

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK DENGAN  
MENGUNAKAN MEDIA BOX DAN MATRAS PADA SISWA  
KELAS VII MTs AL JAM'İYATUL WASHLIYAH  
TAHUN AJARAN 2011/2012.**

**PROPOSAL**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian

Syarat-Syarat Guna Memperoleh

Gelar Sarjana Pendidikan

**OLEH**

**SUGENG RINALDI**  
**NIM: 071266110163**



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN**

**2011**