

**PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF JIGSAW DAN
KOMANDO TERHADAP HASIL BELAJAR LARI 100 METER DITINJAU
DARI MOTIVASI BELAJAR PADA SISWA KELAS 7 SMPN 1 DUSUN
SELATAN**

Munadi¹, Sumaryanto¹

Universitas Negeri Yogyakarta^{1,2}
munadi.24@student.uny.ac.id¹

ABSTRAK

Penelitian bertujuan untuk mengetahui Pengaruh model pembelajaran kooperatif *jigsaw* terhadap hasil belajar lari 100 meter siswa kelas 7 SMPN 1 Dusun Selatan, Pengaruh model komando terhadap peningkatan hasil belajar lari 100 meter siswa kelas 7 SMPN 1 Dusun Selatan, Pengaruh motivasi belajar terhadap peningkatan hasil belajar lari 100 meter siswa kelas 7 SMPN 1 Dusun Selatan, Pengaruh secara simultan model pembelajaran kooperatif *jigsaw*, Komando dan terhadap hasil belajar lari 100 meter siswa kelas 7 SMPN 1 Dusun Selatan. Jenis Penelitian ini adalah eksperimen dengan faktorial 2X2. Populasi Penelitian ini adalah Kelas 7 SMP Negeri 1 Dusun Selatan, Sampel diambil dengan teknik stratified sampling berjumlah 64 siswa yaitu kelas 7A untuk model pembelajaran kooperatif *jigsaw* dan 7B. untuk model komando. Kemudian diambil sebanyak 27% bermotivasi belajar tinggi dan 27 % bermotivasi belajar rendah untuk masing-masing model pembelajaran Gergaji Ukir dan Komando. Hasil Penelitian menunjukkan : (1) Dari hasil Uji Paired Samples T Tes di dapat Nilai Sig 0,000 < 0,05 maka terdapat pengaruh yang signifikan setelah diberi perlakuan Model kooperatif *jigsaw* pada kelas 7 A. Dengan mean Pretest 62,5000 dan mean Posttest 83,1875. Selisih mean adalah 20,68750. (2) Untuk Model Komando Nilai Sig 0,000 < 0,05 maka terdapat pengaruh yang signifikan setelah diberi perlakuan Model komando pada kelas 7 B. Dengan mean Pretest 54,875 dan mean Posttest 81,0625 Selisih mean adalah 26,37500. Maka perbedaan tersebut diterima karena adanya perbedaan yang signifikan sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberi perlakuan. (3) Hasil Tes motivasi kelompok gergajiukir 0,078 > 0,05 artinya tidak terdapat pengaruh antara Motivasi belajar dengan hasil belajar siswa. Berarti H_a ditolak dan H_o diterima. Maka Tidak ada pengaruh signifikan antara motivasi belajar terhadap hasil belajar lari 100 meter pada siswa kelas 7 SMPN 1 Dusun Selatan. (4) Nilai Sig 2 tailed 0,000 < 0,05. Nilai mean antara Pretest dan postes adalah 7,711. maka dapat disimpulkan ada pengaruh secara simultan antara Model mengajar kooperatif *jigsaw*, gaya Komando dan Motivasi belajar terhadap hasil belajar lari 100 meter.

Kata Kunci: Model kooperatif *jigsaw*, Model Komando, Motivasi Belajar. Hasil Belajar

ABSTRACT

This research aims to determine the effect of the jigsaw cooperative learning model on the learning outcomes of 100-meter running of seventh-grade students of SMPN 1 Dusun Selatan (Dusun Selatan 1 Junior High School), the effect of the command model on improving the learning outcomes of 100-meter running of seventh-grade students of

SMPN 1 Dusun Selatan, the effect of learning motivation on improving the learning outcomes of 100-meter running of seventh-grade students of SMPN 1 Dusun Selatan, and (4) the simultaneous effect of the jigsaw cooperative learning model and command on the learning outcomes of 100-meter running of seventh-grade students of SMPN 1 Dusun Selatan. The type of this research was an experiment with a 2X2 factorial. The research population was seventh grade students of SMP Negeri 1 Dusun Selatan. The sample was taken by using a stratified sampling technique totaling 64 students, from class 7A for the jigsaw cooperative learning model and 7B. for the command model. Then 27% of the participants were taken with high learning motivation and 27% with low learning motivation for each Jigsaw and Command learning model. The research findings reveal: (1) from the results of the Paired Samples T Test, a Sig. Value of $0.000 < 0.05$ is obtained, meaning there is a significant effect after being given the jigsaw cooperative model treatment in class 7 A. With a mean pretest of 62.5000 and a mean posttest of 83.1875. The mean difference is at 20.68750. (2) For the Command Model, the Sig. Value of $0.000 < 0.05$ meant there is a significant effect after being given the command model treatment in class 7 B. With a mean pretest of 54.875 and a mean posttest of 81.0625. The mean difference is at 26.37500. Hence, the difference is accepted because there is a significant difference before and after treatment. (3) The results of the jigsaw group motivation test are $0.693 > 0.05$, meaning there is no any effect between learning motivation and student learning outcomes. This means H_a is rejected and H_o is accepted. Therefore, there is no any significant effect between learning motivation and 100-meter running learning outcomes for seventh-grade students of SMPN 1 Dusun Selatan. (4) The 2-tailed Sig value is $0.000 < 0.05$. The mean value between the pretest and posttest is at 7.711. Therefore, it can be concluded that there is a simultaneous effect between the jigsaw cooperative teaching model, the command style, and learning motivation on 100-meter running learning outcomes

