

**PENERAPAN METODE LATIHAN (*DRILL*) UNTUK MENINGKATKAN  
HASIL BELAJAR PESERTA DIDIK TENTANG TEHNIK DASAR  
LOMPAT JAUH PADA MATA PELAJARAN PJOK  
DI SD NEGERI NEGLASARI KOTA BOGOR**

**Rusmiyati**

Sekolah Dasar Negeri Neglasari Kota Bogor  
Jl. Lhokseumawe Asrama Brimor Ks. Tubun Kel. Cibuluh  
*rusmisuhael@gmail.com*

**Abstrak :** Penelitian ini beranjak dari fenomena yang terjadi di kelas bahwa rendahnya pemahaman dan hasil belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK tentang Teknik Dasar Lompat Jauh. Oleh karena itu seorang guru perlu mempertimbangkan strategi pembelajaran sehingga dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengetahui metode latihan (*driil*) dapat meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik tentang tehnik dasar lompat jauh pada mata pelajaran PJOK. (2) mendeskripsikan proses peningkatan Hasil Belajar Peserta Didik Tentang Tehnik dasar Lompat Jauh pada mata pelajaran PJOK sebelum dan sesudah menggunakan metode latihan (*driil*). (3) mengukur besarnya peningkatan Hasil Belajar Peserta Didik Tentang Tehnik dasar Lompat Jauh pada mata pelajaran PJOK sesudah menggunakan metode latihan (*driil*) di Kelas IV B SD Negeri Neglasari semester 1 tahun pelajaran 2022/2023 Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan metode pembelajaran latihan (*driil*) dapat menjadi variasi pembelajaran yang menyenangkan bagi peserta didik sehingga terbukti meningkatkan hasil belajar peserta didik di Kelas IV B SD Negeri Neglasari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor. sebelum menggunakan metode pembelajaran latihan (*driil*) hasil belajar peserta didik hanya mencapai nilai rata-rata 66,35 kemudian terjadi peningkatan setelah menggunakan metode pembelajaran latihan (*driil*) menjadi 74,32 pada siklus 1 dan 80,23 pada siklus 2. Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode pembelajaran latihan (*driil*) yang disesuaikan dengan materi pembelajaran dapat menciptakan situasi belajar yang menyenangkan sehingga terjadi peningkatan hasil belajar peserta didik.

**Kata Kunci:** Mata Pelajaran PJOK, Metode Latihan (*Drill*), Tehnik Dasar Lompat Jauh.

## **1. PENDAHULUAN**

Seiring dengan kemajuan di dunia pendidikan, muncul banyak metode pembelajaran yang dapat menjadi salah satu alternatif pemecahan dari permasalahan pembelajaran yang ada saat ini, sekaligus dapat digunakan untuk menciptakan suksesnya tujuan pembelajaran. Meskipun begitu, metode pembelajaran belum banyak diterapkan di sekolah karena guru belum banyak yang mempelajari metode-metode

pembelajaran. Memberikan pembelajaran atletik yang menarik, praktis dan diminati peserta didik adalah tugas seorang guru, khususnya guru PJOK. Oleh karena itu guru harus mampu menyesuaikan kebutuhan yang berhubungan dengan peserta didik dan materi pembelajaran tersebut. Guru juga harus mampu menerapkan pendekatan, model, metode dan strategi yang sesuai dengan materi pembelajaran yang akan disampaikan.

Pendidikan sangat penting dalam kehidupan manusia, sehingga menjadi kebutuhan yang mutlak dan merupakan bagian yang tak terpisahkan dalam kehidupan. Dengan demikian pendidikan memiliki andil besar dalam kemajuan suatu bangsa. Menurut Undang Undang No 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan bagi dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Demikian pula dalam Permendikbud No 22 tahun 2016 tentang standar proses. Yang menyatakan “Standar Proses adalah kriteria mengenai pelaksanaan pembelajaran pada satuan pendidikan untuk mencapai Standar Kompetensi Lulusan. Standar Proses dikembangkan mengacu pada Standar Kompetensi Lulusan dan Standar Isi yang telah ditetapkan sesuai dengan ketentuan dalam Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Pemerintah Nomor 32 Tahun 2013 tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan.

