MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MELALUI ALAT BANTU BOLA YANG DIGANTUNG PADA SISWA SD NEGERI BANGKES 6 KADUR 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 :

Fauzan

NPM : 14.1.01.09.0524P

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2016

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Oleh :

FAUZAN

NPM : 14.1.01.09.0524P

Judul :

MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MELALUI ALAT BANTU BOLA YANG DIGANTUNG PADA SISWA SD NEGERI BANGKES 6 KADUR 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.	**Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or**
NIDN. 0015066801	**NIDN.0711038802**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Oleh :

FAUZAN

NPM : 14.1.01.09.0524P

Judul :

MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MELALUI ALAT BANTU BOLA YANG DIGANTUNG PADA SISWA SD NEGERI BANGKES 6 KADUR KABUPATEN PAMEKASAN

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

Dan dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Ketua	: Drs. Slamet Junaidi, M.Pd	
Penguji I	: Renditya Prima Putra, M.Pd.	
Penguji II	: Ardhi Mardiyanto Indra P, M.Or	

Mengetahui,
Dekan FKIP

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

MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MELALUI ALAT BANTU BOLA YANG DIGANTUNG PADA SISWA SD NEGERI BANGKES 6 KADUR KABUPATEN PAMEKASAN

FAUZAN
NPM . 14.1.01.09.0524P

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.[1] Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or[2]
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas V SD Negeri Bangkes 6 KadurPamekasan tahun pelajaran 2015/ 2016. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Bangkes 6 KadurPamekasan tahun pelajaran 2015/ 2016 yang berjumlah 21 siswa terdiri dari 15 siswa putra dan 6 siswa putri. Teknik pengumpulan data dengan tes pengukuran dan observasi proses kegiatan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan alat bantu modifikasi pembelajaran. 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 bola yang digantung padapendidikan jasmani dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh pada siswa kelas V SD Negeri Bangkes 6 KadurPamekasan 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 gayajongkok pada kondisi awal (68,14), siklus I (72.04) dan siklus II (75,71), sehingga peningkatan dari kondisi awal hingga siklus II sebesar (3.67). Sedangkan prosentase ketuntasan hasil belajar pada kondisi awal (38,09%), siklus I (61,90%) dan siklus II (90,47%), sehingga peningkatan dari kondisi awal hingga siklus II sebesar (28,57%).

Kata Kunci : Alat Bantu Bola Yang Digantung, Hasil Belajar, Lompat Jauh Gaya Jongkok

I. LATAR BELAKANG

A. Latar Belakang Masalah

Lompat jauh merupakan pembelajaran cabang atletik yang kurang diminati oleh siswa. Hal ini terlihat dari kurangnya antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik. Kurangnya antusias siswa dapat disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya penyajian materi yang kurang variatif sehingga menyebabkan siswa malas dalam mengikutinya. Pembelajaran atletik hanya dikenalkan sebagian kecil atau sekilas, pembelajaran hanya berorientasi pada pembelajaran teknik, setelah itu pembelajaran dilanjutkan kegiatan yang lain, misalnya bermain sepak bola. Keadaan semacam ini sering terjadi apabila pembelajaran teknik sudah selesai, sehingga orientasi siswa tidak tertuju kepada materi pembelajaran (atletik), tetapi pada bermain sepak bola yang akibatnya kurang baik bagi cabang atletik. Pada pembelajaran atletik terkesan kurang tuntas.

Berkaitan dengan nomor-nomor atletik, penelitian ini akan mengkaji dan meneliti lompat jauh gaya jongkok. Hal ini karena, para siswa pada umumnya belum menguasai teknik dasar lompat jauh gaya jongkok, bahkan para siswa kurang senang dengan pembelajaran atletik. Pembelajaran penjas secara tradisional yaitu, guru menerangkan materi pelajaran yang diajarkan, kemudian memberikan contoh dan siswa harus mengulang-ulang sampai materi yang dipelajari dikuasai siswa. Jika materi belum dapat diselesaikan, maka pada pertemuan berikutnya diulang kembali. Pembelajaran seperti ini sangat menoton, siswa merasa jenuh, siswa harus mengikuti semua instruksi dari guru, bahkan terkadang siswa merasa takut dengan gurunya bila tidak dapat melaksanakannya.

