

## MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MELALUI PERMAINAN TAMAN LOMPAT PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 1 LEBBEK PAKONG KABUPATEN PAMEKASAN

#### 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:

**MISWANTO** 

NPM: 14.1.01.09.0323P

#### PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI 2016

MISWANTO
Pmb@Unpkediri.Ac.Id
14.1.01.09.0323P



#### HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Oleh:

MISWANTO NPM: 14.1.01.09.0323P

Judul:

MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA
JONGKOK MELALUI PERMAINAN TAMAN LOMPAT PADA SISWA
KELAS V SD NEGERI 1 LEBBEK PAKONG KABUPATEN
PAMEKASAN

Telah disetujui untuk diajukan Kepada PanitiaUjian/Sidang Skripsi Jurusan Penjaskesrek FKIP UN PGRI Kediri

Tanggal:

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.

NIDN. 0015066801

Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or

NIDN.0711038802

MISWANTO Pmb@Unpkediri.Ac.Id 14.1.01.09.0323P



#### **HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi Oleh:

MISWANTO NPM: 14.1.01.09.0323P

#### Judul:

# MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MELALUI PERMAINAN TAMAN LOMPAT PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 1 LEBBEK PAKONG KABUPATEN PAMEKASAN

Telah Dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan Penjaskesrek FKIP UN PGRI Kediri Pada tanggal :

Dan dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

Ketua : Drs. Slamet Junaidi, M.Pd

Penguji I : Renditya Prima Putra, M.Pd.

Penguji II : Ardhi Mardiyanto Indra P, M.Or

RSITAS II Mengetahui,

Dekan FKIP

ME Dr.Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.

NIDN.0716046202

MISWANTO Pmb@Unpkediri.Ac.Id 14.1.01.09.0323P



#### MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MELALUI PERMAINAN TAMAN LOMPAT PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 1 LEBBEK PAKONG KABUPATEN PAMEKASAN

Miswanto
NPM . 14.1.01.09.0323P
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Drs. Slamet Junaidi, M.Pd. <sup>1</sup> Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or<sup>2</sup>
Universitas PGRI Kediri

#### **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas V SD Negeri Lebbek 1 PakongPamekasan tahun pelajaran 2015/2016. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Lebbek 1 PakongPamekasan tahun pelajaran 2015/2016 yang berjumlah 20 siswa terdiri dari 9 siswa putra dan 11 siswa putri. Teknik pengumpulan data dengan tes pengukuran dan observasi proses kegiatan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan alat bantu pembelajaran yaitu taman lompat. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif yang didasarkan pada analisis kualitatif. Prosedur penelitian ini meliputi perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi.

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh simpulan bahwa menggunakan alat bantu pembelajaran dengan taman lompat pendidikan jasmani dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh pada siswa kelas V SD Negeri Lebbek 1 PakongPamekasan tahun pelajaran 2015/2016. Dari hasil analisis yang diperoleh terdapat peningkatan kemampuan lompat jauh gaya jongkok dan persentase ketuntasan hasil belajar siswa, dari kondisi awal, siklus I hingga siklus II. Kemampuan rata-rata lompat jauh gaya jongkok pada kondisi awal (66,66), siklus I (72,12) dan siklus II (79,42), sehingga peningkatan dari kondisi awal hingga siklus II sebesar (12,76). Sedangkan prosentase ketuntasan hasil belajar pada kondisi awal (35%), siklus I (65%) dan siklus II (90%), sehingga peningkatan dari kondisi awal hingga siklus II sebesar (55%).

