PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN LOMPAT KANGURU PADA SISWA KELAS V MI SYUHADA BANJARAGUNG PURI KAB. MOJOKERTO TAHUN PELAJARAN 2015/2016

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana

Pendidikan (S-1) Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan

Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

UNIVERSITAS NUSANTARA

PGRI KEDIRI

Disusun Oleh:

IMRON FAUJI

NPM. 13.1.01.09.0628.P

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA

PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA KEDIRI

TAHUN 2016

Skripsi oleh :

IMRON FAUJI
NPM. 13.1.01.09.0628.P

Judul :

PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN LOMPAT KANGURU PADA SISWA KELAS V MI SYUHADA BANJARAGUNG PURI KAB. MOJOKERTO TAHUN PELAJARAN 2015/2016

Pembimbing 1	Pembimbing 2
RURUH ANDAYANI BEKTI, M.Pd.	**MOKHAMMAD FIRDAUS, M.Or**
NIDN. 0725018205	**NIDN. 0713018804**

ii

SKRIPSI

PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN LOMPAT KANGURU PADA SISWA KELAS V MI SYUHADA BANJARAGUNG PURI KAB. MOJOKERTO TAHUN PELAJARAN 2015/2016

yang telah dipersiapkan dan disusun oleh

IMRON FAUJI
NPM. 13.1.01.09.0628.P

Telah dipertimbangkan di depan panitia Penguji pada tanggal 29 Mei 2016
dinyatakan telah memenuhi persyaratan.

PANITIA PENGUJI :

	Tanda Tangan
1. Ketua Ruruh Andayani Bekti, M.Pd	
2. Penguji 1 Abdian Asgi Sukmana, M.Or	
3. Penguji 2 Mokhammad Firdaus, M.Or	

Mengetahui dan Mengesahkan
Dekan FKIP

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

iii

SKRIPSI

PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN LOMPAT KANGURU PADA SISWA KELAS V MI SYUHADA BANJARAGUNG PURI KAB. MOJOKERTO

IMRON FAUJI
NPM.13.1.01.09.0628P
Penjaskesrek, Universitas Nusantara PGRI Kediri
Email : IMRON FAUJI82@gmail.com

ABSTRAK

Fauji, Imron.2016. ***Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Pendekatan Permainan Lompat Kangguru Pada Siswa Kelas V MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto Tahun Pelajaran 2015/2016*****. Dosen Pembimbing : Ruruh Andayani Bekti.,M.Pd.**

Kata-kata kunci: Permainan lompat kanguru, lompat jauh gaya jongkok

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, proses belajar mengajar lompat jauh gaya jongkok yang berhubungan dengan hasil belajar peserta didik di MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto Tahun Pelajaran 2015/2016**.** masih rendah dan mengalami kesulitan dalam menerapkan teknik lompat jauh gaya jongkok. Salah satu upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan menerapkan pendekatan permainan lompat kanguru. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan permainan lompat kanguru peserta didik kelas V MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto Tahun Pelajaran 2015/2016**.**

Pengumpulan data diperoleh dengan cara (1) observasi, digunakan untuk mengamati cara peserta didik melakukan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok secara langsung, (2) praktik lompat jauh gaya jongkok (3) catatan lapangan, digunakan untuk melengkapi data yang tidak tercantum dalam observasi, (4) dokumentasi, digunakan untuk mengetahui kemampuan awal peserta didik. Data dalam penelitian ini berupa skor atau nilai hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan permainan lompat kanguru, data di analisis dengan mencari nilai rata-rata dan persentasenya.

Berdasarkan hasil penelitian, kemampuan lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan permainan lompat kanguru mengalami kenaikan yang signifikan. Pada siklus I 58, 38 % pada siklus II meningkat menjadi 84,38%. Hasil peningkatan nilai peserta didik per aspek juga mengalami peningkatan dari hasil siklus I 74,35% pada siklus II meningkat menjadi 83.41%. Penelitian lebih lanjut mengenai lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan permainan lompat kanguru sangat diperlukan guna memberi informasi lebih dan terbaru kepada guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

ABSTRACT

Fauji, Imron.2016. ***Improving Students' Achievement on Long Jump by Using Squatted Style through Kangoroo Jump Game at V Grader of MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto Tahun Pelajaran 2015/2016. Academic Year.*** **Advisor: Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.**

Key Words: Kangoroo Jump Game, Long Jump by Using Squatted Style

Based on the observation done by the researcher, the learning process of long jump by using squatted style that is related to students' achievement of MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto on 2015/2016 academic year was still low and the students had difficulty to practice long jump by using squatted style. One of the solution to solve the problem is that by implementing Kangoroo Jump Game. The aim of this research was to know the improvement of achievement on long jump by using squatted style through Kangoroo Jump Game at V Grader of MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto on 2015/2016 academic year.