Satuan pendidikan sekolah dasar dan menengah, pembelajaran adalah proses interaksi antara peserta didik dengan guru dan sumber belajar. sebagaimana yang tertuang dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 fungsi dan tujuan Pendidikan nasional sebagai berikut: “mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu,

cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Kurikulum 2013 dibuat seiring dengan kemerosotan karakter bangsa Indonesia pada akhir-akhir ini. Korupsi, penyalahgunaan obat terlarang, pembunuhan, kekerasan, premanisme, dan lain-lain adalah kejadian yang menunjukkan kualitas pendidikan dan sumber daya manusia yang rendah serta rapuhnya fondasi moral dan spiritual kehidupan bangsa (Mulyasa, 2013:14). Selain itu, penyebab perlunya mengembangkan kurikulum 2013 adalah beberapa hasil dari riset internasional yang dilakukan oleh *Global Institute dan Programme for International Student Assessment (PISA)* merujuk pada suatu simpulan bahwa prestasi peserta didik Indonesia tertinggal dan terbelakang (Mulyasa, 2013: 60).

Kurikulum 2013 adalah kurikulum berbasis kompetensi yang pernah digagas dalam rintisan Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) 2004, tetapi belum terselesaikankarena desakan untuk segera mengimplementasikan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) 2006. Rumusannya berdasarkan sudut pandang yang berbeda dengan kurikulum berbasis materi (Muzamiroh, 2013). Kurikulum 2013 berbasis kompetensi dapat dimaknai sebagai suatu konsep kurikulum yang menekankan pada pengembangan kemampuan melakukan (kompetensi) tugas-tugas dengan standar performansi tertentu, sehingga hasilnya dapat dirasakan oleh peserta didik, berupa penguasaan terhadap seperangkat kompetensi tertentu (Mulyasa, 2013: 68).

Namun realitas di lapangan masih banyak kita jumpai guru-guru yang cara mengajarnya belum memanfaatkan seluruh kemampuan dan potensi yang dimilikinya dalam kegiatan proses belajar mengajar sehingga hasil kegiatan belajar mengajar tidak maksimal seperti yang diharapkan. Guru dalam kegiatan belajar masih terjebak dalam pola pikir konvensional, yaitu proses belajar mengajar yang berpusat pada guru. Indikator dari fakta tersebut adalah proses pembelajaran masih didominasi metode ceramah. Penggunaan metode ceramah yang dominan menyebabkan peserta didik kurang aktif selama kegiatan proses belajar mengajar berlangsung. Peserta didik pada umumnya hanya mendengarkan, membaca, serta menghafal informasi yang diperoleh dari gurunya. Dalam kegiatan proses belajar mengajar seperti ini berdampak kurang terjadinya saling interaksi antara peserta didik dengan peserta didik lainnya, juga antara peserta didik dengan guru. Jika keadaan ini berlangsung secara terus menerus maka

dapat dipastikan kualitas dan hasil pembelajaran menjadi rendah. Hal ini sangat disayangkan karena proses belajar mengajar sesungguhnya diartikan sebagai serangkaian perbuatan guru dan peserta didik atas dasar hubungan timbal balik yang berlangsung dalam situasi edukatif yang saling menyenangkan.

Interaksi atau hubungan timbal balik antara guru dan peserta didik yang menyenangkan merupakan salah satu penunjang keberhasilan dalam suatu proses belajar mengajar. Proses interaksi dalam proses belajar mengajar sesungguhnya mempunyai arti yang lebih luas tidak hanya sekedar hubungan antara guru dan peserta didik saja serta penyampaian materi pelajaran, tetapi berupa interaksi yang edukatif dengan menanamkan sikap percaya diri, menghargai proses pembelajaran dan bermakna dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu penyebab kualitas hasil belajar yang rendah adalah ketidakmampuan guru dalam menganalisis bahan ajar dan penerapan model pembelajaran yang cocok.

Kenyataannya kemampuan peserta didik tidak sama dalam melakukan gerak dalam olahraga khususnya cabang atletik lompat jauh, seperti peneliti mengamati saat pembelajaran lompat jauh di Kelas IV B SD Negeri Negasari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor Bogor dalam presentasi hasil belajar peserta didik menunjukkan bahwa 7 orang (31,82%) di atas KKM dan 15 orang (68,18%) di bawah KKM Sedangkan Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) yang telah ditentukan yaitu 75. Hal ini menunjukkan bahwa dalam pembelajaran lompat jauh mengalami masalah yang harus dicari jalan pemecahan masalahnya. Dari permasalahan yang dihadapi peneliti dalam materi khususnya lompat jauh, maka peneliti merasa tertarik melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) pada peserta didik di Kelas IV B SD Negeri Negasari Kota Bogor dengan Metode Pembelajaran Latihan (*Drill*).

