

**PENGARUH METODE PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING*
TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH SISWA SMPK
IMMANUEL 2**

ARTIKEL PENELITIAN

**OLEH:
IGNASIUS JOJO
NIM. F1102131023**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2019**

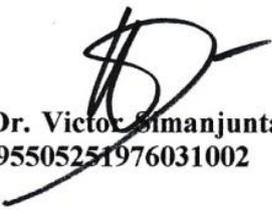
**PENGARUH METODE PEMBELAJARAN *PROBLEM BASED LEARNING*
TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH SISWA SMPK
IMMANUEL 2**

ARTIKEL PENELITIAN

**OLEH:
IGNASIUS JOJO
NIM. F1102131023**

Disetujui,

Pembimbing Utama


**Prof. Dr. Victor Simanjuntak, M. Kes
NIP. 195505251976031002**

Pembimbing Pendamping


**Fitriana Puspa Hidasari, M.Or
NIP. 199004262015042003**

Dekan FKIP UNTAN


**Dr. H. Martono, M.Pd
NIP. 19680316199403101**

Ketua Jurusan


**Eka Supriatna, M. Pd
NIP. 197711122006041002**

PENGARUH METODE PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH SISWA SMPK IMMANUEL 2

Ignasius jojo, Victor G Simanjuntak, Fitriana Puspa Hidasari

Pendidikan Jasmani Kesehatan FKIP Untan Pontianak

Email:jojoignasius@yahoo.com

The purpose of this study was to "find out how much influence the problem based learning learning method has on the learning outcomes of the long jump students of immanuel 2 highways" The method in this study used an experimental method with the form of pre-experimental design. The population in this study were 37 students. Sampling in this study used a saturated sampling technique with a sample size of 37 students. Data retrieval uses the pretest, treatment, and posttest stages. The instrument used is the long jump test column. Data analysis using t test analysis (influence test). Based on the calculation of the data obtained the results of the long jump capability with the problem based learning model with $t_{count} = 8.99 > t_{table} = 1.99$. From these results indicate that H_0 is accepted and H_a is rejected, meaning there is an increase, where from the difference in the mean value of the posttest data (66.36) greater than the mean pretest (51.85) with a difference of 14.51 numbers if it is 28%.

Keywords: Problem Based Learning, Long Jump.

PENDAHULUAN

Didalam kurikulum Pendidikan Jasmani khususnya kurikulum 2013 terdapat banyak cabang-cabang olahraga yang diajarkan disekolah salah satunya adalah cabang olahraga Atletik, yang didalamnya terbagi lagi menjadi beberapa macam nomor olahraga, diantaranya adalah nomor olahraga lompat jauh. Lompat jauh dalam pendidikan jasmani bukan semata untuk prestasi, melainkan untuk memperoleh pengalaman koordinasi gerak dalam olahraga Atletik, dan terpenting dari berbagai macam gerakan melalui olahraga lompat jauh adalah tingkat kebugaran jasmani anak menjadi meningkat dan juga bisa melihat bakat kemampuan anak dalam penampilan olahraga ini. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan pada dasarnya merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk dapat mencapai tujuan pengetahuan dan keterampilan

yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika dan perkembangan sosial. Menurut Ega Trisna Rahayu (2013:7) Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual. Salah satu metode dalam mengajar seperti metode pembelajaran Problem Based Learning (PBL) yang juga bisa diterapkan dalam menyampaikan berbagai materi, metode ini juga tentunya dapat diaplikasikan dalam proses pembelajaran penjasorkes, Karena metode belajar berbasis masalah sehingga dapat merangsang dan memotivasi para siswa untuk lebih aktif dalam proses pembelajaran. Masalah tersebut dipertemukan pertama-tama dalam proses pembelajaran Barow (dalam Miftahul Huda 2014: 271). Sedangkan menurut

