

- ✦ **PENGARUH FAKTOR PSIKOLOGIS SISWA TERHADAP HASIL BELAJAR MATA PELAJARAN EKONOMI KELAS XIS₁ SMA KRISTEN YPKPM AMBON**

Oleh Aminah Rehalat

- ✦ **PENGARUH METODE LEMPAR LEMBING TERHADAP KECAKAPAN HIDUP MAHASISWA PENJASKESREK FKIP UNPATTI**

Siti Divinubun

- ✦ **PANDANGAN JEAN PIAGET DAN JEROME BRUNER TENTANG PENDIDIKAN (Kajian Pustaka) Views Jean Piaget and Jerome Bruner about Education**

Oleh Victry Erlitha Picauly

- ✦ **DIMENSI SPASIAL KARAKTERISTIK SEBARAN DAN DEVIASI POLA PEGUNUNGAN LAHAN TERHADAP EKOSISTEM PESISIR DI KOTA AMBON**

Making, J.K*
Lasaiba, M.A**

- ✦ **PEMBERIAN STIMULASI DALAM MERANGSANG KECERDASAN JAMAK ANAK USIA DINI PADA PAUD MAWAR UNPATTI AMBON**

Oleh Hermelina Abarua

- ✦ **KEMAMPUAN MENULIS KREATIF PUISI SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 3 SALAHUTU**

Oleh Dzul Kifli Rettob

- ✦ **TANJONG MARTHAFONS ANTARA MITOS DAN SEJARAH SEBAGAI MEDIA PENDIDIKAN KARAKTER**

Oleh Efilina Kissiya

- ✦ **LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK MENGEMBANGKAN TINGKAT RESILIENSI MAHASISWA PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING FKIP UNIVERSITAS PATTIMURA**

Oleh Rusnawati Ellis



literasi



29/06/2010

PENGARUH METODE LEMPAR LEMBING TERHADAP KECAKAPAN HIDUP MAHASISWA PENJASKESREK FKIP UNPATTI

Oleh Siti Divinubun

Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pattimura

Abstrak: Tujuan penelitian ini membandingkan keterampilan lempar lembing mahasiswa yang mempunyai konsep kecakapan hidup (*life skill*) yang tinggi dan yang mempunyai konsep *life skill* yang rendah, dengan menggunakan metode pembelajaran kecakapan hidup (*life skills*) yang berorientasi pada mahasiswa dan dosen. Desain penelitian digunakan faktorial 2×2 , menggunakan metode eksperimen lapangan, yang dikontrol dengan validitas internal dan eksternal. Populasi yakni mahasiswa Penjaskesrek FKIP Unpatti semester III tahun akademik 2009/ 2010. Sampel yakni kelas A dan B berjumlah 27% dari 80 populasi (mahasiswa). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang tingkat kecakapan hidup tinggi diajar dengan metode orientasi mahasiswa memperoleh hasil keterampilan lempar lembing lebih tinggi dari pada yang diajar dengan metode orientasi dosen. Kemudian Mahasiswa tingkat kecakapan hidup rendah yang diajar dengan metode orientasi mahasiswa memperoleh hasil keterampilan lempar lembing lebih tinggi daripada yang diajar dengan metode orientasi dosen.

Kata-Kata Kunci: Metode Lempar Lembing, Kecakapan Hidup, Mahasiswa Penjaskesrek FKIP Unpatti.

PENDAHULUAN

Program pembelajaran dalam era globalisasi ini hendaknya memberikan kesadaran kepada masyarakat akan *learning know or learning to learning*, oleh karena itu bahan belajar hendaknya mampu menjadikan peserta didiknya *learning to do*, dan motivasi untuk hidup *learning to be*, serta *learning to live together*. Tantangan pendidikan nasional yang dihadapi oleh bangsa Indonesia dari waktu ke waktu meliputi empat hal, yaitu peningkatan: (1) pemerataan kesempatan, (2) kualitas, dan (4) relevansi, pengenalan pendidikan kecakapan hidup (*life skill education*) pada semua jenis dan jenjang pendidikan pada dasarnya didorong oleh anggapan bahwa relevansi antara pendidikan dengan kehidupan nyata kurang erat (Slamet, 2002: 542).

Sementara pendidikan saat ini masih dihadapkan kepada berbagai permasalahan yang antara lain adalah peningkatan kualitas, banyak sarjana yang menjadi pengangguran, ini dibuktikan dengan badan pusat statistik (BPS) mencatat jumlah orang tak bekerja mencapai 9,26 juta pada Februari 2009, dan angka pengangguran akan bertambah sekitar 650 ribu orang. Akibatnya pada tahun ini menembus 10 juta lebih, imbas terbesar akan langsung dirasakan pada

angkatan kerja berpendidikan rendah (Tempo, 2009: 112).