## **2. METODELOGI**

### **A. Tujuan Penelitian**

Tujuan Penelitian ini adalah :

- 1) Untuk mengetahui metode latihan (*driil*) dapat meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik tentang tehnik dasar lompat jauh pada mata pelajaran PJOK di Kelas IV B SD Negeri Neglasari Kcamatan Bogor Utara semester 1 tahun pelajaran 2022/2023.

- 2) Untuk mendeskripsikan proses peningkatan Hasil Belajar Peserta Didik Tentang Teknik dasar Lompat Jauh pada mata pelajaran PJOK sebelum dan sesudah menggunakan metode latihan (*driil*) di Kelas IV B SD Negeri Neglasari semester 1 tahun pelajaran 2022/2023.
- 3) Untuk mengukur besarnya peningkatan Hasil Belajar Peserta Didik Tentang Teknik dasar Lompat Jauh pada mata pelajaran PJOK sesudah menggunakan metode latihan (*driil*) di Kelas IV B SD Negeri Neglasari semester 1 tahun pelajaran 2022/2023.

## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Neglasari Kecamatan Bogor Utara. Pelaksanaan PTK ini dilaksanakan selama 6 (enam) bulan yaitu bulan Juli sampai dengan Desember 2022.

## **C. Subjek Penelitian**

Subjek yang dijadikan sasaran dalam penelitian ini adalah SD Negeri Negasari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor. Menurut hasil pengamatan yang dilakukan peneliti melalui observasi kelas pada Kelas IV B SD Negeri Negasari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2022/2023 pada mata pelajaran PJOK tentang Teknik dasar Lompat Jauh dari 22 orang peserta didik hanya memperoleh nilai rata-rata sebesar 66,36 dengan nilai tertinggi 80 dan nilai terendah 50. Peserta didik yang hasil belajarnya mencapai KKM hanya 7 orang atau (31,82%) dari nilai KKM yang ditetapkan yaitu 75. Hal ini memberikan gambaran bahwa hasil belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK tentang Teknik dasar Lompat Jauh masih tergolong rendah dan perlu untuk diperbaiki.

Dalam penelitian ini subjek yang diambil adalah peserta didik Kelas IV B SD Negeri Negasari Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2022/2023 yang berjumlah 22 orang peserta didik. Pemilihan subjek ini berdasarkan pertimbangan bahwa subjek penelitian pada usia ini cara berpikirnya masih bersifat kongkrit, sehingga diperlukan adanya pembelajaran melalui perbuatan atau sering disebut dengan eksperimen. Berdasarkan pertimbangan ini metode latihan (*driil*) dapat membantu

subjek penelitian untuk bisa menerapkan dalam kehidupan sehari-hari dan bisa sama-sama aktif dalam proses pembelajaran.

#### **D. Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif analitis melalui Penelitian Tindakan Kelas, yaitu studi yang digunakan untuk mengumpulkan data, mendeskripsikan, mengolah, menganalisa, menyimpulkan dan menafsirkan data sehingga memperoleh gambaran yang sistematis.

Metode penelitian deskriptif analisis digunakan untuk mengetahui permasalahan dengan cara menguraikan secara rinci dan jelas, serta melakukan suatu analisis data dari permasalahan untuk memperoleh suatu kesimpulan dengan tujuan untuk menggambarkan dan menganalisis secara sistematis terhadap suatu fakta yang sifatnya faktual.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif analitis melalui Penelitian Tindakan Kelas, yaitu studi yang digunakan untuk mengumpulkan data, mendeskripsikan, mengolah, menganalisa, menyimpulkan dan menafsirkan data sehingga memperoleh gambaran yang sistematis. Metode penelitian deskriptif analisis digunakan untuk mengetahui permasalahan dengan cara menguraikan secara rinci dan jelas, serta melakukan suatu analisis data dari permasalahan untuk memperoleh suatu kesimpulan dengan tujuan untuk menggambarkan dan menganalisis secara sistematis terhadap suatu fakta yang sifatnya faktual.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dari hasil pembelajaran metode pembelajaran latihan (*driil*) dan praktek-praktek di lapangan, kemudian menggunakan nilai-nilai praktek tersebut untuk mengetahui apakah pembelajaran tehnik dasar lompat jauh dengan menggunakan metode pembelajaran latihan (*driil*) tersebut dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik Kelas IV B Semester 1 SD Negeri Negasari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor, berikut ini adalah data yang diperoleh dari hasil pra siklus, siklus 1 dan siklus 2.

