

## ABSTRAK

**MUSADDAM: Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Variasi Pembelajaran Yang Menggunakan Media Rintangan Siswa Kelas VII SMP N 1 Panyabungan Barat Kabupaten Mandailing Natal Tahun Ajaran 2014/2015. (Pembimbing : Drs. Mesnan, M.Kes. AIFO)**

**Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2014.**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh melalui variasi pembelajaran yang menggunakan media rintangan siswa kelas VII SMP N 1 Panyabungan Barat Kabupaten Mandailing Natal Tahun Ajaran 2014/2015.

Lokasi penelitian di SMP N 1 Panyabungan Kabupaten Mandailing. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII 1 (satu) SMP N 1 Panyabungan Barat Kabupaten Mandailing Tahun Ajaran 2014/2015, yang berjumlah 28 orang siswa yang akan melakukan lompat jauh melalui variasi pembelajaran yang menggunakan media rintangan.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas, yang terdiri dari dua siklus, siklus I dan II. Sebelum dilakukan tindakan pada siklus I peneliti memberi *pre-test* untuk mengetahui letak kesulitan pada pelajaran lompat jauh, dilanjutkan dengan siklus I dan *post-test* siklus I, siklus II dan diakhiri dengan pemberian *post-test* siklus II dengan instrumen penelitian lembaran pengamatan test hasil belajar lompat jauh dengan menggunakan lembar fortopolio.

Dengan menggunakan variasi pembelajaran yang menggunakan media rintangan dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh siswa mulai dari tes awal, siklus I dan siklus II. pada tes awal yang dilakukan dari 28 orang siswa terdapat 8 orang siswa (28,5%) yang berhasil dalam mencapai ketuntasan belajar dengan rata-rata nilai 65,62. Pada *post-test* siklus I mencapai 20 orang siswa (71,4%) yang berhasil dalam mencapai ketuntasan belajar dengan rata-rata nilai 70,31. Dan pada *post-test* siklus II mencapai 24 orang siswa (85,%) yang berhasil dalam mencapai ketuntasan belajar dengan rata-rata nilai 81,25. Telah terjadi peningkatan hasil belajar siswa baik secara individu maupun secara klasikal.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa melalui variasi pembelajaran yang menggunakan media rintangan dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh pada siswa kelas VII 1 (satu) SMP N 1 Panyabungan Barat Kabupaten Mandailing Natal Tahun Ajaran 2014/2015.