

STUDI KOMPARATIF TENTANG KETERAMPILAN JAUH LOMPATAN ANAK USIA 10 TAHUN DI DATARAN RENDAH, DATARAN SEDANG, DAN DATARAN TINGGI DI KABUPATEN PONOROGO

Frizal Andita Didin Mardiyansyah

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Malang
Jalan Semarang No.5 Malang
Email: frizalanditadm@gmail.com

Asim

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Malang
Jalan Semarang No.5 Malang

Sugiyanto

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Malang
Jalan Semarang No.5 Malang

Abstract

The aim of this study was to identify and analyze differences in skills longjump children 10 years in the lowlands, middle land and highland in Ponorogo. The method used in research is a survey method. Subjects in this study conducted on children aged 10 years who live in the lowlands, middle land and highland in Ponorogo regency. The result of this research that there are different skills longjump children 10 years old in lowland, middle land dan highland. Data analysis technique is One Way Anova and tukey analysis as a continue. Based on the results of data analysis is there are different skills of longjump children 10 years old in lowland, middle land, and highland in Ponorogo Regency with highland is farthest, middle land have skills above highland, and lowland is the closer.

Keywords: *longjump, children 10 years, lowland, middle land, highland*

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisa perbedaan keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi di Kabupaten Ponorogo. Metode yang digunakan dalam pengambilan data penelitian adalah metode penelitian survei. Subyek pada penelitian ini dilakukan terhadap anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi di Kabupaten Ponorogo. Teknik analisis data yang digunakan adalah Anava satu jalur dan uji lanjutan menggunakan uji *tukey*. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan bahwa terdapat perbedaan keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah dengan dataran sedang dan dengan dataran tinggi di Kabupaten Ponorogo dengan dataran tinggi yang paling jauh, dataran sedang memiliki keterampilan di bawah dataran tinggi, dan dataran rendah memiliki keterampilan paling pendek.

Kata kunci: keterampilan melompat, anak usia 10 tahun, dataran rendah, dataran sedang, dataran tinggi

Setiap orang individu memiliki kemampuan motorik yang berbeda-beda dengan orang lain. Menurut Sani (2015:388) Kemampuan motorik seseorang adalah “kemampuan untuk bergerak dengan berbagai macam gerakan dimana dalam tingkatan kemampuan gerak motorik itu sendiri terdapat ciri-ciri tertentu yang membedakan kemampuan peringkat usia.” Perkembangan gerak motorik anak pada tahap awal sangatlah penting karena pada tahap awal ini akan sangat berpengaruh terhadap kemampuan motorik seseorang. Baik itu memiliki pengaruh yang baik maupun pengaruh yang buruk. Karena pada masa ini anak-anak pasti aktivitas sehari-hariya masih senang untuk bermain dengan teman-temannya di sekitar lingkungan tempat tinggalnya.

Berbagai macam kondisi geografis anak usia 10 tahun tinggal, pasti memiliki pengaruh terhadap setiap individu. Ada anak yang tinggal di dataran tinggi, ada anak yang tinggal di dataran sedang dan ada anak yang tinggal di dataran rendah. Anak yang tinggal di dataran tinggi dan dataran sedang dalam kehidupan sehari-harinya cenderung melewati jalan-jalan yang naik turun yang disebabkan oleh kondisi geografis yang terdiri dari bukit dan gunung. Walaupun di masa sekarang ini sudah modern dengan bepergian pasti menggunakan kendaraan, namun aktivitas lainnya yang tidak terlalu jauh dari rumah tinggalnya pasti tidak menggunakan kendaraan pribadi maupun umum. Berjalan adalah alternatif utama mereka karena tidak melibatkan jarak yang jauh. Berbeda dengan anak yang tinggal di dataran rendah, dalam kehidupan sehari-harinya hanya melewati jalanan dan kondisi geografis yang cenderung datar sesuai dengan kondisi geografis tempat tinggalnya. Walaupun tidak menutup kemungkinan sesekali bepergian ke tempat yang memiliki kondisi geografis

yang di atas rata-rata tempat tinggal asalnya. Aktivitas sehari-harinya pasti lebih banyak dilakukan di daaran rendah. Menggunakan kendaraan umum ataupun pribadi, mereka pasti sudah terbiasa dengan lingkungan yang datar. Apalagi apabila pergi ke tempat yang tidak jauh dari rumahnya pasti berjalan kaki.

Dalam proses menjadi dewasa, seseorang pasti melewati fase anak-anak terlebih dahulu. Dalam masa anak-anak tersebut terdapat kesempatan untuk merubah arah hidup sesuai keinginan. Menurut Aqib dan Sujak (2011:21) menyatakan bahwa, “Setiap masanya terjadi satu kali selama hidup. Masa bayi, masa anak-anak, masa remaja, masa dewasa, dan masa tua hanya bisa dirasakan sekali seumur hidup”. Sehingga bila kesempatan di masa anak-anak hilang, akan berdampak pada masa selanjutnya. Hal ini dikarenakan masa anak-anak dan remaja berimbas pada masa tua. Apabila pada masa anak-anak hilang waktu dimana mereka harus bermain, bisa jadi anak-anak akan menjadi dewasa sebelum umurnya. Pada masa dewasa mereka akan cenderung memikirkan dan bahkan ingin sekali mengulang masa anak-anak dengan menghabiskan waktu untuk bermain dengan teman-teman. Apalagi anak usia 10 tahun ini merupakan usia anak-anak untuk belajar namun masih dalam kategori bermain sambil belajar. Waktu yang digunakan untuk bermain atau istirahat mereka haruslah lebih banyak dibanding untuk belajar.

Setiap anak memiliki keterampilan yang berbeda-beda. Dalam melakukan suatu hal, tiap anak tidak akan sama hasilnya. Ada seseorang anak yang sudah memiliki bakat bawaan sejak dia lahir dengan potensi yang lebih baik dari teman-temannya yang lain atau seiring berjalannya waktu dengan beberapa latihan yang tepat mereka bisa memiliki keterampilan yang terus meningkat.

Menurut Triyono (2012:55) bakat adalah “Kemampuan-kemampuan spesifik yang dimiliki individu suatu kondisi yang memungkinkan tercapainya pengetahuan, kecakapan, atau keterampilan tertentu setelah melalui suatu latihan. Jadi apabila latihan tersebut cocok dilakukan pada anak usia 10 tahun pasti nantinya akan mempengaruhi keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi di Kabupaten Ponorogo menjadi lebih baik.