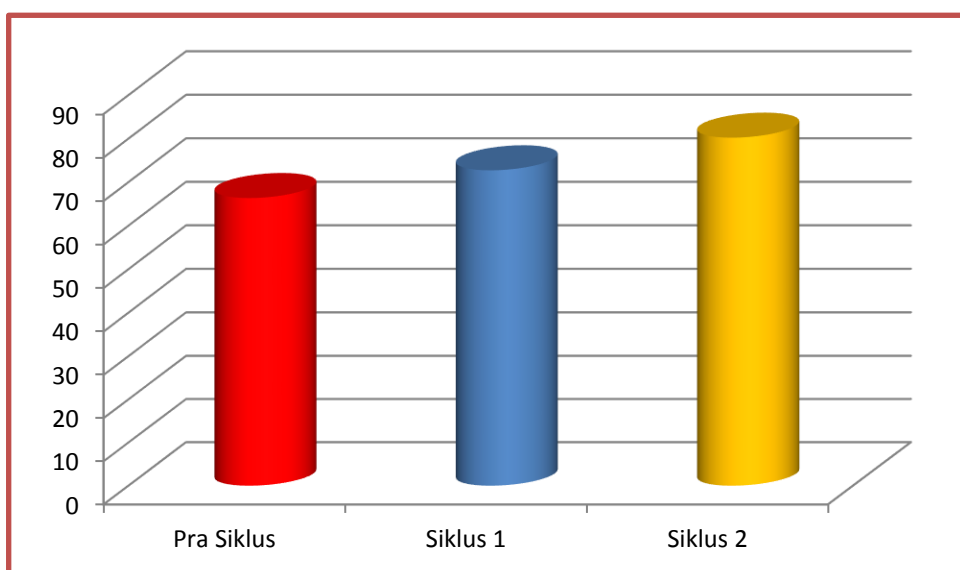
**Tabel 1. Rekapitulasi Nilai Pra Siklus, Siklus 1 dan Siklus 2**

No.	Nama Peserta Didik	Nilai Peserta Didik		
		Pra Siklus	Siklus I	Siklus II
1	Abu Bachra	50	60	75
2	Almira Azzahra Putri	65	75	80
3	Asshila Tessalonica Madandan	60	65	75
4	Aurelia Nayla Septiani Patty	65	75	75
5	Bianca Kusumawardhani	60	65	75
6	Debora Putri Venesia Manalu	75	80	90
7	Diva Naura Azzahra	50	60	75
8	Katyana Anabela	65	75	80
9	Kirey Rinda Respati	60	65	75
10	Marsya Septiani Putri	75	80	80
11	Maulana Jabar Sidiq	65	75	80
12	Muhammad Fathan Ghani Faisal	65	75	75
13	Muhammad Zidan Ramadhan	75	80	90
14	Nafisha Rafanda Putri	80	90	100
15	Renald Aurentius Manuel	75	80	80
16	Reza	60	65	75
17	Salsa Putri Raharja	75	80	85
18	Shakila Alesha Putri	65	75	75
19	Syaifanaya Nur Aziya	65	75	80
20	Syakila Bela Rosa	80	90	90
21	Widya Andriana	65	75	75
22	Zelikha Shidqia Aquina	65	75	80
Rata-rata		66,36	74,32	80,23
Nilai Terendah		50	60	75
Nilai Tertinggi		80	90	100
Jumlah Peserta didik yang Sudah Tuntas		7	16	22
Jumlah Peserta didik yang Belum Tuntas		15	6	0
Persentase Kentuntasan		31,82%	72,73%	100%

Berdasarkan hasil penelitian selama dua siklus yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik pada materi perjuangan mempertahankan kemerdekaan, terlihat pada pelaksanaan siklus 1 dan siklus 2 telah menunjukkan peningkatan pada proses pembelajaran PJOK. Pada Metode Latihan (*drii*), interaksi peserta didik dan guru di awal pelajaran diawali oleh guru dengan membuka pelajaran PJOK dengan menggunakan Metode Pembelajaran Latihan (*Driil*) sebagai titik tolak pelajaran.