Lompat jauh gaya jongkok dianggap mudah karena tidak banyak gerakan yang harus dilakukan pada saat melayang di udara, jika dibandingkan dengan gaya lainnya. Salah satu hal yang harus diperhatikan pada gaya jongkok terletak pada membungkukkan badan dan menekuk kedua lutut serta menjulurkan kedua kaki ke depan dengan kedua lengan tetap ke depan untuk mendarat.

Di lain pihak, melalui hasil pengamatan dan observasi pada siswa Kelas V SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016 pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dalam materi lompat jauh gaya jongkok Pembelajaran di kelas tersebut belum menunjukan proses pembelajaran atletik yang efektif. Siswa terkadang mengalami kesulitan dalam mempraktikan teknik dasar lompat jauh sesuai dengan yang diinstruksikan guru, oleh karena siswa kurang mampu memahami secara penuh teknik gerakan lompat jauh yang benar

seperti yang dicontohkan, baik melalui penjelasan secara verbal maupun unjuk kerja yang dicontohkan oleh model. Seperti apa gerakan tangan dan kaki, maupun koordinasi gerakan lompat jauh secara keseluruhan belum dapat dipahami oleh siswa, karena siswa merasa bosan mengikuti proses pembelajaran yang di berikan oleh guru selama ini. Kurangnya pemahaman dan partisipasi siswa dalam mengikuti pelajaran akan menurunkan tingkat keberhasilan siswa dalam belajar, oleh karena itu diperlukan suatu tindakan yang mampu melibatkan partisipasi siswa dan sekaligus dapat digunakan untuk mempermudah siswa dalam mengikuti proses pembelajaran demi tercapainya tujuan pembelajaran yang direncanakan.

Diharapkan dengan Penelitia Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan dapat memberikan jalan keluar dari permasalahan yang selama ini dihadapi oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada umumnya dan pembelajaran teknik lompat jauh pada khususnya, serta mampu memperbaiki proses pembelajaran pendidikan jasmani yang akhirnya mampu meningkatkan partisipasi aktif dan kemampuan siswa dalam bidang olahraga pada umumnya, dibidang penguasaan teknik dasar lompat jauh.

Menerapkan model pembelajaran yang tepat adalah sangat penting dalam pembelajaran lompat jauh pada siswa sekolah. Dengan model pembelajaran yang baik dan tepat, direncanakan dengan baik, disesuaikan dengan kondisi dan karakteristik siswa, aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan, maka pembelajaran penjas akan berjalan dengan baik dan tujuan pembelajaran akan tercapai. Di samping itu juga, siswa akan termotivasi dalam belajarnya, merasa senang karena bentuk pembelajaran yang dilakukan sesuai dengan kondisi dirinya. Tetapi sebaliknya, jika pembelajaran tidak sesuai dengan kondisi dan karakteristik siswa, maka siswa akan merasa bosan dan jenuh, sehingga siswa akan malas melaksanakan tugas ajar, sehingga motivasi belajarnya menurun. Bagaimanakah model pembelajaran pendidikan jasmani khususnya nomor lompat jauh gaya jongkok pada siswa Kelas V SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016, apakah penerapan model pembelajaran melalui alat bantu bola yang digantung sudah diterapkan secara optimal ataukah sebaliknya belum mengetahui model pembelajaran melalui alat bantu bola yang digantung. Untuk mengetahui sejauh mana optimalisasi penerapan model pembelajaran melalui alat bantu bola yang digantung, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul, ”Meningkatkan Hasil Belajar

Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Alat Bantu Bola Yang Digantung Pada Siswa Kelas V SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur 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 :

1. Masih banyak guru pendidikan jasmani kurang paham dan tidak mengetahui modifikasi pembelajaran bermain yang dapat diterapkan untuk meningkatkan keterampilan lompat jauh gaya jongkok.
2. Belum diterapkannya modifikasi pembelajaran bermain didalam pembelajaran pendidikan jasmani disekolah dasar.
3. Belum diketahui hasil pembelajaran lompat jauh dengan alat bantu.
4. Perlu pembelajaran yang tepat untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa putra kelas V SD Negeri Bangkes 6 Kadur Kabupaten Pamekasan Tahun pelajaran 2015/2016.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah tersebut diatas, maka masalah dalam penelitian ini adalah : Bagaimanakah penerapan model pembelajaran melalui alat bantu bola yang digantung dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa Kelas V SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016?