Keywords: *Jigsaw cooperative model, command model, learning motivation.*

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan, adalah bagian yang tidak terpisahkan dari kurikulum sekolah di Indonesia, baik dari tingkat sekolah dasar (SD), Sekolah menengah pertama (SMP), Sekolah tingkat atas (SMA), Madrasah Ibtidaiyah dan Madrasah Aliyah. Pembelajaran PJOK mengambil peranan yang sangat penting dalam membentuk generasi penerus bangsa, agar dapat membiasakan hidup bugar jasmani dan rohani, juga melatih disiplin dan membentuk sikap dan karakter Pelajar Pancasila. Peranan pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk berperan secara aktif dan secara sistematis dalam pembelajaran . Pembelajaran pendidikan jasmani juga sangat unik, yaitu menggunakan gerak badan atau praktik sebagai media pembelajarannya. Pembelajaran seperti ini hanya ditemukan di dalam mata pelajaran PJOK.

Salah satu Kompetensi dasar yang harus dicapai siswa adalah penguasaan pengetahuan dan keterampilan Atletik Lari 100 meter. Sepintas, lari 100 meter adalah cabang olahraga yang sangat gampang dilaksanakan. Siswa sering mengalami kesulitan dalam mengikuti pembelajaran Atletik. Dalam kompetisi atau lomba, Lari 100 meter masuk ke dalam cabang lomba lari jarak pendek (*Sprint*) yaitu 100 meter, 200 meter dan 400 meter. Adapun teknik memasuki garis finish ada 3 cara yaitu mencondongkan badan atau membusungkan dada ke depan, memeringkan salah satu bahu, dan lari secepatnya.

Teknis memasuki garis finish dilakukan atlet menyesuaikan dengan kebutuhan dan kebiasaan masing-masing. (Ma'arif, 2020).

Model pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan kemampuan siswa yaitu Model pembelajaran Jigsaw yakni siswa dikelompokkan menjadi beberapa kelompok yang disebut kelompok asal atau Home team dan kelompok ahli atau expert team. Tiap kelompok asal menugaskan seorang ahli untuk berkeliling ke kelompok lain untuk belajar dan bertanya, kemudian kelompok ahli ini akan kembali ke kelompoknya untuk memberikan pemahaman dan penjelasan pada kelompok asal atau home team. Setiap anggota kelompok bertanggung jawab atas penguasaan materi belajar dan mampu mengajarkan materi tersebut pada anggota kelompoknya. (Simeru, 2023)

Kelebihan model Jigsaw di dalam pembelajaran PJOK adalah setiap siswa akan aktif belajar baik pengetahuan dan keterampilan dari siswa lainnya, dengan menanyakan dan mempraktikkan bersama. Kemudian akan aktif menjelaskan dan mempraktikkan di dalam kelompoknya sehingga seluruh anggota akan memahami seluruh materi yang diajarkan pada saat itu. (Van Dat Tran¹, 2019). Dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran yang ditetapkan, Guru PJOK tidak hanya memilih model pembelajaran yang tepat, tetapi juga harus memilih gaya mengajar sebagai pendukung dalam melaksanakan model pembelajaran (Cuellar Moreno, 2016). Gaya mengajar PJOK yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah gaya mengajar Komando. Gaya Mengajar komando menitik beratkan pada perintah dan aba-aba dari guru. Peserta didik melaksanakan apa yang diperintahkan guru. (Warsito, 2017). Dalam struktur anatomi gaya mengajar komando, pihak guru yang paling dominan dalam membuat keputusan dan analisis. Sebagian besar tanggung jawab atas pengorganisasian dan pengaturan kelas ada pada guru. Selama Proses pembelajaran peserta didik harus mematuhi perintah guru. Jadi dalam pelaksanaannya akan ada keseragaman gerakan yang diterapkan (Mayasari sorayah, 2018)

Dalam kenyataannya gaya mengajar komando, membuat peserta didik berada dalam kondisi pasif, menunggu perintah dan hanya sebagai pelaksana perintah. Dan sebaliknya guru mempunyai kekuasaan men-setting atau merubah pembelajaran sesuai keinginannya. Tentunya kelebihan dari gaya mengajar ini adalah gerakan dan hasil gerakan yang akan didapatkan akan sama. Jenis Gaya mengajar komando cenderung tradisional, pendekatan pembelajaran hanya berpusat pada guru (*Teacher-centered*) siswa hanya melakukan perintah sesuai kehendak guru. Siswa hampir tidak pernah melakukan latihan dengan inisiatif mereka sendiri (*Student centered*). Dengan memberikan latihan fisik dan keterampilan cabang olahraga, guru PJOK tradisional cenderung memberikan pembelajaran untuk menguasai cabang olahraga atau keterampilan cabang olahraga (Syahrudin, 2016). Namun gaya mengajar Komando masih banyak dilakukan oleh guru-guru PJOK di sekolah-sekolah. Dengan berbagai pertimbangan, salah satunya untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Menurut Ahmat Fauzi, dkk (2021), “Unsur-Unsur Khas Dalam Pembelajaran Dengan Menggunakan Gaya Komando adalah a. Semua keputusan dibuat oleh guru b. Menuruti petunjuk dan melaksanakan tugas adalah merupakan kegiatan utama siswa c. Menghasilkan tingkat kegiatan yang tinggi d. Dapat membuat siswa merasa terlibat dan termotivasi e. Mengembangkan perilaku disiplin, karena harus mentaati prosedur yang telah ditetapkan. Gaya komando sering digunakan oleh guru PJOK di lapangan, untuk itulah peneliti tertarik untuk meneliti. Maka Motivasi belajar siswa menjadi sangat penting dalam keberhasilan mencapai tujuan pembelajaran. Tanpa dorongan yang kuat untuk mengikuti kegiatan belajar maka sia-sialah guru membuat model dan gaya

