

**KETERAMPILAN LOMPAT JAUH**  
**(Studi Ekperimen tentang gaya Mengajar dan Kemampuan Motorik Pada**  
**pada Mahasiswa Program Studi POR Universitas PGRI Palembang)**

**Oleh: Putri Cicilia Kristina**  
**(Universitas PGRI Palembang)**  
Email: [putrickupgripalembang@gmail.com](mailto:putrickupgripalembang@gmail.com)

**ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah mendapatkan gaya mengajar yang efektif terhadap keterampilan lompat jauh dilihat dari kemampuan motorik. Metode yang digunakan adalah metode eksperimen dengan desain Factorial 2x3 sampel terdiri dari 60 mahasiswa. Teknik analisis data menggunakan ANOVA dua Jalur Penelitian dilaksanakan di Universitas PGRI Palembang dengan sampel mahasiswa Prodi Pendidikan Olahraga. Hasil Penelitian Disimpulkan Bahwa : (1) Terdapat Perbedaan antara gaya mengajar latihan dan gaya mengajar resiprokal (2) Terdapat Perbedaan antara gaya mengajar latihan dan gaya mengajar Inklusi (3) Terdapat Perbedaan antara gaya mengajar resiprokal dan gaya mengajar Inklusi (4) Terdapat interaksi antara gaya mengajar dan kemampuan motorik (5) Keterampilan lompat jauh mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar latihan lebih tinggi dari pada mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar resiprokal yang memiliki kemampuan motorik tinggi (6) Keterampilan lompat jauh mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar latihan lebih baik dari pada mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar Inklusi kelompok kemampuan motorik tinggi. (7) Keterampilan lompat jauh mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar Inklusi lebih baik dari gaya mengajar resiprokal kelompok kemampuan motorik tinggi. (8) Keterampilan lompat jauh mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar resiprokal lebih baik dari mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar latihan kelompok kemampuan motorik rendah (9) keterampilan lompat jauh mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar Inklusi lebih baik dari pada mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar latihan kemampuan motorik rendah (10) Keterampilan lompat jauh mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar resiprokal lebih tinggi dari pada mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar Inklusi kemampuan motorik rendah.

**Kata Kunci:** Gaya Mengajar, Kemampuan Motorik, Keterampilan Lompat jauh

**PENDAHULUAN**

Kegiatan belajar mengajar merupakan suatu proses interaksi antara peserta didik (Mahasiswa) dan pendidik (Dosen). Pengertian belajar adalah suatu perubahan. Artinya bila seseorang telah mengalami belajar, maka akan terjadi suatu peningkatan pengalaman belajar, baik itu berkaitan dengan pengetahuan, keterampilan maupun afektifnya. Misalkan berkaitan dengan pengetahuan dari

tidak tahu menjadi tahu, keterampilan dari tidak terampil menjadi terampil, juga termasuk afektif.

Berdasarkan pengamatan para pengajar di universitas PGRI Palembang, sebahagian besar pengajarnya tidak memahami tentang undang-undang Nomor: 14 tahun 2005, Dosen dan guru berkaitan dengan empat kompetensi, yaitu kompetensi kepribadian, kompetensi paedagogik, kompetensi profesional dan kompetensi sosial. Untuk itu sistim pembelajaran yang terjadi terkesan asal jalan. Dimana kegiatan belajar mengajar tidak berdasarkan apa yang tercantum dalam Undang-Undang Nomor 14 tahun 2005. Berdasarkan pengamatan terkesan (1) karakter pengajar terkesan tidak memiliki karakter sebagai seorang pengajar, baik cara bicara maupun cara berpakaian, (2) penggunaan metode pembelajaran yang diterapkan tidak sesuai dengan materi dan tujuan yang akan dicapai, semua materi di sampaikan dengan metode yang sama, (3) tenaga pengajar terkesan tidak profesional, materi ajar pengajar tidak paham dengan nama mata kuliah yang diajarkan, (4) hubungan antara dosen dan mahasiswa kurang terjalin dengan baik, hal ini terlihat setelah melakukan kegiatan belajar mengajar jarang terlihat adanya diskusi antar pengajar, termasuk guru disekolah, selesai mengajar langsung pulang. Sehingga pekerjaan mengajar hanya dianggap sebagai rutinitas sehari-hari.