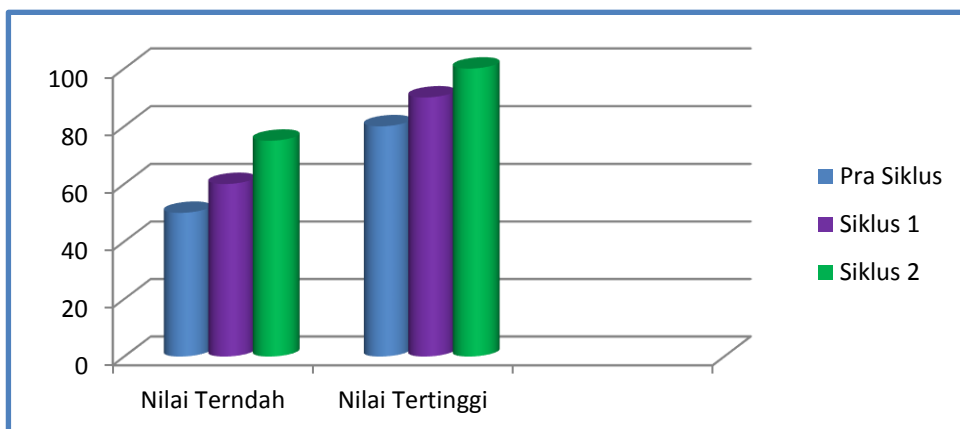
Kemudian guru mengarahkan dan menjelaskan bagaimana peserta didik belajar dengan baik. Kemudian pada saat proses belajar berlangsung, guru mengelola kelas secara interaktif, membimbing peserta didik, dan memotivasi peserta didik untuk aktif

berperan dalam kegiatan pembelajaran. Pada akhir pembelajaran, guru bersama peserta didik menyimpulkan pelajaran yang telah dilaksanakan. Kemudian guru mengevaluasi peserta didik dengan memberikan latihan-latihan yang relevan dengan konsep. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa telah ada peningkatan aktivitas dan hasil belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan rata-rata nilai hasil belajar dari pra siklus, siklus 1 dan siklus 2 yang tersaji pada Gambar 1 berikut.



**Gambar 1. Peningkatan Rata-Rata Nilai Peserta Didik Tiap Siklus**

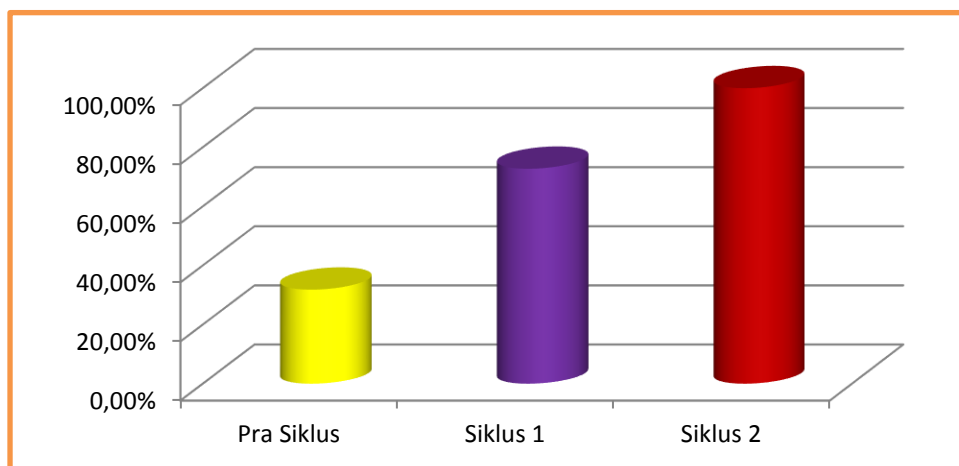
Peningkatan rata-rata nilai peserta didik juga ditunjang oleh peningkatan nilai terendah dan tertinggi peserta didik setiap siklus seperti pada tergambar pada Gambar 2 berikut.



