

## **ABSTRAK**

### **PENINGKATAN PEMBELAJARAN LOMPAT TINGGI MELALUI LATIHAN NAIK TURUN BANGKU SWEDIA PADA SISWA KELAS VI SEKOLAH DASAR NEGERI SEPANG JAYA BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2011/2012.**

**Oleh**

**LINDA**

Penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan proses pembelajaran gerak dasar lompat tinggi pada siswa kelas VI SDN Sepang Jaya Tahun Pelajaran 2011/2012, dengan latihan naik turun bangku swedia.

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research), dengan menggunakan 3 siklus. Dengan subjek penelitian adalah siswa kelas VI yang berjumlah 32 siswa, dengan jumlah 12 laki-laki dan 20 perempuan. Sedangkan teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan menggunakan instrumen penilaian tes gerak dasar lompat tinggi.

Hasil penelitian menunjukkan: Pada siklus pertama dengan latihan skiping nilai rata-rata 58,66, presentasi keberhasilan meningkat sebesar 20%. Pada siklus kedua dengan latihan naik turun bangku nilai rata-rata kelas sebesar 66,92, tingkat keberhasilan meningkat 20,66%. Pada siklus ketiga dengan latihan lari, Menolak lompat keatas meraih bola yang digantung setinggi 2 m nilai rata-rata 75,49 dan keberhasilan meningkat sebesar 21,53%. Hal ini berarti proses pembelajaran telah mencapai ketuntasan. Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa pembelajaran gerak dasar lompat tinggi dengan latihan naik turun bangku swedia dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar lompat tinggi pada siswa-siswi kelas VI SDN Sepang Jaya Tahun Pelajaran 2011/2012.

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN LOMPAT TINGGI MELALUI  
LATIHAN NAIK TURUN BANGKU SWEDIA PADA SISWA  
KELAS VI SEKOLAH DASAR NEGERI SEPANG JAYA  
BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN  
2011/2012.**

**Oleh**

**LINDA**

**Skripsi**

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar  
SARJANA PENDIDIKAN**

**Pada**

**Jurusan Ilmu Pendidikan  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2012**

Judul Skripsi : PENINGKATAN PEMBELAJARAN LOMPAT  
TINGGI MELALUI LATIHAN NAIK TURUN  
BANGKU SWEDIA PADA SISWA KELAS VI  
SEKOLAH DASAR NEGERI SEPANGJAYA  
BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN  
2011/2012.

Nama Mahasiswa : Linda

Nomor Pokok Mahasiswa : 1013068029

Program Studi : Penjaskes

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

### MENYETUJUI

Pembimbing

Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

**Drs. Wiyono, M.Pd.**  
NIP 19570111 198303 1 002

**Drs. Baharrudin Risyak, M.Pd.**  
NIP 19510507 198103 1 002

## MENGESAHKAN

### 1. Tim Penguji

Ketua : Drs. Wiyono, M.Kes .....

Penguji  
Bukan Pembimbing : Drs. Ade Jubaedi, M.Pd .....

### 2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dr. Hi. Bujang Rahman, M.Si.  
NIP 19600315 198503 1 003

Tanggal lulus Ujian Skripsi : April 2012.

## **PERNYATAAN**

Bahwa saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Linda

NPM : 1013068029

Tempat tanggal lahir : Kedondong, 10 Oktober 1978

Alamat : Jl. RA. Basyid Gg. Kemuning Bandar Lampung.

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “PENINGKATAN PEMBELAJARAN LOMPAT TINGGI MELALUI LATIHAN NAIK TURUN BANGKU SWEDIA PADA SISWA KELAS VI SEKOLAH DASAR NEGERI SEPANG JAYA BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2011/2012” adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 3 Maret s.d 17 Maret 2012. Skripsi ini bukan hasil menjiplak, dan atau hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sebenarnya. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Bandar Lampung, Mei 2012

Linda

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN LOMPAT TINGGI MELALUI  
LATIHAN NAIK TURUN BANGKU SWEDIA PADA SISWA  
KELAS VI SEKOLAH DASAR NEGERI SEPANG JAYA  
BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN  
2011/2012.**

*(Skripsi)*

Oleh

**LINDA**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
2012**