mengajar. Menurut KBBI motivasi adalah usaha yang dapat menyebabkan seseorang atau kelompok orang tertentu tergerak melakukan sesuatu karena ingin mencapai tujuan yang dikehendakinya atau mendapat kepuasan dengan perbuatannya. Motivasi adalah kekuatan yang terdapat dalam diri individu yang menyebabkan individu tersebut bertindak atau bergerak. Motivasi tidak dapat dilihat akan tetapi dapat diinterpretasikan dalam setiap tindakan seseorang. (Herwati M. M., 2023)

Motivasi yang datang dari dalam diri siswa akan menjadi daya penggerak untuk berusaha dan bekerja dengan suka rela. Selain itu siswa akan merasa gembira dalam melakukan kegiatan dan pembelajaran di kelas maupun di lapangan. Karena tidak adanya tekanan dan paksaan dalam melakukan gerakan atau usaha. (Ajhuri, 2021). Penelitian (Agustina, 2011). Motivasi belajar yang kurang akan melemahkan kegiatan, sehingga prestasi belajar rendah. Oleh karena itu, prestasi belajar siswa harus diperkuat secara konsisten untuk memastikan mereka memiliki motivasi belajar yang kuat. Dengan membuat variasi dan modifikasi di dalam pembelajaran, diharapkan peserta didik akan lebih bersemangat dan gembira di dalam proses pembelajaran tersebut. Karena gaya mengajar yang monoton akan terasa membosankan. Peserta didik berada di jaman yang berbeda dengan jaman guru-guru mereka pada jaman dulu. Sekarang kita tidak terlepas dari kemajuan dan teknologi diberbagai bidang. Teknologi inilah yang dapat digunakan guru untuk membuat pembelajaran menjadi lebih menarik. Penelitian (Masni, 2015) dalam penelitiannya menuliskan usaha – usaha yang dapat dilakukan guru untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik, antara lain dengan pengembangan bahan pembelajaran. Guru dituntut untuk berkarya dengan mengembangkan dan membuat konten-konten lain dari bahan pembelajaran yang sudah ada, misalnya dengan membuat praktik pembelajaran yang bervariasi, membuat alat-alat pembelajaran secara mandiri, misalnya bahan tayang yang menarik, alat-alat pembelajaran olahraga yang bervariasi di lapangan. Dengan demikian siswa akan selalu tertarik untuk selalu ikut dan berpartisipasi di setiap proses pembelajaran. Bahkan siswa akan selalu merindukan pembelajaran yang bermakna tersebut.

Motivasi belajar siswa juga sering terabaikan di dalam proses pembelajaran PJOK di Lapangan. Sehingga Motivasi belajar siswa ini menjadi daya tarik tersendiri bagi penulis untuk meneliti pengaruhnya pada kemajuan belajar lari 100 meter. (Alfi, et al, (2024) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa untuk meningkatkan motivasi belajar maka strategi pembelajaran adalah suatu cara yang digunakan untuk mencapai tujuan tersebut yang juga terdapat konsistensi dengan teknik yang diinginkan. Dan untuk proses pembelajaran yang efektif, guru mempunyai strategi yang sangat penting dalam proses belajar mengajar. Guru merupakan salah satu komponen kunci dalam pembelajaran. Strategi yang dimaksud meliputi model pembelajaran, gaya pembelajaran dan juga pengembangan bahan ajar dan variasi yang akan digunakan dalam penyampaian pembelajaran tersebut.

KAJIAN TEORI

Model Pembelajaran Kooperatif Jigsaw

Model pembelajaran kooperatif tipe Jigsaw merupakan strategi belajar yang menekankan kerja tim dan tanggung jawab individu dalam memahami serta menyampaikan materi kepada anggota kelompok. Model ini pertama kali dikembangkan oleh Elliot Aronson pada tahun 1978 sebagai solusi pembelajaran kolaboratif yang mengurangi persaingan tidak sehat antar siswa. Slavin (2021), menyatakan model jigsaw efektif meningkatkan ketergantungan positif dan rasa tanggung jawab siswa terhadap

hasil belajar kelompok. Pembelajaran menjadi lebih aktif, karena setiap siswa harus berkontribusi agar kelompoknya memahami materi secara menyeluruh. Strategi ini sangat tepat untuk pembelajaran teks deskripsi yang terdiri dari berbagai elemen seperti identifikasi, deskripsi bagian, dan penggunaan bahasa. Masing-masing siswa dapat menguasai satu elemen dan saling melengkapi dalam menyusun teks secara kolektif. Menurut Hamidah dan Lestari (2021), model Jigsaw dapat meningkatkan hasil belajar siswa secara signifikan, terutama dalam menulis, karena adanya proses saling mengoreksi dan merevisi antarteman. Keberhasilan implementasi model Jigsaw dalam pembelajaran menulis teks deskripsi sangat ditentukan oleh kesiapan guru dalam merancang skenario belajar dan mengelola dinamika kelompok. Guru perlu menyusun materi dalam bentuk bagian yang seimbang dan memastikan bahwa setiap siswa memahami perannya dengan jelas.