The data withdrawal was done by using (1) observation, which was used to observe the students' way in implementing basic technique of long jump by using squatted style, (2) the implementation of long jump by using squatted style, (3) fieldnote, that is used to complete the data which were not covered at the observation, (4) documentation, that was used to know the basic ability of the students in long jump by using squatted style. The data of this research were the score of long jump by using squatted style through Kangoroo Jump Game, the data were analyzed to find the mean and the percentage.

Based on the analysis, the ability of the students in long jump by using squatted style through Kangoroo Jump Game has improved significantly. On the first cycle, the researcher got 58, 38 %. Furthermore, on the second cycle, the researcher got 84,38%. In addition, the students' achievement of each aspect has also improved, it can be seen from the first cycle is 74,35% and second cycle is 83.41%. The next research about long jump by using squatted style through Kangoroo Jump Game is very important to do for giving further and newest information for the teacher of physique, sport and health education.

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu investasi jangka panjang yang sangat besar artinya bagi pembangunan generasi penerus bangsa. Pendidikan memegang peranan yang sangat penting bagi nasib kehidupan bangsa serta dapat meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas, dari hal tersebut tentunya pendidikan harus didukung dengan seksama demi tercapainya suatu pendidikan yang berkualitas, serta bisa memenuhi kebutuhan semua pihak yang ada di dalamnya. Pendidikan merupakan proses interaksi manusiawi yang ditandai keseimbangan antara kedaulatan subjek didik dengan kewibawaan pendidik sebagaimana dikemukakan oleh Tim Dosen Administrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia (2011: 12).

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan sebuah program jangka panjang dalam suatu sistem pendidikan secara keseluruhan, karena bukan hanya mencakup pengembangan ranah jasmani saja, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan dan kebugaran jasmani. Oleh karena itu upaya peningkatan mutu pendidikan mempunyai peran sangat penting demi tercapainya suatu pembelajaran yang baik dan terarah serta terprogram. Seperti yang diamanatkan dalam Undang-undang No. 20 tahun 2003 Bab 2 Pasal 3 tentang sistem Pendidikan Nasional adalah mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Kesuma dkk, 2012: 6).

Proses belajar mengajar merupakan bagian dari kegiatan guru di sekolah, proses belajar mengajar (PBM) berguna untuk menyampaikan informasi, pengetahuan, pengalaman kepada peserta didik. Belajar adalah suatu aktivitas atau suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, meningkatkan keterampilan, memperbaiki prilaku, sikap, dan mengkokohkan kepribadian (Suyono, 2014: 9). Definisi lain menyatakan belajar adalah suatu proses aktif menyusun makna melalui setiap interaksi dengan lingkungan, dengan membangun hubungan antara konsepsi yang telah dimiliki dengan fenomena yang sedang dipelajari oleh Driver and Bell (Suyono, 2014: 13).

Sarana merupakan aspek pendukung secara langsung terhadap proses pembelajaran, sarana mempunyai fungsi sebagai penyokong dalam penyempurnaan suatu pendekatan pembelajaran yang menjadi salah satu alat alternative dalam pemecahan permasalahan pembelajaran yang ada saat ini, dan sekaligus dapat digunakan untuk menciptakan suksesnya tujuan dalam suatu pembelajaran. Sarana adalah segala sesuatu yang mendukung secara langsung terhadap kelancaran proses pembelajaran, misalnya media pembelajaran, alat-alat pembelajaran, perlengkapan sekolah, dan lain sebagainya (Sanjaya, 2011: 55)

Pendekatan pembelajaran mempunyai peranan penting dalam proses belajar mengajar, dengan pendekatan pembelajaran yang baru, efisien dan terprogram akan bisa lebih menarik daya tarik peserta didik dalam pelaksanaan suatu pembelajaran, dari pendekatan pembelajaran pula kurang lengkapnya suatu peraga bisa tertutupi, tidak ada alasan seorang guru dalam melakukan suatu pembelajarannya tidak berjalan maksimal karena alasan tidak adanya peraga dalam proses belajar mengajar, jadi tanpa adanya peraga pun suatu pembelajaran bisa berjalan dengan maksimal melalui suatu inovasi berupa pendekatan pembelajaran. Salah satu masalah yang dihadapi dunia pendidikan kita adalah masalah lemahnya proses pembelajaran. Dalam proses

pembelajaran, anak kurang didorong untuk mengembangkan kemampuan berpikir (Sanjaya, 2011: 1).

