



**PENGARUH PEMBELAJARAN *CONTEXTUAL TEACHING AND LEARNING*
TERHADAP HASIL BELAJAR LARI SPRINT 100 METER.**

Pedomanta Keliat¹, Andy Nur Abadi²

^{1,2} Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna
Jl. Alumunium Raya, Sumatera Utara, 20241, Indonesia
keliatpedomanta@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar Lari Sprint dengan menggunakan Pembelajaran *Contextual Teaching And Learning*. Berdasarkan perhitungan uji hipotesis terhadap hasil belajar siswa tersebut diperoleh t_{hitung} sebesar 10,42 pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan t_{tabel} sebesar 2,093. Dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($10,42 > 2,093$) sehingga hipotesis yang menyatakan “Ada pengaruh pembelajaran contextual teaching and learning terhadap hasil belajar lari sprint 100 M siswa kelas X di SMA.

Dari data posttest diketahui bahwa siswa telah mampu melakukan lari sprint 100 M dengan baik, hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata yang diperoleh siswa lebih besar dari nilai KKM yang ada disekolah, artinya banyak siswa yang memperoleh nilai di atas 70.

Berdasarkan hasil perhitungan data hasil belajar lari sprint 100 M siswa diperoleh $t_{hitung} > t_{tabel}$, artinya hipotesis tersebut diterima. Pembelajaran *contextual teaching and learning* yang dilakukan dapat membantu siswa dalam memahami lari sprint 100 M, sehingga hasil belajar siswa dapat meningkat dari hasil sebelum diberikan model pembelajaran.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kebutuhan sepanjang hayat. Setiap manusia membutuhkan pendidikan sampai kapan dan di mana ia berada. Pendidikan sangat penting, sebab tanpa pendidikan manusia akan sulit berkembang dan bahkan akan terbelakang. Dengan demikian, pendidikan harus benar-benar diarahkan untuk menghasilkan manusia yang berkualitas dan mampu bersaing, di samping memiliki budi pekerti yang luhur dan moral yang baik pula.

Pendidikan memegang peranan penting dalam usaha meningkatkan kualitas sumberdaya manusia pada saat sekarang maupun yang akan datang. Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana dalam mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan untuk dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara.

Ada berbagai cara dan upaya yang bisa dilakukan untuk memperbaiki hasil belajar lari sprint 100 m pada atletik. Salah satunya adalah penerapan model pembelajaran baru yang belum pernah diterapkan oleh guru, seperti model pembelajaran *Contextual Teaching and Learning* (CTL). Alasan peneliti menggunakan model pembelajaran *Contextual Teaching and Learning* (CTL) karena model pembelajaran yang ada, model pembelajaran *Contextual Teaching and Learning* (CTL) merupakan model pembelajaran yang mudah dipahami dan

mudah dalam proses penerapannya. Selain itu penggunaan model pembelajaran baru yang belum pernah diterapkan diharapkan akan memberikan nuansa baru dalam proses pembelajaran dan juga dalam pelaksanaannya. Model pembelajaran *Contextual Teaching and Learning* (CTL) ini menggunakan pengalaman nyata yang dialami peserta didik dalam kehidupannya sehari-hari.

Dari uraian di atas, guru dituntut untuk menemukan alternatif lain guna meningkatkan hasil belajar siswa terutama dalam pengembangan model pembelajaran yang sangat membantu dalam penyampaian materi pelajaran kepada siswa.

Model pembelajaran *Contextual Teaching and Learning* merupakan pembelajaran yang mengaitkan antara pengetahuan yang diperoleh siswa di sekolah dengan kehidupan sehari-hari siswa. Dengan pembelajaran ini, siswa diharapkan mampu mengaplikasikan pengetahuan yang diperolehnya dengan kehidupan sehari-harinya.

Pembelajaran kontekstual atau *Contextual Teaching and Learning* merupakan konsep belajar yang membantu guru mengaitkan antara materi pembelajaran dengan situasi dunia nyata siswa dan mendorong siswa membuat hubungan antara pengetahuan yang dimilikinya dengan penerapannya dalam kehidupan mereka sehari-hari. Proses dari pembelajaran ini bersifat alamiah dalam bentuk kegiatan siswa bekerja dan mengalami, bukan dari transfer pengetahuan oleh guru kepada siswanya.

Muslich (2008:41) menyatakan bahwa :*Contextual Teaching and Learning* (CTL)



adalah suatu pendekatan pembelajaran yang menekankan kepada proses keterlibatan siswa secara penuh untuk dapat menemukan materi yang dipelajari dan menghubungkannya dengan situasi kehidupan nyata sehingga mendorong siswa untuk dapat menerapkannya dalam kehidupan mereka.