Pembangunan dibidang olahraga yang merupakan bagian dari upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia Indonesia yang diarahkan pada peningkatan kesehatan jasmani, mental dan rohani, serta ditujukan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat mengangkat nama baik bangsa dan negara. Menurut Hidayanto baik pusat dan daerah perlu mempersiapkan sumber daya manusia yang mampu mengeksplorasi dan memanfaatkan potensi alam daerah masing-masing (Tempo, 2009: 112) untuk peningkatan kesejahteraan masyarakat.

Universitas Pattimura Ambon merupakan satu-satunya universitas negeri di Maluku sudah seharusnya melihat konsep kecakapan hidup/ *life skills* menjadi bagian yang sangat penting, sebab kondisi maluku saat ini sudah tidak lagi menunggu bola akan tetapi menjemput bola (pasca konflik maluku) sebab konsep kecakapan hidup ini belum dilihat oleh semua sumber daya, saat ini masih dalam proses, (masih banyak sarjana yang menganggur dari tahun ke tahun) hal ini kalau tidak diberlakukan maka orang di Maluku akan mengalami kemunduran yang sangat kentara terutama di dunia pendidikan karena tidak dilirik pasar lokal, nasional maupun internasional.

Olahraga Lempar lembing adalah suatu kegiatan melempar dengan memegang pada bagian pegangan dan lemparan harus dilakukan lewat atas bahu atau bialan atas lengan pelempar (IAAF, 2013). Cabang olahraga atletik lempar lembing dapat dijadikan sebagai sarana

untuk latihan fisik di berbagai lapisan masyarakat. Hal ini karena olahraga lempar lembing dapat dimodifikasi menjadi olahraga rekreasi, sehingga dapat dilakukan oleh seseorang yang belum terlatih sekalipun. Demikian yang paling penting adalah tercapainya kegembiraan, kepuasan, persaudaraan bagi pelakunya setelah melaksanakan aktivitas permainan tersebut.

Keterampilan hidup yang nantinya akan memungkinkan seorang individu untuk sukses dalam lingkungan kehidupannya, seperti lingkungan keluarga, sekolah, tempat kerja, tetangga, dan masyarakat sekitar sebab keterampilan hidup dapat bersifat perilaku (misalnya komunikasi efektif dengan sebaya dan orang dewasa) dan juga bersifat *kognitif* (misalnya membuat keputusan yang efektif) dan penjas tidak hanya menekankan pada penguasaan aspek keterampilan motorik atau keterampilan berolahraga saja, tapi lebih dari itu, melalui aktivitas fisik, permainan, atau olahraga yang dilaksanakan secara teratur dan dalam suasana kependidikan dapat mengembangkan seluruh kepribadian anak yang meliputi aspek mental, emasional, intelektual, moral, dan estetika (Sundawa, 2007:11).

Atas dasar itulah sangat perlu dilakukan penelitian yang untuk membandingkan metode pembelajaran dan konsep kecakapan hidup (*life skills*) terhadap keterampilan lempar lembing baik mahasiswa yang memunyai pemahaman konsep kecakapan hidup (*life skill*) yang tinggi maupun yang memunyai pemahaman konsep rendah.

KAJIAN TEORI

Keterampilan lempar lembing adalah kemampuan individu dalam

menggunakan seluruh aktifitas gerakan motoriknya yang tinggi dengan beberapa teknik yang tepat dalam mencapai tujuan yaitu lemparan tepat pada sasaran yang diinginkan.

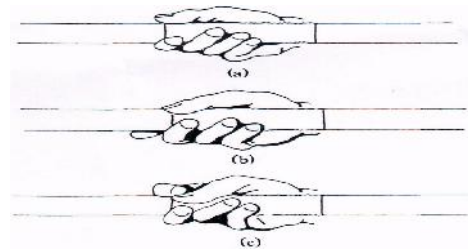
Hakikat Lempar Lembing melempar merupakan teknik dasar yang paling penting dalam olah raga lempar lembing, sebab lemparan yang baik akan menghasilkan jarak yang diinginkan atau hasil lemparan yang sempurna, begitupun kalau lemparannya tidak baik akan menghasilkan proses teknik dasar yang kurang baik itu sebabkan banyak faktor yang antara lain kurang dimengertinya teknik dasar yang dipelajari, atau tidak konsentrasinya melakukan gerakan sehingga melahirkan gerakan yang tidak sempurna.

Mempelajari teknik lempar lembing sebagai pelempar harus benar-benar memusatkan konsentrasi pada lembing dan gerakan atau gaya yang akan dilakukan, sebab suatu aktifitas lari yang beragam dilakukan dengan lembing menolong menciptakan irama lari yang benar, bersama dengan kesadaran lembing pada umumnya (Carl, 2000: 45).