Model Pembelajaran Komando

Gaya mengajar Komando adalah salah satu gaya mengajar yang sering dilakukan oleh guru PJOK di lapangan. Gaya mengajar komando mempunyai beberapa kelebihan antara lain siswa akan mempunyai keseragaman gerak tentang pembelajaran PJOK di lapangan. Keseragaman gerak ini akan mempermudah guru mengontrol setiap gerak siswa dan mudah pula untuk memperbaiki setiap gerakan-gerakan atau teknik yang salah. Menurut Warsito (2017), “Gaya mengajar Komando adalah Semua keputusan dikontrol guru peserta didik hanya melakukan apa yang diperintahkan guru. Satu aba-aba, satu respons siswa”. Merujuk pada pendapat tersebut maka posisi guru adalah sebagai penentu arah tunggal, pemimpin tunggal dan pengambil keputusan tunggal. Guru sangat leluasa untuk membuat desain pembelajaran sesuai dengan kehendaknya dan rencananya. Sedangkan posisi siswa berada sebaliknya hanya sebagai pelaksana dari apa yang diperintahkan oleh guru.

Hasil Belajar

Motivasi adalah sesuatu yang mendorong seseorang untuk melakukan gerak atau kerja. Dengan adanya motivasi maka timbul keinginan untuk melakukan pekerjaan atau kegiatan dengan sesungguhnya untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkan seseorang. Motivasi di dalam diri seseorang dibagi dua, yaitu motivasi intrinsik atau motivasi dari dalam diri dan motivasi ekstrinsik atau motivasi dari luar diri seseorang. (Herwati et al., (2023). Di dalam pembelajaran PJOK, peserta didik juga pasti memiliki motivasi di dalam mengikuti pembelajaran baik di kelas maupun di lapangan. Tentunya motivasi siswa akan berbeda antara siswa satu dan peserta didik lainnya. Motivasi ini akan berdampak dalam kemajuan mereka mencapai tujuan pembelajaran yang sudah dibuat guru (Agustina, 2011).

Motivasi Belajar

Hasil belajar adalah hasil yang telah dicapai oleh siswa setelah mengikuti pembelajaran. Hasil belajar dapat berupa kemampuan-kemampuan, baik kognitif, afektif dan keterampilannya. (Rahman, 2021). Jadi hasil belajar adalah terdapatnya pengalaman baru, pengetahuan baru, atau kemampuan baru yang dapat memperbaiki kemampuan baik pengetahuan maupun keterampilannya. Hasil belajar adalah kemampuan tertentu yang diperoleh setelah siswa menjalani proses belajar. Hasil belajar terkait dengan perubahan yang muncul dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik setelah melalui kegiatan pembelajaran. Hasil belajar menunjukkan kondisi yang mengalami perbaikan dan memberikan manfaat untuk memperluas pengetahuan, memahami suatu informasi, mengasah keterampilan, serta mengembangkan wawasan dan perspektif baru. (Syaputra Artama, 2023) Hasil belajar dilaksanakan untuk memperoleh informasi mengenai

perubahan perilaku yang terjadi pada siswa dan dapat mendorong siswa agar kinerja belajar mereka meningkat.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian Eksperimen, dengan desain 2 variabel bebas, dan 1 variabel terikat. Memberikan perlakuan sesuai variabel bebas, kemudian menghitung pengaruhnya secara parsial dan bersamaan. Penelitian dilakukan di SMPN 1 Dusun Selatan, Kabupaten Barito Selatan, Kelas 7 A dan 7 B. Semester 2 Tahun pelajaran 2025/2026.

Tabel 1. Rancangan *Treatmen* Eksperimen

Model Pembelajaran	Treatmen	Ket
kooperatif <i>Jigssaw</i> (X1)	Pretest – Treatmen - Posttest	12 X pertemuan
Komando (X2)	Pretest – Treatmen - Posttest	12 X Pertemuan
Motivasi	Kontrol	Quisioner
Hasil Pembelajaran (Y)	Hasil akhir dari X1 dan X2	Posttest

Populasi adalah seluruh SMPN 1 Dusun Selatan. Teknik pengambilan sampel yaitu *proportionate stratified Random sampling*. Sampel penelitian berjumlah Kelas 7 A sebanyak 16 orang dan kelas 7 B sebanyak 16 orang. Variabel yaitu model pembelajaran kooperatif *jigsaw* (X₁), Model komando (X₂), Motivasi Belajar (Z), dan Hasil belajar (Y). Teknik pengumpulan data yaitu observasi, tes lari 100 meter, dan kuesioner motivasi belajar.