Ada penggolongan anak berdasarkan usia yang dimiliki tiap anak. Mappiare (1990:24) menyatakan bahwa “berdasarkan pada bentuk-bentuk perkembangan dan pola-pola perilaku yang nampak khas bagi usia-usia tertentu, maka rentangan kehidupan terdiri atas sebelas masa”. Dan dari kesebelas rentangan tersebut dijelaskan dengan jelas bahwa anak usia 10 tahun tergolong ke dalam masa kanak-kanak akhir dan pubertas atau *preadolescence*. Pada masa ini merupakan sebuah peralihan atau dengan kata lain masa transisi dari masa anak-anak ke masa remaja. Masa ini biasanya merupakan masa yang sangat sensitif pada tiap anak. Sehingga perlu perlakuan khusus agar tidak terjadi sesuatu yang tidak diinginkan pada mereka di masa remaja bahkan masa dewasa mereka.

Anak usia 10 tahun yang masih bersekolah di Sekolah Dasar terdapat pada siswa kelas tiga, kelas empat, kelas lima dan kelas enam. Paling banyak jumlah mereka terdapat pada anak kelas empat. Pada kelas tiga biasanya mereka tidak naik kelas pada kelas satu, dua maupun pada saat kelas tiga. Apabila ada anak yang berada pada kelas lima dan enam, biasanya mereka didaftarkan di awal kelas satu saat memiliki umur yang belum seharusnya, yaitu umur yang lebih rendah dari batas pendaftaran anak kelas satu yaitu enam setengah tahun atau tujuh

tahun tapi memiliki kemampuan motorik yang sudah layak untuk dimasukkan ke Sekolah Dasar. Anak pada usia 10 tahun ini masih senang untuk bermain karena merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa. Menurut Santrock (2007:20) “Masa remaja (*adolescense*) adalah periode peralihan perkembangan dari kanak-kanak ke masa dewasa awal, memasuki masa ini sekitar usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 22 tahun”.

Dimulai dari anak-anak inilah semua bisa mulai ditanamkan kepada anak-anak. Baik dan buruk seseorang nantinya akan mulai tertanam pada diri seseorang anak tersebut. Sesuai dengan yang diberikan kepada anak-anak itulah yang akan berpengaruh pada masa selanjutnya. Yang ada di dalam pikiran seorang anak adalah apa yang sudah diajarkan dan diberikan sejak kecil. Apabila sejak usia anak-anak mereka sudah ditanamkan *mindset* yang bagus, tentunya nanti mereka akan memiliki pikiran dan perilaku yang sama baiknya. Sebaliknya apabila *mindset* mereka dari masa anak-anak sudah ditanamkan sesuatu yang negatif, tentunya mereka akan memiliki suatu pikiran dan bahkan perilaku yang negatif di masa selanjutnya.

Tiap-tiap orang memiliki suatu keterampilan untuk melakukan sesuatu dengan hasil yang berbeda-beda. Menurut Triyono (2012:2) “setiap individu memiliki karakteristik bawaan (*heredity*) dan karakter lingkungan (*environment*)”. Karakteristik bawaan itu merupakan karakter bawaan biologis sejak lahir yang dimiliki tiap orang dan diwariskan turun-temurun di dalam keluarga masing-masing. Hal ini termasuk kepribadian, perilaku dan apa saja yang diperbuat setiap waktunya. Lingkungan nantinya akan mempengaruhi bagaimana tumbuh kembang seorang anak akan mengarah. Mengarah pada perbuatan yang baik ataupun mengarah ke perbuatan yang

buruk. Hal ini tentang perilaku kesehariannya, maupun juga tentang kehidupan aktivitasnya di sekolah.

Keterampilan jauh lompatan anak seseorang harusnya bisa lebih meningkat berdasarkan tempat tinggal orang tersebut. Berdasarkan kondisi geografis di berbagai ketinggian tempat yang dimaksud yaitu di dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi. Di tiap ketinggian tempat itulah pasti terdapat perbedaan keterampilan melompat yang berbeda-beda pada anak usia 10 tahun. Keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran tinggi harusnya lebih baik daripada jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran sedang dan dataran rendah. Keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran sedang harusnya lebih baik daripada anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah. Keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah harusnya paling rendah dibandingkan dengan jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran sedang dan dataran tinggi.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sebagai berikut, study komparatif perkembangan kelincahan antara anak usia 9, 10, 11 tahun di dataran rendah dengan dataran tinggi di kabupaten Pasuruan (Yuda, 2012), yang isinya menekankan tentang kelincahan dengan tes *shuttle run* anak usia 9, 10, 11 tahun di dataran rendah dengan dataran tinggi yang bertempat di Pasuruan, yang menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara tingkat kelincahan anak putra di dataran tinggi dan dataran rendah anak usia 9 tahun ke 10 tahun, begitu juga 10 tahun ke 11 tahun. Perkembangan yang pesat dialami oleh anak usia 9 tahun ke 10 tahun, hal ini ditunjukkan dengan selisih rata-rata lebih besar daripada usia 10 tahun ke 11 tahun. (Firman, 2012) Studi Komparatif tentang

Perkembangan Jingkat 15 Meter Anak Usia 7,8,9 dan 10 Tahun yang Tinggal di Dataran Rendah dengan Dataran Tinggi di Kabupaten Mojokerto (Firman, 2012) menyimpulkan bahwa, terdapat suatu perbedaan antara jingkat anak putra usia 7,8,9 dan 10 tahun di dataran rendah dengan dataran tinggi. Hasilnya lebih baik kemampuan gerak jingkat anak putra yang berada di dataran tinggi. Dari penelitian lain yaitu Studi Komparatif Perkembangan Melompat Anak Usia 7-10 tahun di Dataran Rendah dan Dataran Tinggi di Kabupaten Mojokerto (Nugroho, 2012) menyimpulkan bahwa berdasarkan hasil output SPSS di dataran rendah, tabel Anava satu jalur menjelaskan bahwa nilai signifikansi kurang $\alpha=0,05$, artinya H_0 ditolak. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat adanya perbedaan perkembangan melompat anak usia 7-10 tahun di dataran rendah. Begitu juga di dataran tinggi, tabel Anava satu jalur menjelaskan bahwa nilai signifikansi kurang $\alpha=0,05$, artinya H_0 ditolak nilai signifikansi kurang $\alpha=0,05$, artinya H_0 ditolak. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan perkembangan melompat anak usia 7-10 tahun di dataran rendah dan dataran tinggi.