Penerapan pembelajaran yang dipakai dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani hal yang esensial yakni mengutamakan unsur bermain, kegembiraan, pedagogis, membina kesehatan dan rasa percaya diri bagi peserta didik dalam bersosial supaya peserta didik tidak bosan. Untuk memecahkan permasalahan tersebut di atas, sangat diperlukan inovasi dan kreativitas guru. Agar tuntutan peserta didik mampu menguasai 3 aspek seperti psikomotorik, kognitif dan afektif dapat terpenuhi. Untuk mencapai ketiga aspek tersebut guru sudah seharusnya mencari dan menentukan suatu pendekatan pembelajaran yang dapat mempermudah peserta didik dalam proses pembelajaran, lebih pentingnya lagi peserta didik bisa lebih menikmati suatu pembelajaran yang didapatkan. Mengajar bukan hanya sekedar menyampaikan materi pelajaran, akan tetapi suatu proses mengubah prilaku peserta didik sesuai dengan tujuan yang diharapkan (Sanjaya, 2011: 14)

Atletik lompat jauh gaya jongkok pada kurikulum MI terdapat pada standar kompetensi pertama yaitu mempraktikan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya. Adapun kompetensi dasarnya mempraktikan variasi teknik dasar atletik yang dimodifikasi serta nilai semangat, sportifitas, kerja sama, percaya diri dan kejujuran.

Menciptakan proses pembelajaran praktik tidaklah mudah untuk mencapai suatu ketuntasan, mengingat waktu yang tersedia sangatlah terbatas. Dengan adanya pendekatan pembelajaran diharapkan akan dapat membangkitkan aktivitas dalam proses belajar mengajar. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dirancang melalui aktivitas jasmani yang di desain untuk meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, aktif dan sportif, salah satunya nomor atletik lompat jauh gaya jongkok. Terdapat penelitian tindakan kelas terdahulu yang ditulis oleh beberapa peneliti:

No	Nama Peneliti	Tahun	Judul	Hasil Penelitian
1	Nur Linah	2013	Penerapan pembelajaran lompat jauh melalui pendekatan bermain longu pada siswa kelas V SDN 05 Jebed kecamatan Taman Kabupaten Pemalang Tahun 2013	Disimpulkan bahwa melalui pendekatan bermain kanguru dengan menggunaan media modifikasi berupa botol aqua dan pralon (boqualon) dapat meningkatkan efektifitas belajar siswa dan mengoptimalkan penggunaan alat peraga sebagai sarana dan prasarana pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya materi lompat jauh pada peserta didik kelas V Semester II SD Negeri 05 Jebed Kecamatan Taman Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2012/2013.

Berdasarkan data kriteria ketuntasan minimal (KKM) dan pengamatan di lapangan, bahwa hasil belajar lompat jauh gaya jongkok peserta didik di MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto belum mencapai kriteria ketuntasan minimal. Hal ini berpedoman pada hasil pembelajaran akan tuntas apabila peserta didik dari suatu kelas mendapatkan nilai minimal 70 (sesuai KKM yang ditetapkan yaitu ≥ 70), minimal 75 % dari jumlah peserta didik mencapai nilai minimal.

Data hasil observasi awal yang dilaksanakan pada awal bulan Pebruari 2016. di kelas V MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto, terdapat beberapa permasalahan dalam pelaksanaan pembelajaran materi ajar lompat jauh gaya jongkok seperti. 1) kurang antusias peserta didik dalam suatu pembelajaran. 2) kurang lengkapnya sarana prasarana pendukung sehingga peserta didik kurang tertarik mengikuti suatu pembelajaran. 3) peserta didik lebih menyukai jenis olahraga lain yang menggunakan unsur permainan. 4) sebagian besar peserta didik

tidak menguasai teknik dasar dan peraturan-peraturan lompat jauh. 5) minat dan kebiasaan belajar yang masih kurang maksimal. 6) beberapa peserta didik terlihat kurang memperhatikan saat pembelajaran.

