ABSTRAK

PENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK DENGAN MENGGUNAKAN MODIFIKASI ALAT BANTU PADA SISWA KELAS IV DI SD NEGERI 1 SUMBER MULYO, KECAMATAN SUMBEREJO, KABUPATEN TANGGAMUS T.P 2011/2012

Oleh

LEGIMIN

Penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan proses pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas IV di SD Negeri 1 Sumber Mulyo, Kecamatan Sumberejo, Kabupaten Tanggamus, Tahun Pelajaran 2011/2012 dengan memberikan tindakan berupa penggunaan modifikasi alat bantu berupa keset dengan bilah bambu bola yang digantung dan bola plastik yang diletakkan di atas pasir dalam bak lompatan.

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*), dengan menggunakan tiga siklus. Dengan subjek penelitian adalah siswa kelas IV di SD Negeri 1 Sumber Mulyo, Kecamatan Sumberejo, Kabupaten Tanggamus, Tahun Pelajaran 2011/2012 yang berjumlah 20 siswa terdiri dari 9 putra dan 11 putri. Sedangkan teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan menggunakan instrumen penilaian tes keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dengan rentang penilaian 1-3.

Hasil penelitian menunjukkan: pada tes awal hanya mencapai ketuntasan 20% hal ini berarti masih sangat rendahnya kemampuan gerak dasar siswa dalam melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok. Pada siklus pertama dengan penggunaan modifikasi alat bantu berupa keset dengan bilah bambu diperoleh prosentase keberhasilan ketuntasan belajar meningkat menjadi 45%, hal itu berarti tindakan belum memenuhi ketuntasan belajar. Pada siklus kedua dengan penggunaan modifikasi alat bantu berupa bola yang digantung diperoleh prosentase keberhasilan ketuntasan belajar mengalami peningkatan menjadi 65%, hal itu berarti tindakan belum memenuhi ketuntasan belajar. Pada siklus ketiga dengan penggunaan modifikasi alat bantu berupa bola plastik yang diletakkan pada posisi pendaratan diperoleh prosentase keberhasilan ketuntasan belajar mengalami peningkatan menjadi 85% hal ini berarti proses pembelajaran telah mencapai ketuntasan belajar secara klasikal dengan peningkatan hasil belajar lebih dari 50%. Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa pembelajaran atletik khususnya pada materi gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dengan pemberian tindakan berupa penggunaan modidfikasi alat bantu yang dibuat secara sederhana dan kreatif dapat memperbaiki dan meningkatkan hasil pembelajaran keterampilan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas kelas IV di SD Negeri 1 Sumber Mulyo, Kecamatan Sumberejo, Kabupaten Tanggamus, Tahun Pelajaran 2011/2012.