Kata Kunci: Permainan Taman Lompat, Hasil Belajar, Lompat Jauh Gaya Jongkok

#### **PENDAHULUAN**

#### A. Latar Belakang Masalah

Atletik merupakan cabang olahraga yang mempunyai peran penting untuk menunjang perkembangan gerak anak. Melalui pembelajaran atletik dapat merangsang perkembangan gerak anak ke arah yang lebih baik untuk menguasai gerakan-gerakan dalam cabang olahraga atletik. Hal ini sesuai pendapat Aip Syarifuddin (1992:18) bahwa, "Pembentukan gerak dasar khususnya

**MISWANTO** 

Pmb@Unpkediri.Ac.Id 14.1.01.09.0323P



pembentukan gerak dasar atletik adalah suatu dorongan dalam usaha mengalihkan bentuk-bentuk gerakan yang telah dimiliki anak sebelum memasuki sekolah menjadi bentuk-bentuk gerakan dasar mengarah pada gerakan dasar atletik". Kemampuan gerak anak dapat ditingkatkan melalui pembelajaran atletik. Oleh karena itu, cabang olahraga atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang wajib diajarkan di sekolah-sekolah. Yoyo Bahagia, Ucup Yusuf dan Adang Suherman (1999/2000:1) menyatakan :

Peneliti mengamati pada saat pembelajaran atletik khususnya nomor lompat jauh gaya jongkok, baik siswa putra maupun siswa putri kurang antusias dalam mengikutinya,. Keadaan semacam ini menjadikan masalah, bagaimana caranya agar pembelajaran lompat jauh dapat berjalan dengan baik dan meningkat. Karena dengan keadaan yang demikian, tujuan pembelajaran pun pasti belum tercapai. Setelah melakukan pengamatan, hal ini disebabkan oleh pembelajaran yang pembelajaran monoton atau berorientasi pada pembelajaran teknik, tidak adanya media yang digunakan, alat masih sangat terbatas dan belum mampu membangkitkan kesenangan siswa dalam penyajian materi pembelajaran. Siswasiswi dikelas tersebut masih mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan lompat jauh gaya jongkok. Berdasarkan hasil ulangan harian siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek yang mengeluh capek dan malas mengikuti pembelajaran, sehingga partisipasi Pendidikan Jasmani dalam lompat jauh siswa masih rendah begitu juga dengan nilai ketuntasan hasil belajar masih dibawah nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan yaitu 70. hal ini menunjukan proses pembelajaran yang belum tuntas, guru masih menjadi pusat pembelajaran, gaya mengajar serta pemodifikasian dan media belajar yang masih kurang.

Dalam memilih alat bantu yang digunakan seorang guru juga harus mempertimbangkan tingkat keekonomisan media yang digunakan. Alat bantu yang digunakan dirancang khusus mengembangkan belajar siswa tentang pengetahuan prosedural yang terstruktur dengan baik dan dapat dipelajari selangkah demi selangkah.

Alat bantu bilah, kardus dan ban bekas dalam sebuah pembelajaran akan membuat siswa lebih mudah menangkap materi ajar yang diberikan oleh guru. Dengan alat bantu tersebut dapat mengubah suasana menjadi lebih santai dan menyenangkan, keadaan ini akan membantu menumbuhkan motivasi dan antusiasme terhadap materi ajar lompat jauh gaya jongkok.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti bermaksud mengambil judul tentang "Meningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Permainan Taman Lompat Pada Siswa Kelas V SD Negeri Lebbek 1 Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016".

#### B. Identifkasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, masalah dalam penelitian dapat diidentifikasi sebagai berikut :

 Masih banyak guru pendidikan jasmani kurang paham dan tidak mengetahui pendekatan pembelajaran model bermain yang dapat diterapkan untuk meningkatkan keterampilan lompat jauh gaya jongkok.

MISWANTO



- 2. Belum diterapkannya pendekatan model bermain didalam pembelajaran pendidikan jasmani disekolah dasar.
- 3. Belum diketahui pengaruh pembelajaran lompat jauh menggunakan alat bantu taman lompat sebagai rangsangan tinggi dan jarak terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.
- 4. Belum diketahui hasil pembelajaran lompat jauh dengan alat bantu.
- Perlu pembelajaran yang tepat untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa putra kelas V SD Negeri Lebbek 1 Pakong Kabupaten Pamekasan Tahun pelajaran 2015/2016.