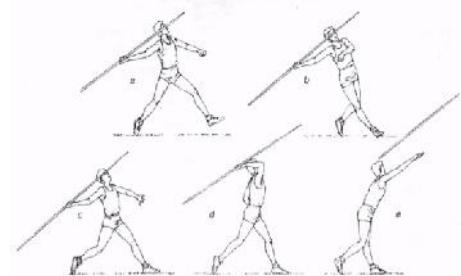
Keterampilan Lempar Lembing

Lempar Lembing "afeling Throw" pada zaman Yunani kuno termasuk kegiatan *penthation*. *Penthation* sebagai kegiatan bagi atlet serba bisa yang meliputi lempar cakram, lompat jauh, lempar lembing, lari dan gulat. Menurut aturan zaman itu, lembing harus mendarat di dalam satu sektor lemparan yang ditentukan. Ukuran panjang lembing kira 1,84m terbuat dari kayu tua yang ujungnya tumpul. Penilaian lemparan juga gaya yang diberikan. Keterampilan individu untuk menampilkan gerakan lari menyilang dan melempar dengan salah satu

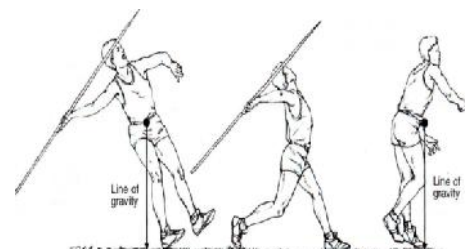
tangan membawa benda/ lembing (Carl, 2000: 3). Adapun keterampilan lempar lembing yaitu: pegangan, lari, transisi, tahap akhir dan lemparan. Para pemula sangat suka mengunakan hampir setiap macam lembing yang diberikan namun sejak kemampuannya yang meningkat, para pelempar mulai membutuhkan lembing yang melingkupi kejagoanya dan keberaniannya yang membaik. Seorang pelempar proporsional membutuhkan lembing yang melayang secara optimal pada jarak yang diharapkan.



Gambar 1. Pegangan lembing *The Mecanic Of Sports Techniques* (Carl, 2000: 489)



Gambar 2. Lempar Lembing



Gambar 3, Trought

Pendidikan Kecakapan Hidup (life skills education)

Gagasan tentang pengertian kecakapan hidup bukanlah sesuatu

yang baru, meskipun konsep pendidikan berorientasi kehidupan yang baru digulirkan di Indonesia beberapa tahun terakhir ini. Menurut Santoso S Hamijoyo (Santosa, 2008: 2—3). Gagasan konsep kecakapan hidup telah dimulai oleh UNESCO pada tahun 1949 melalui *functional literacy*. Gagasan pokok konsep tersebut adalah tidak semata-mata hanya memiliki kemampuan tertentu (*vocational job*), namun juga memiliki kemampuan dasar pendukung secara fungsional seperti: membaca, menulis, dan berhitung, merumuskan dan memecahkan masalah, mengelola sumber daya, bekerja dalam kelompok, dan menggunakan teknologi (Ma'mur, 2009: 67), lebih lanjut dikatakan kecakapan hidup (*life skills*) memiliki makna lebih luas dari antara lain: Kecakapan hidup mencakup lima jenis, yaitu: (1) kecakapan mengenal diri, (2) kecakapan berpikir, (3) kecakapan sosial, (4) kecakapan akademik, dan (5) kecakapan kejuruan.

Sementara itu Brolin mengartikan lebih sederhana yaitu bahwa kecakapan hidup merupakan interaksi dari berbagai pengetahuan dan kecakapan sehingga seseorang mampu hidup mandiri. Pendapat lain mengatakan bahwa kecakapan hidup adalah kecakapan sehari-hari yang diperlukan oleh seseorang agar sukses dalam menjalankan kehidupan. Menurut *Naval Air Station Atlanta* (<http://www.lifeskills-stl.org/page2.html>) bahwa tujuan pendidikan kecakapan hidup adalah: *to promote family strength and growth through education; to teach concepts and principles relevant to family living, to explore personal attitudes and values, and help members understand and accept the attitudes and values of others; to develop interpersonal skills which*

