan diteruskan berdasarkan dorongan dari luar yang tidak secara mutlak berkaitan dengan aktivitas berlatih.

Prinsip-Prinsip Motivasi

Menurut Mohamad Surya (2004:65-67) prinsip-prinsip motivasi yang dapat dijadikan acuan antara lain:

1. Prinsip kompetisi

Yang dimaksud prinsip kompetisi adalah persaingan secara sehat, baik inter maupun antar pribadi. Kompetisi inter pribadi atau *self competition* adalah kompetisi dalam diri pribadi masing-masing dari tindakan atau unjuk kerja dalam dimensi tempat dan waktu. Kompetisi antar pribadi adalah persaingan antara individu yang satu dengan yang lain. Dengan persaingan secara sehat, dapat ditimbulkan motivasi untuk bertindak sehat, dapat ditimbulkan motivasi untuk bertindak secara lebih baik. Contohnya adalah berbagai kejuaraan antar sekolah.

2. Prinsip pemacu

Dorongan untuk melakukan berbagai tindakan akan terjadi apabila ada pemacu tertentu. Pemacu ini dapat berupa informasi, nasehat, amanat, peringatan, percontohan, dan sebagainya.

3. Prinsip ganjaran dan hukuman

Ganjaran yang diterima seseorang dapat meningkatkan motivasi untuk melakukan tindakan yang menimbulkan ganjaran itu. Setiap unjuk kerja yang baik apabila diberikan ganjaran yang memadai, cenderung akan meningkatkan motivasi. Misalnya pemberian hadiah pada siswa yang berprestasi. Demikian pula hukuman yang diberikan dapat menimbulkan motivasi agar untuk tidak lagi melakukan tindakan yang menyebabkan hukuman itu.

- Ganjaran dan hukuman itu dapat diterapkan secara proporsional dan benar-benar dapat memberikan motivasi.
4. Kejelasan dan kedekatan tujuan
Makin jelas dan makin dekat suatu tujuan, maka akan makin mendorong seseorang untuk melakukan tindakan. Sehubungan dengan prinsip ini, maka seyogyanya setiap siswa memahami tujuan belajarnya secara jelas. Hal itu dapat dilakukan dengan memberikan penjelasan suatu tujuan dari tindakan yang diharapkan. Cara lain adalah dengan membuat tujuan-tujuan yang masih umum dan jauh menjadi tujuan yang khusus dan lebih dekat.
 5. Pemahaman hasil
Bahwa hasil yang dicapai seseorang akan merupakan balikan dari upaya yang telah dilakukannya, dan itu semua dapat memberikan motivasi untuk melakukan tindakan selanjutnya. Perasaan sukses yang ada pada diri seseorang akan mendorongnya untuk selalu memelihara dan meningkatkan unjuk kerjanya lebih lanjut.
 6. Pengembangan minat
Minat dapat diartikan sebagai rasa senang atau tidak senang dalam menghadapi suatu obyek. Prinsip dasarnya adalah bahwa motivasi seseorang cenderung akan meningkat apabila yang bersangkutan memiliki minat yang besar dalam melakukan tindakannya.
 7. Lingkungan yang kondusif
Lingkungan kerja yang kondusif, baik lingkungan fisik, sosial, maupun psikologis, dapat menumbuhkan dan mengembangkan motif untuk

bekerja dengan baik dan produktif.

8. Keteladanan

Perilaku pengajar secara langsung atau tidak langsung, mempunyai pengaruh terhadap perilaku siswa yang baik, yang sifatnya positif maupun negatif. Perilaku pengajar dapat meningkatkan motivasi belajar siswa, dan sebaliknya dapat menurunkan motivasi belajar siswa. Sehubungan dengan itu, maka sangat diharapkan agar perilaku pengajar dapat menjadi sumber keteladanan bagi para siswanya. Dengan contoh-contoh yang dapat diteladani, para siswanya dapat lebih meningkatkan motivasi belajarnya dan pada gilirannya dapat meningkatkan produktivitas belajar mereka.

Pengertian Lompat jauh

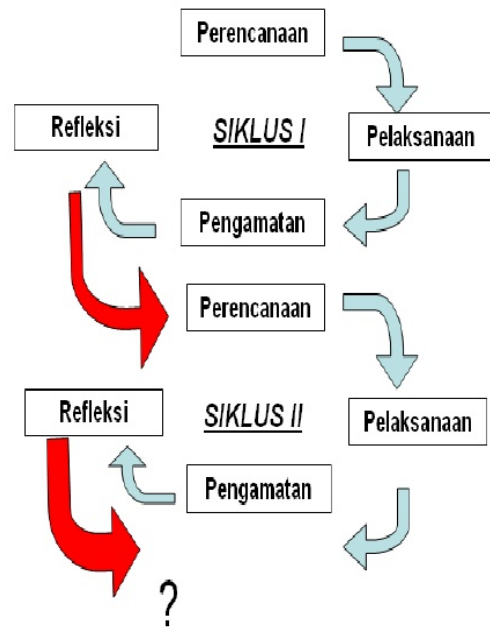
Lompatan merupakan salah satu keterampilan pokok yang harus dikuasai oleh siswa SMK melalui pembelajaran pendidikan jasmani. Keterampilan melompat memiliki empat nomor yaitu, lompat jauh, lompat tinggi, lompatjangkit, lompat galah.

