KEMAMPUAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK DITINJAU DARI KEMAMPUAN *MOTOR ABILITY* PADA SISWA PUTRA KELAS IV DAN V MI TERMAS BARON NGANJUK TAHUN 2016

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S-1) Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Keolahragaan
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Oleh :

AHMAD ULIL ABROR

NPM : 10.1.01.09.1442

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2016

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh :

AHMAD ULIL ABROR

NPM : 11.1.01.09.1442

Judul :

KEMAMPUAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK DITINJAU DARI KEMAMPUAN *MOTOR ABILITY* PADA SISWA PUTRA KELAS IV DAN V MI TERMAS BARON NGANJUK TAHUN 2016

Telah disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Skripsi jurusan PENJASKESREK
FKIP UNP Kediri

Tanggal :_____

Pembimbing I	Pembimbing II
RURUH ANDAYANI BEKTI, M.Pd	Drs. SETYO HARMONO, M.Pd

ii

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh :

AHMAD ULIL ABROR

NPM : 11.1.01.09.1442

Judul :

KEMAMPUAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK DITINJAU DARI KEMAMPUAN *MOTOR ABILITY* PADA SISWA PUTRA KELAS IV DAN V MI TERMAS BARON NGANJUK TAHUN 2016

Telah dipertahankan di depanPanitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan PENJASKESREK FKIP UNP Kediri
Pada Tanggal :_____

Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji :

1. Ketua : Ruruh Andayani Bekti, M.Pd. _____
2. Penguji I : Abdian Asgi Sukmana, M.Or _____
3. Penguji II : Drs. Setyo Harmono, M.Pd. _____

Mengetahui
Dekan FKIP

Dr.Hj. SRI PANCA SETYAWATI, M.Pd
NIPN. 0716046202

iii

ABSTRAK

Ahmad Ulil Abror KEMAMPUAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK DITINJAU DARI KEMAMPUAN *MOTOR ABILITY* PADA SISWA PUTRA KELAS IV DAN V MI TERMAS BARON NGANJUK TAHUN 2016 Skripsi. Kediri: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Nusantara PGRI Kediri, Februari. 2016.

Kata kunci : LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK, KEMAMPUAN *MOTOR ABILITY*

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui : (1). Ada tidaknya hubungan, bentuk hubungan, dan kekuatan hubungan antara *motor ability* terhadap kemampuan lompat jauh gaya jongkok Pada Siswa Putra Kelas IV Dan V MI Termas Baron Nganjuk Tahun 2016.metode deskriptif dengan pendekatan survei normatif. Survei dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *motor ability*. Dasar penggunaan metode ini adalah kegiatan percobaan yang diawali dengan memberikan perlakuan kepada sampel yang diakhiri dengan suatu bentuk tes guna mengetahui pengaruh perlakuan yang telah diberikan.Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra kelas IV dan V MI Termas Baron Nganjuk. Besar sampel yang diambil sebanyak 108 siswa kelas IV dan 91 siswa kelas V.Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Purposive stratified random sampling.* Teknik analisis data sttistik deskriptif. Berdasarkan hasil penelitian bahwa : (1). diketahui hasil koefisien korelasi (rxy) siswa putera kelas IV sebesar 0,361 dan untuk siswa putera kelas V sebesar 0,254. Berdasarkan hasil tersebut, kemudian dikonsultasikan dengan rtabel yaitu sebesar 0,361. Dengan demikian antara variabel tersebut adalah berkorelasi (2). diketahui hasil analisis prediktor Ry siswa putera kelas IV sebesar 0,413 dan untuk siswa putera kelas V 0,383. Berdasarkan dengan hasil tersebut kemudian dikonsultasikan dengan Ftabel yaitu sebesar 0,361, sedangkan hasil pengujian dengan menggunakan Fregresi untuk siswa putera kelas IV sebesar 18,326 dan Fregresi untuk siswa putera kelas V sebesar 18,222 kemudian dikonsultasikan dengan Ftabel dengan db 1 : 89, yaitu sebesar 3,190. Dengan demikian Fhitung lebih besar daripada F tabel. Jadi ada hubungan yang signifikan antara *motor ability* dengan kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siswa putera kelas IV dan V MI Termas Baron Nganjuk tahun 2016. (3). diketahui sumbangan relatif motor ability pada siswa putera kelas IV adalah sebesar 100% dan sumbangan efektif sebesar 17,07, sumbangan relatif motor ability pada siswa putera kelas V adalah sebesar 100% dansumbangan efektif sebesar14,67.Dengan demikian kemampuan *motor ability* memberikan pengaruh yang besar terhadap kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siswa putera kelas IV dan V MI Termas Baron Nganjuk tahun 2016

