

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul :

Meningkatkan keterampilan lompat jauh gaya jongkok melalui metode drill dalam pembelajaran pada siswa kelas XI IPS² SMA Negeri 1 Kabila Kab. Bone Bolango

Oleh

Ahmad Wahidin
NIM : 831 411 131

Telah diperiksa dan disetujui untuk di uji

Pembimbing I



Risna Podungge, S.Pd,M.Pd
NIP. 197107212002122 001

Pembimbing II



Surivadi Datau, S.Pd,M.Pd
NIP. 198204192006041001

Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan Keolahragaan
Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Negeri Gorontalo



Drs. Sarjan Mile, MS
NIP. 19610508 198703 1 003

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul :

Meningkatkan keterampilan lompat jauh gaya jongkok melalui metode drill dalam pembelajaran pada siswa kelas XI IPS² SMA Negeri 1 Kabila Kab. Bone Bolango

Oleh

Ahmad Wahidin
NIM : 831 411 131

Telah dipertahankan di depan penguji

Hari/Tanggal : **Senin, 10 Juli 2017**
Waktu : **08.00 Wita / Selesai**

Dewan Penguji

Dr. Meyke Parengkuan, M.Pd
NIP. 197904032005012001

Marsa Lie Tumbal, S.Pd, M.Pd
NIP. 197604232005012020

Risna Podungge, S.Pd, M.Pd
NIP. 197107212002122 001

Surivadi Datau, S.Pd, M.Pd
NIP. 198204192006041001

Tanda Tangan


(.....)


(.....)


(.....)


(.....)

Mengetahui,
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes
NIP. 19590110 198603 2 003

ABSTRAK

Ahmad Wahidin. NIM. 831 411 131 “Meningkatkan keterampilan lompat jauh gaya jongkok melalui metode drill dalam pembelajaran pada siswa kelas XI IPS² SMA Negeri 1 Kabila Kab. Bone Bolango”.

Masalah dalam penelitian ini yaitu apakah melalui metode demonstrasi, keterampilan dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas XI IPS² SMA Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango dapat ditingkatkan?

Kajian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan pada lompat jauh gaya jongkok yang dibelajarkan di SMA Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango, dan secara khusus untuk meningkatkan keterampilan dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa Kelas XI IPS² SMA Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penggunaan metode drill. Metode drill adalah penyajian pelajaran dengan memperagakan secara berulang ulang, situasi atau benda tertentu, baik sebenarnya atau hanya sekedar tiruan. Indikator yang dinilai dalam penelitian ini meliputi empat indikator yaitu : teknik awalan, teknik tumpuan, teknik saat melayang di udara dan teknik mendarat.

Jenis penelitian ini yaitu Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan pada siswa kelas XI IPS² SMA Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango dengan jumlah siswa 24 orang yang terdiri dari 13 orang putra dan 11 orang putri.

Hasil analisis menunjukkan bahwa siswa kelas XI IPS² SMA Negeri 1 Kabila mengalami peningkatan. Dari deskripsi data pada observasi awal rata-rata capaian siswa hanya mencapai yaitu sebesar 59,11. Setelah diberikan tindakan lanjutan pada siklus I memperoleh peningkatan menjadi 70,31. *Selanjutnya diberikan tindakan pada siklus II dan mengalami peningkatan menjadi 80,21. Hal ini memenuhi ekspektasi peneliti yang menetapkan indikator kinerja 80 %.*

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka peneliti menyimpulkan yaitu dengan melalui metode drill keterampilan dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas XI IPS² SMA Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango dapat ditingkatkan.

Kata Kunci : Atletik, Lompat Jauh Gaya Jongkok, Metode drill

ABSTRACT

Ahmad Wahidin. Student ID. 831 411 131. "Improving Long Jump Squat Style Skill of Students of Class of XI IPS² in SMA Negeri 1 Kabila, District of Bone Bolango through Drill Method in Learning."

Problem statement of this research is whether or not long jump squat style skill of students of class of XI IPS² in SMA Negeri 1 Kabila, District of Bone Bolango can be improved through drill method. It aims at improving long jump squat style skill of students of class of XI IPS² in SMA Negeri 1 Kabila, District of Bone Bolango through drill method. To be more specific, it aims at improving the basic skill of long jump squat style of students at class of XI IPS² in SMA Negeri 1 Kabila, District of Bone Bolango.

It applies drill teaching method. Evaluated indicators are preliminary technique, pedestal technique, airborne technique, and landing technique. This is a classroom action research which is conducted on students of class of XII IPS2 in SMA Negeri 1 Kabila, District of Bone Bolango amounted to 24 students that consist of 13 males and 11 females.

Finding reveals that long jump squat style skill of students of class of XI IPS² in SMA Negeri 1 Kabila has improved which can be observed as follows: in pre-observation, the average of students' achievement is only 59,11. Then, after treatment is given in cycle I, it improves to 70,31 and becomes 80,21 in cycle II. It fulfilled expectation of research as it has been expressed in performance indicator of 80%.

Based on finding and discussion, it can be concluded that long jump squat style skill of students of class of XI IPS² in SMA Negeri 1 Kabila, District of Bone Bolango can be improved through drill method.

Keywords: Athletic, Long Jump Squat Style, Drill Method