Ditemukan rendahnya aktivitas dan ketuntasan hasil belajar khususnya materi ajar lompat jauh gaya jongkok dari 32 peserta didik. a) hasil jauh lompatan 34,37 % peserta didik yang tuntas, 65,62% peserta didik yang tidak tuntas. b) penguasaan teknik dasar terdapat 18,75 % peserta didik yang menguasai teknik dasar lompat jauh gaya jongkok, dan 81,25 % peserta didik yang tidak menguasai teknik lompat jauh gaya jongkok. c) hasil nilai tes lompat jauh gaya jongkok 21.87 % peserta didik yang tuntas, 78. 13 % peserta didik yang tidak tuntas. Jadi skor rata-rata aktivitas belajar peserta didik 50 %. Berdasarkan hasil belajar kelas V dari 32 peserta didik ketuntasan hasil belajar tergolong rendah yakni hanya 7 peserta didik yang dapat dinyatakan tuntas belajar dengan ketuntasan dengan kriteria ketuntasan minimal yang harus ditempuh peserta didik yaitu minimal mendapatkan nilai ≥ 70.

Tabel 1.2. Nilai Pretest Kelas V MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto

No	Data	Nilai	Jumlah Peserta didik	Persentase (%)	Kriteria
1.	Hasil Lompatan	20 – 69	21	65.62 %	Tidak Tuntas
		70 – 95	11	34.37 %	Tuntas
2.	Teknik	20 – 69	26	81.25 %	Tidak Tuntas
		70 – 95	6	18.75 %	Tuntas
3.	Nilai Tes	70 – 90	7	22 %	Tuntas

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan perbaikan pembelajaran melalui penerapan pendekatan permainan dalam suatu pembelajaran untuk meningkatkan ketuntasan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya materi lompat jauh gaya jongkok, dari permasalahan yang ada peneliti merasa tertarik melakukan penelitian tindakan kelas pada peserta didik kelas V MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto dengan judul " Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Pendekatan Permainan Lompat Kanguru Pada Peserta didik Kelas V MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto Tahun Pembelajaran 2015/2016.

METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang sifat penelitiannya yaitu penelitian secara deskriptif kualitatif. Menurut Arikunto (Iskandar, 2012: 20) menyatakan bahwa penelitian tindakan kelas (PTK) merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan pembelajaran berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersamaan.

Menurut Hopkins (Iskandar, 2012: 21) penelitian tindakan kelas (PTK) adalah kajian yang sistematik dari upaya perbaikan pelaksanaan praktek pendidikan oleh sekelompok guru dalam melakukan tindakan-tindakan dalam pembelajaran, berdasarkan refleksi mereka mengenai hasil dari tindakan-tindakan tersebut.

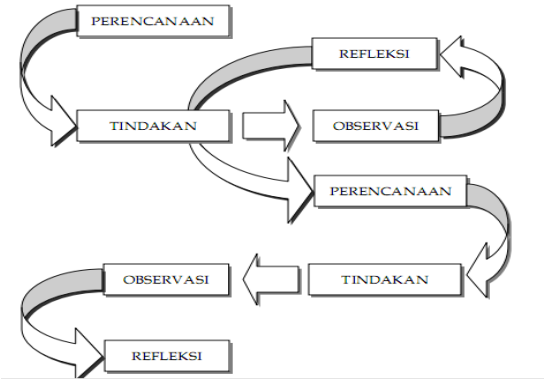
Menurut Kemmis (Ekawarna, 2011: 5) PTK adalah sebuah bentuk inkuiri reflektif yang dilakukan secara kemitraan mengenai situasi sosial tertentu (termasuk pendidikan). Sedangkan Kunandar (Ekawarna, 2011: 5) PTK merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh Guru atau bersama-sama dengan orang lain (kolaborasi) yang bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan mutu proses pembelajaran dikelasnya.

Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut, maka penelitian tindakan kelas dapat disimpulkan sebagai pencermatan terhadap kegiatan belajar yang berupa sebuah tindakan yang diberikan oleh guru dan dilakukan oleh peserta didik yang

bertujuan untuk mengembangankan cara-cara mengatasi suatu permasalahan.

Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode penelitian tindakan kelas terdiri dari dua siklus. Fokus permasalahan perencanaan Tindakan, dan pengamatan tindakan serta refleksi disebut satu siklus. Langkah-langkah pokok yang ditempuh pada siklus I dan siklus II sebagai berikut :1) Perencanaan Tindakan. 2) Pelaksanaan Tindakan. 3) Pengumpulan Data (pengamatan /observasi). 4) Refleksi (Analisis dan *Interprestasi*). 5)Perencanaan tindak lanjut. Pada siklus I terdiri 4 kali pertemuan, sedangkan pada siklus 2 terdiri 3 kali pertemuan, setiap pertemuannya 2 x 35 menit.

