ABSTRAK

SITI SUNDARI. NIM 6111511031, Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Menggunakan Media Rintangan Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Kisaran Tahun Ajaran 2015/2016
Pembimbing : ROSMAINI HASIBUAN
Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2015

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Kisaran Kab. Asahan Tahun Ajaran 2015/2016. Metode penelitian ini bersifat penelitian tindakan kelas dan subjek penelitian ini adalah kelas X-2 yang terdiri dari 35 siswa. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 26 agustus sampai tanggal 2 september. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar penilaian proses lompat jauh gaya jongkok.

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini maka dilakukan tes siklus I yang berbentuk teknik dasar lompat jauh gaya jongkok. Setelah siklus I dilaksanakan maka diperoleh peningkatan hasil belajar siswa dimana dari 35 orang siswa terdapat 20 siswa yang telah tuntas yaitu sebesar 57,14% dengan nilai rata-rata 64,74 dan siswa yang tidak tuntas berjumlah sebanyak 15 siswa dengan ketuntasan belajar klasikal 42,86%. Ini berarti ketuntasan belajar klasikal (>85%) belum tercapai, untuk itu peneliti masih perlu melakukan beberapa perbaikan dalam pembelajaran, dan peneliti melanjutkan penelitiannya dengan dilakukannya tes siklus II yang sama perlakuannya di siklus I. Setelah siklus II dilaksanakan maka diperoleh peningkatan hasil belajar siswa dimana dari 35 orang siswa terdapat 30 siswa yang telah tuntas yaitu sebesar 85,71% dengan nilai rata-rata 77,65 dan siswa yang tidak tuntas berjumlah 5 siswa 14,29% . Ini berarti ketuntasan belajar secara klasikal(>85%) telah tercapai.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa dengan Menggunakan Media Rintangan dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Kisaran Tahun Ajaran 2015/2016.

THE Character Building UNIVERSITY