I. LATAR BELAKANG

Motor Ability atau Kemampuan gerak mempunyai peranan penting di dalam kehidupan sehari-hari maupun di dalam pendidikan jasmani (penjas). Salah satu tujuan pemberian program penjas kepada pelajar adalah agar pelajar menjadi terampil dalam melakukan aktivitas fisik. Analisis tingkat kemampuan gerak dasar adalah pengetahuan tentang seberapa tingkat *motor ability* pada anak, mengenai kemampuan berlari, melempar, melompat dan sebagainya. Pengetahuan ini berguna untuk menjadi arah perkiraan apakah seorang anak yang akan diteliti memungkinkan untuk tumbuh dan berkembang menjadi individu yang memiliki jiwa olahragawan yang berprestasi.

Keterampilan gerak fisik yang diperoleh melalui pendidikan jasmani bukan saja berguna untuk melakukan tugas dalam kehidupan sehari-hari tetapi merupakan dasar anak untuk menguasai cabang olahraga tertentu sehingga menjadikan atlet berprestasi. M. Yusuf dan Aip Syarifudin (1996: 61) menyatakan bahwa "Dari anak yang akan dijadikan atlet bibit unggul antara lain adalah kemampuan gerak dasar yang baik seperti kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya tahan, koordinasi, daya ledak dan sebagainya". Dari pentingnya kemampuan gerak dasar tersebut, maka perlu adanya pembinaan olahraga pada usia dini agar tidak

Anak-anak pada masa usia sekolah dasar sesuai dengan tujuan kurikulum pendidikan jasmani yang berlaku, diharapkan memperoleh pengetahuan dan pemahaman motorik yang dianggap penting untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa. Pada umumnya permainan yang dilakukan oleh murid sekolah dasar merupakan pengembangan dari motorik yang diajarkan oleh guru pendidikan jasmani.

Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dalam cabang olahraga atletik. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Yusuf Adisasmita (1992:112) bahwa, "Lompat jauh adalah salah satu nomor lompat dari cabang olahraga atletik". Lompat jauh adalah gerakan yang menggunakan tumpuan dengan satu kaki yang bertujuan untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya.

Teknik dasar dalam lompat jauh secara garis besar terdiri dari empat tahap, yaitu awalan (ancang-ancang), Tolakan (*Take off*), melayang di udara dan pendaratan (*Landing*). Gerakan-gerakan dalam lompat jauh tersebut merupakan suatu rangkaian yang dilakukan secara harmonis, tidak terputus-putus atau secara berurutan di dalam pelaksanaannya.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan, maka perlu diadakan penelitian lebih lanjut mengenai Lompat jauh yang ditinjau dari *motor ability* atau kemampuan gerak dasar siswa pada Sekolah Dasar yang bertujuan untuk mengetahui kondisi dan potensi bakat peserta didik serta untuk mengevaluasi kemampuan lompat jauh. Maka perlu diadakan sebuah penelitian dengan judul **"Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Ditinjau Dari Kemampuan *Motor Ability* Pada Siswa Putra Kelas IV Dan V MI Termas Baron Nganjuk Tahun 2016"**

II. METODE

A. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Pengambilan data kemampuan gerak dasar dan lompat jauh gaya jongkok dalam penelitian ini dilaksanakan di MI Termas Baron Nganjuk Tahun 2016.