#### C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Bagaimanakah penerapan permainan taman lompat dapat meningkatkan hasil belajar pada lompat jauh gaya jongkok Siswa Kelas V SD Negeri Lebbek 1 Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan?

#### D. Definisi Operasional Variabel

- 1. Hasil belajar lompat jauh gaya jongkok yang di maksud hasil belajar lompat jauh gaya jongkok adalah hasil belajar psikomotor,afektif dan kognitif siswa dalam pembelajaran lompat jauh.
- 2. Taman lompat adalah suatu permainan dengan menggunakan alat bantu :
  - 1. Bilah Bilah yang digunakan terbuat dari bambu dengan panjang 1 m yang di belah menjadi 4 bagian.
  - Kardus
     Kerdus yang di gunakan adalah
     kardus bekas mi instan atau bekas
     minuman mineral atau kardus bekas
     kopi dengan dua macam ukuran yang
     berbeda.

3. Ban
Ban yang di gunakan adalah ban
bekas motor dengan ukuranyang
sama

#### E. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok Siswa Kelas V SD Negeri Lebbek 1 Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan melalui permainan taman lompat.

#### F. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1. Bagi Siswa Kelas V SD Negeri Lebbek 1 Kecamatan Pakong
  - a. Hasil permainan taman lompat meningkatkan minat dan kemampuan siswa dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok ,serta mendukung pencapaian prestasi lompat jauh gaya jongkok.
  - b. Menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan dan meningkatkan peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas serta meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.
- 2. Bagi Guru Penjas SD Negeri Lebbek
  - a. Untuk meningkatkan kreatifitas Guru di Sekolah dalam membuat dan mengembangkan media bantu pembelajaran yang dimodifikasi, dalam rangka perancangan pembelajaran yang PAIKEM.
  - b. Sebagai bahan masukan guru dalam memilih alternatif pembelajaran yang akan dilakukan.

**MISWANTO** 



- c. Untuk meningkatkan kinerja dan kreatifitas guru dalam menjalankan tugasnya secara professional, terutama dalam pengembangan media alat bantu pembelajaran.
- 3. Bagi Sekolah SD Negeri Lebbek 1

Dapat di jadikan masukan penerapan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan yang baik khususnya bidang studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siswa kelas V SD Negeri Lebbek 1 Pakong Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016.

#### G. Hipotesis Tindakan

Melalui keranngka pemikiran yang telah disusun sebelumnya maka dapat dirumuskan hipotesis terhadap penelitian sebai berikut: "Melalui Alat bantu Taman Lompat dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas V SD Negeri Lebbek 1 Pakong Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016"

#### **METODE PENELITIAN**

#### A. Tempat dan Waktu Penelitian

#### 1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 1 Lebbek UPT Dinas Pendidikan Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan.

#### 2. Waktu Penelitian

Pelaksanaan ini dilaksanakan mulai bulan November-Desember 2015

#### B. Subyek Penelitian

Subyek Penelitian Tindakan Kelas ini adalah siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek tahun ajaran 2015/2016 yang berjumlah 20 siswa terdiri dari 11 siswa putri dan 9 siswa putra.

#### C. Data dan Sumber Data

Data dan Sumber dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini adalah sebagai berikut:

- 1. Data tentang hasil lompatan, di peroleh dari siswa.
- 2. Kebenaran tehnik lompat jauh gaya jongkok di peroleh dari siswa.
- 3. Aktifitas guru di peroleh dari peristiwa atau kejadian saat berlangsungnya KBM.

#### HASIL TINDAKAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Pratindakan

Sebelum melaksanakan proses penelitian, terlebih dahulu peneliti mempelajari hasil belajar siswa yang telah dilakukan oleh siswa. Ternyata hasil belajar siswa pada pembelajaran lompat jauh gaya jongkok oleh siswa mayoritas rendah dan di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) = 70. Berikut ini hasil evaluasi belajar siswa pada kondisi sebelum diadakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) pada materi lompat jauh gaya jongkok dapat dijelaskan pada tabel berikut ini.