Lompat jauh merupakan keterampilan gerak berpindah dari satu tempat ke tempat lainnya dengan satu kali tolakan ke depan sejauh mungkin (Yudha M. Saputra, 2004:47). Dalam lompat jauh terdapat tiga macam gaya yaitu: Lompat Jauh gaya Jongkok (*tuck*), gaya menggantung (*hang style*), dan gaya jalan di udara (*walking in the air*). Gaya-gaya lompat jauh mengatur sikap badan sewaktu melayang di udara. Oleh karena itu teknik lompat jauh sering disebut juga gaya lompat jauh. Perlu

diketahui bahwa yang menyebabkan adanya perbedaan adanya perbedaan dari ketiga gaya tersebut sebenarnya hanya terdapat pada saat badan melayang di udara saja. Jadi mengenai awalan, tumpuan dan cara melakukan pendaratan dari ketiga gaya tersebut pada prinsipnya sama. Mengenai unsur-unsur yang berpengaruh terhadap kemampuan seseorang dalam melakukan lompat jauh meliputi kecepatan lari (*akselerasi*), kekuatan lompat, koordinasi lenagn/kaki, rasa irama.

METODE PENELITIAN

Kunandar (2008) PTK merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh pendidik atau bersama-sama dengan orang lain (kolaborasi) yang bertujuan untuk memperbaiki motivasi dan hasil belajar lompat jauh gaya *hang style*. Yang menjadi subyek penelitian ini adalah siswa kelas SMK Negeri 1 Bungo Tahun ajaran 2019/2020 dengan jumlah siswa sebanyak 34 yang terdiri dari 9 siswa putra dan 25 siswa putri. Objek di dalam penelitian ini adalah pembelajaran melalui media bola gantung dalam pembelajaran lompat jauh gaya *hang style*. Pembelajaran tersebut digunakan untuk meningkatkan minat, motivasi dan hasil belajar siswa kelas XI SMK Negeri 1 Bungo tahun 2019/2020. Kemudian objek yang kedua adalah peningkatan pembelajaran penjasorkes. Dalam hal ini, pembelajaran adalah sebagai objek yang Sedangkan untuk desain penelitian PTK dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian Menurut Suharsimi (2016)

Teknik Pengumpulan Data

Data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini menggunakan Observasi, dokumentasi, Angket atau kuesioner dalam penelitian untuk memperoleh data yang berkaitan motivasi dan hasil belajar siswa dalam menggunakan lompat jauh gaya *hang style*.

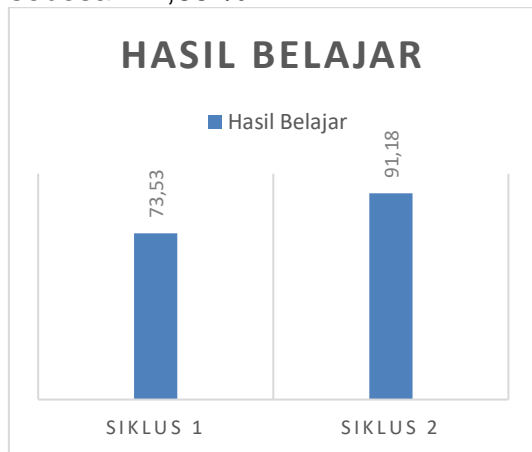
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

hasil belajar lompat jauh dan kriteria ketuntasan hasil belajar siklus I siswa kelas XI SMK Negeri 1 Bungo Tahun Pelajaran 2019/2020. Melakukan latihan tolakan dengan media bola gantung dengan cara siswa dibagi menjadi 2 regu laki-laki dan perempuan kemudian melakukan awalan ditempat kemudian menolak dengan kedua kaki ke depan dengan meleting ke belakang sambil meraih bola yang digantung pada jarak yang ditetapkan guru. Setelah itu dilanjutkan dengan lari awalan pada jarak yang telah dilakukan kemudian melakukan lompatan ke depan

dengan meraih bola yang di gantung tersebut dengan melenting ke belakang.