contribute to family well-being; to reduce marriage and family conflict and thereby enhance service member productivity; and to encourage on-base delivery of family education program and referral as appropriate to community programs "i appropriate to community programs" (Atlanta, 2000).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kecakapan hidup dapat diartikan sebagai: seperangkat kemampuan unjuk kerja yang dikuasai oleh seseorang, yang didukung oleh seperangkat ciri kepribadian yang positif sehingga membantunya berhasil dalam hidup. Sehingga menuju tujuan pendidikan kecakapan hidup yang antara lain: (1) mengaktualisasikan potensi peserta didik sehingga dapat digunakan untuk mengemukakan bahwa tujuan pendidikan kecakapan hidup adalah untuk memecahkan problema yang dihadapi, (2) memberikan kesempatan kepada sekolah untuk mengembangkan pembelajaran yang fleksibel, sesuai dengan prinsip pendidikan berbasis luas, dan (3) mengoptimalkan pemanfaatan sumber daya lingkungan sekolah, dengan member peluang pemanfaatan sumber daya yang ada di masyarakat, sesuai dengan prinsip manajemen berbasis sekolah.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode eksperimen lapangan (Winarno, 1989: 149). Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah faktorial 2 x 2. Metode eksperimen lapangan, desainnya tergantung pada beberapa banyak variabel yang akan diteliti serta jumlah sel (Ray and Ravizza, 1988: 159-160).

Validitas Internal

Teknik pengontrolan terhadap validitas internal yakni dengan cara mengendalikan variabel-variabel yang dapat mempengaruhi hasil perlakuan sebagai berikut: (a) Pengaruh Sejarah; (b) pengaruh Kematangan; (c) pengaruh kehilangan peserta eksperimen; (d) pengaruh instrumen pengukuran; (e) kontaminasi antar kelompok eksperimen.

Validitas Eksternal

Dua macam validitas eksternal, yakni: (1) validitas Populasi yakni: (a) menetapkan subyek sesuai dengan karakteristik populasi seperti pengambilan sampel yang hanya khusus pada siswa putera, dan (b) teknik pengambilan sampel dengan cara tes konsep kecakapan hidup, bertujuan agar karakteristik sampel dapat mewakili populasi, (2) validitas ekologi dapat dikontrol dengan cara: (a) tidak memberi tahu mahasiswa bahwa mereka sedang jadi objek penelitian, (b) tidak mengubah suasana mahasiswa yang terdahulu, serta memberi perlakuan yang sama terhadap masing-masing siswa, (c) dosen atau pelatih yang menjalankan perlakuan adalah dosen yang spesialisasinya pada cabang atletik, dan dibantu oleh asisten pelatih sebanyak dua orang yang sebelumnya telah ditatar mengenai keseragaman pemberian teknik dasar lempar lembing dalam cabang olahraga atletik, serta keseragaman dalam memperbaiki kesalahan-kesalahan mahasiswa yang mungkin terjadi selama perlakuan. Dalam desain pembelajaran yang telah dirancang oleh penulis, masing-masing yang menggunakan metode pembelajaran orientasi mahasiswa dan yang menggunakan metode pembelajaran orientasi dosen

sebanyak 9 kali tatap muka dengan waktu 100 menit pertatap muka. Berdasarkan desain maka terdapat empat kelompok mahasiswa yang diperlakukan berbeda.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian seluruh mahasiswa program studi Pendidikan Jasmanai dan Rekreasi semester III tahun akademik 2009/ 2010 sebanyak 127, dan yang menjadi sampel adalah kelas A dan kelas B.

Dari 80 orang diukur tingkat kecakapan hidup didasarkan pada pendapat Masrum dalam Sugiyono atas perhitungan sebagai berikut: (a) kategori kelompok kecakapan hidup tinggi adalah mahasiswa yang termasuk dalam 27% skor tertinggi, dan (b) kategori kelompok kecakapan hidup rendah adalah mahasiswa yang termasuk kedalam 27% skor terendah (Sugiono, 2008: 180).

Teknik tersebut merupakan teknik pengambilan sampel dengan membagi populasi menjadi dua kelompok yaitu sebagai kelompok yang menggunakan metode pembelajaran orientasi mahasiswa kelompok I dan kelompok yang menggunakan metode pembelajaran orientasi dosen kelompok II di tes tingkat kecakapan hidup. Dari hasil tes tersebut masing-masing kelompok diurut peringkatnya kemudian diambil 27% dari atas sebagai kelompok yang memiliki kecakapan hidup tinggi dan 27% dari bawah yang memiliki kecakapan hidup rendah.

Berdasarkan persentasi di atas ditentukan 10 sampel untuk mahasiswa yang memiliki kecakapan hidup tinggi, dengan cara yang sama, menentukan 10 orang sampel yang memiliki kecakapan hidup rendah. Dengan demikian diperoleh empat kelompok

yang masing-masing terdiri dari: kelompok mahasiswa yang memiliki kecakapan hidup tinggi di kelas eksperimen dan mahasiswa yang memiliki kecakapan hidup rendah di kelas eksperimen.

Variabel Penelitian

Variabel variabel bebas dalam penelitian ini terdiri dari (1) metode pembelajaran yang terdiri dari metode pembelajaran orientasi mahasiswa dan metode pembelajaran dosen, dan (2) kecakapan hidup yang terdiri dari kecakapan hidup tinggi dan kecakapan hidup rendah. Sedangkan variabel terikat adalah hasil keterampilan lempar lembing pada mahasiswa semester III program studi pendidikan jasmani dan rekreasi FKIP Unuiversitas Pattimura Ambon, tahun akademik 2009/ 2010.

