PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK PADA SISWA KELAS VII MTs SUNAN AMPEL RESAPOMBO DOKO KAB. BLITAR TAHUN AJARAN 2015/2016

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Jurusan Penjaskesrek

OLEH :

BAYU KUSUMA WARDANA
NPM : 10.1.01.09.1552

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UNP KEDIRI
2016

PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK PADA SISWA KELAS VII MTs SUNAN AMPEL RESAPOMBO DOKO KAB. BLITAR TAHUN AJARAN 2015/2016

Bayu Kusuma Wardana
10.1.01.09.1552
FKIP - Penjaskesrek
bayu88wardana@gmail.com
Drs.Slamet Junaid, M.pd. dan Reo Prasetyo Herpandika, M.Pd.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan pendekatan bermain pada Siswa Kelas VII MTs Sunan Ampel Resapombo Doko Tahun Ajaran 2015/2016.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Subjek penelitian ini adalah pada Siswa Kelas VII MTs Sunan Ampel Resapombo Doko Tahun Ajaran 2015/2016 yang berjumlah 18 siswa. Sumber data berasal dari guru dan siswa. Teknik pengumpulan data dengan observasi dan penilaian hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif kualitatif dengan prosentase.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan bahwa : penerapan pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil berlajar lompat jauh gaya jongkok pada Siswa Kelas VII MTs Sunan Ampel Resapombo Doko Tahun Ajaran 2015/2016. Dari hasil analisis yang diperoleh terjadi peningkatan dari pra siklus ke siklus 2. Pada pra siklus ketercapaian melakukan lompat jauh gaya jongkok pada Siswa Kelas VII MTs Sunan Ampel Resapombo Doko Tahun Ajaran 2015/2016, aspek yang dinilai yaitu aspek psikomotor 33,33% atau 6 siswa, aspek afektif 38,8% atau 7 siswa dan aspek kognitif 27,77% atau 4 siswa. Sehingga ketercapaian pra siklus pada hasil belajar lompat gaya jongkok pada Siswa Kelas VII MTs Sunan Ampel Resapombo Doko Tahun Ajaran 2015/2016 adalah 33,33% atau sejumlah 6 siswa. Pada siklus 2 terjadi peningkatan dari aspek yang dinilai yaitu aspek psikomotor 55,55% dengan prosentase 88,88% atau 16 siswa,aspek afektif 44,45% dengan prosentase 83,33% atau 15 siswa. Sehingga keseluruhan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada Siswa Kelas VII MTs Sunan Ampel Resapombo Doko Tahun Ajaran 2015/2016 diperoleh peningkatan pada siklus 2 sebesar 55,55% dari 33,33% atau sejumlah 6 siswa menjadi 88,88% atau sejumlah 16 siswa. Kesimpulan penelitian ini adalah penerapan pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada Siswa Kelas VII MTs Sunan Ampel Tahun Ajaran 2015/2016.

Kata Kunci : Pendekatan bermain, pembelajaran, lompat jauh gaya jongkok.

Skripsi oleh:

BAYU KUSUMA WARDANA
NPM: 10.1.01.09.1552

Judul:

PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK PADA SISWA KELAS VII MTs SUNAN AMPEL RESAPOMBO DOKO KAB. BLITAR TAHUN AJARAN 2015/2016

Telah disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan Penjaskesrek
FKIP UNP Kediri

Tanggal:……2016

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.	**Reo Prasetiyo Herpandika, M.Pd.**
NIDN.0015066801	NIDN.0727078804

Skripsi Oleh:

BAYU KUSUMA WARDANA
NPM : 10.1.01.09.1552

Judul:

PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK PADA SISWA KELAS VII MTs SUNAN AMPEL RESAPOMBO DOKO KAB. BLITAR TAHUN AJARAN 2015/2016

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan Penjaskesrek FKIP UNP Kediri
Pada tanggal:_____2016

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Drs. Slamet Junaidi, M.Pd _____
2. Penguji I : Ardhi Mardiyanto, M.Or _____
3. Penguji II : Reo Prasetiyo Herpandika, M.Pd _____

Mengetahui :
Dekan FKIP

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
NIDN.0716046202

I. LATAR BELAKANG

Praktik pembelajaran penjas, diajarkan pada beberapa cabang olahraga yang terangkum dalam kurikulum Penjas pada tiap-tiap sekolah. Salah satu cabang olahraga yang diajarkan adalah atletik. Nomor-nomor atletik yang diajarkan meliputi jalan, lari, lompat, dan lempar.

Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dalam olahraga atletik. Didalam lompat jauh terdiri dari 3 macam gaya yaitu: lompat jauh gaya jongkok, lompat jauh gaya berjalan diudara dan lompat jauh gaya bergantung diudara. Berdasarkan ketiga gaya tersebut, peneliti mengambil bahasan lompat jauh gaya jongkok sebagai penelitian.

