

ABSTRAK

MUHAMMAD KODRI. NIM. 6123111061. Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Menggunakan Media Rintangan Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Sei Rampah Kabupaten Serdang Bedagai Tahun Ajaran 2016/2017.

**Pembimbing Skripsi : Iwan Saputra
Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan 2016**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Menggunakan Media Rintangan Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Sei Rampah Kabupaten Serdang Bedagai Tahun Ajaran 2016/2017.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas Kelas VII SMP Negeri 1 Sei Rampah Kabupaten Serdang Bedagai Tahun Ajaran 2016/2017. Dengan jumlah siswa sebanyak 32 orang, 11 orang siswa putra, dan 21 siswa putri yang akan diberikan tindakan penggunaan media rintangan untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan jenis penelitiannya adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*).

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini maka dilakukan tes hasil belajar proses lompat jauh gaya jongkok dimulai dari tes awal, lalu dilakukan pembelajaran menggunakan media rintangan pada setiap siklusnya. Pada akhir setiap siklus dilakukan tes unjuk kerja proses lompat jauh gaya jongkok, dengan pelaksanaan penelitian tes hasil belajar ini dilaksanakan selama dua minggu, dua kali pertemuan. Analisis data dilakukan dengan reduksi data dan paparan data.

Hasil penelitian menyimpulkan : (1) dari data awal hasil belajar sebelum menggunakan media rintangan diperoleh 10 siswa (31,25%) yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 22 siswa (68,7%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar, dengan nilai rata-rata 67,6%. Kemudian dilakukan pembelajaran menggunakan media rintangan . (2) Dari tes hasil belajar setelah

pembelajaran menggunakan media rintangan di siklus I diperoleh 23 siswa (71,9%) yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 9 siswa (28,1%) belum mencapai tingkat ketuntasan. Dengan nilai rata-rata 79,3%. Kemudian dilakukan kembali pembelajaran menggunakan media rintangan berbagai variasi. (3) Dari tes hasil belajar siklus II diperoleh 29 siswa (90,6%) yang mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 3 siswa (9,4%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar, dengan nilai rata-rata hasil belajar siswa 90,4%. Dalam hal ini dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan nilai rata-rata hasil belajar siklus I ke siklus II yaitu sebesar 11,1% dan peningkatan ketuntasan klasikalnya sebesar 18,7%. Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan media rintangan dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sei Rampah Kabupaten Serdang Bedagai Tahun Ajaran 2016/2017.