Instrumen Penelitian

Sebelum melaksanakan penelitian perlu diadakan persiapan yang matang, agar penelitian bisa berjalan lancar dan mencapai hasil yang maksimal sesuai dengan apa yang diharapkan. Menetapkan unsur-unsur yang terkait dan menguji instrument yang harus dipenuhi, agar layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian tersebut. Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah keterampilan lempar lembing pada cabang Atletik, sebagai variabel terikat, gaya mengajar sebagai variabel bebas, dan konsep diri sebagai variabel atribut.

Dari 80 orang diukur tingkat kecakapan hidup didasarkan pada pendapat Masrum (Sugiyono, 2008: 180), perhitungan sebagai berikut: (a) kategori kelompok kecakapan hidup tinggi adalah mahasiswa yang termasuk dalam 27% skor tertinggi, (b)

kategori kelompok kecakapan hidup rendah adalah mahasiswa yang termasuk kedalam 27% skor terendah. Teknik pengambilan sampel dengan membagi populasi menjadi dua kelompok yaitu sebagai kelompok yang menggunakan metode pembelajaran orientasi mahasiswa kelompok I dan kelompok yang menggunakan metode pembelajaran orientasi dosen kelompok II di tes tingkat kecakapan hidup. Dari hasil tes tersebut masing-masing kelompok diurut peringkatnya kemudian diambil 27% dari atas sebagai kelompok yang memiliki kecakapan hidup tinggi dan 27% dari bawah yang memiliki kecakapan hidup rendah.

Berdasarkan presentasi di atas ditentukan 10 sampel untuk mahasiswa yang memiliki kecakapan hidup tinggi, dengan cara yang sama, menentukan 10 orang subjek sampel yang memiliki kecakapan hidup rendah. Dengan demikian diperoleh empat kelompok yang masing-masing terdiri dari: (1) kelompok mahasiswa yang memiliki kecakapan hidup tinggi di kelas eksperimen, dan (2) mahasiswa yang memiliki kecakapan hidup rendah di kelas eksperimen. Selanjutnya dua kelompok mahasiswa yang memiliki kecakapan hidup tinggi di kelas kontrol dan kecakapan hidup rendah di kelas kontrol masing-masing kelompok terdiri dari 10 orang.

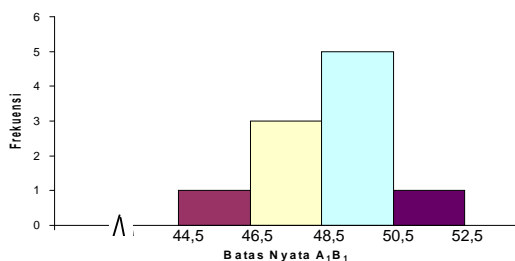
PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang di kumpulkan dari responden sebanyak 20 mahasiswa, diketahui hasil tes keterampilan lempar lembing dengan tingkat kecakapan hidup tinggi dan rendah di kelompok eksperimen dengan penerapan metode orientasi mahasiswa, dari penelitian tersebut di dapatkan skor tertinggi 51, skor terendah 43, skor rata-rata 47,65, nilai median 48, nilai modus 49, varians 5,3974, simpangan baku 2,32.

Tabel 1, Distribusi Frekuensi Hasil Tes keterampilan lempar lembing dengan Metode Orientasi Mahasiswa.

No	Kelas Interval	Tepi Bawah	Tepi Atas	F. Absolut	F. Relatif
1	35 - 38	34,5	38,5	2	10,00%
2	39 - 42	38,5	42,5	7	35,00%
3	43 - 46	42,5	46,5	5	25,00%
4	47 - 50	46,5	50,5	4	20,00%
5	51 - 54	50,5	54,5	2	10,00%
				20	100%

Distribusi frekuensi hasil tes kemandirian mahasiswa dengan metode orientasi mahasiswa pada tabel 1 dapat disajikan dalam bentuk grafik histogram berikut:



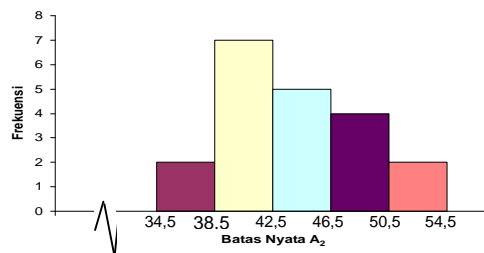
Gambar 4. Grafik Histogram Distribusi Frekuensi Hasil Tes keterampilan lempar lembing dengan Metode Orientasi Mahasiswa

Berdasarkan data 20 responden, diketahui hasil tes keterampilan lempar lembing dengan tingkat kecakapan hidup tinggi dan rendah menggunakan metode orientasi dosen dikelompokkan dengan skor tertinggi 53, skor terendah 35, skor rata-rata 44, nilai median 44, nilai modus 42, varians 20,4211, simpangan baku 4,52.