Oleh karena itu perlu adanya suatu studi tentang jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah, dataran sedang dan dataraan tinggi. Sehingga untuk mengetahui keterampilan anak usia 10 tahun tentang jauh lompatan di berbagai ketinggian tempat, peneliti akan melakukan penelitian tentang “Studi Komparatif tentang Keterampilan Jauh Lompatan Anak Usia 10 Tahun pada Dataran Rendah, Dataran Sedang dan Dataran Tinggi Di Kabupaten Ponorogo”.

Metode

Penelitian yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini merupakan penelitian komparatif. Penelitian ini dilakukan pada satu waktu dan satu kali

untuk mencari perbedaan antara variabel terikat (keterampilan melompat anak usia 10 tahun) dengan variabel bebas (dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi).

Tujuan Penelitian ini, yaitu untuk :

(1) Mengetahui dan menganalisa keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah di Kabupaten Ponorogo, (2) Mengetahui dan menganalisa keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran sedang di Kabupaten Ponorogo, (3) Mengetahui dan menganalisa keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran tinggi di Kabupaten Ponorogo, dan (4) Mengetahui dan menganalisa apakah terdapat perbedaan keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi di Kabupaten Ponorogo.

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar berdasarkan tempat tinggalnya. Yaitu dilakukan di dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi di Kabupaten Ponorogo. Waktu penelitian yang digunakan untuk pengambilan data ini adalah pada bulan september 2016. Pengambilan data dilakukan di masing-masing sekolah dasar yang telah dipilih berdasarkan tempat ketinggian yaitu dataran rendah, dataran sedang, dan dataran tinggi.

Sebelum melakukan pengambilan data di dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi, terlebih dahulu pertama adalah dengan melakukan survei tempat yang akan digunakan yaitu di sekolah dasar. Dari sekolah yang akan diambil sebagai tempat ketinggian diambil anak kelas 4 dengan usia 10 tahun. Teknik yang digunakan dalam memperoleh sampel dalam penelitian ini menggunakan *Random Sampling*. Jadi pengambilan sampel dilakukan secara acak. Setiap unit populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk diambil sebagai sampel. Cara

pengambilan sampel yang dipakai adalah menggunakan Sampel random berstrata (*Sratisfied Random Sampling*) (Nasution, 2003:3). Jadi populasi dibagi strata-strata, (sub populasi), kemudian pengambilan sampel dilakukan secara *simple random sampling*. Usia yang dimaksud adalah rentangan usia 9,6 sampai dengan 10,4 tahun. Dari batasan usia tersebut kemudian diambil sampel sebanyak 25 siswa tiap sekolah. Dari 6 sekolah yang digunakan didapat 150 siswa sebagai sampel di semua ketinggian tempat. Kedua adalah dengan menentukan ketinggian tempat dari sekolah dasar yang digunakan sebagai tempat pengambilan data. Untuk menentukan ketinggian tempat tersebut adalah dengan menggunakan alat yang dinamakan altimeter. Alat ini penggunaannya dengan membawa alat tersebut ke tempat yang ingin digunakan, kemudian akan didapatkan ketinggian dengan satuan meter di atas permukaan laut (mdpl).

Data hasil penelitian yang diambil dari dataran rendah, dataran sedang, dan dataran tinggi peneliti melakukan survei berupa pemberian tes keterampilan lompat jauh untuk anak 10 tahun (Asim,1994). Dengan panjang lintasan untuk awalan adalah minimal 5 meter. Tempat untuk tolakan adalah tepat di tengah-tengah antara tempat awalan dan bak lompat jauh dengan ukuran panjang 0,5 meter dan lebar 1,5 meter. Untuk ukuran bak lompat jauh adalah dengan panjang minimal 4 meter dan lebar 1,5 meter. Setiap anak usia 10 tahun diberikan kesempatan untuk melompat dari tempat awalan sebanyak 3 kali. Dari ketiga kesempatan tersebut diambil salah satu lompatan yang paling jauh tiap anak. Hasil lompatan tiap anak tersebut dicatat dan dimasukkan ke dalam form pengamatan. Peneliti menggunakan bak lompat jauh sebagai tempat untuk melakukan pengambilan data. Setiap lompatan anak diukur menggunakan meteran baja agar ketepatannya bisa lebih

baik daripada meteran yang menggunakan bahan selain baja. Dari tiga kesempatan tersebut diambil dan dicatat lompatan terjauh dari tiap anak di masing-masing ketinggian tempat di dalam form pengamatan.

Sekolah yang digunakan sebagai tempat untuk diambilnya data di dataran rendah adalah SDN Nailan dan SDN Ngloning. Kedua sekolah ini berada di kecamatan Slahung yang termasuk ke dalam dataran rendah. Untuk sekolah yang ada di dataran sedang adalah SDN 4 Ngrayun dan SDN 1 Temon. Kedua sekolah ini berada di kecamatan Ngrayun dan termasuk ke dalam dataran sedang. Di dataran tinggi sekolah yang digunakan adalah SDN Ngebel dan SDN 2 Wagir Lor. Kedua sekolah ini berada di kecamatan Ngebel yang termasuk ke dalam dataran tinggi di Kabupaten Ponorogo. Pada masing-masing sekolah dasar tersebut kemudian diambil siswa sebanyak 25 siswa sebagai sampel penelitian. Sehingga didapat sampel sebanyak 150 siswa dari ketiga ketinggian tempat. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada bulan september 2016.

Dalam penelitian ini dibutuhkan adanya alat untuk mengukur ketinggian suatu tempat yang dinamakan altimeter. Alat ini mengukur ketinggian tempat dari atas permukaan laut. Alat ini digunakan untuk keperluan navigasi dalam penerbangan, pendakian, dan kegiatan yang berhubungan dengan ketinggian. Dalam penelitian ini, altimeter berfungsi sebagai alat untuk mengetahui ketinggian suatu tempat yang digunakan untuk menentukan suatu wilayah yang akan dijadikan sebagai tempat dilakukannya penelitian. Jadi sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan observasi tempat dengan menggunakan altimeter untuk menentukan tempat yang sesuai dengan ketinggian tempat yang diinginkan. Alat selanjutnya yang sangat penting adalah meteran baja. Meteran ini

berbeda dengan meteran dengan bahan yang selain baja. Karena meteran ini tidak akan bengkok ataupun tidak pas ketika digunakan untuk mengukur jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi di tiap sekolah dasar yang telah dipilih di Kabupaten Ponorogo.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini terdiri dari observasi tempat dan tes keterampilan lompat jauh untuk anak usia 10 tahun (Asim, 1994). Penelitian ini menggunakan teknik Analisis Varian Satu Arah (Sudjana, 2002:302) dengan $\alpha=0,05$ untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi di kabupaten ponorogo. Dilanjutkan dengan uji lanjutan menggunakan uji *tukey* dengan $\alpha=0,05$ untuk mengetahui jauh lompatan anak usia 10 tahun di tempat tinggal mana yang memiliki keterampilan jauh lompatan paling jauh.