Rangkaian dari tiap tahap setiap siklus lebih jelasnya, dapat dilihat pada gambar model penelitian tindakan dari Kemmis dan Mc Taggart (dalam Arikunto, 2010: 137) yaitu berbentuk spiral dari siklus.



Gambar 3.1: Model Penelitian Kemmis dan Mc Taggart
(diadaptasi dari Arikunto, 2010: 137)

Pengertian siklus ini adalah perputaran kegiatan yang terdiri dari perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Prosedur penelitian ini merupakan siklus kegiatan yang terdiri dari dua siklus. Masing-masing siklus meliputi :

1. Perencanaan

   Perencanaan yaitu rencana tindakan apa yang akan dilakukan untuk memperbaiki, meningkatkan atau perubahan perilaku dan sikap sebagai solusi. Perencanaan tindakan yaitu menyusun rencana tindakan dan penelitian tindakan yang akan dilaksanakan dalam pembelajaran pendidkan jasmani olahraga dan kesehatan khusunya lompat jauh gaya jongkok untuk mencapai tujuan penelitian. Perencanaan tersebut yaitu dengan membuat rencana pembelajaran yang menggunakan pendekatan permainan lompat kanguru sebaik mungkin dan dapat dilaksanakan secara efektif dalam berbagai situasi lapangan. Pada tahap ini juga dipersiapkan beberapa perangkat pembelajaran seperti rencana pelaksanaan pembelajaran, silabus, instrumen penelitian, jadwal penelitian, lembar penilaian dan tes hasil belajar peserta didik yang meliputi teknik dasar pada lompat jauh gaya jongkok yakni awalan, tolakan, sikap diudara, mendarat dan jauh lompatan yang digunakan sebagai acuan hasil tes selama melaksanakan tindakan.

2. Tindakan

   Tahap tindakan merupakan tahap apa yang akan dilakukan oleh peneliti sebagai upaya perbaikan, peningkatan atau perubahan yang diinginkan. Pelaksanaan tindakan dilakukan berdasarkan rencana tindakan yang telah dibuat. Pelaksanaan tindakan ini dilakukan oleh guru sebagai peneliti, tetapi dalam proses observasi dilakukan oleh observer yang dibantu oleh teman sejawat dengan menggunakan beberapa alat instrumen penelitian yaitu lembar observasi peserta didik, lembar wawancara dan angket motivasi serta tes hasil belajar peserta didik. Pelaksanaan penelitian ini terdiri dari dua siklus, siklus pertama disajikan empat pertemuan dan siklus kedua tiga pertemuan.

3. Observasi

   Observasi yaitu mengamati atas hasil atau dampak dari tindakan yang dilaksanakan atau dikenakan terhadap pesrta didik. Tahap observasi atau pemantauan merupakan upaya

mengamati pelaksanaan tindakan. Adapun fungsi pokok observasi adalah untuk mengetahui kesesuaian pelaksanaan tindakan dengan rencana tindakan dan untuk mengetahui seberapa jauh pelaksanaan tindakan sedang berlangsung dapat menghasilkan perubahan yang diinginkan. Observasi dilakukan untuk mengamati aktivitas perilaku dan keadaan yang berhubungan dengan pembelajaran.

4. Refleksi

Refleksi yaitu peneliti mengkaji, melihat dan mempertimbangkan atas hasil atau dampak dari tindakan dari berbagai kriteria. Refleksi adalah kegiatan mengulas secara kritis tentang perubahan yang terjadi, baik pada peserta didik, suasana kelas, maupun peneliti. Refleksi merupakan bagian yang amat penting untuk memahami dan memberikan makna terhadap proses dan hasil (perubahan) yang terjadi sebagai akibat adanya tindakan yang dilakukan oleh peneliti, pada tahap ini peneliti merenungkan kembali apa yang telah dilaksanakan di dalam tindakan. Apabila hasil dari tindakan tersebut belum memuaskan, maka tindakan selanjutnya dapat dilanjutkan, tetapi apabila dalam tindakan itu perlu adanya perbaikan, maka tindakan tersebut perlu diulangi secara keseluruhan. Dalam tahap refleksi peneliti mengadakan diskusi dengan teman sejawat di setiap akhir tindakan. Diskusi dilakukan berdasarkan hasil observasi dan hasil tes belajar peserta didik secara langsung untuk menyusun tindakan selanjutnya selain itu juga peneliti merefleksi diri dengan melihat data observasi apakah kegiatan yang dilakukan telah mengenai sasaran atau belum.

B. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas karena penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki proses pembelajaran. Adapun penelitian tersebut menggunakan penelitian deskriptif kualitatif.