Tabel 2, Distribusi Frekuensi Hasil Tes keterampilan lempar lembing dengan Metode Orientasi Dosen

No	Kelas Interval	Tepi Bawah	Tepi Atas	F.	F.
1	35 - 38	34,5	38,5	2	10,00%
2	39 - 42	38,5	42,5	7	35,00%
3	43 - 46	42,5	46,5	5	25,00%
4	47 - 50	46,5	50,5	4	20,00%
5	51 - 54	50,5	54,5	2	10,00%
				20	100%

Distribusi frekuensi hasil tes kemandirian mahasiswa dengan metode orientasi dosen pada ram berikut:



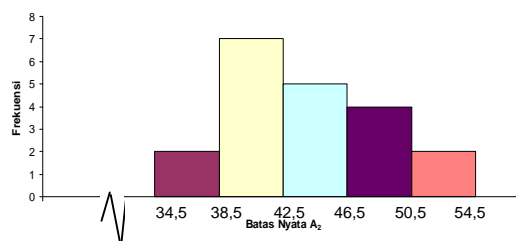
Gambar 5. Grafik Histogram Distribusi Frekuensi Hasil Tes lempar lembing dengan Metode Orientasi dosen

Berdasarkan pada data yang dikumpulkan dari responden sebanyak 10 orang mahasiswa, diketahui data hasil tes keterampilan lempar lembing dengan tingkat kecakapan hidup tinggi di kelompok eksperimen dengan penerapan metode orientasi mahasiswa dari hasil penelitian tersebut di dapatkan skor tertinggi 51, skor terendah 45, skor rata-rata 48,60, nilai median 49, nilai modus 49, varians 2,9333, simpangan baku 1,71.

Tabel 3, Distribusi Frekuensi Hasil Tes keterampilan lempar lembing dengan Tingkat Kecakapan Hidup Tinggi dengan Penerapan Metode Orientasi Mahasiswa

No	Kelas Interval	Tepi Bawah	Tepi Atas	F. Absolut	F. Relatif
1	45 - 46	44,5	46,5	1	10,00%
2	47 - 48	46,5	48,5	3	30,00%
3	49 - 50	48,5	50,5	5	50,00%
4	51 - 52	50,5	52,5	1	10,00%
				10	100%

Distribusi frekuensi hasil tes keterampilan lempar lembing dengan tingkat kecakapan hidup tinggi dengan menggunakan metode orientasi mahasiswa pada tabel 3 dapat di sajikan dalam bentuk grafik histogram berikut:



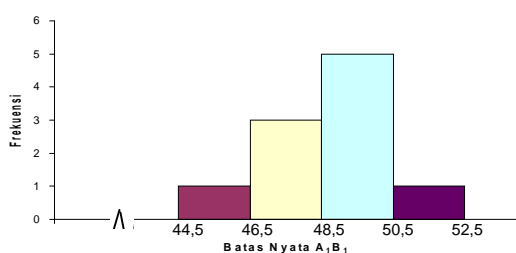
Gambar 6. Grafik Histogram Distribusi Frekuensi Hasil Tes keterampilan lempar lembing dengan Metode Orientasi Mahasiswa pada Tingkat Kecakapan Hidup Tinggi (A₁,B₁)

Berdasarkan pada data yang di kumpulkan dari 10 responden, diketahui data hasil tes keterampilan lempar lembing dengan tingkat kecakapan hidup tinggi di kelompok kontrol dengan penerapan metode orientasi dosen dari hasil penelitian tersebut didapatkan skor tertinggi 53, skor terendah 42, skor rata-rata 47, nilai median 48, nilai modus 42, varians 13,1111, simpangan baku 3,62.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Tes keterampilan lempar lembing dengan Tingkat Kecakapan Hidup Tinggi dengan Penerapan Metode Orientasi Dosen.