2. Waktu Penelitian

Dalam penelitian ini, telah dilaksanakan pengambilan data dari masing- masing SD Negeri yang dilaksanakan pada bulan Februari sampai dengan April 2016

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan survei normatif. Survei dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *motor ability* Pada Siswa Putra Kelas IV Dan V MI Termas Baron Nganjuk Tahun 2016. (Thomas, JR dan Nelson J. K, 1990: 278-279).

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas IV dan V MI Termas Baron Nganjuk tahun 2016.

2. Sampel

Sampel adalah populasi yang diteliti. Dengan demikian sampel merupakan keseluruhan dari populasi. Dalam penelitian ini, menggunakan sampel pada siswa putera kelas IV dan V MI Termas Baron Nganjuk.

D. Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat dua (2) variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Adapun kedua variable tersebut adalah:

1. Variabel bebas terdiri dari:

- *Motor ability*
- *Standing Broad Jump* (Lompat jauh tanpa awalan)
- *Medicine Ball Put* (melempar bola)
- *Zig-Zag Run* (Lari zig-zag)
- *Vertical Jump*
- *Sutlle Run* (Lari bolak-balik)

2. Variabel terikat terdiri dari : Kemampuan lompat jauh gaya jongkok

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini diadakan tes dan pengukuran. Untuk mengukur *Motor Ability* menggunakan *Barrow Motor Ability* dari Barry L Johnson and Jack K Nelson (1986: 365), meliputi :

1. *Standing Broad Jump* (Lompat jauh tanpa awalan)
2. *Medicine Ball Put* (melempar bola)
3. *Zig-Zag Run* (Lari zig-zag)
4. *Vertical Jump*
5. *Sutlle Run* (Lari bolak-balik)

Dan tes yang digunakan adalah tes lompat jauh gaya jongkok (J.M. Ballesteros, 1979 : 54)

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang dipakai dalam penelitian ini adalah dengan statistik deskriptif dari Mulyono B. (2008:44-47)

III. HASIL DAN KESIMPULAN

1. Deskripsi Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini merupakan hasil tes dan pengukuran *motor ability* dan kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas IV dan V MI Termas Baron Nganjuk tahun 2016. Data tersebut kemudian dikelompokkan dan dianalisis statistik

2. Hasil analisis Data

Pengujian hipotesis merupakan langkah untuk menguji apakah hipotesis yang telah dirumuskan dapat diterima atau tidak. Hipotesis yang diajukan dapat diterima. Bila fakta-fakta empiris atau data yang terkumpul mendukung pernyataan dalam hipotesis. Sebaiknya hipotesis ditolak bila fakta-fakta empiris atau data yang terkumpul tidak mendukung pernyataan dalam hipotesis. Dalam rangka pengajuan hipotesis, dalam penelitian ini digunakan teknik analisis korelasi *product moment* dan analisis data *regresi* ganda.

1. Korelasi Prediktor (X) Dengan Kriterium (Y)

Dari analisis data dalam tabel 8 dan 9 diketahui hasil koefisien korelasi (r_{xy}) siswa putera kelas IV sebesar 0,361 dan untuk siswa putera kelas V sebesar 0,254. Berdasarkan hasil tersebut, kemudian dikonsultasikan dengan r_{tabel} yaitu sebesar 0,361. Dengan demikian antara variabel tersebut adalah berkorelasi.