PEMBAHASAN

Ketuntasan hasil belajar siswa melalui hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran pertemuan terbimbing memiliki dampak positif dalam meningkatkan prestasi belajar siswa. Hal ini dapat terlihat dari semakin mantapnya pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan peneliti/kolaborator (ketuntasan belajar meningkat dari siklus I dan II). Pada siklus I ketuntasan hasil belajar mencapai 73,53 % sedangkan pada siklus II ketuntasan hasil belajar mencapai 91,18 %. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar siswa sebesar 17,65 %.



Sedangkan untuk proses pembelajaran berdasarkan analisis data diperoleh bahwa aktivitas siswa selama proses belajar mengajar dengan media bola gantung dalam setiap siklus mengalami peningkatan. Hal ini berdampak positif terhadap prestasi belajar siswa yaitu dapat ditunjukkan dengan meningkatnya nilai rata-rata siswa setiap siklus yang terus meningkat. Dalam proses belajar

mengajar siswa terlihat semangat, mendengarkan/memperhatikan penjelasan guru, melakukan kegiatan dengan sungguh-sungguh. Jadi dapat dikatakan bahwa aktivitas siswa sangat aktif mengikuti pembelajaran dengan media.

Minat merupakan sumber motivasi yang mendorong orang untuk melakukan sesuatu, bila mereka melihat bahwa sesuatu itu menguntungkan, mereka pun berminat. Ini kemudian mendatangkan kepuasan. Bila kepuasan berkurang, minat pun akan berkurang (Elizabet B. Hurlock; 114).

Begitu pula untuk belajar sangat diperlukan adanya minat dan motivasi. *Motivation is an essential condition of learning* (dalam bukunya Sardiman, 2010: 84). Bahwa hasil belajar akan menjadi optimal, kalau ada motivasi dan motivasi dapat muncul jika ada minat. Makin tepat motivasi yang diberikan, akan makin berhasil pula pelajaran itu.

Dalam pembelajaran lompat jauh gaya *hang style* dengan media bola gantung berhasil menumbuhkan kepuasan dan motivasi dalam belajar. Ini dapat ditunjukkan dari hasil pengisian angket tanggapan siswa terhadap model pembelajaran dengan media bola gantung berdasarkan analisis angket siswa dapat diketahui bahwa tanggapan siswa terhadap pembelajaran lompat jauh menggunakan media bola gantung termasuk positif. Ini ditunjukkan dengan 49,88% jawaban siswa setuju dan menyatakan bahwa siswa tertarik dan antusias mengikuti pembelajaran dengan media bola gantung. Hal ini

menunjukkan bahwa siswa memberikan respon positif terhadap pembelajaran lompat jauh sehingga siswa menjadi berminat dan termotivasi untuk belajar lebih giat. Jadi dapat disimpulkan bahwa pembelajaran lompat jauh gaya *hang style* dengan media bola gantung dapat meningkatkan minat dan motivasi belajar siswa.

KESIMPULAN

Penelitian Tindakan Kelas dengan judul “Upaya Meningkatkan Minat, Motivasi, dan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya *Hang Style* dengan Media Bola Gantung bagi Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Bungo, Kabupaten Bungo Tahun 2019/2019” menghasilkan Kesimpulan sebagai berikut:

Pembelajaran lompat jauh gaya *hang style* dengan media bola gantung memiliki dampak positif dalam meningkatkan hasil belajar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus, yaitu siklus I (73,53 %) dan siklus II (91,18 %).

Pembelajaran lompat jauh gaya *hang style* dengan media bola gantung mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan minat dan motivasi belajar siswa yang ditunjukkan dengan rata-rata jawaban siswa yang menyatakan bahwa siswa tertarik dan berminat dengan metode pembelajaran tersebut sehingga mereka menjadi suka dan termotivasi untuk belajar. Ini ditunjukkan dengan 49,88% pada angket motivasi dan 43,14 % pada angket motivasi menjawab setuju dengan pembelajaran menggunakan media sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan media bola gantung dalam

pembelajaran lompat jauh gaya *hang style* bisa meningkatkan minat dan motivasi siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- A.M, Sardiman. (2010). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo
- Djamarah, Syaifu Bahri. 2008. *Psikologi Belajar edisi 2*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Hurlock, Elizabeth B. 1993. *Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/MTS*. Jakarta: Litera.
- Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Suharsimi Arikunto, dkk., 2016. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Suryo, Muhammad. 2004. *Psikologi Pembelajaran dan Pengajaran*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Suryo, Muhammad. 2004. *Psikologi Pembelajaran dan Pengajaran*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Uno, Hamzah B. 2009. *Teori Motivasi dan Pengukurannya Analisis di Bidang Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.