

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1. Urutan gerak lompat jauh (Didik Zafar Sidik, 2010 : 66).....	19
Gambar 2. Lompat Jauh Gaya Jongkok (Dikdik Zafar Sidik, 2010:65)....	20
Gambar 3. Cara melakukan awalan atau ancang – ancang lompat jauh (Dikdik Zafar Sidik 2010:67)	22
Gambar 4. Kaki tolakan dan gerakan pada saat menolak pada lompat jauh (Dikdik Zafar Sidik 2010:67	23
Gambar 5. Sikap badan di udara pada lompat jauh gaya jongkok (Dikdik Zafar Sidik 2010:67)	25
Gambar 6. Cara melakukan mendarat pada lompat jauh (Dikdik Zafar Sidik 2010:67).....	26
Gambar 7. Cara melakukan awalan memindahkan bola kecil (Sumber : dokumen pribadi)	29
Gambar 8. Cara melakukan tolakan pada ban bekas sepeda motor (Sumber : dokumen pribadi)	30
Gambar 9. Cara melakukan melayang dengan tali karet yang dibentangkan (Sumber : dokumen pribadi)	31
Gambar 10. Cara melakukan mendarat dengan lompat memegang bola karet (Sumber : dokumen pribadi)	32
Gambar 11. Siklus penelitian Tindakan Kelas Sumber: Agus Kristianto ...	36
Gambar 12. Posisi Tim Penilai (Sumber : Hasil Modifikasi)	43