

ABSTRAK

MENINGKATKAN PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH GAYA BERJALAN DI UDARA DENGAN MODIFIKASI ALAT BANTU PADA SISWAKELAS VIII A SMPN 19 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2011/2012

Oleh

Africo Ramadhani

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya berjalan di udara dengan modifikasi alat bantu pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2011/2012. Metode yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas (*Class room Action Reserch*), dengan tiga siklus, dimana pada setiap siklus menggunakan tindakan yang berbeda-beda. Siklus pertama menggunakan paralon, siklus kedua menggunakan bok, dan siklus ketiga menggunakan bola yang digantung pada tiang bambu.

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 19 Bandar Lampung kelas VIII A yang berjumlah 32 siswa. Pengumpulan data dilakukan berupa pengamatan hasil pembelajaran gerak dasar yang meliputi awalan, tolakan, melayang di udara dan mendarat. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan hasil pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya berjalan di udara melalui penggunaan alat bantu pada setiap siklusnya, adapun peningkatan pada setiap siklus adalah sebagai berikut siklus pertama dengan menggunakan alat bantu paralon dan keset prosentase keberhasilan sebesar 50 % itu berarti tindakan belum efektif. Pada siklus kedua dengan menggunakan alat bantu bok prosentase keberhasilan sebesar 63 % itu berarti tindakan belum efektif dan pada siklus ketiga dengan menggunakan alat bantu bola yang digantung prosentase keberhasilan sebesar 91 %. Hasil peningkatan telah mencapai prosentase keberhasilan 85 % itu artinya tindakan telah efektif.