

**PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF
TIPE *NUMBERED HEADS TOGETHER* TERHADAP
HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH DITINJAU
DARI MOTIVASI BELAJAR**

TESIS



**Oleh
MEYNARD PURNOTO ARRUAN
NIM 2429121013**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAAHRAGA
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
2026**



TESIS

DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI GELAR MAGISTER PENDIDIKAN

Menyetujui

Pembimbing I	Prof. Dr. Made Agus Dharmadi, S.Pd., M.Pd. NIP. 197608272006041001
Pembimbing II	Dr. Suratmin, S.Pd., M.Or. NIP. 197105202001121002



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.



Tesis oleh Meynard Purnoto Arruan telah dipertahankan di depan tim penguji dan dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan di Prodi Pendidikan Olahraga (S2), Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha
Pada tanggal 23 Juli 2026

Dewan Penguji

Ketua	Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P. NIP. 198003112008121002
Anggota	Prof. Dr. Made Agus Dharmadi, S.Pd., M.Pd. NIP. 197608272006041001
Anggota	Dr. Suratmin, S.Pd., M.Or. NIP. 197105202001121002
Anggota	Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or. NIP. 196805172001121001
Anggota	Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P. NIP. 198410252008121002

Mengetahui Direktur Pascasarjana

Universitas Pendidikan Ganesha,



Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd.

NIP.195910101986031003



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSR-E - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSR-E
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.



LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya susun sebagai syarat mengikuti seminar tesis sebelum ujian tesis untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan dari Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri. Bagian-bagian tertentu dalam penulisan tesis yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas dan sesuai dengan norma, kaidah, serta etika akademis.

Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku di wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia.

Singaraja, 23 Juli 2026
Yang memberi pernyataan,



(Meynard Purnoto Arruan)

PRAKARTA

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya tesis yang berjudul “Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Numbered Heads Together* terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Ditinjau dari Motivasi Belajar pada Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Amarasi Timur” dapat selesai dengan tepat waktu. Tesis ini disusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar magister pendidikan pada Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam menyelesaikan tesis ini, penulis banyak mendapat bantuan baik berupa moral maupun material dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini, penulis Mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd., Rektor Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
2. Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd., Direktur Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha.
3. Prof. Dr. Ida Bagus Putu Arnyana, M.Si. selaku Wakil Direktur Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan motivasi dalam penyelesaian tesis ini.
4. Prof. Dr. Ketut Suma, M.S. selaku Wakil Direktur II Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha yang sudah telah membantu memfasilitasi dalam pembuatan tesis ini.
5. Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P., selaku Koorprodi Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha

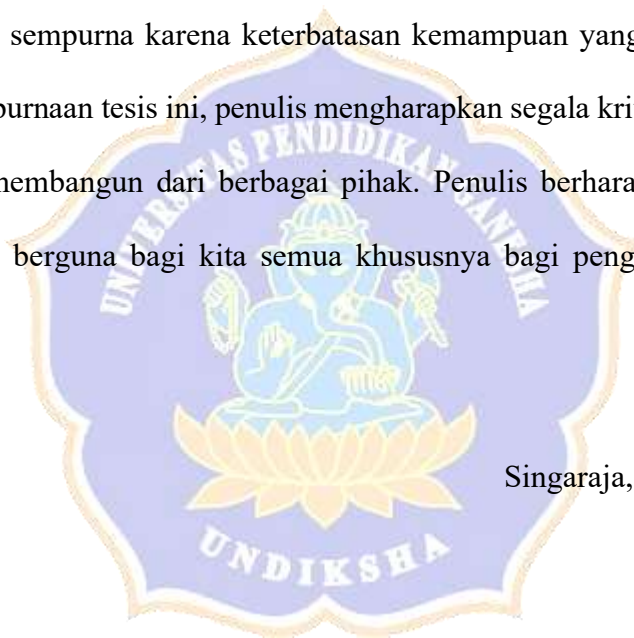
dan sekaligus Ketua Dewan Penguji yang telah banyak memberi masukan-masukan yang bermanfaat untuk penyempurnaan tesis ini.

6. Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P., selaku Sekprodi Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha dan sekaligus sebagai Penguji yang telah banyak membantu memberi masukan-masukan yang bermanfaat untuk penyempurnaan tesis ini.
7. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or., selaku Penguji yang telah banyak membantu memberikan masukan-masukan yang bermanfaat untuk penyempurnaan tesis ini.
8. Prof. Dr. Made Agus Dharmadi, S.Pd., M.Pd., selaku Pembimbing Utama dan sekaligus Penguji yang telah memberikan bimbingan, petunjuk, motivasi, serta masukan-masukan yang bermanfaat dalam penyelesaian tesis.
9. Dr. Suratmin, S.Pd., M.Or., selaku Pembimbing Wakil dan sekaligus Penguji yang telah memberikan bimbingan, petunjuk, motivasi, serta masukan-masukan yang bermanfaat dalam penyelesaian tesis.
10. Seluruh Staf Dosen di lingkungan Prodi Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, yang selama ini banyak memberikan ilmu pengetahuan dan motivasi sebagai bekal mengarungi kehidupan di dalam masyarakat.
11. Sepy L. Manafe, S.Pd., MM., selaku Kepala SMA Negeri 1 Amarasi Timur yang telah memberikan motivasi dan ijin untuk melaksanakan penelitian sehingga tesis ini dapat diselesaikan.
12. Rekan-rekan mahasiswa di Lingkungan Prodi Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah membantu

memberikan bantuan dan dukungan dalam penyusunan tesis ini.

13. Keluarga Besar Arruan dan Potokatoe yang telah memberikan dorongan secara moral dan materi sehingga tesis ini dapat diselesaikan.
14. Djeni Idasari Potokatoe, selaku istri yang selalu memberi dukungan dan motivasi sehingga tesis ini dapat diselesaikan.
15. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membant penyusunan tesis.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa apa yang terjadi dalam tesis ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan kemampuan yang dimiliki. Untuk itu demi kesempurnaan tesis ini, penulis mengharapkan segala kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak. Penulis berharap tesis ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.



Singaraja, 23 Juli 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	ii
PRAKARTA	iv
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	11
1.3 Pembatasan Masalah	12
1.4 Rumusan Masalah	13
1.5 Tujuan Penelitian	14
1.6 Manfaat Penelitian	14
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	16
2.1 Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)	16
2.2 Atletik (Lompat Jauh)	19
2.3 Hasil Belajar	24
2.4 Model Pembelajaran	26
2.5 Motivasi Belajar	36
2.6 Kajian Hasil Penelitian Yang Relefan	41
2.7 Kerangka Berpikir	43
2.8 Hipotesis Penelitian	46
BAB III METODE PENELITIAN	48
3.1 Jenis Penelitian	48
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	49
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	50
3.4 Variabel Penelitian	52
3.5 Definisi Operasional Variabel Penelitian	53
3.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	54
3.7 Pengujian Instrumen	60
3.8 Teknik Analisis Data	72
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	78
4.1 Hasil Penelitian	78
4.2 Pembahasan	90
4.3 Implikasi Penelitian	116
4.4 Keterbatasan Penelitian	119
BAB V PENUTUP	121
5.1 Rangkuman	121
5.2 Simpulan	123
5.2 Saran	123
DAFTAR PUSTAKA	125
LAMPIRAN	132

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 2.1 Sintak Model Pembelajaran Kooperatif Tipe NHT	31
Tabel 2.2 Sintak Model Direct Instruction.....	35
Tabel 3.1 Rancangan Analisis Treatment by Level 2 x 2	49
Tabel 3.2 Populasi Penelitian	50
Tabel 3.3 Sampel Penelitian.....	51
Tabel 3.4 Penentuan Sampel Penelitian Berdasarkan Motivasi Belajar	52
Tabel 3.5 Komposisi Anggota Sampel Penelitian Berdasarkan Metode Pembelajaran dan Motivasi belajar	52
Tabel 3.6 Kisi-kisi Kuesioner Motivasi Belajar.....	55
Tabel 3.7 Deskriptor Penilaian Hasil Belajar Lompat jauh pada Aspek Kognif	56
Tabel 3.8 Deskriptor Penilaian Hasil belajar Lompat jauh pada Aspek Psikomotor	58
Tabel 3.9 Deskriptor Penilaian Hasil belajar Lompat jauh pada Aspek Afektif	59
Tabel 3.10 Tabulasi Silang Gregory untuk Motivasi Belajar.....	61
Tabel 3.11 Hasil Penilaian Judges untuk Kuesioner Motivasi Belajar	61
Tabel 3.12 Hasil Tabulasi Silang untuk Kuesioner Motivasi Belajar	62
Tabel 3.13 Hasil Validitas Butir Kuesioner Motivasi Belajar	64
Tabel 3.14 Tabulasi Silang Gregory untuk Tes Hasil Belajar Lompat Jauh.....	66
Tabel 3.15 Hasil Penilaian Judges untuk Tes Hasil Belajar Lompat Jauh.....	66
Tabel 3.16 Hasil Tabulasi Silang untuk Tes Hasil Belajar Lompat Jauh.....	68
Tabel 3.17 Hasil Validitas Butir Tes Hasil belajar Lompat Jauh.....	69
Tabel 3.18 Kriteria Mean Ideal (Mi) dan Standar Deviasi Ideal (SDi).....	72
Tabel 4.1 Deskripsi Data Gain Score Ternormalisasi Hasil Belajar Lompat Jauh	78
Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas Sebaran Data	84
Tabel 4.3 Hasil Uji Homogenitas Varians	85
Tabel 4.4 Hasil ANOVA Dua Jalur	86
Tabel 4.5 Hasil Analisis Independent-Samples t Test pada Peserta Didik yang Memiliki Motivasi belajar Tinggi	89
Tabel 4.6 Hasil Analisis Independent-Samples t Test pada Peserta Didik yang Memiliki Motivasi belajar Rendah.....	90