C. Subjek Penelitian

Adapun yang menjadi subjek penelitian adalah peserta didik kelas V MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto Tahun Pelajaran 2015/2016.

yang berjumlah 32 orang terdiri dari 19 peserta didik laki-laki dan 13 peserta didik perempuan. Sedangkan yang menjadi objeknya adalah hasil

belajar peserta didik kelas V MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto pada kompetensi dasar olahraga lompat jauh gaya jongkok.

D. Waktu Penelitian

Waktu Penelitian dilaksanakan selama dua bulan yaitu pada bulan Oktober s/d Desember 2014. Pelaksanaan dilakukan pada waktu tersebut dengan alasan ada kesempatan untuk melakukan penelitian mengingat sedang berjalannya program kegiatan belajar mengajar khususnya materi lompat jauh gaya jongkok dan persiapan awal pelaksanaan seleksi porseni sekecamatan Sumobito.

E. Tempat Penelitian

Penelitian tindakan kelas ini bertempat di MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto lokasi tersebut dipilih peneliti dengan mempertimbangkan beberapa alasan. Diantaranya :

1) Karena memiliki aspek pendukung agar penelitian dapat berjalan dengan baik.
2) Mengingat tempat tersebut adalah tempat kerja peneliti.

Ditemukannya masalah-masalah dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya materi ajar lompat jauh gaya jongkok dikelas V MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto,

3) Melalui proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan

kesehatan disekolah bersangkutan yang mempunyai permasalahan tentang hasil belajar peserta didik kelas V yang banyak tidak tuntas berdasarkan

pengamatan kegiatan belajar mengajar selama ini pada kompetensi dasar olahraga lompat jauh gaya jongkok.

4) Pembelajaran pada materi lompat jauh gaya jongkok dalam memanfaatkan modifikasi dan pendekatan permainan dalam pembelajaran masih kurang.
5) Kurangnya sarana prasarana penunjang dalam berolahraga khususnya materi ajar lompat jauh gaya jongkok.

F. Data dan Sumber Data

Bentuk data pada penelitian berupa skor atau nilai hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan permainan lompat kanguru, sumber data diperoleh dari peserta didik kelas V MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto,dan empat teman sejawat serta satu orang sebagai observer pada penelitian penelitian tindakan kelas ini.

G. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian tindakan kelas ini dilakukan untuk mendapatkan data. Dengan menggunakan teknik pengumpulan data yang tepat, maka akan mudah didalam melakukan penelitian, menjadi jelas dan runtut akan langkah-langkah yang dilakukan.

Adapun teknik pengumpulan data yang diperlukan dalam penelitian ini antara lain :

1) Metode Nilai Tes

Tes dilakukan berdasarkan tujuan pembelajaran yang akan dicapai, guna untuk mengukur hasil belajar peserta didik pada saat proses pembelajaran berlangsung, bentuk tes yang diberikan menggunakan empat aspek tes pada lompat jauh gaya jongkok.

2) Metode Observasi

Menurut Sutrisno Hadi (Sugiyono, 2011: 145) mengemukakan bahwa, observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua diantara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan. Tes pengamatan tentang aktivitas peserta didik saat proses kegiatan belajar mengajar berlangsung. Observasi oleh pengamat sejauh mana keterlibatan aktif, kreatif antara guru dengan peserta didik saat proses belajar mengajar.

3) Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variable yang berupa catatan, transkip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, legger, agenda dan sebagainya (Arikunto, 2010: 274).

Seperti telah dijelaskan dalam menggunakan metode dokumentasi ini peneliti memegang *chek-list* untuk mencari variable yang sudah ditentukan. Apabila terdapat atau muncul variable yang dicari, maka peneliti tinggal membubuhkan tanda *check* atau *tally* ditempat yang sesuai. Untuk mencatat hal-hal yang bersifat bebas atau belum ditentukan dalam daftar variable peneliti dapat menggunakan kalimat bebas.

Hasil dari tes kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siklus II ini menunjukkan peningkatan dari siklus 1 ke siklus II. Hasil tes kemampuan lompat jauh gaya jongkok peserta didik menunjukkan 27 peserta didik 84.37% peserta didik mampu mencapai kriteria ketuntasan minimal (skor 70-100). Tambahan, berdasarkan nilai rata-rata per-aspek penilaian lompat jauh gaya jongkok secara keseluruhan juga mampu mencapai kriteria ketuntasan minimal yang sudah ditentukan.