Barr dan Tagg (dalam Miftahul Huda 2014: 71) PBL merupakan salah satu bentuk peralihan dari bentuk paradigma pembelajaran. Jadi fokusnya adalah pada pembelajaran peserta didik dan bukan pada pengajaran guru”. Sejalan dengan pendapat diatas Evelin Siregar dan Hartini Nara (2014:123) juga berpendapat pendekatan belajar berbasis masalah problem based learning (PBL) adalah suatu pendekatan dimana masalah mengendalikan proses pembelajaran. Ditambahkan juga oleh Menurut Panen (dalam Rusmono 2014:74) “dalam strategi pembelajaran dengan (PBL), peserta didik diharapkan untuk terlibat dalam proses penelitian yang mengharuskan untuk mengidentifikasi permasalahan, pengumpulan data, dan menggunakan data tersebut untuk memecahkan masalah

Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan di SMPK Imanuel 2 Sungai Raya yang dalam proses pembelajarannya menggunakan metode pembelajaran langsung atau yang sering disebut metode ceramah, rata-rata sekitar 70% siswa masih mengalami kesulitan dalam menguasai materi ini, rata-rata siswa mengalami kesulitan pada tahapan awalan hingga tahap lompatan, selanjutnya kesulitan pada saat ingin melakukan pijakan pada garis putih sebelum melakukan lompatan sehingga melewati garis yang sudah ditentukan. Setelah melakukan pengamatan langsung dilapangan penulis mendapatkan data hasil belajar yang peserta didik capai berupa nilai hasil belajar lompat jauh yang masih tergolong rendah dan perlu adanya perbaikan latihan pada materi ini. Dengan demikian, hal ini tentunya berdampak terhadap hasil belajar peserta didik kelas VIII, dengan kriteria ketuntasan minimum (KKM) yang dibawah rata-rata atau tidak tercapai rata-rata, peserta didik hanya mencapai nilai 65-70 dalam menampilkan kemampuannya sedangkan standar ketuntasan adalah 75, Mengacu dari latar belakang dalam penelitian ini, berdasarkan pada permasalahan di atas,

maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh penerapan metode pembelajaran problem based learning (PBL) terhadap hasil belajar lompat jauh pada peserta didik Kelas VIII SMPK Imanuel 2 Sungai Raya”. Didalam proses pembelajaran terdapat banyak cara atau metode mengajar yang dapat diterapkan oleh guru dalam menyampaikan materi pembelajaran. Salah satunya seperti metode pembelajaran Problem Based Learning (PBL) yang juga bisa diterapkan dalam menyampaikan berbagai materi, metode ini juga tentunya dapat diaplikasikan dalam proses pembelajaran penjasorkes. Karena metode belajar ini berbasis masalah sehingga dapat merangsang dan memotifasi para siswa untuk lebih aktif dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah penelitian sebagai berikut :

Apakah dengan menggunakan metode berbeda dapat meningkatkan hasil belajar siswa siswi kelas VIII SMPK Imanuel 2 Sungai Raya?

1. Apakah metode Problem Based Learning (PBL) berpengaruh signifikan untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas VIII SMPK Imanuel 2 ?
2. Seberapa besar metode Problem Based Learning (PBL) berpengaruh untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas VIII SMPK Imanuel 2 ?

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka penulis merumuskan masalah yaitu:

Apakah metode pembelajaran Problem Based Learning (PBL) dapat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar peserta didik pada materi lompat jauh di kelas VIII SMPK Imanuel 2 Sungai Raya?

Ruang lingkup penelitian ini adalah berisi variabel-variabel yang diteliti, populasi atau subjek penelitian, dan lokasi

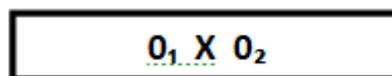
penelitian. Adapun variabel bebas dalam penelitian adalah model pembelajaran Problem Based Learning (PBL). Sementara itu variabel terikat (dependen) dalam penelitian ini ialah hasil belajar lompat jauh.