Berdasar dari tabel diatas dapat dilihat perkembangan dari peserta didik kita dikala diberikan metodologi yang bervariatif. dengan menggunakan modifiksi alat bantu pembelajaran bilah, kardus bekas, ban bekas dan bola kaki, persentase siswa yang melampaui nilai KKM adalah 13 anak dengan persentase 65% sedangkan siswa yang tidak lulus KKM adalah 7 anak dengan persentase 35 %.

#### Pelaksanaan Siklus II

Berdasarkan data dari kondisi pada siklus pertama lompat jauh gaya jongkok siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek

MISWANTO Pmb@Unpkediri.Ac.Id 14.1.01.09.0323P



Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan pelajaran 2015/2016. persentase nilai perlu ditingkatkan dengan pembelajaran yang tepat yaitu membuat siswa tertarik, tidak bosan, tidak cepat lelah dan mudah melakukannya dengan cara memodifikasi alat bantu pembelajaran pendidikan jasmani. Pembelajaran ini bentuk semacam merupakan pembelajaran yang dapat mendatangkan ketertarikan, kemudahan sehingga rasa senang muncul pada siswa.

Berdasarkan data yang terkumpul dan data hasil diskusi dengan kolabolator, Peneliti melakukan refleksi hasil atas tindakan yang telah dilakukan.Refleksi ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan lompat jauh gaya jongkok siswa sangat bagus dan optimal. Jumlah siswa yang tuntas belajar menjadi menjadi 18 siswa (90%) dan tidak tuntas 2 siswa (10%) pada siklus II. Rata-rata hasil belajar siswa meningkat dari 72,12 pada siklus I menjadi 79,42 pada siklus II.

Pencapaian target pada ketuntasan belajar yang mencapai 90% dan perubahan perilaku belajar yang ditunjukkan pada meningkatnya kedisiplinan siswa dalam menngikuti pembelajaran, keantusiasan dan kesemangatan siswa dalam memperhatikan penjelasan dan perintah guru, sportivitas dalam melaksanakan praktik, serta rasa percaya diri yang tinggi dalam melakukan lompat jauh dengan menggunakan alat bantu pembelajaran berupa bilah, karus bekas, ban bekas dan bola, hal ini menunjukkan bahwa usaha perbaikan pembelajaran tercapai melampaui target yang ditetapkan. Sedangkan upaya untuk mengatasi kelemahan pembelajaran pada siklus II pembelajaran berikutnya untuk jika menemui kendala yang sama adalah dengan mengadakan materi pengayaan pada siswa yang benar-benar sudah menguasai materi sehingga mereka tidak mengganggu teman yang baru bisa melaksanakan praktik. Karena sudah melampaui target yang diharapkan yaitu 90% dari jumlah siswa satu kelas ada 2 anak yang belum tuntas belajar maka penelitian tindakan kelas ini dapat diakhiri pada siklus II.

Perbandingan peningkatan nilai lompat jauh gaya jongkok siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan dari siklus I ke siklus II disajikan dalam bentuk tabel berikut:

Table 4.6: perbandingan peningkatan nilai lompat jauh gaya jongkok siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016 dari siklus I ke siklus II

Rata-rata nilai lompat jauh gaya jongkok	Rata-rata nilai siklus II	Rata-rata peningkatan nilai lompat jau
siklus I	70.12	7.0
72,12	79,42	7,3

Jika data diatas dimasukkan kedalam sebuah diagram akan seperti berikut ini grafik peningkatan nilai lompat jauh gaya jongkok siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016 dari siklus I ke siklus II sebagai berikut :

Berdasarkan grafik tersebut diatas menunjukan bahwa nilai lompat jauh gaya jongkok siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016 mengalami peningkatan yang cukup baik.

**MISWANTO** 



Hal ini terlihat dari nilai lompat jauh gaya jongkok mengalami peningkatan dari kondisi siklus 1 ke siklus 2 rata-rata sebesar 7,3.