Bumi selain mempunyai lautan yang luas juga memiliki daratan. Dari daratan tersebut permukaan bumi juga tidak rata. Ada gunung, lembah, dan ada juga dataran yang landai. Di Indonesia permukaan bumi sendiri bermacam-macam dengan banyak gunungnya memungkinkan Indonesia terbagi dalam perbedaan tinggi rendahnya permukaan tersebut. Dari berbagai tempat ketinggian itu sendiri manusia tinggal di berbagai belahan dunia dengan tinggi permukaan yang berbeda-beda. Dari tempat ketinggian yang berbeda ini manusia melakukan aktivitas yang sama dengan kemampuan yang berbeda beda tiap orangnya. Menurut Sani (2015:388) "Keadaan tinggi rendah suatu daerah akan menyebabkan perbedaan seperti iklim dan suhu udara dan hal ini akan berpengaruh pada manusia yang tinggal di lokasi tersebut." Bila dilihat dari kesehariannya orang yang tinggal di daerah yang lebih

tinggi memungkinkan untuk mempunyai kemampuan yang lebih daripada yang tinggal di daerah rendah.

Keterampilan menurut Amung (2000:47) adalah “derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif”. Jadi keterampilan yang dimaksud tergantung kepada tujuan yang ingin dicapai. Oleh karena itu keterampilan melompat didefinisikan sebagai derajat keberhasilan yang konsisten jauh lompatan seseorang dalam melompat dengan efisien dan efektif.

Menurut Sidik (2013:56) “tujuan dalam nomor lompat adalah untuk memaksimalkan ukuran jarak capai atau lompatan.” Dilihat dari aspek biomekanika menurut Sidik (2013:57) “Jarak dan tinggi lompatan ditentukan oleh tiga parameter; (1) Kecepatan saat bertolak (*velocity at take off*), (2) sudut tolakan (*angle of take off*), dan (3) tinggi titik pusat massa saat bertolak (*height of the centre of mass at take off*).” Dari ketiga parameter, kecepatan bertumpu dan sudut tolakan merupakan hal yang penting. Tinggi titik pusat masa ditentukan oleh tinggi badan atlet meskipun dipengaruhi oleh posisi badan pada saat bertumpu.

Lompat menurut Diana (2014:129) “Suatu gerakan mengangkat tubuh dari suatu titik ke titik yang lebih jauh atau tinggi dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu satu kaki dan mendarat dengan kaki/anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik”. Jadi dalam hal ini anak harus dibekali dengan pemahaman yang baik tentang melompat itu sendiri.

Lompat dengan awalan menjelaskan komponen yang juga terdapat dan mendukung di dalamnya. Lari merupakan komponen yang wajib dibahas ketika membahas tentang lompat jauh . Hal ini karena dalam proses yang dilakukan dalam tes yang digunakan untuk

mengetahui tentang keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun ini. Terdapat beberapa fase dalam lompat jauh. Terdapat 4 fase dalam lompat jauh menurut Sidik (2013:66-68) “(1) Fase awalan, (2) Fase Bertolak, (3) Fase Melayang, (4) Fase pendaratan”. Lari merupakan komponen yang terdapat pada fase awalan. Fase ini anak usia 10 tahun berlari sejauh 5 meter dari tempat atau bak lompat jauh.

Fase awalan dalam lompat jauh adalah lari. Dalam lari ada otot yang berperan penting dalam mekanisme gerak tungkai kaki. Menurut Amin (2014:2) otot adalah “sebuah jaringan tubuh manusia yang berfungsi sebagai alat penggerak suatu organisme maupun pergerakan dari organ dalam organisme tersebut”. Fungsi otot sendiri dalam tubuh manusia adalah salah satunya sebagai tempat melekatnya tulang dan sebagai pembentuk komponen persendian. Dengan adanya otot dalam tubuh, maka tulang yang melekat pada otot bisa digerakkan. Dapat dikatakan bahwa lari merupakan faktor penting bagi lompat jauh. Semakin kencang lari seseorang juga sangat berpengaruh terhadap hasil jauh lompatan seseorang anak.

Pada sistem skeletal menurut Amin (2014:7) “AGB terbentuk dari tulang *Coxae, Femur, Tibia, Fibula, Patella*, serta *talus, calcaneus, tarsal*, dan *metatarsal*”. Semua tulang-tulang tersebut membentuk suatu kesatuan pada saat berlari. Setiap tulang dan otot tersebut saling mendukung hingga terbentuklah proses yang dinamakan lari. Dalam proses lari ini semua komponen tersebut saling mendukung sehingga terjadinya lari.

Kecepatan dalam lari *sprint* menurut Sidik (2013:2) adalah “Kecepatan gerak dari kontraksi otot secara cepat dan kuat (*powerful*) melalui gerakan yang halus (*smooth*) dan efisien (*efficient*)”. Kecepatan lari seseorang juga ditentukan oleh panjang langkah dan frekuensi

langkahnya dalam berlari. Semakin panjang langkah seseorang, maka akan semakin cepat dalam menempuh jarak. Apalagi bila dikombinasikan dengan frekuensi yang baik dan benar serta cepat, jarak yang ditempuh akan semakin singkat waktunya. Semakin cepat seseorang dalam berlari, maka lompatan seseorang juga akan semakin jauh.

Fase tolakan merupakan lanjutan dari rangkaian lompat jauh setelah lari. Dalam fase ini yang digunakan sebagai tempat tolakan adalah sebidang tempat tepat di depan bak lompat jauh berukuran 0,5m x 3m (Asim, 1994). Di tempat tolakan ini tidak ada papan sebagai alas untuk melompat. Di tempat ini anak bebas melompat asalkan tetap berada di dalam area yang telah ditentukan.

Fase melayang menurut Sidik (2013:67) terbagi dalam "(1) Teknik duduk luncur (*sail*), (2) Teknik menggantung, dan (3) Teknik berjalan di udara. Dari ketiga teknik tersebut yang sering dipakai oleh anak usia 10 tahun adalah teknik duduk luncur (*sail*). Teknik ini biasa disebut teknik gaya jongkok. Menurut Muharram, (2015:93) "Lompat jauh gaya jongkok merupakan gaya yang paling mudah dilakukan terutama bagi anak-anak sekolah". Dilakukan anak-anak sekolah karena dianggap gaya yang paling mudah dipelajari.