Dalam pembelajaran ini, belajar itu tidak hanya sekedar menghafal, tetapi juga merekonstruksikan atau membangun pengetahuan dan keterampilan baru lewat fakta-fakta atau proposisi yang mereka alami dalam kehidupannya

Sanjaya (2007:114) juga menyatakan bahwa :

Pembelajaran kontekstual adalah pembelajaran yang dimulai dengan sajian atau tanya jawab lisan (ramah, terbuka, negosiasi) yang terkait dengan dunia nyata kehidupan siswa (*daily life modeling*), sehingga akan terasa manfaat dari materi yang akan disajikan, motivasi belajar muncul, dunia pikiran siswa menjadi konkret, dan suasana menjadi kondusif – nyaman dan menyenangkan.

a. Konstruktivisme

Teori belajar tentang *konstruktivisme* menyatakan bahwa siswa harus membangun pengetahuan didalam benak mereka sendiri. Setiap pengetahuan dapat dikuasai dengan baik jika siswa secara aktif mengkonstruksi pengetahuan di dalam pikirannya. *konstruktivisme* merupakan landasan berfikir atau filosofis pendekatan CTL yaitu pengetahuan dibangun oleh manusia secara sedikit demi sedikit, yang hasilnya diperluas melalui konteks terbatas dan tidak secara tiba-tiba. Pengetahuan bukan seperangkat fakta, konsep atau kaidah yang siap diambil atau diingat. Manusia harus mengkonstruksi

pengetahuan itu dan memberi makna melalui pengalaman nyata. Oleh karena itu pengetahuan menjadi proses mengkonstruksi bukan menerima pengetahuan. Dalam pandangan *konstruktivisme*, strategi lebih diutamakan dari pada kemampuan siswa memperoleh dan mengingat pengetahuan.

b. Menemukan (*Inkuiry*)

Menemukan merupakan bagian inti dari kegiatan pembelajaran berbasis CTL atau pembelajaran dengan pendekatan kontekstual. Pengetahuan dan ketrampilan siswa diperoleh bukan dari hasil mengingat seperangkat fakta tetapi hasil dari penemuan sendiri. Guru selalu merancang kegiatan yang merujuk pada kegiatan menemukan, apapun materi yang diajarkannya. Siklus *inquiri*: merumuskan masalah, observasi, bertanya, mengajukan dugaan (hipotesis), pengumpulan data dan penyimpulan.

c. Bertanya (*Questioning*)

Questioning atau bertanya adalah salah satu strategi pembentukan pendekatan CTL. Bagi guru bertanya dipandang sebagai kegiatan untuk mendorong siswa mengetahui sesuatu, mengarahkan siswa untuk memperoleh informasi, membimbing dan menilai kemampuan siswa. Bagi siswa bertanya merupakan kegiatan penting dalam melaksanakan pembelajaran yang berbasis *inkuiry*, yaitu menggali informasi, mengkonfirmasi apa yang sudah diketahui, dan mengarahkan perhatian pada aspek yang belum diketahui.

d. Permodelan (*Modelling*)

Modeling atau permodelan adalah kegiatan pemberian model dengan tujuan untuk membahasakan gagasan yang kita pikirkan, mendemonstrasikan bagaimana kita menginginkan para siswa untuk belajar atau melakukan sesuatu yang kita inginkan. Sebuah pembelajaran ketrampilan atau pengetahuan adalah model yang bisa ditiru. Model itu bisa berupa cara mengoperasikan sesuatu, cara melempar bola dalam olah raga, contoh surat, cara melafalkan Inggris, atau guru memberi contoh cara mengerjakan sesuatu sehingga guru menjadi model tentang bagaimana belajar. Guru bukan satu-satunya perancang model, model dapat dirancang dengan melibatkan siswa.

PEMBAHASAN

Pada nilai posi test siswa menunjukkan rata-rata yang diperoleh 75,625 sedangkan pada pre test siswa rata-rata yang diperoleh sebesar 63,125. Hal tersebut menunjukkan bahwa penggunaan pembelajaran *contextual teaching and learning* tersebut dapat membantu siswa dalam memahami materi pelajarannya. Pada post test siswa menunjukkan standar deviasi sebesar 11,27 dengan varians sebesar 127,05 sedangkan pada pre test siswa menunjukkan standar deviasi 12,32 dengan varians 151,72. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa varians yang diperoleh lebih kecil dari pada nilai pre test yaitu sebelum diberikan perlakuan, hal ini menunjukkan bahwa penggunaan pembelajaran *contextual teaching and learning* dapat meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi pembelajaran.

1. Uji Normalitas Data

Uji normalitas digunakan untuk melihat apakah data hasil belajar siswa memiliki distribusi normal. Dan hasil uji normalitas pada lampiran 4 dengan

menggunakan rumus Liliefors diperoleh sebagai berikut :

Tabel 8

Uji Normalitas Nilai Post Test

N i l a i	M e a n	S D	L h i t u n g	L t a b e l	α	K e t e r a n g a n
P o s t t e s t	7 5 , 6 2 5	1 1 , 2 7	0 , 1 1 9 9	0 , 1 9 0 0	0 , 0 5	N o r m a l
P r e t e s t	6 3 , 1 2 5	1 2 , 3 2	0 , 1 6 2 3	0 , 1 1 9 0 0	0 , 0 5	N o r m a l

Berdasarkan data-data dari tabel di atas bahwa seluruh nilai hasil belajar siswa baik nilai pre test dan post test berdistribusi normal, dapat dilihat pada $L_{hitung} < L_{tabel}$.