2. Korelasi dengan Analisis Regresi Satu Prediktor

Berdasarkan anlisis data dalam tabel 11 dan 12, diketahui hasil analisis prediktor Ry siswa putera kelas IV sebesar 0,413 dan untuk siswa putera kelas V 0,383. Berdasarkan dengan hasil tersebut kemudian dikonsultasikan dengan F_{tabel} yaitu sebesar 0,361, sedangkan hasil pengujian dengan menggunakan $F_{regresi}$ untuk siswa putera kelas IV sebesar 18,326 dan $F_{regresi}$ untuk siswa putera kelas V sebesar 18,222 kemudian dikonsultasikan dengan F_{tabel} dengan db 1 : 89, yaitu sebesar 3,190. Dengan demikian F_{hitung} lebih besar daripada F_{tabel}. Jadi ada hubungan yang signifikan antara *motor ability*

dengan kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siswa putera kelas IV dan V MI Termas Baron Nganjuk tahun 2016.

3. Sumbangan Relatif dan Efektif Satu Prediktor

Berdasarkan analisis data pada tabel 13 dan 14, diketahui sumbangan relatif motor ability pada siswa putera kelas IV adalah sebesar 100% dan sumbangan efektif sebesar 17,07, sumbangan relatif motor ability pada siswa putera kelas V adalah sebesar 100% dan sumbangan efektif sebesar 14,67.Dengan demikian kemampuan *motor ability* memberikan pengaruh yang besar terhadap kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siswa putera kelas IV dan V MI Termas Baron Nganjuk tahun 2106.

3. Simpulan

Berdasarkan analisis data dan pengujian hipotesis yanga telah dilakukan, maka penelitian ini menyimpulkan sebagai berikut :

Ada hubungan yang signifikan antara kemampuan *motor ability* dengan kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siswa putera kelas IV dan V MI Termas Baron Nganjuk tahun 2016. Dengan hasil perhitungan pada siswa putera kelas IV r_y = 0,413 dan untuk siswa putera kelas V r_y = 0,838 > r_{tabel} = 0,361 dan pada siswa putera kelas IV $F_{regresi}$ = 18,326 dan pada siswa putera kelas V $F_{regresi}$ = 18,222 > F_{tabel} dengan derajad kebebasan 1 : 89 sebesar 3,190.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Barry L Johnson & Jack K Nelson. 1986. *Practical Measurments For Evolution in Phsycal Education*. New York: Macmillian Publishing Company. FKIP UNS.

2009. *Pedoman Penyusunan Skripsi*. Surakarta : UNS Press

George A. Ferguson. 1981. *Statistics in Psychology and Education*, fifth edition. Mc Graw Hill International Book Company Inc. Tokyo.

Iskandar Z. Adi Sapoetra dkk. 1999. *Panduan Teknis tes dan Latihan Kesegaran Jasmani*. Jakarta : Pusat Pengkajian dan Pengembangan Iptek Olahraga. Kantor Menteri Negara Pemuda dan Olahraga.

M. Furqon H. 2002. *Pembinaan Olahraga Usia Dini*. PUSLIBANG-OR Universitas Sebelas Maret Surakarta. UNS Press.

_____2002. *Pemanduan Bakat Olahraga Modifikasi Sport Search*. PUSLITBANG-OR Universitas Sebelas Maret Surakarta. UNS Press.

M. Yusuf dan Aip Syarifudin. 1996. *Ilmu Kepelatihan Dasar Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.

Mulyono B. 1997. *Tes dan Pengukuran Olahraga. Surakarta* : UNS Press.

Rusli Lutan dan Adang Suherman. 2002. *Metode Evaluasi Intruktual*. Jakarta : Dirjen Dikti.

Sarwono dan Ismaryati. 2001. *Pengukuran dan Evaluasi Olahraga*. Surakarta : UNS Press.

Sugiyanto. 1998. *Penelitian Pendidikan. Surakarta* : UNS Press

Sugiyanto dan Agus Kristiyanto. 2000. *Belajar Gerak*. Surakarta. UNS Press. Suharsini Arikunto. 1993. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*.

Jakarta: Rineka Cipta.

Sutrisno Hadi. 1984. *Statistik II*. Yogyakarta. Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi, UGM.

Thomas, Jerry R & Jack K Nelson. 1990. *Research Mehods in Physical Activity*.Human Kinetics Books. Champaign Illionis.