Dari tabel diatas dapat diketahui persentase dari kondisi awal siswa, pada kondisi awal ketuntasan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016 dengan kategori tuntas sebanyak 7 siswa (35%) dan kategori tidak tuntas sebanyak 13 siswa (65%).

#### 1. Persentase Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar Pada Siklus I

Persentase ketuntasan hasil belajar siklus I siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016 disajikan dalam bentuk tabel berikut :

Tabel 4.8: Prosentase ketuntasan hasil belajar siklus I siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016

Renta ng Nilai	Keteran gan	Krite ria	Juml ah Anak	Persent ase (%)
>80	Baik	Tunta	-	
	sekali	S		
75-79	Baik	Tunta	6	30
		S		
70-74	Cukup	Tunta	7	35
		S		
65-69	Kurang	Tidak	6	30
		tunta		
		S		
<64	Kurang	Tidak	1	5
	sekali	tunta		
		S		
Jumlah		20	100%	

Berdasarkan tabel tersebut menunjukan bahwa, pada siklus I ketuntasan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016 dengan tuntas sebanyak 13 siswa (65%) dan kategori tidak tuntas sebanyak 7 siswa (35%).

#### 2. Persentase Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar Pada Siklus II

Persentase ketuntasan hasil belajar siklus I siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016 disajikan dalam bentuk tabel berikut:

Tabel 4.9.: Prosentase ketuntasan hasil belajar siklus II siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016

Renta ng Nilai >80	Keteran gan Baik	Krite ria	Juml ah Anak	Persent ase (%)
	sekali	S		
75-79	Baik	Tunta	5	25
		S		
70-74	Cukup	Tunta	4	20
		S		
65-69	Kurang	Tidak	2	10
		tunta		
		S		
<64	Kurang	Tidak	-	-
	sekali	tunta		
		S		
Jumlah		20	100%	

Berdasarkan tabel tersebut menunjukan bahwa, pada siklus I ketuntasan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016 dengan tuntas

MISWANTO Pmb@Unpkediri.Ac.Id 14.1.01.09.0323P



sebanyak 18 siswa (90%) dan kategori tidak tuntas sebanyak 2 siswa (10%).

#### B. Pembahasan Hasil Penelitian

Penelitian tindakan kelas yang telah di laksanakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dengan materi lompat jauh gaya jongkok melalui penerapan alat bantu dapat meningkatkan semangat siswa, keaktifan siswa, kegembiraan siswa dan suasana kelas menjadi lebih baik, sehingga tujuan dari pembelajaran pun akan mudah tercapai dengan optimal. Dalam hal ini penguasaan siswa terhadap materi pembelajaran lompat jauh

#### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN A. Simpulan

Proses Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016 dilaksanakan dalam dua siklus dan berjalan dengan lancar. Setiap siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu: (1) perencanaan tidakan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah diungkapkan pada BAB IV, diperoleh simpulan bahwa melalui penerapan alat bantu taman lompat, dapat digunakan untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas V SD Negeri 1 Lebbek Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016. Dari hasil analisis diperoleh, terdapat peningkatan yang signifikan dari siklus I dan siklus II. Kemampuan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok pada siklus I dalam persentase kelulusan adalah 65% jumlah siswa yang mencapai batas KKM adalah 13 siswa.

Pada siklus II terjadi peningkatan persentase kelulusan sebesar 90% dengan 18 siswa berhasil mencapai batas KKM dari keseluruhan jumlah siswa.

#### B. Implikasi

Penelitian ini memberikan suatu gambaran yang jelas bahwa keberhasilan proses pembelajaran tergantung pada beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut berasal dari pihak guru maupun siswa serta alat/media pembelajaran yang digunakan.

