

ABSTRAK

ALEXANDRO MASUMPARIT. *“Meningkatkan kemampuan lompat tinggi gaya guling perut dengan penggunaan metode bagian pada siswa kelas X SMA Negeri 2 gorontalo”*. Skripsi, Program studi S-I Penjaskesrek, Jurusan Pendidikan Keolahragaan, Fakultas Ilm-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I Dra.Hj.NurhayatiLiputo, M.Pd dan pembimbing II Suriyadi Datau, M.Pd.

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di SMA Negeri 2 kota gorontalo, kecamatan kota barat, kelas X dengan jumlah siswa 24 orang. Pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah “rendahnya kemampuan lompat tinggi gaya guling perut”. Dengan hipotesis tindakan adalah “dengan penggunaan metode bagian, kemampuan lompat tinggi gaya guling perut siswa kelas X SMA Negeri 2 gorontalo dapat ditingkatkan”.

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan lompat tinggi gaya guling perut siswa kelas X SMA Negeri 2 gorontalo, melalui metode bagian. Metode yang digunakan adalah deskriptif, alat pengumpul data selanjutnya dianalisis secara kuantitatif dan diadakan refleksi-refleksi.

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas ternyata dengan melalui metode bagian kemampuan lompat tinggi gaya guling perut siswa kelas X SMA Negeri 2 gorontalo meningkat, dengan rincian hasil dari pengamatan observasi awal rata-rata kemampuan siswa adalah 52,70% dan pada siklus II (dua) rata-rata kemampuan siswa sebesar 76,14%. Artinya peningkatan siswa dalam pembelajaran ini adalah sebesar 23,44%. Maka dapat disimpulkan kemampuan lompat tinggi gaya guling perut siswa kelas X SMA Negeri 2 gorontalo dapat ditingkatkan.

Dengan demikian hipotesis tindakan jika dengan menggunakan metode bagian, maka kemampuan lompat tinggi siswa kelas X SMA Negeri 2 gorontalo akan meningkat, telah teruji kebenarannya.

Kata Kunci : *LompatTinggi Gaya GulingPerut, MetodeBagian*