Definisi Oprasional Variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Alat Bantu Pembelajaran.

   Alat bantu yang digunakan dalam penelitian ini adalah bilah, kardus, tali/rafia dan bola plastik yang digantung diatas bak pasir dengan ketinggian dan jarak secara bertahap. Pembelajaran lompat jauh dengan alat bantu tersebut yaitu agar siswa melakukan teknik lompatan dengan benar dan jauhnya lompatan bisa lebih jauh lagi.
2. Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok.

   Hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dalam penelitian ini adalah dilihat dari proses pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan alat bantu pembelajaran. Pada penelitian ini hasil belajar diperoleh melalui tiga aspek penilaian (assasment) yang terdiri atas aspek afektif, kognitif dan psikomotor.
3. Siswa Kelas V SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016.

   Siswa Kelas V SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016 berjumlah 21 siswa. Dengan rincian siswa putra terdiri atas 14 anak dan siswa putri 7 anak.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan di atas maka penelitian ini bertujuan untuk meningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok melalui alat bantu bola yang digantung pada siswa Kelas V SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016.

E. Manfaat Penelitian

Masalah dalam penelitian ini penting untuk diteliti dengan harapan dapat memberi manfaat antara lain :

1. Dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok bagi siswa Kelas V SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016.
2. Dapat dijadikan sebagai masukan dan pedoman bagi guru penjaskes SD Negeri 6 Bangkes Kabupaten Pamekasan tentang pentingnya pembelajaran dengan alat bantu agar diperoleh hasil belajar yang maksimal.
3. Dapat dijadikan sebagai pedoman untuk menentukan dan memilih pembelajaran yang lebih baik dan efektif untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok untuk siswanya.

F. Hipotesis Tindakan

Melalui keranngka pemikiran yang telah disusun sebelumnya maka dapat dirumuskan hipotesis terhadap penelitian sebai berikut: ”Melalui Alat Bantu Pembelajaran Bola Yang Digantung dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas V SD Negeri Bangkes 6 Kadur Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016”

METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilaksanakan di SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan. Alasan peneliti memilih tempat penelitian di SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan, karena hasil pembelajaran cabang atletik khususnya nomor lompat jauh gaya jongkok di SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan tersebut masih rendah sehingga perlu ditingkatkan agar motivasi pembelajaranya dapat tercapai dengan baik melalui model pembelajaran dengan alat modifikasi.

2. Waktu Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilaksanakan bulan November sampai dengan Desember 2015. Penelitian ini akan dilaksanakan pada dua siklus. Setiap siklus mempunyai kesempatan dua kali pertemuan, namun pertemuan bisa ditambah lagi sebelum mencapai target capaian yang ditentukan oleh guru dan peneliti. Waktu pelaksanaan tindakan dari awal siklus, siklus I, kemudian siklus II.

B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016 yang berjumlah 21. Dengan rincian siswa putra terdiri atas 15 anak dan siswa putri 6 anak.

C. Data dan Sumber Data

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

1. Siswa, untuk mendapatkan data tentang lompat jauh gaya jongkok dengan penerapan pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016.
2. Kolaborator, untuk melihat tingkat keberhasilan penerapan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok di SD Negeri 6 Bangkes tahun pelajaran 2015/2016.
3. Kejadian-kejadian selama pembelajaran : data tentang aktivitas guru, aktivitas siswa, dan pelaksanaan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.
4. Dokumentasi : kurikulum, silabus, RPP, dan catatan hasil belajar lompat jauh.

D. Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi informasi tentang keadaan siswa dilihat dari aspek kualitatif. Aspek kualitatif berupa catatan lapangan pelaksanaan pembelajaran, hasil observasi dengan berpedoman pada lembar observasi.