Fase pendaratan merupakan suatu tahapan terakhir dari rangkaian lompat jauh. Menurut Muharram, (2015:95) "pendaratan merupakan prestasi yang dicapai dalam lompat jauh". Jadi semakin jauh hasil lompatan seorang anak, maka prestasi yang dicapai juga semakin bagus. Hasil jauh lompatan anak usia 10 tahun ini ditandai dengan hasil bekas pijakan di bak lompat jauh.

Menurut Gallahue (2001:21) "Periode *later childhood* dari anak berumur delapan sampai duabelas tahun, yang dilambangkan dengan penambahan tinggi dan berat badan yang perlahan

namun pasti dengan kemampuan motorik yang lebih besar dan lebih baik". Jadi anak usia 10 tahun tergolong ke dalam periode *later childhood* dengan kemampuan motorik yang lebih baik dibandingkan anak usia sebelumnya. Perkembangan *later childhood* menurut Gallahue (2001:32) "Anak-anak di sekolah dasar umumnya senang, stabil dan mampu memikul tanggungjawab dan mengatasi situasi baru". Jadi anak-anak pada masa itu senang bermain namun sudah mengenal tanggungjawab dan mulai beradaptasi dengan lingkungan.

Anak usia 10 tahun memiliki keterampilan gerak khusus dan tergolong ke dalam *Transition Stage*. Menurut Gallahue (2001:283) "melompat adalah gerakan dasar yang digunakan dalam berbagai olahraga, rekreasi dan pengalaman hidup sehari-hari". Jadi melompat dari fase awalan, tolakan sampai mendarat biasanya terdapat pada kehidupan sehari-hari. Dari berbagai macam bentuk permainan anak, pasti salah satunya mengandung unsur melompat.

Dataran rendah menurut Hartoto (2015:389) "Dataran rendah yaitu letak dataran yang diukur dari permukaan air laut mulai 0-200 mdpl (wikipedia)". Jadi dataran rendah merupakan suatu wilayah di permukaan bumi yang memiliki ketinggian antara 0-200 meter di atas permukaan laut.

Bentuk permukaan bumi menurut Kasenda dkk (2014:2) "Dataran tinggi adalah suatu wilayah daerah yang mempunyai ketinggian lebih tinggi dari daerah sekitarnya yaitu pada ketinggian lebih dari 700 meter". Menurut Hartoto (2015:389) "Dataran tinggi adalah dataran yang letaknya diukur dari permukaan air laut terletak lebih dari 700 mdpl (wikipedia)". Jadi dataran tinggi merupakan suatu wilayah di permukaan bumi yang memiliki ketinggian di atas 700 meter di atas permukaan laut.

Berdasarkan pernyataan tentang dataran rendah dan dataran tinggi, terdapat wilayah yang masih belum disebutkan berdasarkan tempat ketinggiannya. Wilayah tersebut berada di tengah-tengah antara dataran rendah dan dataran tinggi. Wilayah tersebutlah dapat dinamakan dengan dataran sedang atau menengah. Dataran tinggi menurut Trihastowo (2013:18) adalah “dataran yang terletak pada ketinggian di atas 700 mdpl”. Sedangkan dataran rendah menurut Trihastowo (2013:19) dataran rendah adalah “hamparan luas tanah dengan tingkat ketinggian yang diukur dari permukaan laut adalah relatif rendah (sampai dengan 200 mdpl)

Dari hasil penelitian para ahli tersebut dapat ditarik kesimpulan yaitu terdapat bagian dimana terdapat daerah dataran yang belum disebutkan sesuai ketinggiannya. Daerah tersebut merupakan daerah yang berada di ketinggian 200-700 meter di atas permukaan laut. Daerah inilah yang dinamakan dengan dataran sedang atau dataran menengah. Karena daerah ini berada antara dataran rendah dan dataran tinggi.

Kabupaten Ponorogo memiliki 21 kecamatan yang terbagi ke dalam beberapa tempat ketinggian. Yang dimaksud adalah dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi. Ada juga dalam satu kecamatan terbagi ke dalam lebih dari satu tempat ketinggian. Ini dikarenakan ponorogo letaknya dikelilingi gunung mulai dari sisi timur, selatan dan barat sebagai batas dengan kabupaten lainnya. Wilayah timur berbatasan dengan Kabupaten Nganjuk dan Kabupaten Trenggalek. Wilayah Utara berbatasan dengan Kabupaten Pacitan. Wilayah Barat berbatasan dengan Kabupaten Wonogiri. Hanya wilayah utara saja yang tidak berupa pegunungan. Yaitu berbatasan langsung dengan kabupaten Madiun.

Dari sekian kecamatan tersebut ada 3 kecamatan sebagai tempat untuk

diadakannya penelitian untuk skripsi ini. Kecamatan Slahung, Kecamatan Ngrayun dan Kecamatan Ngebel. Kecamatan Slahung sebagai wakil dari dataran rendah dengan digunakan 2 desa sebagai tempat penelitian. Yaitu desa Nailan dengan SDN Nailan sebagai tempat penelitian dan desa Gundik dengan SDN Gundik sebagai tempat penelitian. Kecamatan Ngrayun sebagai wakil dari dataran sedang dengan digunakan 2 desa sebagai tempat penelitian. Yaitu desa Ngrayun dengan SDN 4 Ngrayun sebagai tempat penelitian dan desa Temon dengan SDN 1 Temon sebagai tempat penelitian. Kecamatan Ngebel sebagai wakil dari wilayah dataran tinggi dengan digunakan 2 desa sebagai tempat penelitian. Yaitu desa Ngebel dengan SDN 1 Ngebel sebagai tempat penelitian dan desa Wagir Lor dengan SDN 1 Temon sebagai tempat penelitiannya.