METODE

Menurut Mahmud (2011:23) “metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Istilah cara ilmiah menunjukkan arti bahwa kegiatan penelitian didasarkan pada ciri-ciri keilmuan, yaitu rasional, empiris, dan sistematis”. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode penelitian eksperimen. Menurut Wiratna Sujarweni (2014:39) “penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang akan menghasilkan penemuan-penemuan yang dapat dicapai/diperoleh dengan menggunakan prosedur-prosedur statistik atau cara-cara lain dari kuantitatif (pengukuran)”. Sedangkan menurut Sugiyono (2014:8) “metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan”. Sejalan dengan pendapat di atas, menurut Sugiyono (2010:107) “metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan”. Selain itu, ditambahkan juga oleh Soekidjo Notoatmodjo (2005:156) “penelitian eksperimen atau percobaan (eksperiment research) adalah kegiatan percobaan (eksperiment), yang bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul, sebagai akibat dari adanya perlakuan tertentu. Oleh karena itu dalam menggunakan metode penelitian harus

mengarah pada tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian tersebut dan dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah.

Untuk memperoleh dan mengungkap masalah dalam penelitian ini, maka perlu dipilih teknik data yang sesuai dengan tujuannya. Teknik pengambilan data pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan tes dan pengukuran. Adapun desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan One-Group Pretest-Posttest Design. Berikut ini adalah desain penelitian One-Group Pretest-Posttest yang menurut Sugiyono (2016: 111) adalah sebagai berikut:



Gambar .1. Rancangan Desain Penelitian (Sugiyono, 2016)

Keterangan:

O_1 = Nilai Pretest (sebelum diberi perlakuan)

X = Perlakuan (treatment)

O_2 = Nilai Posttest (setelah diberi diklat)

Pengaruh diklat terhadap prestasi kerja pegawai = $(O_2 - O_1)$

Menurut Sugiyono (2014:73) mengungkapkan terdapat beberapa bentuk desain yang dapat digunakan dalam penelitian eksperimen yaitu pre-experimental design, True experimental design, Factorial design dan Quasi experimental design.

Berdasarkan empat bentuk penelitian diatas, maka bentuk penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah bentuk penelitian Pre Eksperimental.

yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII A SMPK Immanuel 2 Sungai Raya dengan jumlah 37 siswa Menurut Sugiyono (2011:117), “populasi adalah

wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. sedangkan menurut Ahmad Tanzeh & Suyitno (2006:51), “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek dan subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik sebuah kesimpulan”. Sejalan dengan pendapat diatas Sukardi (2014:53) berpendapat bahwa “populasi adalah anggota kelompok manusia, binatang, peristiwa, atau benda yang tinggal bersama dalam satu tempat dan secara terencana menjadi target kesimpulan dan hasil akhir suatu penelitian”. dengan jumlah sampel sebanyak 37 siswa Sugiyono (2011:118),

mengatakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. sedangkan menurut Ahmad Tanzeh & Suyitno (2006:52), “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sejalan dengan pendapat diatas, menurut Zainal Arifin (2012: 215) “sampel adalah sebagian dari populasi yang akan diselidiki atau dapat juga dikatakan bahwa sampel adalah populasi dalam bentuk mini (miniatur population). adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu menggunakan sampling jenuh.

Menurut Sugiyono (2009:74) pre Experimental dikatakan pre- eksperimental design, karena desain ini belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh. Mengapa? Karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen. Jadi

hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen itu bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini dapat terjadi, dan sampel tidak dipilih secara random.

Sumber data dalam penelitian merupakan subjek dari mana data dapat diperoleh”. Subjek dalam penelitian merujuk pada responden informasi yang hendak diminati atau digali datannya, sedangkan objek merujuk pada tema yang akan diteliti. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif.

Untuk memperoleh dan mengungkapkan masalah dalam penelitian ini, maka perlu dipilih teknik data yang sesuai dengan tujuannya. Teknik pengambilan data pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan tes dan pengukuran.

