

ABSTRAK

Mamat S Bakari, 2014. Nim 141 407 196. Meningkatkan Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya jongkok Melalui Metode Demostrasi Pada Siswa Kelas VII^b SMP Negeri I Telaga, Pembimbing I Risna Podungge S.Pd M.Pd, Pembimbing II Ucok Hasian Rafiater S.Pd M.Pd Program studi S1 pendidikan jasmani kesehatan olahraga dan rekreasi. Fakultas ilmu-ilmu kesehatan dan keolahragaan, Universitas Negeri Gorontalo.

Permasalahan yang dapat dirumuskan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah, apakah melalui metode demonstrasi dapat meningkatkan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa dikelas VII^b SMP Negeri I Telaga, dengan demikian maka tujuan penelitian ini adalah meningkatkan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok melalui metode demonstrasi pada siswa dikelas VII^b SMP Negeri I Telaga, selanjutnya penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri I Telaga yang berjumlah 36 orang terdiri dari 20 orang putra dan 16 orang putri. Adapun indikator kinerja dalam penelitian ini adalah apabila kemampuan dalam menguasai teknik dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa dikelas VII^b SMP Negeri I Telaga dapat ditingkatkan minimal 75% dari jumlah keseluruhan siswa yang dikenai tindakan, maka penelitian ini dinyatakan selesai dan berhasil

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian diketahui data awal siswa dari ke empat aspek yang diamati diperoleh hasil 52,81% masuk dalam kategori kurang hasil ini membuktikan bahwa ketuntasan belajar siswa mengenai teknik dasar lompat jauh gaya jongkok belum sesuai dengan harapan yakni indikator 75%, dari hasil tersebut dilakukan penelitian pada siklus I dikenai tindakan sebanyak tiga kali dan satu kali evaluasi, berdasarkan tindakan siklus I diperoleh hasil sebesar 60,90% masuk pada kategori cukup. Hasil ini membuktikan bahwa terjadi peningkatan dari hasil observasi ke siklus I sebesar 8,09% meskipun demikian namun hasil ini belum mencapai indikator, sehingga penelitian dilanjutkan ke siklus II. Pada siklus ini terjadi peningkatan yang signifikan hingga mencapai 75,64% melebihi indikator 75% Hasil ini membuktikan bahwa terjadi peningkatan dari hasil siklus I ke siklus II sebesar 14,74%.

Selanjutnya melihat capaian pada siklus II telah mencapai indikator maka dapat disimpulkan bahwa metode demonstrasi ini telah menuai keberhasilan yang signifikan, dengan demikian hipotesis penelitian tindakan kelas ini dinyatakan: melalui metode demonstrasi dapat meningkatkan teknik dasar siswa kelas VII^b SMP Negeri I Telaga dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok dan dapat diterima.

Kata Kunci : *Lompat Jauh Gaya Jongkok, Metod e Demonstrasi*