

## ABSTRAK

Samsudin Opangge, Nim. 831413311 (Skripsi 2015) “Meningkatkan Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Metode Bagian Keseluruhan Pada Siswa Kelas V SDN 83 Kota Tengah Kota Gorontalo”. Skripsi, Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Olahraga Universitas Negeri Gorontalo, Pembimbing I Drs. Ahmad Lamusu, S.Pd, M.Pd, Pembimbing II Edy Dharma Putra Duhe, S.Pd, M.Pd.

Permasalahan dalam penelitian ini yakni kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok dengan baik dan benar, serta pemilihan metode yang belum optimal dalam pelaksanaannya. Tujuan penelitian yakni untuk meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui metode bagian keseluruhan pada siswa kelas V SDN 83 Kota Tengah Kota Gorontalo. Metode yang digunakan yakni metode bagian keseluruhan

Berdasarkan hasil observasi awal diketahui siswa yang terampil dalam melakukan seluruh aspek dalam melaksanakan lompat jauh gaya jongkok yakni (a) gerakan kaki, rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 65,97 masuk pada kategori cukup (C), (b) tumpuan, rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 60,28 masuk pada kategori cukup (C), (c) melayang di udara, rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 62,51 masuk pada kategori cukup (C) dan (d) sikap akhir rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 75 masuk pada kategori baik (B). Pada siklus I hasil rata-rata setiap indikator yang dilakukan siswa dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh gaya jongkok melalui metode bagian keseluruhan, adapun indikator tersebut mencakup (a) gerakan kaki sebesar 69,98, (b) tumpuan sebesar 66,66, (c) melayang di udara sebesar 70,5 dan (d) sikap akhir sebesar 80,75. Bertolak dari hasil capaian yang diperoleh siswa dari tiga indikator dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok diketahui rata-rata keseluruhan siswa mencapai 71,97. Pada siklus II hasil rata-rata setiap indikator yang dilakukan siswa dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh gaya jongkok melalui metode bagian keseluruhan, adapun indikator tersebut mencakup (a) gerakan kaki dengan rata-rata 75,98, (b) tumpuan dengan rata-rata 76,31, (c) melayang di udara dengan rata-rata 80,45 dan (d) sikap akhir dengan rata-rata 85,75. Bertolak dari hasil capaian yang diperoleh siswa dari tiga indikator dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok diketahui rata-rata keseluruhan siswa mencapai 80,95.

Dengan demikian maka hipotesis dalam penelitian tindakan kelas ini adalah, jika guru menggunakan metode bagian keseluruhan sebagai metode dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dapat meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa dikelas V SDN No. 83 Kota Tengah, sehingga penelitian ini dapat diterima untuk dijadikan rujukan bagi penelitian berikutnya

**Kata Kunci : Lompat jauh gaya jongkok, metode bagian keseluruhan**