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Gerakan Sikap Badan Saat Melakukan Awalan Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	21
Gambar 2.2 Rangkaian Gerakan Sikap Badan Saat Melakukan Tumpuan/Tolakan Lompat Jauh Gaya Jongkok	22
Gambar 2.3 Rangkaian Gerakan Sikap Badan di Udara (Gaya) Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	23
Gambar 2.4 Rangkaian Gerakan Sikap Badan Saat Mendarat Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	23
Gambar 2.5 Kerangka Berpikir Hubungan Variabel Penelitian	43
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	48
Gambar 3.2 Hubungan Variabel Penelitian	53
Gambar 4.1 Histogram Kelompok Perlakuan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe NHT	79
Gambar 4.2 Histogram Kelompok Perlakuan Model Pembelajaran Langsung (<i>Direct Instruction</i>)	80
Gambar 4.3 Histogram Kelompok Motivasi Belajar Tinggi.....	80
Gambar 4.4 Histogram Kelompok Motivasi Belajar Rendah	81
Gambar 4.5 Histogram Kelompok Perlakuan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe NHT dengan Motivasi Belajar Tinggi.....	81
Gambar 4.6 Histogram Kelompok Perlakuan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe NHT dengan Motivasi Belajar Rendah	82
Gambar 4.7 Histogram Kelompok Perlakuan Model Pembelajaran Langsung (<i>Direct Instruction</i>) dengan Motivasi Belajar Tinggi	83
Gambar 4.8 Histogram Kelompok Perlakuan Model Pembelajaran Langsung (<i>Direct Instruction</i>) dengan Motivasi Belajar Rendah.....	83
Gambar 4.9 Interaksi Metode Pembelajaran dan Motivasi Belajar dalam Pencapaian Hasil Belajar Lompat Jauh.....	87

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 Permohonan Uji Validasi Instrumen Penelitian.....	132
Lampiran 2 Surat Ijin Uji Coba Instrumen Penelitian	133
Lampiran 3 Surat Permohonan Ijin Penelitian	134
Lampiran 4 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	136
Lampiran 5 Perhitungan Validitas Isi Instrumen Kuesioner Motivasi Belajar ...	137
Lampiran 6 Perhitungan Validitas Isi Instrumen Tes Hasil Belajar	139
Lampiran 7 Hasil Uji Coba Instrumen Kuesioner Motivasi Belajar.....	141
Lampiran 8 Hasil Uji Coba Instrumen Tes Hasil Belajar	144
Lampiran 9 Rekapitulasi Hasil Uji Coba Kuesioner Motivasi Belajar	145
Lampiran 10 Rekapitulasi Hasil Uji Coba Tes Hasil Belajar	146
Lampiran 11 Daftar Nama Peserta Didik Sampel Penelitian.....	148
Lampiran 12 Data Motivasi Belajar	150
Lampiran 13 Penentuan Kelompok Motivasi Belajar Tinggi dan Motivasi Belajar Rendah.....	152
Lampiran 14 Data Penelitian.....	155
Lampiran 15 Hasil Analisis Deskriptif	156
Lampiran 16 Hasil Uji Normalitas.....	159
Lampiran 17 Hasil Uji Homogenitas Varians.....	160
Lampiran 18 Hasil ANOVA 2 Jalur (H_1 dan H_2).....	161
Lampiran 19 Hasil Uji t (H_3 dan H_4).....	162
Lampiran 20 Modul Ajar	164
Lampiran 21 Dokumentasi Penelitian	175