HASIL PENELITIAN

Uji Normalitas

Uji Normalitas menggunakan metode Kolmogorov Smirnov dengan taraf signifikan 5% atau 0,05. Rangkuman hasil uji Normalitas dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Kelompok	P	Nilai A	Keterangan
Model kooperatif <i>Jigssaw</i>			Normal
Fretest	0,135		Normal
Posttest	0,133	0,05	Normal
Model Komando			Normal
Fretest	0,135		Normal
Posttest	0,84		Normal

Tabel 2, menjelaskan hasil uji Normalitas dengan menggunakan metode Kolmogorov-smirnov yang menunjukkan hasil data *Fretest* dan *Posttest* Model kooperatif *Jigsaw* dan Komando menunjukkan hasil nilai signifikan $p > 0,05$ yang berarti Data berdistribusi Normal. Hasil perhitungan disajikan lampiran.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas menggunakan dasar pengambilan keputusan yaitu jika nilai signifikan lebih besar dari 0,05 maka data homogen.

Tabel 3. Hasil Uji Homogenitas

F	Df1	Df2	Signifikan
0,021	1	62	0,990

Tabel 3, menjelaskan hasil uji homogenitas dengan hasil perhitungan memperoleh nilai signifikan $0,990 > 0,05$. Berarti kelompok data mempunyai varian yang homogen.

Uji Hipotesis

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis	T hitung	Sig. (2-tailed)
Model pembelajaran kooperatif <i>Jigsaw</i> terhadap hasil belajar lari 100 meter	6,803	0,000
Model komando terhadap hasil belajar lari 100 meter	9,297	0,000
Motivasi belajar terhadap hasil belajar lari 100 meter	3,576	0,078
Model kooperatif <i>Jigsaw</i> dan model komando terhadap hasil belajar lari 100 meter	5,417	0,000

Tabel 4, menjelaskan hasil uji hipotesis yaitu:

Hasil Uji Paired Samples T Tes di dapat Nilai Sig $0,000 < 0,05$ maka terdapat pengaruh yang signifikan setelah diberi perlakuan Model kooperatif *jigsaw* pada kelas 7 A. Dengan mean Pretest 62,5000 dan mean Posttest 83,1875. Selisih mean adalah 20,68750. Untuk Model Komando Nilai Sig $0,000 < 0,05$ maka terdapat pengaruh yang signifikan setelah diberi perlakuan Model komando pada kelas 7 B. Dengan mean Pretest 54,875 dan mean Posttest 81,0625 Selisih mean adalah 26,37500. Maka perbedaan tersebut diterima karena adanya perbedaan yang signifikan sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberi perlakuan.

Hasil Tes motivasi kelompok gergajiukir $0,078 > 0,05$ artinya tidak terdapat pengaruh antara Motivasi belajar dengan hasil belajar siswa. Berarti H_a ditolak dan H_o diterima. Maka Tidak ada pengaruh signifikan antara motivasi belajar terhadap hasil belajar lari 100 meter pada siswa kelas 7 SMPN 1 Dusun Selatan. Nilai Sig 2 tailed $0,000 < 0,05$. Nilai mean antara Pretest dan postes adalah 7,711. maka dapat disimpulkan ada pengaruh secara simultan antara Model mengajar kooperatif *jigsaw*, gaya Komando dan Motivasi belajar terhadap hasil belajar lari 100 meter.

PEMBAHASAN

Pengaruh Model pembelajaran kooperatif *Jigsaw* pada peningkatan hasil belajar lari 100 meter.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis terlihat bahwa ada pengaruh yang signifikan pada penggunaan model pembelajaran kooperatif *Jigsaw* pada peningkatan hasil belajar lari 100 meter pada siswa kelas 7 SMPN 1 Dusun Selatan. Ini dapat dilihat dari data pengolahan data dengan Paired sample T tes yang menunjukkan rata-rata Mean Pretest dan Posttest terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan mean Pretest 69,09 dan mean Posttest 84,66. Selisih mean adalah 15,563. Nilai Sig $0,000 < 0,05$ maka terdapat pengaruh yang signifikan setelah diberi perlakuan Model kooperatif *Jigsaw* pada kelas 7 A.

Pembelajaran kooperatif *Jigsaw* menekankan pada kerjasama di dalam kelompok dan di dalam kelas. Hal ini akan memacu siswa mendapatkan lebih banyak informasi yang diperlukan dalam pembelajaran tersebut. Pembelajaran adalah suatu proses dimana siswa diatur untuk berpartisipasi dalam pembelajaran tersebut. (Bambang Hariadi, 2016). Pembelajaran yang menyenangkan otomatis akan membuat siswa merasa nyaman dalam proses belajar dan mengajar. Suasana inilah yang akan meningkatkan minat dan keinginan siswa dalam belajar. Keinginan untuk selalu mencari dan bertanya

akan terus dilakukan siswa ketika mereka berproses. Mendorong siswa untuk mandiri serta bertanggung jawab dalam belajar dan memecahkan persoalan dalam pembelajaran. Dengan demikian akan memacu siswa meningkatkan hasil belajarnya. (Adji, 2023).