**Gambar 2. Peningkatan Nilai Tertinggi dan Terendah Peserta Didik Tiap Siklus**



Dari Gambar 2 di atas diperoleh bahwa nilai terendah pada pra siklus adalah 50 dan pada siklus 1 dengan nilai terendah 60 kemudian meningkat menjadi 75 pada siklus 2. Selanjutnya nilai tertinggi pada pra siklus adalah 90 kemudian meningkat menjadi 90 pada siklus 1 dan pada siklus 2 meningkat menjadi 100. Hal ini menandakan bahwa metode pembelajaran latihan (*driil*) cocok untuk diterapkan pada materi tehnik dasar lompat jauh. Selain peningkatan rata-rata nilai peserta didik, Metode Pembelajaran Latihan (*Driil*) juga dapat meningkatkan persentase ketuntasan belajar peserta didik seperti tersaji pada Gambar 3 berikut



**Gambar 3. Peningkatan Ketuntasan Belajar Peserta Didik Tiap Siklus**

Dari Gambar 3 di atas diperoleh bahwa pada pra siklus hanya 31,82% atau 7 peserta didik yang nilainya mencapai KKM yang ditetapkan, kemudian pada siklus 1 meningkat menjadi 71,73% atau 16 peserta didik yang nilainya mencapai KKM, dan pada siklus 2 menjadi 100% atau 22 peserta didik yang nilainya mencapai KKM.

Berdasarkan temuan tersebut dan hasil diskusi dengan rekan sejawat, dilakukan perbaikan sebanyak 2 Siklus adapun langkah-langkah yang ditempuh adalah:

- 1) Guru telah melakukan upaya peningkatan peserta didik melalui Metode Pembelajaran Latihan (*Driil*) pada pembelajaran PJOK.
- 2) Melakukan kegiatan melalui pemberian contoh-contoh agar peserta didik lebih paham akan materi pelajaran PJOK.
- 3) Memberikan latihan-latihan sesuai dengan waktu yang tersedia.
- 4) Dari pelaksanaan perbaikan pembelajaran selama 2 Siklus hasil evaluasi yang diperoleh peserta didik mengalami peningkatan proses pembelajaran PJOK

Hasil refleksi siklus perbaikan ke 1 dan 2 ternyata menunjukkan adanya peningkatan dan perbaikan nilai peserta didik dalam proses pembelajaran PJOK dari hasil refleksi proses pembelajaran PJOK diketahui pada siklus 1 masih ada 11 orang peserta didik yang belum dapat memahami materi pelajaran tehnik dasar lompat jauh, waktu penggunaan Metode Pembelajaran Latihan (*Driil*) ada peserta didik yang tidak serius dimana mereka hanya ngobrol saja karena mereka belum memahami pembelajaran lompat jauh.

Pada siklus 2 setelah diberikan latihan-latihan soal dan pemberian tugas di lapangan, ternyata peserta didik yang tadinya masih kurang mampu sudah menunjukkan kemajuan pembelajaran tehnik dasar lompat jauh. Pada saat pelaksanaan Metode Pembelajaran Latihan (*Driil*) diketahui seluruh peserta didik telah aktif dan mencapai nilai KKM.

Pada pelaksanaan pembelajaran dengan Metode Pembelajaran Latihan (*Driil*) seorang guru senantiasa dihadapkan dengan peserta didik yang memiliki kemampuan belajar yang berbeda, untuk itulah kita perlu memahami motivasi dalam diri peserta didik dan berusaha untuk mengelolanya dengan baik untuk membantu mereka berhasil mencapai tujuan tertentu.

Penerapan prinsip dan teknik mengajar seorang guru dalam penggunaan Metode Pembelajaran Latihan (*Driil*) terhadap peserta didik di kelas haruslah dilakukan dengan memperhatikan ketentuan-ketentuan penggunaan Metode Pembelajaran Latihan (*Driil*).

Pembelajaran yang menyesuaikan dengan kondisi peserta didik dapat memberikan dampak yang baik terhadap peningkatan hasil belajar peserta didik. Hal ini menunjukkan bahwa perbaikan pembelajaran sangat diperlukan.

Dari hasil pengamatan yang dilakukan, maka temuan penelitian di lokasi penelitian adalah sebagai berikut:

- 1) Dalam penggunaan Metode Pembelajaran Latihan (*Driil*) perlu disesuaikan antara materi dan kondisi peserta didik.
- 2) Penyediaan buku panduan dalam penggunaan Metode Pembelajaran Latihan (*Driil*) perlu disesuaikan dengan kapasitas peserta didik.
- 3) Dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik pada pembelajaran tehnik dasar lompat jauh melalui penggunaan Metode Pembelajaran Latihan (*Driil*) perlu diupayakan peningkatan kompetensi guru.