Sekolah yang pertama adalah SDN Nailan. Letak Sekolah ini ada di Desa Nailan kecamatan Slahung dan apabila diukur menggunakan altimeter SDN Nailan berada pada ketinggian 121 mdpl sehingga termasuk ke dalam wilayah dataran rendah. Sekolah yang kedua adalah SDN Gundik. Letaknya ada di wilayah desa gundik kecamatan Slahung dan apabila diukur menggunakan altimeter, sekolah ini berada pada ketinggian 121 mdpl sehingga juga termasuk ke dalam wilayah dataran rendah. Sekolah yang ketiga adalah SDN 4 Ngrayun. Letaknya ada di wilayah desa Ngrayun kecamatan Ngrayun dan apabila diukur menggunakan altimeter, sekolah ini berada pada ketinggian 658 mdpl sehingga termasuk ke dalam wilayah dataran sedang. Sekolah keempat adalah SDN 1 Temon. Letaknya ada di wilayah desa Temon Kecamatan Ngrayun dan apabila diukur menggunakan altimeter, sekolah ini berada pada ketinggian 668 mdpl sehingga juga termasuk wilayah dataran sedang. Sekolah kelima adalah SDN 1 Ngebel.

Letaknya ada di wilayah desa Ngebel Kecamatan Ngebel dan apabila diukur menggunakan altimeter, sekolah ini berada pada ketinggian 864 mdpl sehingga termasuk wilayah dataran tinggi. Sekolah keenam adalah SDN 2 Wagir Lor. Letaknya ada di wilayah desa Wagir Lor Kecamatan Ngebel dan apabila diukur menggunakan altimeter, sekolah ini berada pada ketinggian 720 mdpl sehingga termasuk wilayah dataran tinggi.

Kondisi lingkungan yang bermacam-macam termasuk tempat tinggal berdampak besar pada keterampilan melompat di tempat tersebut. Di dataran tinggi memiliki dua ciri khusus, yaitu kondisi lingkungan yang beragam, tipisnya oksigen dan suhu udara yang relatif dingin. Di dataran rendah kondisi lingkungan yang datar, oksigen terpenuhi, dan kondisi cuaca yang panas. Menurut pendapat dari Giriwijoyo dan Sidik mengenai kondisi fisiologis seseorang (2010:19) yang menyatakan “tingkat kemampuan fungsi alat-alat tubuhnya berpengaruh terhadap: (1) keadaan lingkungan. (a) suhu, (b) kelembaban, (c) ketinggian, (d) sifat medan”. Dari pernyataan tersebut tidak kalah pentingnya pada masalah keterampilan anak usia 10 tahun terkait dengan kondisi lingkungan geografis, iklim tropis serta pergaulan terkait perilaku sehari-hari. Hal ini berdasarkan kegiatan anak di daerah masing-masing. Mayoritas dari anak suka bermain dalam setiap kesehariannya. Untuk anak di dataran tinggi lingkungan bermain mereka kebanyakan relief, sedangkan lingkungan bermain untuk anak yang berada di dataran rendah cenderung datar.

Kondisi udara yang berada di dataran rendah tidak sebersih di dataran tinggi. Kondisinya sudah tercemar asap pabrik, asap rokok, maupun asap kendaraan bermotor. Di dataran tinggi pun juga demikian, namun intensitasnya lebih kecil daripada di dataran rendah.

Udaranya tergolong masih belum tercemar oleh polusi udara seperti di dataran rendah. Keadaan yang berbeda dengan di dataran tinggi yang masih banyak pepohonan yang dapat menyerap polusi yang ditimbulkan dari polusi. Giriwijoyo dan Sidik (2010:243) mengemukakan “kegiatan olahraga tidak mungkin dapat dilepas dari lingkungannya”.

Setiap orang memiliki tempat tinggal sesuai dengan kondisi geografis tempat masing-masing. Menurut Sani (2015:388) “Dalam kehidupan antara manusia yang satu dengan manusia yang lainnya terdapat berbagai perbedaan, salah satunya adalah letak wilayah manusia itu tinggal.” Dari sini dapat diartikan bahwa aktivitas seseorang berbeda-beda sesuai tempat tinggal dan ketinggiannya. Di daerah yang ada di dataran tinggi dan rendah berpengaruh terhadap iklim dan suhu udara terhadap aktivitas sehari-hari yang tentunya juga berpengaruh dengan keterampilan melompat tiap orang.

Dari pendapat tersebut dapat dikemukakan bahwa dengan beberapa faktor termasuk aktivitas sehari-hari maupun pengaruh lingkungan bisa mempengaruhi keterampilan seseorang untuk berolahraga termasuk keterampilan melompat. Dalam aktivitas sehari-hari anak-anak berjalan kaki ketika bermain dengan teman-teman mereka dengan kondisi struktur tanah yang berbeda dan dengan ketinggian yang berbeda. Termasuk dengan beragam relief bumi yang menanjak dan menurun serta berliku-liku dengan bermacam-macam medan. Tanpa disadari bahwa telah melakukan aktivitas gerak yang mempengaruhi keterampilan termasuk itu keterampilan melompat.

Dari hasil penelitian sebelumnya bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa SD Negeri 2 Purbasari yang berada di dataran tinggi lebih baik daripada tingkat kebugaran jasmani siswa di SD Negeri Prigi yang berada di dataran rendah

(Trihastowo, 2013). Hal ini dikarenakan siswa SD Negeri 2 Purbasari dengan keadaan geografis tempatnya yang tinggi aktivitas kesehariannya lebih bervariasi. Berbeda dengan SD Negeri Prigi yang di dataran rendah cenderung beraktivitas di tempat yang datar dan lurus saja. Dari hasil penelitian lain bahwa terdapat perbedaan tingkat kesegaran jasmani siswa SD usia 10-12 tahun yang tinggal di daerah pesisir pantai, dataran rendah dan dataran tinggi (Bakharuddin, 2012). Diakibatkan oleh berbagai kondisi fisik serta kondisi lingkungan juga dapat berpengaruh terhadap tingkat kesegaran jasmani di daerah pesisir pantai, dataran rendah dan dataran tinggi.

Hasil

Berdasarkan dengan hasil tes keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi di Kabupaten Ponorogo yang telah peneliti lakukan, peneliti menemukan masalah bahwa di Ponorogo belum ada data yang signifikan untuk menjelaskan tentang keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun di berbagai ketinggian tempat, yaitu dataran rendah, dataran sedang, dan dataran tinggi. Dari sanalah akhirnya penelitian ini bermula. Bahwa peneliti ingin mendapatkan sebuah data tentang keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah, dataran sedang, dan dataran tinggi di Kabupaten Ponorogo.

Peneliti juga melakukan observasi tempat untuk menentukan tempat yaitu sekolah dasar dan ketinggian tempat yang sesuai. Observasi ini dilakukan pada bulan september 2016 sebelum dilakukan penelitian. Untuk menentukan ketinggian tempat digunakan altimeter sebagai alat untuk mengukur ketinggian suatu tempat atau daerah yang diinginkan.