Berdasarkan hasil tes penilaian hasil belajar peserta didik menunjukkan bahwa proses pembelajaran lompat jauh gaya jongkok menggunakan permainan lompat kanguru dengan alat juga

bentuk lapangan yang berbeda pada siklus II ini lebih baik dari pada siklus sebelumnya. Ini dapat dilihat dari persentase ketuntasan peserta didik mulai dari pra siklus, siklus I dan siklus II, hasil persentase ketuntasan ditampilkan pada tabel dan grafik dibawah ini.

Tabel. 4.12 Peningkatan Persentase Ketuntasan Peserta didik

Persentase Ketuntasan Hasil Belajar Peserta didik		
Pra siklus	Siklus I	Siklus 2
21.88%	59.38%	84.38%

Grafik 6
Peningkatan Persentase Ketuntasan

permainan lompat kanguru sudah sangat efektif. Itu dapat disimpulkan bahwa hasil belajar peserta didik lompat jauh gaya jongkok sudah lebih baik dari sebelumnya.

1. Revisi

Setelah melakukan penelitian pada siklus II peneliti berdiskusi kepada teman sejawat untuk menghentikan penelitian pada siklus II karena pada siklus II ini lebih dari 75% peserta didik telah mampu melewati kriteria ketuntasan minimal peserta didik 71-100.

2. Hasil Analisis Siklus II

Berdasarkan hasil pelaksanaan siklus II diatas, terdapat peningkatan dari nilai rata-rata pada siklus I (74.35%) dan nilai rata-rata hasil tes kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siklus II (83.41%). Peningkatan tersebut mencapai 9.06 point. Peningkatan point ini dapat dikategorikan melewati nilai ketuntasan minimal peserta didik yang sudah ditetapkan di sekolahan tersebut.

Hasil diskusi bersama teman sejawat, dapat disimpulkan bahwa penelitian mengenai peningkatan pembelajaran hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan permainan lompat kanguru dengan menggunakan alat gawang paralon (gapalon) dapat dihentikan pada siklus II ini, karena indikator keberhasilan penelitian ini telah tercapai yakni 84.38% peserta didik mampu mencapai kriteria ketuntasan minimal.

Hasil Analisis Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Pendekatan Permainan Lompat Kanguru

Berdasarkan hasil penelitian diatas, peneliti mendeskripsikan hasil penelitian untuk menjawab rumusan masalah yang akan dijelaskan sebagai berikut: "**Apakah melalui pendekatan permainan lompat kanguru dalam pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada peserta didik kelas V MI Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto Tahun Pembelajaran 2014/2015?".**

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti menyimpulkan hasil penelitian yakni dengan menggunakan permainan lompat kanguru sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok. Persentase peningkatannya sebesar 58.38% menjadi 84.38%.

Terakhir, peneliti menyimpulkan bahwa penggunaan permainan lompat kanguru sangat efektif dalam upaya peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok peserta didik dan juga menumbuhkan kegembiraan serta memotivasi peserta didik dalam belajar khususnya pada peserta didik kelas V MI

Syuhada Banjaragung Puri Kab. Mojokerto tahun pembelajaran 2015/2016.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, saran yang dapat disampaikan penyusun sehubungan dengan hasil peneliitian ini, antara lain:

1. Bagi guru, diharapkan agar lebih kreatif, inovasi dan kreatifitas dalam menciptakan model permainan dalam proses pembelajaran khususnya lompat jauh gaya jongkok.
2. Bagi peserta didik, setelah mengikuti pembelajaran lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan permainan lompat kanguru, diharapkan lebih meningkatkan hasil belajar peserta didik khususnya pembelajaran lompat jauh gaya jongkok
3. Bagi sekolah, agar memperbarui sarana dan prasarana berikut alat olahraga sehingga peserta didik dapat mempergunakan fasilitas olahraga dengan baik dan sebagai bahan diskusi kegiatan kelompok kerja (KKG), dan dapat dijadikan referensi.
4. Perlu diadakannya penelitian sejenis pada pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui pembelajaran atletik lainnya dengan memperhatikan faktor-faktor dalam proses pembelajaran.
5. Penelitian lebih lanjut mengenai lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan permainan lompat kanguru sangat diperlukan guna memberi informasi lebih dan terbaru kepada guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. Edisi Revisi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta

Arsyad, Azhar. 2013. *Media Pembelajaran*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada

Bakhtiar Wildan. 2013. Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations. *Pembelajaran Teknik Dasar Lompat Jauh Melalui Permainan Rangkaian 3 Pos Padas Siswa Kelas V SD Negeri Bumijawa 07 Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun 2013.* Universitas Negeri Semarang. Volume 2 No. 11 Hal. 737. 738