Untuk tenaga pengajar (dosen) harus lebih kreatif dan inovatif, dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar, terutama dalam menggunakan model, metode dan gaya mengajar dalam menyampaikan materi atau pokok bahasan yang akan disampaikan kepada peserta didik, agar hasil belajar lebih efektif dan efisien. Terutama metode atau gaya mengajar yang memberikan keleluasaan pada peserta didik (siswa) dalam menggali dan mengembangkan kemampuannya, terutamanya untuk menemukan hal-hal atau formula baru yang selama ini belum dilakukan.

Berdasarkan penjelasan tersebut di atas tentang model, metode dan gaya mengajar, maka penelitian yang akan dilakukan lebih memfokuskan pada gaya mengajar. Selain gaya mengajar menjadi variabel bebas juga pada variabel atribut, yaitu berkaitan dengan kemampuan motorik. Dimana sampel yang akan digunakan pada penelitian ini memiliki kemampuan atau keterampilan motorik

dasar yang baik. Karena seorang calon guru pendidikan jasmani dituntut harus memiliki kemampuan motorik yang baik, agar dapat mereka mampu mengaplikasikan gerak-gerak motorik sesuai dengan pokok bahasan yang di sampaikan dalam pendidikan jasmani dan olahraga. Proses pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga secara jelas, bahwa pendidikan jasmani dan olahraga merupakan bagian itegral dengan pendidikan lainnya. Hanya saja pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga lebih menekankan pada aktivitas fisik. Karena tujuan pendidikan jasmani dan olahraga untuk meningkatkan kesegaran jasmani peserta didik (siswa). Jadi apabila calon guru pendidikan jasmani dan olahraga tidak memiliki kemampuan motoriknya, maka secara otomatis akan kesulitan dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar di lapangan. Karena hampir seluruhnya materi pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dilaksanakan diluar ruangan yaitu di lapangan melalu praktek, seperti atletik, senam, permainan, bela diri semuanya harus dipraktikkan bukan teori.

Penelitian ini difokuskan pada pembelajaran atletik khususnya pada keterampilan lompat jauh dengan menggunakan gaya mengajar latihan, gaya mengajar resiprokal dan gaya mengajar inklusi. Karena lompat jauh gaya jongkok merupakan lompatan dasar yang ada pada setiap materi pembelajaran dan dianggap mudah untuk dilakukan dalam proses belajar mengajar.

## **METODE DAN DESAIN PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah ANOVA 2 Jalan dengan desain faktorial 2x3. Penentuan desain penelitian merujuk pada (Emzir 2015:106).

**Tabel 1. Rancangan Faktorial 2 X 3**

Gaya Mengajar (A)	Gaya mengajar Latihan (A1)	Gaya mengajar Resiprokal (A2)	Gaya mengajar Inklusi (A3)
(B) Kemampuan Motorik			
Kemampuan motorik (Tinggi) (B1)	A1, B1	A2, B1	A3,B1
Kemampuan motorik (Rendah) (B2)	A1, B2	A2, B2	A3,B2

Total	A1	A2	A3
-------	----	----	----

## HASIL PENELITIAN

### Deskripsi Data

Tabel 1. Deskripsi data tes Keterampilan Lompat Jauh pada Semua Kelompok Penelitian

		Gaya Mengajar Latihan (A <sub>1</sub> )	Gaya Mengajar Resiprokal (A <sub>2</sub> )	Gaya Mengajar Inklusi (A <sub>3</sub> )
Kem. Motorik Tinggi (B <sub>1</sub> )	N	10	10	10
	Mean	83,25	69,50	78,75
	Std.Dev	4,57	6,32	4,29
	Min	72,50	62,50	72,50
	Maks	87,50	80,00	87,50
Kem. Motorik Rendah (B <sub>2</sub> )	N	10	10	10
	Mean	64,75	70,40	70,40
	Std.Dev	6,29	2,96	2,96
	Min	60,00	67,00	67,00
	Maks	77,50	75,00	75,00