No	Kelas Interval	Tepi Bawah	Tepi Atas	F. Absolut	F. Relatif
1	42 - 44	41,5	44,5	3	30,00%
2	45 - 47	44,5	47,5	2	20,00%
3	48 - 50	47,5	50,5	3	30,00%
4	51 - 53	50,5	53,5	2	20,00%
				10	100%

Distribusi frekuensi hasil tes keterampilan lempar lembing dengan tingkat kecakapan hidup tinggi dengan menggunakan metode orientasi dosen pada tabel 4 dapat di sajikan dalam bentuk grafik histogram berikut:



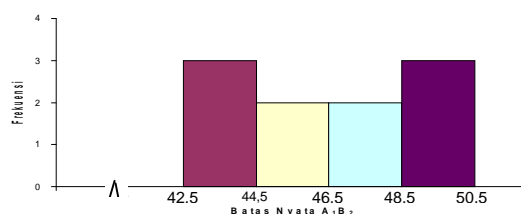
Gambar 7. Grafik Histogram Distribusi Frekuensi Hasil Tes dengan Metode Orientasi Dosen pada Tingkat Kecakapan Hidup Tinggi (A_2B_1)

Berdasarkan data dari 10 responden, diketahui hasil tes keterampilan lempar lembing dengan tingkat kecakapan hidup rendah di kelompok eksperimen penerapan metode orientasi mahasiswa didapatkan skor tertinggi 50, skor terendah 43, skor rata-rata 46,70, nilai median 47, nilai modus 44, varians 6,4556, simpangan baku 2,54.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Hasil Tes keterampilan lempar lembing dengan Tingkat Kecakapan Hidup Rendah dengan Penerapan Metode Orientasi Mahasiswa

No	Kelas Interval	Tepi Bawah	Tepi Atas	F. Absolut	F. Relatif
1	43 - 44	42,5	44,5	3	30,00%
2	45 - 46	44,5	46,5	2	20,00%
3	47 - 48	46,5	48,5	2	20,00%
4	49 - 50	48,5	50,5	3	30,00%
				10	100%

Distribusi frekuensi hasil tes keterampilan lempar lembing dengan tingkat kecakapan hidup rendah menggunakan metode orientasi mahasiswa pada tabel 5 di sajikan dalam grafik histogram berikut:



Gambar 8. Grafik Histogram Distribusi Frekuensi Hasil Tes keterampilan lempar lembing dengan Metode Orientasi Mahasiswa pada Tingkat Kecakapan Hidup Rendah (A_1B_2)

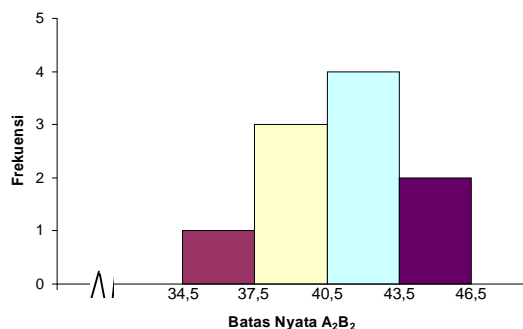
Berdasarkan pada data yang dikumpulkan dari 10 responden, diketahui data hasil tes keterampilan lempar lembing dengan tingkat kecakapan hidup rendah dengan penerapan metode orientasi dosen di kelompok kontrol dari hasil penelitian tersebut di dapatkan skor tertinggi 46, skor terendah 35, skor rata-rata 41, nilai median 42, nilai modus 42, varians 10, simpangan baku 3,16.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Hasil Tes keterampilan lempar lembing dengan Tingkat Kecakapan Hidup Rendah dengan Penerapan Metode Orientasi Dosen

No	Kelas Interval	Tepi Bawah	Tepi Atas	F. Absolut	F. Relatif
1	35 - 37	34,5	37,5	1	10,00%
2	38 - 40	37,5	40,5	3	30,00%
3	41 - 43	40,5	43,5	4	40,00%
4	44 - 46	43,5	46,5	2	20,00%
				10	100%

Distribusi frekuensi hasil tes keterampilan lempar lembing dengan

tingkat kecakapan hidup rendah dengan menggunakan metode orientasi dosen pada tabel 6 dapat di sajikan dalam bentuk grafik histogram sebagai berikut:



Gambar 9. Distribusi Frekuensi Hasil Tes keterampilan lempar lembing dengan Tingkat Kecakapan Hidup Rendah dengan Penerapan Metode Orientasi Dosen

Selanjutnya pembahasa hasil penelitian dilakukan berdasarkan deskripsi data hasil tes keterampilan lempar lembing dan hasil pengujian hipotesis seperti yang telah dipaparkan sebelumnya. Pembahasan hasil pengujian hipotesis lebih lanjut akan dipaparkan seperti berikut, bahwa “mahasiswa dengan tingkat kecakapan hidup tinggi yang diajar dengan metode orientasi mahasiswa memperoleh hasil tes keterampilan lempar lembing lebih tinggi dari pada yang diajar dengan metode orientasi dosen”

Hasil analisis varians dua jalur antar kolom menunjukkan harga $F_{hitung} = 16,397$ lebih besar dari $F_{tabel} = 4,11$ pada taraf signifikansi $= 0,05$. Hal ini berarti H_0 ditolak dan menerima H_1 . Setelah teruji perbedaannya secara signifikan, maka langkah selanjutnya untuk melihat mana yang lebih tinggi antara kedua perlakuan tersebut. Berdasarkan hasil perhitungan ternyata nilai rata-rata hasil tes keterampilan lempar lembing dengan metode orientasi mahasiswa pada tingkat kecakapan hidup tinggi (kelompok

A_1B_1) adalah 48,6, memperoleh hasil tes keterampilan lempar lembing lebih tinggi daripada yang diajar dengan metode orientasi dosen (kelompok A_2B_1) nilai rata-rata hasil belajarnya 47.