Budiningsih, Asri. 2012. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta

Choirudin, Muclis, dkk. 2012. Jurnal Skripsi. *Upaya Peningkatan Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Menggunakan Alat Bantu Pembelajaran Pada Siswa Kelas IV Sd Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012*. Universitas Sebelas Maret Surakarta

Depdiknas, 2008. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka

Dimyati dan Mudjono. 2006. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta

Ekawarna. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Gaung Persada

Iskandar. 2012. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Referensi

Istiyana, Irna , dkk. 2013. Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations. *Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Ban Bekas Bola Plastik*. Universitas Negeri Semarang. Volume 2 No. 1 Hal. 262

Jarver, Jess. 2005. Belajar dan Berlatih Atletik. Bandung: CV. Pionir Jaya.

KOI-ASCA. 2010. *Jurnal Latihan Kebugaran Indonesia*. Jakarta: Gedung Direksi Gelora Bung Karno

Kesuma, Dharma dkk. 2012. *Pendidikan Karakter*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Mardiana, Ade dkk. 2009. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka

Mardianto, Muhammad Isa. 2013. Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations. *Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Pendekatan Pembelajaran Bermain Loncat Katak Pada Siswa Kelas 5 SDN Duwet Kota Pekalongan.* Universitas Negeri Semarang. Volume 2 No. 12 Hal. 750. 751

Perwanto, Heri. 2006. Jurnal Olahraga Prestasi. *Peranan kecepatan lari,*

kekuatan otot tungkai, panjang tungkai pada prestasi lompat jauh. Univesitas Negeri Yogyakarta. Volume 2 No. 2 Hal. 162

Prasetiyawati, Dwi. 2011. Jurnal Penelitian PAUDIA. *Upaya Identifikasi Kreativitas Kader-Kader PAUD di Kecamatan Ungaran Melalui Alat Permainan Edukatif (APE)*. Volume 1 No. 1 Hal 63

Pujianto, Agus. 2009. Jurnal Lembaran Ilmu Kependidikan. *Pengaruh Latihan Heel Raises Duduk Dan Panjang Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok.* PJKR FIK UNNES . Volume 38, No. 1

Purnomo, Adji, Sunyo dan Novianty, Ranni. 2013. *Games for Fun Learning and Teaching*. Bandung: Yrama Widya

Purwatiningsih, Putri, dkk. 2013. Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations. *Pengembangan Model Permainan Lompat Kanguru "Longu" Dalam Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar.* Universitas Negeri Semarang. Volume 2 No. 2 Hal. 211

Rusman. 2012. *Model-model Pembelajaran*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada

Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Prenada Media Group

Sanjaya, Wina. 2011, *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media

Satriyo, Dendi, dkk. 2014. Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations. *Pembelajaran Lompat Jauh Menggunakan Rintangan Tali Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok*. Universitas Negeri Semarang. Volume 3 No. 5 Hal. 1085

Setyawan, Jefry Deska. 2014. Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations. *Meningkatkan Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Permainan Lari Simpai Dan Lompat Balok Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 06 Purwodadi Grobogan Tahun Ajaran 2012/2013.* Universitas Negeri Semarang. Volume 3 No. 2 Hal. 922

Sudjana, Nana. 2011. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya

Sudjana, Nana & Rivai, Ahmad. 2013. *Media Pengajaran*. Bandung: Sinar Baru Algensindo

Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta

Suherman, dadang dkk. 2001.*Pembelajaran Atletik Pendekatan Permainan & Kompetisi.* Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.

Suprijono, Agus. 2011. *Cooperative Learning*. Yogyakarta: Pustaka Belajar

Suyono & Hariyanto. 2014. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Tim Dosen Administrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia. Cetakan Ke-4. 2011. *Management Pendidikan.* Bandung: Alfa Beta

Ulum, Bakhrul. 2013. Jurnal Guru Olahraga. *Penggunaan Pendekatan Bermain Dan Berlomba Untuk Meningkatkan Efektifitas Pembelajaran Tolak Peluru Gaya Membelakangi Pada Siswa Kelas IV di SD Negeri Petung II Kecamatan Pasrepan Kabupaten Pasuruan.* PEDAGOGIA. Volume 2 No. 1 Hal. 15. 18. 19.

Wahyuni, Sri. 2012. *Asesmen Pembelajaran Bahasa Indonesia*. Malang: Universitas Islam Malang

Wiarto, Giri. 2013. *Atletik.* Yogyakarta: Graha Ilmu