### Pengujian Persyaratan Analisis

#### Uji Normalitas Data

Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Uji Normalitas Keterampilan Lompat Jauh Kelompok Mahasiswa untuk Seluruh Kelompok Penelitian

Kelompok	N	$\alpha$	p-value	Kesimpulan
A <sub>1</sub> B <sub>1</sub>	10	0,05	0,126	Normal
A <sub>2</sub> B <sub>1</sub>	10	0,05	0,168	Normal
A <sub>3</sub> B <sub>1</sub>	10	0,05	0,200	Normal
A <sub>1</sub> B <sub>2</sub>	10	0,05	0,107	Normal
A <sub>2</sub> B <sub>2</sub>	10	0,05	0,067	Normal
A <sub>3</sub> B <sub>2</sub>	10	0,05	0,200	Normal

## Uji Homogenitas

Tabel 3. Hasil Uji Homogenitas Seluruh Kelompok Penelitian

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2.661	2	57	<b>0.079</b>

## Pengujian Hipotesis

Tabel 4 Rangkuman Hasil Uji Anova data keterampilan lompat jauh.

Sumber Varians	JK	db	RJK	F <sub>hitung</sub>	F <sub>tabel</sub> $\alpha = 0,05$
Antar A	549.233	2	274.617	11.245	3.938
Antar B	693.600	1	693.600	28.402	5.300
Interaksi AB	1060.900	2	530.450	21.721	3.938
Dalam	1392.000	57	24.421		
Total	3695.733	59			

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan Anova pada Tabel 21, dapat diketahui bahwa untuk faktor antar A yaitu gaya mengajar diperoleh nilai  $F_{hitung}$  sebesar 11,245 dengan nilai  $F_{tabel}$  sebesar 3,938 untuk  $\alpha = 0,05$  dengan  $db = 2$ . Dengan demikian dapat terlihat bahwa nilai  $F_{hitung} > F_{tabel}$  yaitu  $11,245 > 3,938$  yang memberi makna bahwa terdapat perbedaan rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar latihan, kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar resiprokal, dan kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar inklusi. Sehingga dapat dilakukan pengujian lanjutan untuk menjawab hipotesis pertama sampai dengan hipotesis ketiga

Tabel 5. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis Penelitian

Hipotesis	Nilai Hitung	Nilai Tabel	Keputusan	Keterangan
Pertama	2,592	2,002	H <sub>0</sub> ditolak	Hipotesis Teruji
Kedua	2,144	2,002	H <sub>0</sub> ditolak	Hipotesis Teruji
Ketiga	4,735	2,002	H <sub>0</sub> ditolak	Hipotesis Teruji
Keempat	21,721	3,938	H <sub>0</sub> ditolak	Hipotesis

Hipotesis	Nilai Hitung	Nilai Tabel	Keputusan	Keterangan
				Teruji
Kelima	6,222	2,002	H <sub>0</sub> ditolak	Hipotesis Teruji
Keenam	2,036	2,002	H <sub>0</sub> ditolak	Hipotesis Teruji
Ketujuh	4,185	2,002	H <sub>0</sub> ditolak	Hipotesis Teruji
Kedelapan	2,557	2,002	H <sub>0</sub> ditolak	Hipotesis Teruji
Kesembilan	5,068	2,002	H <sub>0</sub> ditolak	Hipotesis Teruji
Kesepuluh	2,511	2,002	H <sub>0</sub> ditolak	Hipotesis Teruji

## PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa seluruh hipotesis penelitian yang diajukan teruji. Hasil pengujian tersebut dapat dikemukakan seperti berikut.