Peneliti memulai mengadakan penelitian pada bulan september setelah didapatkannya tempat dan sekolah yang cocok untuk pengambilan data. Penelitian di dataran rendah yaitu di SDN Nailan dilakukan pada hari rabu tanggal 7 september 2016. Untuk SDN Ngloning dilakukan pada hari kamis tanggal 8 september 2016. Penelitian di dataran sedang yaitu di SDN 4 Ngrayun dilakukan pada hari rabu 15 september 2016 dan di SDN 1 Temon dilakukan pada hari selasa 13 september 2016. Penelitian di dataran tinggi yaitu di SDN 1 Ngebel dilakukan pada hari rabu pada tanggal 28 september 2016 dan di SDN 2 Wagir Lor dilakukan pada hari sabtu, 1 oktober 2016.

Data yang didapat dari hasil jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah adalah sebagai berikut,

Interval	TTK	f
181-201	190,5	4
161-180	170,5	9
141-160	150,5	4
121-140	130,5	2
101-120	110,5	4
80-100	90,5	2
Σ		25

Dari tabel tersebut dapat dilihat bahwa anak dengan jauh lompatan 80-100 cm ada 2 anak, anak dengan jauh lompatan 101-120 cm ada 4 anak, anak dengan jauh lompatan 121-140 cm ada 2 anak, anak dengan jauh lompatan 141-160 cm ada 4 anak, anak dengan jauh lompatan 161-180 cm ada 9 anak, anak dengan jauh lompatan 181-201 cm ada 4 anak.

Data yang didapat dari hasil jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran sedang adalah sebagai berikut,

Interval	TTK	f
190-197	194	2
183-190	187	5
176-183	180	6
169-176	173	3
162-169	166	5
155-162	159	4

Σ	25
----------	----

Dari data tersebut dapat dilihat bahwa anak dengan jauh lompatan 155-162 cm ada 4 anak, anak dengan jauh lompatan 162-169 cm ada 5 anak, anak dengan jauh lompatan 169-176 cm ada 3 anak, anak dengan jauh lompatan 176-183 cm ada 6 anak, anak dengan jauh lompatan 183-190 cm ada 5 anak, anak dengan jauh lompatan 190-197 cm ada 2 anak.

Data yang didapat dari hasil jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran tinggi adalah sebagai berikut,

Interval	TTK	f
344-372	358,5	3
316-344	330,5	0
288-316	302,5	6
260-288	274,5	7
232-260	246,5	4
204-232	218,5	5
Σ		25

Dari tabel tersebut dapat dilihat bahwa anak dengan jauh lompatan 204-232 cm ada 5 anak, anak dengan jauh lompatan 232-260 cm ada 4 anak, anak dengan jauh lompatan 260-288 cm ada 7 anak, anak dengan jauh lompatan 288-316 cm ada 6 anak, anak dengan jauh lompatan 316-344 cm ada 0 anak, anak dengan jauh lompatan 344-372 cm ada 3 anak.

Berdasarkan Uji Hipotesis menggunakan analisis varian satu arah dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi bahwa nilai signifikansi menunjukkan angka 0,000. Dari angka tersebut $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa, terdapat perbedaan keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah dengan dataran sedang dan dengan dataran sedang di Kabupaten Ponorogo. Dilanjutkan dengan uji lanjutan menggunakan Uji *tukey* dataran rendah dengan dataran sedang didapatkan hasil bahwa anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran sedang memiliki

keterampilan jauh lompatan yang lebih jauh daripada anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah. Hal ini dapat dibuktikan dari data tabel tersebut dataran rendah menunjukkan angka 149,508. Di dataran sedang ditunjukkan dengan angka 174,968. Angka tersebut menunjukkan bahwa rata-rata jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran sedang lebih jauh daripada anak usia 10 tahun di dataran rendah di Kabupaten Ponorogo. Dari hasil analisis uji *tukey* dataran rendah dengan dataran tinggi didapat hasil bahwa anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran tinggi memiliki keterampilan jauh lompatan yang lebih jauh daripada anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah. Hal ini dapat dibuktikan dari data tabel tersebut dataran rendah menunjukkan angka 149,508. Di dataran tinggi ditunjukkan dengan angka 270,836. Angka tersebut menunjukkan bahwa rata-rata jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran tinggi lebih jauh daripada anak usia 10 tahun di dataran rendah di Kabupaten Ponorogo. Dari hasil analisis uji *tukey* dataran sedang dengan dataran tinggi didapat bahwa anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran tinggi memiliki keterampilan jauh lompatan yang lebih jauh daripada anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran sedang. Hal ini dapat dibuktikan dari data tabel tersebut dataran sedang menunjukkan angka 174,968. Di dataran tinggi ditunjukkan dengan angka 270,836. Angka tersebut menunjukkan bahwa rata-rata jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran tinggi lebih jauh daripada anak usia 10 tahun di dataran sedang di Kabupaten Ponorogo.

Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan anava satu arah dari SPSS terdapat perbedaan keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah, dataran sedang dan

dataran tinggi didapat nilai signifikansi 0,000. Karena nilai p-value (sig) < 0,05 (0,000 < 0,05) artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi.

Berdasarkan dari pemaparan data hasil penelitian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa “ada perbedaan keterampilan melompat anak usia 10 tahun di dataran rendah dengan dataran sedang dan dataran tinggi”. Perbedaan keterampilan melompat yang terjadi karena kondisi lingkungan yang tidak sama. Di dataran tinggi dan sedang kondisi lingkungan sekitar tidak rata atau memiliki kemiringan, sedangkan di dataran rendah tidak memiliki kemiringan yang lebih pesat.

Dengan kondisi lingkungan yang berbeda seperti yang diungkapkan di atas, maka kemungkinan besar anak yang berada di dataran tinggi akan memiliki kemampuan motorik yang lebih baik daripada anak yang berada di dataran sedang dan rendah. Dan anak yang berada di dataran sedang juga memiliki kemampuan motorik yang lebih baik daripada anak yang berada di dataran rendah. Hal tersebut dikarenakan lingkungan yang dilalui anak dalam keseharian atau ketika bermain dengan berjalan, melompat, jingkat dan berlari. Kemudian dijelaskan lagi lebih rinci oleh Corbin (1980:212) “Setiap anak harus beradaptasi dengan tekanan yang dikenakan oleh lingkungan, kalau anak sudah beradaptasi dengan baik maka lingkungan ini akan berdampak pada perkembangan motorik anak”. Dengan demikian anak yang berada di dataran tinggi kondisi ototnya sudah lebih terlatih daripada yang berada di dataran rendah yang juga telah dipengaruhi oleh lingkungan hidup.

