

## ABSTRAK

**ARNOLD HATO GUAN L.** “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Hang Style Siswa Kelas XI SMA Swasta Katolik 1 Kabanjahe Tahun Ajaran 2014/2015”.

**(Pembimbing : TUHADI)**

**Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2015**

Penelitian ini bertujuan untuk menemukan informasi pemanfaatan media rintangan dalam menunjang pembelajaran pendidikan jasmani terhadap hasil belajar lompat jauh gaya hang style pada siswa kelas XI SMA Swasta Katolik 1 Kabanjahe Tahun Ajaran 2014/2015”.

Penelitian dilaksanakan tanggal 7 januari sampai dengan 21 januari 2015. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IPA 2 SMA Swasta Katolik 1 Kabanjahe Kabupaten Karo Tahun Ajaran 2014/2015 dengan jumlah siswa sebanyak 42 orang.

Penelitian ini dilakukan sebanyak dua siklus. Hasil penelitian yang diperoleh nilai rata-rata pada tes awal (pre-test) sebesar 19% dalam melakukan proses gerakan lompat jauh gaya hang style. Pada siklus I setelah diberikan pembelajaran dengan menggunakan rintangan maka dilakukan tes untuk mengetahui kemampuan atau hasil belajar siswa. Dari tes didapatkan hasil berupa jumlah siswa yang tuntas sebanyak 17 orang dan yang tidak tuntas sebanyak 25 nilai rata-rata 68,26 dengan persentase siswa yang mencapai ketuntasan secara klasikal sebesar 40,5 %. Pada siklus II didapatkan siswa yang tidak tuntas 6 orang dan siswa yang tuntas sebanyak 36 orang dengan nilai rata-rata 78,92 dengan ketuntasan secara klasikal sebesar 85,7 %. Berarti dapat dilihat bahwa hasil belajar siswa dari tes awal sampai dilakukannya siklus I dan siklus II terjadi peningkatan. Berdasarkan hal itu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa “Melalui pembelajaran dengan menggunakan rintangan dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya hang style siswa kelas XI di SMA Swasta Katolik 1 Kabanjahe”.