Tes

Untuk menentukan jenis tes yang akan di pakai dalam penelitian tergantung dan tujuan penelitiannya. Tes yang baik adalah tes obyektif, valid, reliabel. Penelitian ini sebagai alat pengumpul data yang menggunakan penilaian proses yang melalui tahapan-tahapan pada teknik dasar dalam olahraga lompat jauh melalui tes hasil. Tes yang dimaksud dalam penelitian ini adalah tes keterampilan dalam melakukan teknik dasar lompat jauh, dimana peserta didik yang menjadi sampel akan di tes keterampilannya dalam melakukan teknik dasar dalam olahraga lompat jauh.

Alat Pengumpul Data

Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini berupa lembar observasi (check list) serta pengamatan langsung pada saat proses pembelajaran menggunakan metode pembelajaran yang diterapkan yaitu menggunakan metode pembelajaran problem based learning (PBL).

Analisis Data

Analisis adalah proses pengukuran data, mengorganisasikan kedalam pola, kategori dan satuan uraian. Teknik analisis deskriptif, kuantitatif eksperimen sebagai berikut: 1).Mengumpulkan data dengan melakukan eksperimen, observasi dan dokumentasi yang diuraikan dengan kata-kata yang disusun kedalam teks yang diperlukan. 2).Mentabulasi data. 3).Analisis sesuai pendekatan penelitian dengan rumus deskriptif persentase.

$$Dp = n/N \times 100\%$$

Keterangan :

Dp = Deskriptif persentase

n = Jumlah nilai yang diperoleh

N = Jumlah seluruh nilai

% = Tingkat persentase yang

dicapai. 4).Proses sebelum siap digunakan melalui pencatatan dan pengetikan. 5).Selama proses berlangsung terjadilah tahapan redaksi sebagai proses pemilihan, pemutusan perhatian pada penyederhanaan. 6).Penyajian data yaitu berupa sekumpulan informasi yang tersusun untuk memberikan kemungkinan penarikan kesimpulan. 7).Langkah terakhir yaitu menarik kesimpulan dan verifikasi.

Data dapat diartikan sebagai informasi yang diterima yang bentuknya dapat berupa, angka, kata-kata, atau dalam bentuk lisan dan tulisan lainnya.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil pengolahan data yang dilakukan, diperoleh hasil penghitungan rata-rata nilai pretest dan posttest yaitu 66.36 dan 51.85 dengan selisish 14.51 angka dan jika dipersenkan menjadi 28%, artinya terjadi peningkatan untuk penggunaan model problem based learning terhadap kemampuan lompat jauh siswa kelas VII SMPK 2 Imanuel Sungai Raya. Selanjutnya dilakukan penghitungan uji-T pada hasil akhir data pretest dan posttest dengan perhitungan

menggunakan rumus polled varian dengan hasil sebesar ($t \text{ hitung} = 8.998 > t \text{ tabel} = 1.990$), artinya hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol ditolak. Jadi dengan menggunakan model problem based learning terjadi peningkatan terhadap hasil belajar siswa kelas VIII, Berdasarkan hasil pengolahan data yang dilakukan, diperoleh hasil penghitungan rata-rata nilai pretest dan posttest yaitu 66.36 dan 51.85 dengan selisish 14.51 angka dan jika dipersenkan menjadi 28%.

Data Pretest

Deskripsi data hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data, yaitu tentang tingkat kemampuan lompat jauh kelas VII SMPK Imanuel 2 Sungai Raya, yang terbagi menjadi 4 faktor penilaian yaitu tehnik awalan, tolakan,melayang, dan tehnik pendaratan. adapun hasil dari kemampuan lompat jauh siswa dapat dilihat dari tabel 1, sebagai berikut.

Tabel 1. Persentase Nilai *Pretest*

No	Poin/Nilai	Jumlah Siswa	Persentase (%)
1	38 – 43	8	21
2	44 – 49	11	29
3	50 – 55	5	13
4	56 – 61	6	16
5	62 – 68	4	10
6	69 - 85	3	8
Jumlah		37	100

Nilai terendah : 38

Nilai tertinggi : 73

Berdasarkan tabel .3. diatas didapati data dengan nilai terendah sebesar 38 dan nilai tertinggi sebesar 73.