Pembelajaran kooperatif *Jigsaw* sangat efektif dalam mengupas isi pembelajaran, dimana siswa menjadi aktif dalam pembelajaran. Selain itu meningkatkan tanggung jawab siswa pada tugas yang diberikan padanya. Dan setiap siswa akan melakukan semaksimal mungkin pada tanggung jawab yang diberi padanya, sehingga siswa akan memberikan yang terbaik pada tugas dan tanggung jawabnya. Model kooperatif *Jigsaw* selain mengasah kemampuan siswa untuk bekerja secara mandiri, juga akan dapat meningkatkan komunikasi antar siswa. Kemampuan komunikasi ini menjadi sangat penting karena setiap siswa yang menjadi kelompok ahli akan menyampaikan informasi yang didapat kepada anggota kelompok asal. Tentunya penyampaian informasi ini harus jelas dan betul. Supaya kelompok asal dapat merangkai informasi menjadi suatu pengetahuan yang utuh (Almar, 2020)

Pengaruh Model pembelajaran komando pada peningkatan hasil belajar lari 100 meter

Berdasarkan hasil Uji Paired samples test maka didapat Nilai Sig $0,000 < 0,05$. Maka terdapat pengaruh yang signifikan setelah diberi perlakuan Model komando pada kelas 7 A. Dengan mean Pretest 69,09 dan mean Posttest 84,38 Selisih mean adalah 15,281. Maka perbedaan tersebut diterima karena adanya perbedaan yang signifikan sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberi perlakuan. Ada pengaruh signifikan antara model komando terhadap hasil belajar lari 100 meter pada siswa kelas 7 SMPN 1 Dusun Selatan. Model komando masih layak untuk digunakan dalam pembelajaran. Model ini juga memberikan keleluasaan pada guru untuk berkreasi dan kreatif dalam pembelajaran. Selain itu Guru memegang seluruh kendali dalam pembelajaran. Hal ini membuat guru menjadi sumber yang akan mengontrol setiap kemajuan pembelajaran yang akan dilakukan siswa secara bersama-sama.

Model komando mengutamakan keseragaman dan kesamaan dalam proses pembelajaran, pentahapan-pentahapan dilakukan guru dalam proses penyampaian materi pembelajaran kepada siswa. Setiap gerakan dan latihan dilakukan secara teratur dan terarah dan dipimpin oleh guru. Sehingga terjadi kedisiplinan dan tanggung jawab siswa untuk melakukan yang terbaik dalam pembelajaran. Setiap proses gerakan atau teknik yang kurang tepat dilakukan siswa akan diperbaiki dan dikoreksi guru dan langsung dipraktikkan oleh siswa yang bersangkutan. Dengan demikian akan mengurangi ketertinggalan siswa dalam memahami dan mempraktikkan setiap materi yang diajarkan guru. Kelebihan-kelebihan model pembelajaran komando adalah : Respon langsung terhadap perintah atau petunjuk yang diberikan guru, Gerakan atau keterampilan dilakukan secara seragam, Mengikuti model yang dilakukan guru atau teman yang mampu melakukan gerakan, Ketepatan dan kecermatan respon, Mempertahankan estetika dan semangat kelompok, Menggunakan waktu secara efektif dan efisien, dan Pengawasan keamanan akan lebih baik karena semua kegiatan dikontrol guru (Fauzi, 2021).

Gaya mengajar Komando juga dimaksudkan supaya siswa menguasai keterampilan dengan benar dalam waktu yang singkat dengan mengikuti perintah dari guru. Semua keputusan dan perintah berasal dari guru, siswa hanya melaksanakan perintah. Dengan model seperti ini maka pengelolaan waktu akan lebih efektif. Kontrol pada seluruh siswa akan lebih mudah dan evaluasi pada keterampilan siswa akan lebih mudah pula.

Pengaruh antara motivasi belajar terhadap hasil belajar lari 100 meter.

Dari hasil penghitungan menggunakan Regresi linear sederhana didapat hasil Hasil Sig 0,693 > 0,05 (Nilai Signifikan lebih besar dari 0,05) Sedangkan nilai F adalah 0,157 yang berarti kekuatan pengaruh motivasi belajar pada hasil belajar hanya 0,157. Sedangkan nilai Signifikan 0,693 di atas nilai 0,05 atau 5 %. Artinya tidak ada pengaruh signifikan antara motivasi belajar terhadap hasil belajar lari 100 meter pada siswa kelas 7 SMPN 1 Dusun Selatan. Hasil akhir yang merata tuntas dan diatas rata-rata membuat motivasi yang dijadikan salah satu acuan dalam hipotesis menjadi tidak berpengaruh. Ternyata siswa yang mempunyai motivasi rendah dan tinggi mempunyai keterampilan yang sama bagus. Hal ini dapat dilihat dalam hasil akhir atau Posttest dari kedua model pembelajaran baik Model kooperatif *Jigsaw* maupun Komando. Model pembelajaran yang diberlakukan kooperatif *Jigsaw* maupun Komando dalam pembelajaran sangat cocok dalam proses pembelajaran. Hasil nilai pretest dan posttest mempunyai mean yang sangat signifikan baik model kooperatif *Jigsaw* maupun Komando.

Pada Penelitian ini Motivasi tinggi dan rendah didapat dari quisioner yang sudah dibagikan pada siswa, baik model komando maupun model kooperatif *Jigsaw*, kemudian hasilnya dibagi menjadi dua yaitu motivasi tinggi dan motivasi rendah. Banyaknya jumlah pembagian yaitu sebesar 27 % yang bermotivasi tinggi dan 27 % yang bermotivasi rendah. Dari Sampel sebanyak 27 % ini ternyata memiliki hasil tes akhir atau Posttest rata-rata sangat baik. Motivasi dipengaruhi faktor Intrinsik dan ekstrinsik. Sehingga disebut motivasi intrinsik (dari dalam diri sendiri) dan motivasi ekstrinsik (Ekstrinsik). Dari kedua faktor ini sama-sama dapat mempengaruhi motivasi seseorang dan dapat mempengaruhi perubahan motivasi seseorang, sehingga dapat pula mempengaruhi hasil belajar siswa. (Herwati, 2023) Pada hasil Pretest siswa rata-rata memperoleh nilai yang sangat rendah. Akan tetapi pada hasil akhir atau posttest jauh lebih baik dan rata-rata siswa mendapat nilai bagus.