Berdasarkan hasil analisis varian dua jalur antar baris menunjukkan harga $F_{hitung} = 19,203$ lebih besar dari $F_{tabel} = 4,11$ pada taraf signifikan $= 0,05$, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa dengan tingkat kecakapan hidup rendah yang diajar dengan metode orientasi mahasiswa memperoleh hasil tes keterampilan lempar lembing lebih tinggi daripada yang diajar dengan metode orientasi dosen. Hal ini berarti H_0 ditolak dan menerima H_1 . Setelah teruji perbedaannya secara signifikan, maka langkah selanjutnya untuk melihat mana yang lebih tinggi antara ke dua perlakuan tersebut. Berdasarkan hasil perhitungan ternyata nilai rata-rata hasil tes keterampilan lempar lembing dengan metode orientasi dosen untuk tingkat kecakapan hidup rendah (kelompok A_2B_2) adalah 41, lebih rendah dari hasil tes kemandirian mahasiswa dengan tingkat kecakapan hidup rendah melalui penerapan metode orientasi mahasiswa (kelompok A_1B_2) nilai rata-rata hasil belajarnya 46,70.

Berdasarkan hasil analisis varians dua jalur antar kolom dan baris menunjukkan harga $F_{hitung} = 5,172$ lebih besar dari $F_{tabel} = 4,11$ pada taraf signifikan $= 0,05$ maka disimpulkan bahwa terdapat Interaksi antara metode orientasi dan tingkat kecakapan hidup terhadap hasil tes keterampilan lempar lembing. Hal ini berarti H_0 ditolak dan menerima H_1 . Dengan demikian hipotesis ketiga yang menyatakan terdapat interaksi antara metode orientasi mahasiswa dengan tingkat kecakapan hidup tinggi dan

metode orientasi dosen dengan tingkat kecakapan hidup rendah terhadap hasil tes keterampilan lempar lembing diterima secara signifikan pada $t = 0,05$.

SIMPULAN

Era Globalisasi menghendaknya kesadaran semua lapisan masyarakat akan *learning know or learning to learning, learning to do, learning to be*, dan *learning to live together*.

Lemabaga pendidikan diharapkan sebagai medium untuk mencetak calon tenaga kerja yang memiliki kecakapan hidup dengan kualitas yang tinggi, oleh karena itu metode pembelajaran yang dirancang semesti untuk menjawab harapan tersebut.

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FKIP Unpatti memiliki kurikulum yang telah mengakomoidir kecakapan hidup dengan metode live skill pada mata kuliah altetik khususnya pada lempar lembing.

Mahasiswa Prodi. Penjaskesrek FKIP Unpatti angkatan 2009/2010 memiliki tingkat kecakapan hidup tinggi yang diajar dengan metode orientasi mahasiswa memperoleh hasil tes keterampilan lempar lembing lebih tinggi dari pada yang diajar dengan metode orientasi dosen. Oleh karena orientasi pembelajaran pada *live skill* harus menjadi orientasi semua mata kuliah. Karena dunia kerja saat ini dan ke depan membutuhkan tenaga yang kerja memiliki live skill yang tinggi.

SUMBER RUJUKAN

- Carl, Johson. 2000. *Javelin htrowing* London: British amateur athletic Board.
- Slamet, PH. 2002. *Pendidikan Kecakapan Hidup: Konsep*

Dasar. Jakarta: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan, nomor 037. hal 542.

Tempo, 2009. *Dari Kampus Raih Peluang Kerja*. Jakarta: *Majalah Tempo* Edisi 25-31. Hal 112.

Santosa, S. Hamijoyo. 2008. *Majalah Ranah Keterampilan Hidup*. (hal-2—3). Yogyakarta: PPs UNJ.

Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta.

Sundawa, Johan Hadi. 2007. *Pendidikan Kecapan Hidup Melalui Penjas*. Jakarta: Depdiknas Lembaga Penjamin Mutu Pendidikan.

Ma'mur, Jamal. 2009. *Sekolah Life Skills Lulus Siap Kerja*. Yogyakarta: Diva Press.

NASA. 2002. *Life Skills Education diperoleh support*. [http:// www.nasatlanta.navy.Mil/life.html](http://www.nasatlanta.navy.Mil/life.html).