

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING  
SKRIPSI**

**Meningkatkan Keterampilan Gerak Lompat Jauh Gaya Jongkok  
Melalui Pendekatan Modifikasi Media Pembelajaran Pada Siswa Kelas VIII  
SMP N 7 Telaga Biru**

Oleh

**FIKRAN**

**NIM. 831413108**

*Telah diperiksa dan Disetujui Oleh Pembimbing Untuk di Uji*

**Pembimbing I**



**Dr. Meyke Parengkuan, M.Pd**  
Nip. 19610316 198702 1 001

**Pembimbing II**



**Ruslan, S.Pd, M.Pd**  
Nip. 19780817 200501 1 003

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Pendidikan Keolahragaan  
Fakultas Olahraga Dan Kesehatan



**Drs. Aswan DaI, M.Pd**  
NIP. 19610221 198603 1 002

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Meningkatkan Keterampilan Gerak Lompat Jauh Gaya Jongkok  
Melalui Pendekatan Modifikasi Media Pembelajaran Pada Siswa Kelas VIII  
SMP N 7 Telaga Biru

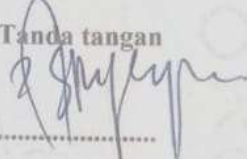


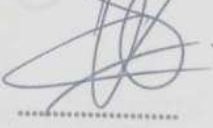
Oleh

FIKRAN

NIM. 831413108

*Telah Di Pertahankan Di Depan Penguji Dengan Baik*

Hari/Tanggal : 5 Agustul 2020  
Pukul : 08:00 Sampai Dengan Selesai

Nama Penguji	Tanda tangan	tanggal
1. Dr. Asry Syam, M.Pd Nip. 19760606 200212 1 005		.....
2. Suriyadi Datau, S.Pd, M.Pd Nip. 19820419 200604 1 001		.....
3. Dr. Meyke Parengkuan, M.Pd Nip. 19610316 198702 1 001		.....
4. Ruslan, S.Pd, M.Pd Nip. 19780817 200501 1 003		.....

Mengetahui  
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan  
  
Dr. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes  
Nip. 19631001 198803 2 002



## ABSTRAK

**Fikran. 831413108. 2020** “Meningkatkan Keterampilan Gerak Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Pendekatan Modifikasi Media Pembelajaran Pada Siswa Kelas VIII SMP N 7 TELAGA BIRU” , Pembimbing I Dr. Meyke Parengkuan, M.Pd dan Pembimbing II Ruslan, S.Pd,M.Pd

Penelitian ini dilatar belakangi rendahnya keaktifan dan gerak dasar lompat dalam pembelajaran lompat jauh, teridentifikasi masalah yang ada, Sebagian besar siswa belum bisa melakukan gerakan lompat jauh gaya jongkok dengan benar, hal ini dikarenakan model atau pendekatan pembelajaran yang digunakan oleh guru tidak sesuai dengan karakteristik siswa, sehingga siswa tidak dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik dan benar. Rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah Dengan Melalui Pendekatan Modifikasi Media Pembelajaran dapat Meningkatkan keterampilan siswa kelas VIII SMP N 7 Telaga Biru pada materi gerak lompat jauh gaya jongkok” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran pendidikan jasmani materi pokok lompat jauh dengan melalui pendekatan modifikasi media pembelajaran pada siswa kelas VIII SMP N 7 TelagaBiru.

Desain penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang berlangsung dua siklus dan dalam setiap siklus terdiri dari dua kali pertemuan. Subjek penelitian adalah siswa SMP N 7 Telaga Biru sebanyak 25 siswa. Data ini di ambil sebelum proses pembelajaran, pada saat proses pembelajaran dan sesudah pembelajaran oleh peneliti. Penelitian ini di analisis dngan menggunakan teknik diskriptif kuantitatif presentasi.

Berdasarkan hasil penelitian dapat di simpulkan, bahwa ada peningkatan hasil minat pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan pendekatan modifikasi media pembelajaran, selain itu menggunakan modifikasi alat bantu (Kardus) pada siswa SMP N 7 Telaga Biru. Suasana kelas ditunjukkan dengan keaktifan hasil dari siklus I sampai siklus II 100% anak dengan kategori baik (B) dan untuk perkembangan gerak dasar lompat jauh awalan 95% anak dalam kategori baik (B), 5% anak dalam kategori cukup, Tolakan 95% anak dalam kategori baik (B), 5% anak dalam kategori cukup (C), Sedangkan untuk mendarat 89 % anak kategory baik (B), 11% anak dalam kategori cukup (C).

Target minimal tetuntasan 85%. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa minat belajar siswa dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan modifikasi alat bantu dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran lompat jauh dapat meningkat.

Kata Kunci : Lompat Jauh Gaya Jongkok, Melalui Pendekatan Modifikasi Media Pembelajaran

## ABSTRACT

Fikran. 831413108. 2020 "Improving Squat Style Long Jumping Skills through Modified Approaches to Learning Media in Class VIII Students of SMP N 7 TELAGA BIRU", Advisor I Dr. Meyke Parengkuan, M.Pd and Supervisor II Ruslan, S.Pd, M.Pd

This research was motivated by the low activeness and basic motion of jumping in long jump learning, identified existing problems, most students could not do the squat style long jump movement correctly, this was because the learning model or approach used by the teacher did not match the student characteristics. , so that students cannot follow the learning process properly. The formulation of the problem of this research is "Can the Modified Approach of Learning Media Improve the skills of class VIII SMP N 7 Telaga Biru students in the squat style long jump material?" learning in class VIII SMP N 7 TelagaBiru.

The design of this study was a classroom action research that lasted two cycles and in each cycle consisted of two meetings. The research subjects were 25 students of SMP N 7 Telaga Biru. This data is taken before the learning process, during the learning process and after learning by the researcher. This study was analyzed using descriptive quantitative presentation techniques.

Based on the results of the study, it can be concluded that there is an increase in the results of interest in learning long jump squat style with a modified learning media approach, besides using a modified tool (cardboard) on students of SMP N 7 Telaga Biru. Class atmosphere is indicated by the activeness of the results from cycle I to cycle II 100% of children are in good category (B) and for the development of basic long jump movements, 95% of children are in good category (B), 5% of children are in enough category, 95% of children are rejected. in the good category (B), 5% of the children were in the enough category (C), while for landing 89% of the children were in the good category (B), 11% of the children were in the enough category (C).

Minimum completion target of 85%. The results of this study indicate that students' learning interest in learning the long jump squat style with modified aids and student learning outcomes in long jump learning can increase.

Keywords: Squat Style Long Jump, Through Modification Approach of Learning Media