**Hipotesis Pertama** Dari hasil analisis pengujian Hipotesis 1 dengan menggunakan Uji-t diperoleh hasil bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 2,592 dengan nilai  $t_{tabel}$  sebesar 2,002 untuk  $\alpha = 0,05$  dengan  $db = 57$ . Dengan demikian terlihat bahwa nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu  $2,592 > 2,002$  yang berakibat H<sub>0</sub> ditolak. Sehingga dapat dikatakan bahwa rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar latihan lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar resiprokal. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini teruji. (2) **Hipotesis Kedua** Dari hasil analisis pengujian Hipotesis 2 dengan menggunakan Uji-t diperoleh hasil bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 2,144 dengan nilai  $t_{tabel}$  sebesar 2,002 untuk  $\alpha = 0,05$  dengan  $db = 57$ . Dengan demikian terlihat bahwa nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu  $2,144 > 2,002$  yang berakibat H<sub>0</sub> ditolak. Sehingga dapat dikatakan bahwa rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar latihan lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar Inklusi. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa hipotesis kedua dalam penelitian ini teruji.(3) **Hipotesis Ketiga** Dari hasil analisis pengujian Hipotesis 3 dengan

menggunakan Uji-t diperoleh hasil bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 4,735 dengan nilai  $t_{tabel}$  sebesar 2,002 untuk  $\alpha = 0,05$  dengan  $db = 57$ . Dengan demikian terlihat bahwa nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu  $4,735 > 2,002$  yang berakibat  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat dikatakan bahwa rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar Inklusi lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar resiprokal. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa hipotesis ketiga dalam penelitian ini teruji. (4) **Hipotesis Keempat** Berdasarkan hasil analisis Anova sebagaimana disajikan pada Tabel 4.16, terlihat bahwa untuk faktor Interaksi AB diperoleh nilai  $F_{hitung}$  sebesar 21,721 dan nilai  $F_{tabel}$  sebesar 3,938 untuk  $\alpha = 0,05$  dengan  $db = 2$ . Dengan demikian terlihat bahwa nilai  $F_{hitung} > F_{tabel}$  yaitu  $21,721 > 3,938$  yang berakibat  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh interaksi antara gaya mengajar dan kemampuan motorik atau dengan kata lain bahwa gaya mengajar dan kemampuan motorik saling bergantung. Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa pengaruh gaya mengajar terhadap keterampilan lompat jauh mahasiswa bergantung pada kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswa demikian juga sebaliknya. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa hipotesis keempat dalam penelitian ini teruji. (5) **Pengujian Hipotesis Kelima** Dari hasil analisis pengujian Hipotesis 5 dengan menggunakan Uji-t diperoleh hasil bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 6,222 dengan nilai  $t_{tabel}$  sebesar 2,002 untuk  $\alpha = 0,05$  dengan  $db = 57$ . Dengan demikian terlihat bahwa nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu  $6,222 > 2,002$  yang berakibat  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat dikatakan bahwa rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar latihan lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar resiprokal pada kelompok mahasiswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa hipotesis kelima dalam penelitian ini teruji. (6) **Hipotesis Keenam** Dari hasil analisis pengujian Hipotesis 6 dengan menggunakan Uji-t diperoleh hasil bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 2,036 dengan nilai  $t_{tabel}$  sebesar 2,002 untuk  $\alpha = 0,05$  dengan  $db = 57$ . Dengan demikian terlihat bahwa nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu  $2,036 > 2,002$  yang berakibat  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat dikatakan

