

ABSTRAK

UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN LOMPAT HARIMAU DENGAN MENGGUNAKAN ALAT BANTU YANG DIMODIFIKASI PADA SISWA KELAS VIII F SMP Negeri 6 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2010/2011

Oleh

Sylvia Hanika

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan hidup aktif serta sikap sportif melalui kegiatan pendidikan jasmani. Penelitian ini bertujuan adalah meningkatkan pembelajaran lompat harimau pada siswa kelas VIII F SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2010/2011. Metode penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (*Class room Action Reserch*), dengan tiga siklus, dimana setiap siklus menggunakan alat bantu yang berbeda-beda. Siklus pertama menggunakan alat bantu modifikasi berupa kayu, siklus kedua menggunakan kardus, dan siklus ketiga menggunakan tali karet.

Pengumpulan data diambil dari tes akhir berupa pengamatan kemampuan gerak dasar lompat harimau, sedangkan teknik analisis data menggunakan tabulasi dan prosentasi. Dari hasil penelitian menunjukkan siklus pertama terjadi peningkatan dari tes awal ke tes siklus 1 sebesar 19 %, dari tes siklus pertama ke tes siklus kedua terjadi peningkatan sebesar 44 %, dan tes siklus kedua ke tes siklus ketiga terjadi peningkatan sebesar 86 %. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran gerak dasar lompat harimau dengan menggunakan alat bantu modifikasi berupa kayu, kardus dan tali karet dalam proses pembelajaran berlangsung efektif dan dapat meningkatkan hasil belajar siswa Kelas VIII F SMP Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2010/2011.