

ABSTRAK

Priyanto S. Temokan, Skripsi 2015. “Meningkatkan Keterampilan Dasar Lompat Jauh Dengan Menggunakan Metode Bagian Pada Siswa Kelas VII3 SMPN 6 Gorontalo Kota Gorontalo.” Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan. (Pembimbing I Ucok H. Refiater, S.Pd.M.Pd, dan Pembimbing II Risna Podungge, S.Pd.M.Pd).

Masalah dalam penelitian ini adalah apakah kemampuan Siswa Kelas VII3 SMPN 6 Gorontalo Kota Gorontalo dalam melakukan lompat jauh ini dapat ditingkatkan melalui metod bagian? Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan lompat jauh melalui metode bagian pada Siswa Kelas VII3 SMPN 6 Gorontalo Kota Gorontalo. Metode bagian merupakan bentuk pembelajaran pemecahan suatu bagian gerak atau rangkaian gerak menjadi beberapa bagian yan lebih kecil.

Penelitian ini dilaksanakan dalam bentuk siklus yang terdiri dari 6 tahap yaitu, Tahap Persiapan, Tahap Pelaksanaan Tindakan, Tahap Pemantauan dan Evaluasi, Tahap Analisi dan Refleksi. Adapun kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa dari dua kali tindakan yang dilaksanakan terjadi peningkatan disetiap tindakan. Dan diawali dengan observasi awal sebagai dasar pelaksanaan tindakan selanjutnya tampak teknik dasar lompat jauh Siswa Kelas VII3 SMPN 6 Gorontalo Kota Gorontalo menunjukkan kriteria kurang dengan skor rata-rata keseluruhan 51.25%. Pada siklus I kegiatan teknik dasar lompat jauh yaitu cara melakukan awalan, cara bertumpu/bertolak, melayang dan cara mendarat keseluruhan ini dilakukan dengan praktek keseluruhan rata-rata perolehan skor sebanyak 66.5% artinya masih berada pada kategori cukup. Dan pada siklus II mengalami peningkatan yaitu pada kegiatan teknik dasar lompat jauh yaitu cara melakukan awalan, cara bertumpu/bertolak, melayang dan cara mendarat keseluruhan ini dilakukan dengan praktik keseluruhan rata-rata perolehan skor sebanyak 85% artinya telah berada pada kategori baik. Model pembelajaran yang dilaksanakan peneliti pada kegiatan siklus I dan II dapat diketahui bahwa telah memenuhi target yang diharapkan. Dengan demikian hasil belajar teknik dasar lompat jauh dengan menggunakan metode bagian dapat diterima dan dapat ditingkatkan.

Kata Kunci : Keterampilan Dasar Lompat Jauh, Metode Bagian.

ABSTRACT

Priyanto S. Temokan, Thesis, 2015. "Improving Basic Skills Long Jump Method Using Part In SMP VII3 Grade 6 Gorontalo city of Gorontalo." Department of Physical Education and Health and Recreation, Faculty of Health Sciences and Sports. (Supervisor I Ucok H. Refiater, S.Pd.M.Pd, and Advisor II Risna Podungge, S.Pd.M.Pd).

The problem in this study is whether the ability of SMP VII3 Grade 6 Gorontalo Gorontalo city in doing the long jump can be improved through the methods section? This study aims to improve students' ability to perform long jump through the methods section in Class VII3 SMP 6 Gorontalo city of Gorontalo. The method used in this study is the Methods section.

This study was conducted in the form of a cycle consisting of 6 phases, Preparation, Action Implementation Phase, Phase Monitoring and Evaluation, Phase Analysis and Reflection. The results from this study is that of the double act performed an increase in every action. And begins with the initial observations with the acquisition of an average score of 51.25%. In the first cycle of acquisition average score of 66.5%, meaning that they are in the category enough. And the second cycle acquisition average score of 85%, meaning that it has to be in either category. So can disimpulkkkan that by using the method section the student's ability in doing Long Jump at Class students VII3 SMP 6 Gorontalo city of Gorontalo.

Keywords: Basic Skills Long Jump, Methods Section.