HASIL TINDAKAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Pratindakan

Sebelum melaksanakan proses penelitian, terlebih dahulu peneliti melakukan kegiatan survei untuk mengetahui keadaan nyata di lapangan. Hasil dari survei awal sebagai berikut :

1. Siswa kelas V SD Negeri 6 Bangkes Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016 yang mengikuti pelajaran Penjas berjumlah 21 anak yang terdiri atas 15 siswa putra dan 6 siswa putri. Dilihat dari hasil penilaian harian siswa yang nilainya baik pada pelajaran Penjas, khususnya yang berhubungan dengan materi lompat jauh gaya jongkok hanya berjumlah 8 siswa, dan selebihnya belum tuntas dalam mengikuti pelajaran lompat jauh gaya jongkok.
2. Kurangnya fokus atau perhatian siswa saat pembelajaran Penjas
   Dari pengamatan yang dilakukan observer, siswa cenderung sulit diatur saat pembelajaran penjas berlangsung.
3. Belum pernah menggunakan model pembelajaran dengan alat bantu dalam pembelajaran Penjas

   Hal tersebut dapat dilihat bahwa selama ini pembelajaran Penjas dilakukan guru hanya berupa pembelajaran tanpa alat, seperti dalam

pembelajaran lompat jauh siswa disuruh berdiri mengelilingi bak lompat, kemudian guru meniup peluit dan siswa melompat ke dalam bak.

Berdasarkan data awal yang diperoleh, dapat diketahui bahwa nilai yang menunjukkan angka ketuntasan 38,09% dari jumlah keseluruhan siswa. Ini berarti 13 siswa dari 21 siswa belum mencapai batas KKM yaitu nilai 70. Jumlah dari nilai siswa yang mendapat nilai dibawah 70 menjadi bukti nyata bahwa kemampuan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok siswa di kelas V belum mampu mencapai batas ketuntasan belajar siswa.

Data-data tersebut diatas dijadikan acuan peneliti dalam melaksanakan perbaikan pembelajaran dalam bentuk penelitian tindakan kelas sehingga diharapkan hasil belajar siswa dapat meningkat sesuai yang diharapkan.

B. Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus

Tujuan penelitian dapat dicapai melalui pengambilan data terhadap sampel yang telah ditentukan. Data yang dikumpulkan dari hasil tes kemampuan lompat jauh gaya jongkok dan nilai ketuntasan hasil belajar sebelum diberi pembelajaran penjas dengan alat bantu pembelajaran, dan setelah diberi siklus 1 dan siklus 2. Berikut ini disajikan secara berturut-turut pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) sebagai berikut :

1. Siklus I

Berdasarkan diskripsi tabel gambar 4.4, pada akhir siklus I dapat dilihat siswa yang sudah mencapai batas KKM. Angka ini menunjukkan 61,90% dari jumlah siswa di Kelas V SD Negeri Bangkes 6 Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan telah tuntas. Persentase ini sudah melebihi target capaian yaitu 60%. Maka proses tindakan dilanjutkan ke Siklus II.

2. Siklus II

Berdasarkan gambar 4.9 dapat dilihat bahwa persentase ketuntasan keadaan siswa pratindakan yang semula 38,09% meningkat menjadi 61,90% pada siklus I dan masih meningkat lagi menjadi 90,47% pada siklus II Peningkatan ini merupakan peningkatan secara aspek psikomotor, afektif dan kognitif siswa. Indikator target capaian yang sudah terpenuhi, maka penelitian bisa diakhiri.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil pelaksanaan tindakan pada siklus I dan II dapat dinyatakan bahwa terjadi peningkatan kualitas pembelajaran (baik proses maupun hasil) dari siklus satu ke siklus dua.

Berdasarkan tindakan-tindakan tersebut, peneliti berhasil melaksanakan pembelajaran dengan alat bantu yang mampu menarik perhatian siswa, yang berakibat pada meningkatnya kualitas proses dan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Selain itu,

penelitian ini juga bermanfaat untuk meningkatkan kinerja guru Penjas dalam melaksanakan pembelajaran yang efektif dan menarik di lapangan. Keberhasilan penerapan alat bantu pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok ini dapat dilihat dari indikator-indikator sebagai berikut.

1. Siswa terlihat tertarik dalam mengikuti pembelajaran dengan alat bantu
   Hal ini dapat dilihat dari antusiasme dan semangat siswa dalam merespons stimulus dari peneliti. Siswa merasa mendapatkan sesuatu yang baru dan berbeda dalam materi pembelajaran.
2. Siswa yang sudah mampu melakukan pembelajaran dengan alat bantu
   Dari setiap materi pembelajaran dengan alat bantu yang diberikan, nilai dari hasil tes yang telah dilakukan menunjukkan peningkatan dari siklus I sampai siklus II. Pada awalnya siswa memang kesulitan dalam melakukan pembelajaran namun, guru selalu mengulang bagian mana yang belum jelas dan mengoreksi kesalahan siswa, serta meminta siswa untuk menanyakan pembelajaran yang belum jelas, kemudian guru menjelaskan mengenai pembelajaran yang sukar tersebut.
3. Guru Penjas sudah mampu membangkitkan minat siswa
   Hal ini dapat dilihat pada sikap siswa saat mengikuti kegiatan belajar mengajar. Siswa terlihat antusias dan semangat. Selain itu model pembelajaran dengan alat bantu ini juga dapat meningkatkan kreatifitas dan menciptakan lingkungan belajar gembira.