2. Uji homogenitas Data

Uji homogenitas data dilakukan untuk mencari apakah sampel berasal dari varians yang sama atau homogeny. Uji homogenitas ini menggunakan rumus :

$$F = \frac{\text{variance terbesar}}{\text{variance terkecil}} \text{ atau } F = \frac{S_1^2}{S_2^2}$$

Tabel 9
Uji Homogenitas Varians

D a t a	V a r i a n s	F h i t u n g	F t a b e l	Kes i m p u l a n
P o s t T e s t P r e T e s t	1 2 7 , 0 5 1 5 1 , 7 2	1 , 1 9	2 , 1 6	Ho m o g e n

Berdasarkan tabel di atas diperoleh bahwa $F_{hitung} < F_{tabel}$ sehingga diperoleh kesimpulan bahwa seluruh nilai hasil belajar lari sprint 100 M siswa adalah homogeny atau sampel berasal dari varians yang sama.

Pada penelitian ini digunakan pembelajaran *contextual teaching and learning* untuk materi lari sprint 100 M. sebelum diberikan peralakuan model pembelajaran, peneliti melakukan pretest

terlebih dahulu dengan tujuan untuk mengetahui pemahaman siswa terhadap lari sprint tersebut. Dari data pretest diketahui bahwa masih banyak siswa yang belum memahami lari sprint 100 M, hal ini dapat dilihat dari hasil nilai rata-rata yang diperoleh siswa lebih kecil dari nilai KKM yang ditetapkan oleh sekolah yaitu masih banyak siswa yang memperoleh nilai dibawah 70. Setelah didapat hasil data pretest, maka peneliti memberikan model pembelajaran *contextual teaching and learning* pada siswa kelas X-1 yang berjumlah 20 orang. Dalam proses pelaksanaan pembelajaran disekolah siswa diberikan pengalaman berupa tayangan melalui video, kemudian siswa diberikan pengarahan dari guru, pengarahan itu berupa pengaitan kejadian yang dialami siswa disekolah dan di kehidupannya sehari-hari. Setelah diberikan model pembelajaran dalam beberapa kali pertemuan maka peneliti melakukan posttest dengan tujuan untuk mengetahui pemahaman siswa setelah diberikan model pembelajaran.

Dari data posttest diketuhui bahwa siswa telah mampu melakukan lari sprint 100 M dengan baik, hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata yang diperoleh siswa lebih besar dari nilai KKM yang ada disekolah, artinya banyak siswa yang memperoleh nilai di atas 70.

Berdasarkan hasil perhitungan data hasil belajar lari sprint 100 M siswa diperoleh $t_{hitung} > t_{tabel}$, artinya hipotesis tersebut diterima. Pembelajaran *contextual teaching and learning* yang dilakukan dapat membantu siswa dalam memahami lari sprint 100 M, sehingga hasil belajar siswa



dapat meningkat dari hasil sebelum diberikan model pembelajaran.

PENUTUP

Berdasarkan perhitungan uji hipotesis terhadap hasil belajar siswa tersebut diperoleh t_{hitung} sebesar 10,42 pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan t_{tabel} sebesar 2,093. Dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ (10,42 > 2,093) sehingga hipotesis yang menyatakan “Ada pengaruh pembelajaran contextual teaching and learning terhadap hasil belajar lari sprint 100 M siswa kelas X di SMA

DAFTAR PUSTAKA

Carr, Gerry A. 2003. *Atletik untuk Sekolah*. Jakarta. Raja Grafindo Persada.

Depdiknas. 2002. *Pendekatan Kontekstual (Contextual Teaching and Learning)*.

Jakarta: Dirjen, Didasmen, Direktorat Sekolah Lanjutan Pertama

Gilang, Moh. 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk SMA Kelas X*. Jakarta. Ganesa Exact.

Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk SMA Kelas X*. Jakarta. Erlangga.

Mukholid, Agus. 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SMA Kelas X*. Jakarta. Yudhistira.

Muslich, Masnur. 2008. *Pembelajaran Berbasis Kompetensi dan Kontekstual*. Jakarta. Bumi Aksara

Nurhadi, Yasin Burhan dan Gerrad Suduk Agus. 2004. *Pembelajaran Kontekstual Dan Penerapannya Dalam KBK*. Malang

Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA/MA*. Jakarta: Media Group.

Sanjaya, Wina. 2007. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana Preda Media Group.

Slameto. 2005. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Pustaka Pelajar.

Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito

Sudjana, Nana. 2009. *Penilaian Hasil dan Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Remaja Rosdakarya.

Sutrisno Hadi. 2000. *Statistik Jilid 3*. Yogyakarta : Andi Offset