Siswa yang bermotivasi rendah tampak termotivasi dari luar dirinya, misalnya dari sorakan dan tepuk tangan yang meriah dari teman-temannya, hadiah, atau pujian dari guru. Tapi ada juga sebagian siswa yang mempunyai kualitas fisik dan gerakan yang memang bagus. Sehingga tidak memerlukan latihan khusus, mereka akan dapat melakukan setiap gerakan dan tahapan dengan baik. Hasil Dari kelompok Komando berdasarkan 27 % motivasi tinggi dan 27 % motivasi rendah.

Pengaruh secara simultan (Bersama) antara model kooperatif *Jigsaw* , Komando dan motivasi belajar terhadap hasil belajar lari 100 meter.

Hasil analisis Mean Pretest kelompok kooperatif *Jigsaw* sebesar 62,50 dan Posttest kelompok kooperatif *Jigsaw* sebesar 83,19 dan selisih Mean sebesar 20,888. Kemudian Nilai Mean Prertest model komando sebesar 54,69 dan posttest kelompok komando sebesar 81,06. Selisih antara Mean pretest dan posttest adalah sebesar 26,375. Perbedaan mean antara pretes dan Posttest kelompok model kooperatif *Jigsaw* dan model komando ini sangat besar. Ini menunjukkan bahwa ada suatu kemajuan dalam pembelajaran yang dilakukan dengan model kooperatif *Jigsaw* dan model komando. Sehingga Hasil akhir sangatlah bagus.

Adapun Tingkat korelasi atau hubungan antara Pretest dan Posttest kelompok kooperatif *Jigssaw* sebesar 0,173 dan tingkat sig sebesar 0,523. Kemudian tingkat Korelasi antara Pretest dan Posttest kelompok Komando 0,345 dan Sig sebesar 0,191. Dari data yang disajikan pada tabel diatas dapat kita lihat keterhubungan yang sangat signifikan antara hasil pretest dan posttest pada kedua model tersebut. Tingkat korelasi

atau keterhubungan antara model pembelajaran dan hasil Pretest dan Posttest baik kelompok kooperatif *Jigsaw* maupun kelompok Komando sangatlah signifikan. Ini menunjukkan bahwa Kedua model secara bersama-sama dapat meningkatkan hasil pembelajaran yang dapat kita lihat pada hasil Posttest pada kedua model. Pengaruh yang diberikan oleh kedua model sama-sama memberikan efek yang positif dalam meningkatkan hasil belajar para siswa. Kedua model memberikan hasil sangat baik apabila digunakan secara efektif dan efisien. Tentunya harus dengan persiapan dan perencanaan yang matang, sebelum melakukan pembelajaran di kelas. Pembelajaran yang dipersiapkan dengan baik dan terencana akan memberikan hasil yang memuaskan bagi guru dan bagi siswa. Pengaruh positif dan signifikan tersebut dapat kita lihat dalam data yang disajikan dalam tabel Paired samples Test model kooperatif *Jigsaw* dan komando.

Pada Kelompok kooperatif *Jigsaw* dapat dilihat bahwa nilai Sig 2 tailed $0,000 < 0,05$ pada Nilai mean antara Pretest dan postes adalah 20,688. Sedangkan pada Kelompok Komando bahwa nilai Sig 2 tailed $0,000 < 0,05$ pada . Nilai mean antara Pretest dan postes adalah 26,375. Dari tabel diatas dapat disimpulkan ada pengaruh secara simultan antara Model mengajar kooperatif *Jigsaw* gaya Komando terhadap hasil belajar lari 100 meter. Jadi H_0 diterima dan H_a ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh secara simultan antara model belajar kooperatif *Jigsaw*, model komando terhadap hasil belajar lari 100 meter pada kelas 7 SMPN 1 Dusun Selatan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan yaitu Terdapat pengaruh yang signifikan antara model Pembelajaran kooperatif *Jigsaw* dengan peningkatan hasil belajar lari 100 meter. Dengan Nilai Sig $0,000 < 0,05$. Dengan mean Pretest 62,5000 dan mean Posttest 83,1875. Selisih mean adalah 20,6875. Model kooperatif *Jigsaw* sangat berpengaruh pada kemajuan belajar lari 100 meter pada kelas 7 A, dengan mendapat hasil posttest yang memuaskan, Terdapat pengaruh yang signifikan antara model komando dengan peningkatan hasil belajar lari 100 meter. Dengan nilai Nilai Sig $0,000 < 0,05$. Dengan mean Pretest 54,6875 dan mean Posttest 81,0625 , Selisih mean adalah 26,375. Maka ada perbedaan yang signifikan sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberi perlakuan. Hal ini menunjukkan bahwa model komando memberikan kontribusi yang positif pada peningkatan belajar lari 100 Meter pada kelas 7 B, Pada Kelompok kooperatif *Jigsaw* dapat dilihat dari hasil penghitungan menggunakan Regresi linear sederhana didapat hasil Hasil Sig $0,78 > 0,05$ (Nilai Signifikan lebih besar dari 0,05) Maka dapat disimpulkan bahwa Tidak ada pengaruh signifikan antara motivasi belajar terhadap hasil belajar lari 100 meter pada siswa kelas 7, Sedangkan nilai F adalah 3,57. Siswa yang mempunyai motivasi tinggi maupun siswa yang mempunyai motivasi rendah sama-sama mendapat hasil yang bagus pada Posttest. Sedangkan Pada Kelompok Komando diketahui bahwa nilai F Hitung = 5,417. Dengan tingkat Signifikansi sebesar $0,035 > 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh Motivasi belajar pada kelompok Komando terhadap peningkatan Hasil Belajar Lari 100 meter pada kelas 7 SMPN 1 Dusun Selatan, Secara bersama-sama atau Simultan Model pembelajaran kooperatif *Jigsaw*, Model komando Mempunyai pengaruh yang signifikan dimana nilai Sig 2 tailed $0,000 < 0,05$ bahwa Mean Pretest kelompok kooperatif *Jigsaw* sebesar 62,50 dan Posttest kelompok kooperatif *Jigsaw* sebesar 83,19 dan selisih Mean sebesar 20,888. Kemudian Nilai Mean Prertest model komando sebesar 54,69 dan posttest kelompok komando sebesar 81,06. Selisih antara Mean pretest dan posttest adalah sebesar 26,375. maka dapat disimpulkan

