

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING

**MENINGKATKAN KETERAMPILAN LOMPAT JAUH PADA CABANG
OLAHRAGA ATLETIK MELALUI PEMEBLAJARAN EXPILICT INTRUCTION
SISWA KELAS VII SMP N 2 MARISA**

Oleh :

RONAL BULA

NIM : 831 412 108

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Sarjan Mle, M.S

NIP.19610508198703 1 003

Mirdayani Pauweni, S.Pd, M.Pd

NIP.19840503 200182 2 004

Mengetahui :

**Ketua Jurusan Pendidikan keolahraagaan
Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Negeri Gorontalo**

Drs. Sarjan Mle, M.S

NIP. 19610805 198703 1 003

Meningkatkan Keterampilan Lompat Jauh Pada Cabang Olahraga Atletik Melalui Pembelajaran *Expilict Intruction* Siswa Kelas VII SMP N 2 Marisa

ABSTRACK

RONAL BULA, Nomor Induk Mahasiswa 831412108, Mahasiswa Strata 1 Universitas Negeri Gorontalo Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Jurusan Pendidikan Keolahragaan, Prodi Penjaskesrek. “Meningkatkan Keterampilan Lompat Jauh Pada Cabang Olahraga Atletik Melalui Pembelajaran *Expilict Intruction* Siswa Kelas VII SMP N 2 Marisa”.

Tujuan Penelitian ini adalah : Untuk meningkatkan lompat jauh melalui pembelajaran *Expilict Intruction* pada siswa kelas VII SMP N 2 Marisa.

Berdasarkan hasil ketuntasan belajar siswa kelas VII SMP N 2 Marisa dalam melakukan keterampilan *Expilict Intruction* telah mencapai indikator kinerja pada siklus II yakni 80% indikator dalam penelitian ini siswa mampu mencapai 81,59% setelah dikenai evaluasi pada siklus II ini telah menuai keberhasilan yang sangat signifikan. Dengan demikian maka hipotesis penelitian tindakan kelas yang menyatakan bahwa “ Melalui pelajaran model *Expilict Instruction* Keterampilan Lompat Jauh Siswa Kelas VII SMPN 2 Marisa meningkat dan dapat diterima.

Kata Kunci : *Expilict Intruction*, Lompat Jauh.

Improving Long Jump Skills on Athletic Sports Through Explicit Instruction Learning at Students of Class VII SMP N 2 Marisa

ABSTRACT

RONAL BULA, Student ID 831412108, Undergraduate Student, State University of Gorontalo, Faculty of Sports and Health, Department of Sports Coaching, Study Program of Physical Education, Health, and Recreation. "Improving Long Jump Skill on Athletic Sports through Explicit Instruction learning at Students of class VII SMP N 2 Marisa."

The purpose of this research is to improve long jump skills in athletic sports through learning Explicit Instruction students of class VII SMP N 2 Marisa.

Based on the result of students' learning mastery of class VII of SMP N 2 Marisa in performing skills of Explicit Instruction has achieved a performance indicator in cycle II that is 80%. Indicators in these study students can reach 81.59% after being evaluated; this cycle II has reached a very significant success. Thus, the classroom action research hypothesis states that "Through the model lesson of Explicit Instruction of skill Jump class VII students of SMP N 2 Marisa increased and was acceptable.

Keywords: Explicit Instruction, Long Jump