Berdasarkan hasil analisis SPSS menggunakan Uji Tukey didapatkan hasil

bahwa jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah menunjukkan nilai 149,508. Dataran sedang ditunjukkan dengan nilai 174,968. Angka tersebut menunjukkan rata-rata jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah dan dataran sedang. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran sedang memiliki jauh lompatan yang lebih jauh daripada anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah.

Berdasarkan hasil analisis SPSS menggunakan Uji Tukey didapatkan hasil bahwa jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah menunjukkan nilai 149,508. Dataran tinggi ditunjukkan dengan nilai 270,836. Angka tersebut menunjukkan rata-rata jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah dan dataran tinggi. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran tinggi memiliki jauh lompatan yang lebih jauh daripada anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah.

Berdasarkan hasil analisis SPSS menggunakan Uji Tukey didapatkan hasil bahwa jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran sedang menunjukkan nilai 174,968. Dataran tinggi ditunjukkan dengan nilai 270,836. Angka tersebut menunjukkan rata-rata jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran sedang dan dataran tinggi. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran tinggi memiliki jauh lompatan yang lebih jauh daripada anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran sedang.

Simpulan

Menurut hasil Anava Satu Arah pada jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah dengan dataran sedang menjelaskan bahwa nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, artinya H_0 ditolak dan H_1

diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah dengan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran sedang

Menurut hasil Anava Satu Arah pada jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah dengan dataran tinggi menjelaskan bahwa nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah dengan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran tinggi.

Menurut hasil Anava Satu Arah pada jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran sedang dengan dataran tinggi menjelaskan bahwa nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran sedang dengan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran tinggi.

Menurut hasil analisa menggunakan Uji *Tukey* bahwa anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran tinggi memiliki keterampilan jauh lompatan yang paling jauh dibandingkan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah dan dataran sedang. Anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran sedang memiliki keterampilan jauh lompatan di bawah anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran tinggi tetapi di atas jauh lompatan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah. Anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran rendah memiliki jauh lompatan yang paling pendek dibandingkan dengan anak usia 10 tahun yang tinggal di dataran sedang dan dataran tinggi.

Saran

1. Berdasarkan hasil penelitian tentang keterampilan jauh lompatan anak usia 10 tahun di dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi mempunyai

perbedaan diantara ketinggian ketinggian tempat tersebut. Oleh karena itu dalam pembelajaran penjas, Guru harus mampu memperhatikan perbedaan letak geografis untuk memaksimalkan keterampilan jauh lompatan siswa.

2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pedoman dan acuan bagi guru penjas untuk memperhatikan variasi-variasi latihan dan permainan yang merangsang keterampilan melompat bagi peserta didik di dataran rendah, dataran sedang dan dataran tinggi yang berbeda letak geografisnya.
3. Dalam penelitian selanjutnya hendaknya melibatkan tentang penelitian sebelumnya. Sehingga dalam menentukan atau melakukan penelitian, sesuai dengan rancangan yang diinginkan.

Daftar Rujukan

- Amung, Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Aqib, Zainal dan Sujak. 2011. *Panduan & Aplikasi Pendidikan Karakter*. Bandung: Yrama Widya
- Asim, 1994. *Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Anak Sekolah Dasar Kelas Tiga Melalui Belajar Bermain Gedrik*. Tesis tidak diterbitkan: Jakarta: PPs IKIP Jakarta.
- Corbin, Charles b. 1980. *A Textbook Of Motor Development*. Wm. C. Brown Company Publisher.
- Diana, Hairi. 2014. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus (Upaya Meningkatkan Kemampuan*

- Melompat Melalui Gerak Irama Bagi Anak Tuna Grahita Sedang)*
- Kesehatan Masyarakat.
Universitas Sumatera Utara.
- Efendi, Sofian dan Tukiran. 2012. *Metode Penelitian Survei*. Jakarta : LP3ES, anggota Ikapi.
- Gallahue, David L. 2001. *Development Physical Education for Today's Children*. United States of America : Times Mirror Higher Education Group.
- Giriwijoyo, Santosa dan Sidik, Dikdik Zafar. 2012. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga)*. Bandung : PT Remaja Roesdakarya Offset.
- Giriwijoyo, Santosa dan Sidik, Dikdik Zafar. 2013. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung : PT Remaja Roesdakarya Offset.
- Kasenda, Ivanny dkk. 2014. *Jurnal Perbandingan Denyut Nadi Antara Penduduk yang Tinggal di Dataran Tinggi dan Dataran Rendah*.
- Kemdikbud.
(online)http://referensi.data.kemdikbud.go.id/pd_index.php?kode=051100&level=2. Diakses pada hari Rabu, 27 April 2016 pukul 08.00 WIB.
- Mappiare, Andi. 1990. *Psikologi Remaja*. Surabaya : Usana Offset Printing Surabaya Indonesia
- Muharram, Nur Ahmad. 2015. *Jurnal tentang Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat Jauh dengan Menggunakan Alat Bantu Tradisional*.
- Nasution, Rozaini. 2003. *Jurnal tentang Teknik Sampling*. Fakultas
- Pramoedyo, H. Henny. 2007. *Uji Asumsi Analisis Ragam*. Malang: Universitas Brawijaya Malang Jurusan Matematika Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam.
- Putra, Oriksal Eka. 2009. *Jurnal Manusia dan Dinamika Biologis (Kajian Perkembangan Manusia dalam Dimensi Agama dan Biologi)*.
- Sani, Faisol Choirul. 2015. *Jurnal Perbandingan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar di Dataran Tinggi dan Dataran Rendah di Kabupaten Magetan*.
- Santrock, John W. 2007. *Perkembangan Anak Edisi Kesebelas Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Sidik, Dikdik Zafar. 2013. *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung : PT Remaja Roesdakarya Offset.
- Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung : PT Tarsito Bandung
- Taryana, Didik. 1999. *Geomorfologi Umum*. Malang: Universitas Negeri Malang Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial.
- Trihastowo, Ade. 2013. *Perbedaan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas IV dan V di dataran Tinggi di SD Negeri 2 Purbasari dan Dataran Rendah di SD Negeri Prigi di Kabupaten Purbalingga Tahun 2012/2013*. Skripsi tidak diterbitkan. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Triyono, dkk. 2012. *Perkembangan Peserta Didik*. Malang : Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.

Universitas Negeri Malang (UM). 2004. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Malang: UM Press.