Tabel .2. Hasil Kemampuan Lompat Jauh Hasil Statistik Pretest

Mean	51.85
Standar Deviasi	9.58
Nilai Minimum	38.00
Nilai Maximum	73.00

Berdasarkan tabel .2. diatas, didapat nilai rata-rata (*Mean*) untuk *pretest* sebesar 51.85 dengan standar deviasi sebesar 9.58.

Data Posttest

Deskripsi data hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data, yaitu tentang tingkat kemampuan lompat jauh, yang terbagi menjadi 4 faktor penilaian yaitu tehnik awalan, tolakan, melayang, dan teknik mendarat. adapun hasil dari kemampuan lompat jauh siswa dapat dilihat dari tabel 3, sebagai berikut:

Tabel .3. Persentase Nilai Postes

No	Poin/Nilai	Jumlah Siswa	Persentase (%)
1	38 – 45	3	8
2	46 – 53	4	10
3	54 – 61	5	13
4	62 – 69	7	18
5	70 – 77	10	27
6	78 – 85	8	21
Jumlah		37	100

Nilai terendah : 38

Nilai tertinggi : 85

Berdasarkan tabel .3. diatas didapati data dengan nilai terendah sebesar 38 dan nilai tertinggi sebesar 85

Tabel .4. Hasil Kemampuan Lompat Jauh Hasil Statistik Posttest

Mean	66.36
Standar Deviasi	12.62
Nilai Minimum	38
Nilai Maximum	85

Berdasarkan tabel .4. diatas, didapat nilai rata-rata (*Mean*) *posttest* sebesar 66.36 dengan standar deviasi sebesar 12.62.

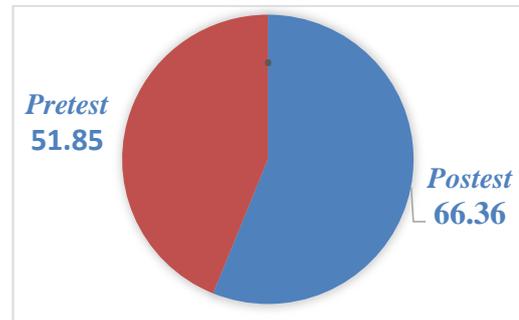


Diagram lingkaran. 1. Perbandingan rata-rata pretest dan postte

Dari diagram diatas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan hasil belajar yang ditunjukkan dari peningkatan hasil rata-rata yang sebelumnya 51.85 menjadi 66.36 dengan selisih sebesar 14.51 angka.

Hasil Analisis Data

Uji Normalitas

Uji normalitas data bertujuan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Sebab, dalam statistic parametrik distribusi data yang normal adalah suatu keharusan dan merupakan syarat yang harus terpenuhi. Uji normalitas dilakukan dengan chi kuadrat. Pengambilan keputusan yaitu jika nilai x^2 hitung $>$ x^2 tabel maka data berdistribusi normal dan sebaliknya. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan didapat hasil sebagai berikut:

Uji Chi kuadrat data Setelah dilakukan uji normalitas data di dapati hasil untuk data *pretes* dengan x^2 hitung sebesar 7.348, sementara untuk hasil *posttest* di dapati x^2 hitung sebesar 5.968, kemudian hasil ini dibandingkan dengan x^2 tabel dengan taraf signifikansi 5% maka diperoleh x^2 tabel= 7.815. dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa data pretest dan posttest berdistribusi normal, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4.5, sebagai berikut:

Tabel. 5. Hasil Uji Normalitas data

Pretest

Uji Normalitas	Sig.	Keterangan
Pretest	7.348 < 7.815	Normal
Posttest	5.968 < 7.815	Normal

Uji Homogenitas

Dalam statistik uji homogenitas digunakan untuk mengetahui varian dari beberapa populasi sama atau tidak. Uji homogenitas dilakukan dengan pengambilan keputusan $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka dikatakan bahwa data dapat dikatakan data homogeny dan sebaliknya. Berdasarkan hasil statistik untuk uji homogenitas ialah sebagai berikut

Uji Homogenitas Varians data pretest.