#### 4. SIMPULAN

Berdasarkan pada pembahasan kegiatan tindakan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat dirumuskan beberapa kesimpulan, diantaranya:

- 1) Hasil refleksi siklus perbaikan ke 1 dan 2 ternyata menunjukkan adanya peningkatan dan perbaikan nilai peserta didik dalam proses pembelajaran tehnik dasar lompat jauh dari hasil refleksi proses pembelajaran tehnik dasar lompat jauh diketahui pada siklus 1 masih ada 18,18 atau 4 orang peserta didik yang belum dapat memahami materi pelajaran tehnik dasar lompat jauh, waktu penggunaan Metode Pembelajaran Latihan (*Driil*) ada peserta didik yang tidak serius dimana mereka hanya ngobrol saja karena mereka belum memahami pembelajaran tehnik dasar lompat jauh.
- 2) Diperoleh bahwa nilai terendah pada pra siklus adalah 50 dan pada siklus 1 dengan nilai terendah 60 kemudian meningkat menjadi 75 pada siklus 2. Selanjutnya nilai tertinggi pada pra siklus adalah 80 kemudian meningkat menjadi 90 pada siklus 1 dan pada siklus 2 meningkat menjadi 100. Hal ini menandakan bahwa Metode Pembelajaran Latihan (*Driil*) cocok untuk diterapkan pada materi tehnik dasar lompat jauh.
- 3) Diperoleh bahwa pada pra siklus hanya 31,82% atau 7 peserta didik yang nilainya mencapai KKM yang ditetapkan, kemudian pada siklus 1 meningkat menjadi 72,73% atau 16 peserta didik yang nilainya mencapai KKM, dan pada siklus 2 menjadi 100% atau 22 peserta didik yang nilainya mencapai KKM. Begitupun rata-rata kelas pada pra siklus 66,36 menjadi 74,32 pada siklus 1 kemudian meningkat menjadi 80,23 pada siklus 2.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. (2012). *Guru dalam Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algasindo.
- Arifin, Zainal. 2012. *Penelitian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Dimiyati dan Mudjiono. (2015). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djamarah, S. B. (2015). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hamalik, O. (2015). *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta
- Hamdani. (2011). *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: Pustaka Setia.
- Karli, H. dan Sri Yulirtianingsih, M. (2002). *Implementasi Kurikulum Berbasis Kompetensi*. (Jakarta); Bina Media Informasi.
- Kunandar. (2012). *Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Pengembangan Profesi Guru*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

- Moleong. (2014). *Strategi Pembelajaran*. Jakarta: Bina Aksara
- Mulyasa, E. (2015). *Profesionalitas Guru*. Jakarta: Gramedia.
- Peraturan Pemerintah Nomor 32 Tahun 2013 tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan. Jakarta: Kemendikbud.
- Peraturan Pemerintah Nomor 16 Tahun 2007. *Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Guru*. Jakarta: Depdiknas.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 20 Tahun 2016. *Standar Kompetensi Lulusan*. Jakarta: Kemendikbud.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 21 Tahun 2016. *Standar Isi*. Jakarta: Kemendikbud.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 22 Tahun 2016. *Standar Proses*. Jakarta: Kemendikbud.
- Sardiman, A. M. (2015). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara Cipta.
- Syah, M. (2014). *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Rosdakarya.
- Sofiraeni, R. (2004). *Model-Model Pembelajaran*. Bandung: LPMP.
- Purwanto. (2013). *Evaluasi hasil belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Roestiyah. (2001). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Slameto. (2015). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sudjana, N. (2016). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Susanto. (2013). *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sutarto. 2013. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: CV. Kemilau Ilmu Semesta.
- Trianto. 2015. *Model-Model Pembelajaran Inovatif Berorientasi Konstruktivistik*. Jakarta: Prestasi Pustaka Publisher.
- Tu'u, T. (2014). *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar*. Jakarta: Grasindo.
- Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003, *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*, Jakarta, Depdiknas
- Wardani. (2010). *Pembelajaran dan Peserta Didik*. Jakarta: Gramedia.
- Zainal Aqib, (2015). *Kumpulan Metode Pembelajaran*. Bandung: Satunusa.