bahwa rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar latihan lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar Inklusi pada kelompok mahasiswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa hipotesis keenam dalam penelitian ini teruji. (7) **Hipotesis Ketujuh** Dari hasil analisis pengujian Hipotesis 7 dengan menggunakan Uji-t diperoleh hasil bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 4,185 dengan nilai  $t_{tabel}$  sebesar 2,002 untuk  $\alpha = 0,05$  dengan  $db = 57$ . Dengan demikian terlihat bahwa nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu  $4,185 > 2,002$  yang berakibat  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat dikatakan bahwa rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar Inklusi lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar resiprokal pada kelompok mahasiswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa hipotesis ketujuh dalam penelitian ini teruji. (8) **Hipotesis Kedelapan** Dari hasil analisis pengujian Hipotesis 8 dengan menggunakan Uji-t diperoleh hasil bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 2,557 dengan nilai  $t_{tabel}$  sebesar 2,002 untuk  $\alpha = 0,05$  dengan  $db = 57$ . Dengan demikian terlihat bahwa nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu  $2,557 > 2,002$  yang berakibat  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat dikatakan bahwa rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar resiprokal lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar latihan pada kelompok mahasiswa yang memiliki kemampuan motorik rendah. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa hipotesis kedelapan dalam penelitian ini teruji. (9) **Hipotesis Kesembilan** Dari hasil analisis pengujian Hipotesis 9 dengan menggunakan Uji-t diperoleh hasil bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 5,068 dengan nilai  $t_{tabel}$  sebesar 2,002 untuk  $\alpha = 0,05$  dengan  $db = 57$ . Dengan demikian terlihat bahwa nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu  $5,068 > 2,002$  yang berakibat  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat dikatakan bahwa rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar Inklusi lebih tinggi dari pada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar latihan pada kelompok

mahasiswa yang memiliki kemampuan motorik rendah. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa hipotesis kesembilan dalam penelitian ini teruji. (10) **Hipotesis Kesepuluh** Dari hasil analisis pengujian Hipotesis 10 dengan menggunakan Uji-t diperoleh hasil bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 2,511 dengan nilai  $t_{tabel}$  sebesar 2,002 untuk  $\alpha = 0,05$  dengan  $db = 57$ . Dengan demikian terlihat bahwa nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu  $2,551 > 2,002$  yang berakibat  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat dikatakan bahwa rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar resiprokal lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar Inklusi pada kelompok mahasiswa yang memiliki kemampuan motorik rendah. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa hipotesis kesepuluh dalam penelitian ini teruji. Keseluruhan hasil pengujian hipotesis dapat disajikan.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan pembahasan tentang hasil penelitian, dapat ditarik beberapa simpulan sebagai berikut

1. Rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar latihan lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar resiprokal.
2. Rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar latihan lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar Inklusi
3. Rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar Inklusi lebih tinggi dari pada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar resiprokal.
4. Terdapat pengaruh interaksi antara gaya mengajar dan kemampuan motorik atau dengan kata lain bahwa gaya mengajar dan kemampuan motorik saling bergantung.

5. Rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar latihan lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar resiprokal pada kelompok mahasiswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi.
6. Rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar latihan lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar Inklusi pada kelompok mahasiswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi.
7. Rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar Inklusi lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar resiprokal pada kelompok mahasiswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi.
8. Rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar resiprokal lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar latihan pada kelompok mahasiswa yang memiliki kemampuan motorik rendah.
9. Rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar Inklusi lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar latihan pada kelompok mahasiswa yang memiliki kemampuan motorik rendah.
10. Rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar resiprokal lebih tinggi daripada rata-rata skor keterampilan lompat jauh kelompok mahasiswa yang menggunakan metode mengajar Inklusi pada kelompok mahasiswa yang memiliki kemampuan motorik rendah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi. 2005. Abu dan TriJoko. Strategi Belajar Mengajar, Bandung: Pusaka Setia
- Emzir. 2015. Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif & Kualitatif,(Jakarta: RajaGrafindo Persada
- Gallahue & Ozmun. 2008. *Understanding Motor Development Infants, Children, adolescents, adult*, New York: McGraw Hill.
- Tangkudung James, *Kepelatihan Olahraga Pembinaan Prestasi Olahraga Edisi II*, Jakarta : Cerdas jaya, 2012
- Kirkendall Din R, Gruber & Johnson, Measurement and Evaluation for physical Education(IOWA : Brown Company Publishers, 2008)
- Moston Muska & Asworth Sarah. 2008. Teaching Physical Education, Finlandia: Departemen Physical Education
- Rusman. 2010. Model-model Pembelajaran, Jakarta:Grafindo Persada.
- Schmidt Richard A. 2009. Motor Learning & Performance From Principles to Practise (Champaign, Illinois : Human kinetics Publishers, Inc)
- Zumerchk Jhon. 2007. Encyclopedia Sport Science,New York:Simon and Schuster Macmillan.