

## ABSTRAK

**HASNAH JANIS HIOLA, Nim. 831 412 006.** “Meningkatkan Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Metode Keseluruhan Pada Siswa Kelas V di SDN 6 Telaga Kabupaten Gorontalo”. Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Keolahragaan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan. Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I, Suryadi Datau, S.Pd, M.Pd dan Pembimbing II, Ucok H. Refiater, S.Pd, M.Pd.

Adapun yang menjadi permasalahan pada penelitian adalah masih rendahnya kemampuan dasar siswa dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok. Adapun cara pemecahan masalahnya dilakukan dengan menggunakan metode keseluruhan. Tujuan dari Penelitian Tindakan Kelas ini adalah untuk Meningkatkan Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Melalui Metode Keseluruhan. Hipotesis Penelitian ini adalah “Jika Dalam Proses Pembelajaran Menggunakan Metode Keseluruhan, Maka Kemampuan Melakukan Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas V SDN 6 Telaga Kabupaten Gorontalo Akan Meningkatkan”. Indikator Kerja adalah Untuk keterampilan minimal 75% kemampuan dari seluruh siswa yang dikenai tindakan mampu melakukan lompat jauh gaya jongkok maka penelitian dinyatakan selesai.

Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan lembar pengamatan guru dan siswa, serta evaluasi atas materi yang diajarkan pada setiap siklus dan kemudian data tersebut dianalisis. Berdasarkan analisis data, maka dapat diketahui terjadinya peningkatan skor/nilai rata-rata kemampuan dasar siswa melakukan lompat jauh gaya jongkok yakni pada observasi awal dari jumlah siswa 22 orang terdapat 6 orang siswa atau 27,27%, setelah diadakan tindakan siklus I terjadi meningkat menjadi 15 siswa atau 68,18%. Kemudian pada siklus II meningkat lagi menjadi 18 siswa atau 81,82%. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa hipotesis yang telah diajukan dapat diterima karena telah teruji dan terbukti kebenarannya.