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Simpulan

Proses Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas V SD Negeri Bangkes 6 Kecamatan Kadur 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 bola yang digantung, dapat digunakan untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas V SD Negeri Bangkes 6 Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016. Dari hasil analisis yang 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 61,90% jumlah siswa yang mencapai batas KKM adalah 15 siswa. Pada siklus II terjadi peningkatan persentase

kelulusan sebesar 90,49% dengan 19 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.

Penelitian ini juga memberikan deskripsi yang jelas bahwa, dengan penggunaan alat bantu dapat meningkatkan motivasi belajar siswa (baik proses maupun hasil), sehingga penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu pertimbangan bagi guru yang ingin menggunakan media yang berupa peralatan yang sederhaha seperti kardus, tali, bola plastik bekas, dan lain sebagainya, sebagai media alternatif dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok. Bagi guru bidang studi Pendidikan Jasmani dan Olahraga, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu alternatif dalam melaksanakan proses pembelajaran Penjas khususnya yang berkaitan dengan peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok yang efektif dan menarik yang membuat siswa lebih aktif serta menghapus persepsi siswa mengenai pembelajaran Penjas yang pada awalnya membosankan menjadi pembelajaran yang menyenangkan.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disarankan beberapa hal, khususnya kepada para guru Pernjasorkes SD Negeri Bangkes 6 Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan sebagai berikut :

1. Guru Penjas hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi, serta dalam mengelola kelas, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat terus meningkat seiring dengan peningkatan kemampuan yang dimilikinya. Selain itu, guru hendaknya mau membuka diri untuk menerima berbagai bentuk masukan, saran, dan kritikan agar dapat lebih memperbaiki kualitas mengajarnya.
2. Guru Penjas hendaknya lebih kreatif dan inovatif dalam menerapkan metode untuk menyampaikan materi pembelajaran

dalam hal ini khususnya materi lompat jauh gaya jongkok.

Dengan penerapan alat bantu pembelajaran yang berasal dari barang bekas dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dan dapat meningkatkan aktivitas siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Agus Kristiyanto, dkk. 2011. *Modul PLPG Model, Media, dan Evaluasi Pembelajaran Guru Penjasorkes.* Surakarta : UNS Press.

_____. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas Dalam Pendidikan Jasmani & Kepelatihan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.

Aip Syarifuddin & Muhadi. 1992. *Atletik.* Jakarta : Depdikbud. Dirjendikti. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Aunurrahman. 2010. *Belajar Dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.

Dina Indriana. 2010. *Ragam Alat Bantu Media Pengajaran*. Jogjakarta : DIVA Press.

FKIP UNS. 2012. *Pedoman Penyusunan Skripsi*. Surakarta: UNS-Press.

Gary A. Carr. 1997. *Atletik Untuk Sekolah.* Jakarta. PT. Grasindo Persada.

Husdarta dan Yudha M. Saputra. 2000. *Belajar dan Pembelajaran*. Depdiknas. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

HB. Sutopo. 2006. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.

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

Mochamad Djumidar AW, 2006. *Belajar Berlatih Gerak-gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.

Munasifah. 2008. *Atletik Cabang Lompat*. Semarang: Aneka Ilmu

Nana Sudjana. 2005. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Resdakarya.

Rudi Susilana & Cepi Riyana. 2009. *Media Pembelajaran*. Bandung: CV. Wacana Prima.

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

Soepartono. 2004. *Pembelajaran Atletik*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah.

Tisnowati Tamat & Moekarto Mirman. 2005. *Modul Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Yudha M. Saputra. 2001. *Dasar-dasar Keterampilan Atletik*. Jakarta: Dirjen Olahraga.

Peneliti :

FAUZAN

NPM : 14.1.01.09.0524P