Pada pembelajaran lompat jauh gaya jongkok Siswa Kelas VII MTs Sunan Ampel Resapombo Doko Blitar, rata-rata hasil belajar masih rendah yaitu dari 18 siswa, 6 siswa tuntas (33%) dan 12 siswa tidak tuntas (67%) dilihat dari hal ketuntasan hasil belajar siswa (KKM : 67).

Berdasarkan uraian diatas, penulis melakukan penelitian dengan judul "Penerapan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas VII MTs Sunan Ampel Resapombo Doko Blitar Tahun Ajaran 2015/2016".

II. METODE

Pada Penelitian ini penulis mengambil metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Subjek yang diteliti dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah siswa Kelas VII MTs Sunan Ampel Resapombo Doko Blitar dengan jumlah 18 siswa. Dengan siswa laki-laki berjumlah 9 siswa dan perempuan 9 siswa.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini terdiri atas observasi dan tes. Penjelasan mengenai alur penelitian tindakan terdiri dari: perencanaan, penerapan tindakan, observasi dan evaluasi tindakan, serta refleksi.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Dari hasil analisis yang diperoleh terjadi peningkatan dari pra siklus ke siklus II. Pada pra siklus ketercapaian melakukan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII MTs Sunan Ampel Resapombo Doko Blitar Tahun Ajaran 2015/2016, yaitu aspek

psikomotor 33,33% atau 6 siswa, aspek afektif 38,8% atau 7 siswa dan aspek kognitif 27,77% atau 4 siswa. Sehingga ketercapaian pra siklus pada hasil belajar lompat gaya jongkok pada Siswa Kelas VII MTs Sunan Ampel Resapombo Doko Blitar tahun ajaran 2015/2016 adalah atau sejumlah 6 siswa. Pada siklus 2 terjadi peningkatan dari aspek yang dinilai yaitu aspek psikomotor 55,55% dengan prosentase 88,88% atau 16 siswa,aspek afektif 44,45% dengan prosentase 83,33% atau 15 siswa. Sehingga keseluruhan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada Siswa Kelas VII MTs Sunan Ampel Resapombo Doko Blitar diperoleh peningkatan pada siklus 2 sebesar 55,55% dari 33,33% atau sejumlah 6 siswa menjadi 88,88% atau sejumlah 16 siswa.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Agus Kristiyanto. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dalam Pendidikan & Kepelatihan Olahraga.* Surakarta : UNS Press.

Aip Syarifuddin. 1992. *Atletik.* Jakarta: Depdikbud. Dirjendikti. Proyek Penelitian Tenaga Kerja.

Aip Syariffudin dan Muhadi. 1992.*Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.* Jakarta : Depdikbud. Dirjendikti. Proyek Penelitian Tenaga Kerja.

Damyati dan Mudjono. 1999. *Belajar dan Pembelajaran.* Dep. Pendidikan dan Kebudayaan.

Faruq, M.H. 2008. *100 Permainan Kecerdasan Kinestetik.* Jakarta : Grasindo.

Hamzah B. Uno. 2007. *Teori Motivasi dan Pengukurannya.*Jakarta : PT Bumi Aksara.

H.J. Gino dkk. 1998. *Belajar dan Pembelajaran II.* Surakarta: UNS Press.

Jess Jarver. 2005. *Belajar dan Berlatih Atletik.* Bandung: Pioner Jaya.

Joko Supriyanto. 2008. *Gembira Berolahraga.* Surakarta : PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri.

Mulyasa. 2003. *Kuriulum Berbasis Kompetensi*. Bandung: Remaja Rosda Karya.

Purwanto. 2011. *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Rusli Lutan. 2000. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Depdikbud, Dirjendikti, Proyek Pendidikan Tenaga Akademi.

Rusli Lutan dan Adang Suherman. 2000.*Perencanaan Pembelajaran Penjaskes.* Jakarta Depdikbud. Direktorat Jenderal pendidikan Dasar dan menengah. Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Samsudin. 2009. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan*

Kesehatan. Jakarta: Litera.

Soegito, Bambang Wijanarko dan Ismaryati. 1994. *Materi Pokok Pendidikan Atletik.* Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Pendidikan Guru dan Tenaga Teknis Bagian Proyek Penataran Guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SD Setara DII.

Sugiyanto. 2007. *Teori Kepelatihan Dasar*.Jakarta: Lankor.

Syaiful Sagala. 2005. *Konsep dan MaknaPembelajaran*. Bandung : Alfabeta.Wahjoedi. 1999. *Jurnal Iptek Olahraga*.Jakarta : Pusat Pengkajian dan Pengembangan Ilmu Pengetahuan Kantor Menegpora.