Dilakukan uji homogenitas data di dapati hasil untuk data *pretest* f_{hitung} sebesar 1.734, kemudian dibandingkan dengan dk pembilang $(37-1)= 36$ dan penyebut $(37-1)= 36$ dengan taraf signifikansi 5% diperoleh f_{tabel} sebesar 1.744. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa data *pretest* homogen, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 6, sebagai berikut:

Tabel. 6. Hasil Uji Homogenitas data Analisis Uji-t

Uji Homogenitas	Sig.	Keterangan
Eksperimen	1.734 < 1.744	Homogen

Setelah diketahui data berdistribusi normal dan varians tidak homogen serta jumlah sampel yang sama, maka sesuai pedoman yang telah dikemukakan digunakan rumus *t-test Polled Varians*. Adapun hasil perhitungan data dengan menggunakan kedua rumus tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

Uji *t* diperoleh $t_{hitung} = 8.998$, kemudian dibandingkan dengan $dk = n_1 + n_2 - 2 = 72$ dan taraf signifikansi 5% diperoleh $t_{tabel} = 1.990$. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat di tabel 4.9 sebagai berikut:

Tabel .7. Analisis Uji-t

Analisis Uji-t	Signifikansi
Pretest – posttest	8.998 > 1.990

Berdasarkan tabel diatas, $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau $8.998 > 1.990$ jadi dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan perhitungan data, diperoleh hasil kemampuan lompat jauh dengan model *problem based learning* dengan $t_{hitung} = 8.99 > t_{tabel} = 1.99$. Dari hasil ini menunjukkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak artinya terdapat peningkatan, dimana dari selisih nilai *mean* data posttest (66.36) lebih besar dari *mean* pretest (51.85) dengan selisih sebesar 14.51 angka jika dipersenkan menjadi 28%. Berdasarkan hasil penelitian ini, model *problem based learning* memberikan peningkatan proses psikomotor peserta didik, karena dengan model ini peserta didik langsung mengetahui titik permasalahan dalam pembelajaran sehingga peserta didik fokus untuk memecahkan permasalahan. Sehingga kemampuan berpikir kritis peserta didik menjadi terlatih.

Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti, saran yang dapat disampaikan yaitu penggunaan model belajar berbasis masalah tepat digunakan untuk pembelajaran khususnya pada pembelajaran lompat jauh, dan mungkin juga akan berdampak sama terhadap pembelajaran pendidikan jasmani lainnya, jadi diharapkan penggunaan model dengan berbasis masalah diterapkan untuk pembelajaran yang lainnya khususnya mata pelajaran pendidikan jasmani, karena di dalam proses nya akan melibatkan ketiga ranah pembelajaran yaitu kognitif, afektif dan psikomotor. Tentunya penelitian ini dapat di jadikan sebagai acuan untuk melakukan penelitian yang serupa.

DAFTAR RUJUKAN

- Huda.M.(2014). **Model - Model Pengajaran Dan Pembelajaran**.Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Mahmud. (2011). **Metode Penelitian Pendidikan**. Bandung : Pustaka Setia.
- Notoatmodjo. S. (2005). **Metode Penelitian Kesehatan**. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Rahayu.E.T.(2013).**Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani**. Bandung: Alfabeta.
- Rusmono.(2014). **Strategi Pembelajaran Dengan *Problem Based Learning***. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Tanzeh. A. dan Suyitno. (2006). **Dasar-Dasar Penelitian**. Surabaya: Eikap. Rosdakarya.
- Siregar. E. dan Nara. H. (2014). **Teori Belajar dan Pembelajaran**. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Sugiyono. (2009). **Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D**. Bandung :Alfabeta.
- Sugiyono. (2010).**Metode Penelitian Pendidikan**. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). **Metode Penelitian Pendidikan**. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). **Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D**. Bandung: Alfabeta
- Sujarweni. W. (2014). **Metode Penelitian**. Yogyakarta: Pustaka Baru Pers.
- Sukardi. 2014. **Metode Peneliati Pendidikan**. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Arifin. Z..(2012). **Penelitian Pendidikan.2012**. Bandung: PT Remaja