Kemampuan guru dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi, mengelola kelas, metode yang digunakan dalam proses pembelajaran, serta teknik yang digunakan guru sebagai sarana untuk menyampaikan materi. Faktor dari siswa yaitu, minat dan motivasi dalam mengikuti proses pembelajaran, ketersediaan alat/media pembelajaran yang menarik dapat membantu siswa dalam mengikuti pembelajaran, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal.

juga Penelitian ini memberikan yang jelas bahwa deskripsi dengan modifikasi alat bantu pembelajaran dapat meningkatkan motivasi (baik proses maupun hasil), sehingga penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu pertimbangan bagi guru yang ingin menggunakan taman lompat pembelajaran untuk lompat jauh. Bagi guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu alternative dalam melaksanankan proses pembelajaran Penjaskes, khususnya yang berkaitan dengan peningkatan hasil belajar lompat jauh pada pembelajaran lompat jauh yang efektif dan menarik yang membuat siswa lebih aktif, antusias serta menghilangkan persepsi siswa mengenai pebelajaran lompat jauh yang pada awalnya

**MISWANTO** 



membosankan menjadi pelajaran yang menyenangkan.

#### C. Saran

Berikut ini saran-saran yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk meningkatkan pembelajaran jasmani dalam hal ini untuk cabang atletik, antara lain:

#### 1. Bagi Sekolah SD Negeri 1 Lebbek

Alat dan fasilitas yang digunakan untuk pembelajaran ditambah atau dilengkapi, sehingga guru dalam hal ini dapat mengajar baik dan siswa dapat menerima materi dengan optimal.

#### 2. Bagi Guru SD Negeri 1 Lebbek

Sebaiknya pembelajaran lompat jauh dalam penyampaian materinya ditambah dengan modifikasi alat bantu pembelajaran yang mengarah pada teknik dan materi yang akan dilaksanakan.

#### 3. Bagi siswa SD Negeri 1 Lebbek

Bersikap aktif,antusias,semangat dalam mengikuti pembelajaran, sehingga pembelajaran yang diikuti akan lebih bermanfaa.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Agus Kristiyanto,2010. Penelitian Tindakan kelas (PTK) Dalam Pendidikan Jasmani dan Kepelatihan Olahraga. Cetakan 1. Surakarta. UNS Pres

Aip Syarifudin,1992. *Atletik*. Jakarta: Depdikbud

Aip Syarifudin (2005). *Materi pokok Azas* dan Falsafat penjaskes; 1-9; PPDO2201/3 SKS Jakarta Univesitas Terbuka

Djumidar, 2004. *Materi Pokok dasar-dasar atletik*; 1-12 PPDO2101/4

SKS/Djumidar.—cet.11 Jakarta: Universitas Terbuka

Dr.I G.A.K.Wardani,M.Sc.,Ed.,(2005), Psikologi Belajar MKDK2103 /2 SKS/MODUL 1-6

Engkos Kosasih, 1985. *Plyometrics Explosif Power Traning*. Disarikan.
Jakarta Menpora.

Mardiana, Ade.2011. *Materi Pokok Pendidikan Jasmani dan Olahraga*PDGK4208/3/SKS/ Ade Mardiana,

Purwandi, Wira Indra Satya

cet,7:Ed1 Jakarta. Universitas

Terbuka

Sugihartono (2007), *Psikologi Pendidikan*, Yogyakarta. Press

Soegito. 1992. *Atletik I.* Surakarta: UNS Press.

Soedarminto, 1992. *Kinesiologi*. Jakarta : Depdikbud.

Soetoto Pontjopoetro, 2005. Permainan Anak, Tradisional dan Aktifitas Ritmik, Universitas Terbuka

Sport education, *Upaya Memodifikasi Pembelajaran Penjas*. Fantastic Sport.blog sport.com di unduh tanggal 27 Juni 2012

Sugiyanto, 2004. *Perkembangan dan belajar Motorik*, Universitas Terbuka Tamsir Riyadi (1982). *Petunjuk Atletik*. Yogyakarta: FKIP IKIP

Peneliti:

MISWANTO NPM: 14.1.01.09.0323P

**MISWANTO** 

Pmb@Unpkediri.Ac.Id 14.1.01.09.0323P