ada pengaruh secara simultan antara Model mengajar kooperatif *Jigsaw*, gaya Komando dan Motivasi belajar terhadap hasil belajar lari 100 meter.

DAFTAR PUSTAKA

- Aden simero, M. D. (2023). Model-model pembelajaran. Tulung,Klaten: Lakeisha.
- Ajhuri, K. F. (2021). Urgensi motivasi belajar. Bantul: Penebar Media Pustaka.
- Bambang Hariadi, T. W. (2016). Influence of Web Based Cooperative Learning Strategy and Achiever Motivation on Student Study Outcome. International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE) , 1.
- Cuellar-Moreno, M. (2016). Effects of the command and mixed styles on student learning in primary education . Journal of Physical Education and Sport ® (JPES), 1.
- Darmawan Harefa, M. S. (2022). Penggunaan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Terhadap Kemampuan Pemahaman Konsep Belajar Siswa. Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal, 1.
- Diki Heriawan, T. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran Jigsaw Terhadap Hasil Belajar Bahasa Indonesia Di Sekolah Dasar. Jurnal Basicedu, 3.
- Eva Vives, C. P. (2024). Learning With Jigsaw: A Systematic Review Gathering All the Pieces of the Puzzle More Than 40 Years Later. HAL oven science, 6.
- G.P.W Prakoso, S. (2017). Pengaruh metode latihan dan daya tahan otot tungkai terhadap hasil peningkatan kapasitas VO2Max pemain bola basket. Jurnal keolahragaan, 116.
- Hery Rahmad, M. j. (2018). Hubungan Gaya Mengajar Guru Dengan Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Bahasa Inggris. Jurnal Jurusan PGMI 2018, 99.
- Ilyas Supena, A. D. (2021). The Influence of 4C (Constructive, Critical, Creativity, Collaborative) Learning Model on Students' Learning Outcomes. International Journal of Instruction , 2.
- Kemdikbud. (2017). Berlari berprestasi. Jakarta: Kemdikbud.
- Mohammad Da'i, M. (2023). Pembelajaran Atletik. Bojonegoro: IKIP BJN PRESS.
- Muhammad Alfi, F. M. (2024). Strategi Pembelajaran dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. Jurnal Nakula : Pusat Ilmu Pendidikan, Bahasa dan Ilmu Sosial, 4.
- Muhammad Restu Adji, M. A. (2023). Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa . Griya Journal of Mathematics Education and Application , 1.
- Muhammad Restu Adji, M. A. (2023). Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa, 7.
- Pamuji, R. (2013). Pengaruh Gaya Mengajar Komando Dan Gaya Mengajar Resiprokal Terhadap Hasil Belajar Chest Pass Dalam Permainan Bola Basket. Pedagogik , 1.
- Rusydi ananda, M. F. (2020). Variabel belajar. Medan: CV.Pusdikra Mitra Jaya.
- Samsudin. (2019). Model pembelajaran Atletik. Jakarta: Fakultas ilmu keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta.
- Simeru, A. (2023). Model-model pembelajaran. Klaten: Lakeisha.
- Sugiyono. (2021). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D. Bandung: Alfabeta Bandung.

- Veni Elisyah, J. T. (2020). Effectiveness of The Use of Basic Athletic Motion Learning Model Based on Traditional Games to Improve Skills at Run 40 Meters. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 2.
- Warsito, s. a. (2017). *Modul belajar mandiri Model pembelajaran aktif*. Malang: Dreamline.
- Watt2, T. j. (2011). Finnish Physical Education Teachers' Self Reported Use and Perceptions of Mosston and Ashorth's Teaching Styles. *Journal of Teaching in Physical Education*, 8.
- Wulandari Wulandari, G. J. (2022). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw. *Jurnal Porks*, 1.
- Zhao, L. (2015). The Influence of Learners' Motivation and Attitudes on Second Language Teaching . *Theory and Practice in Language Studies*, 1.
- Zikrur Rahmad, M. (2015). *Atletik dasar dan lanjutan*. Banda Aceh: STKIP Bina Bangsa Getsempena.