

## ABSTRAK

**Saprin A. Suleman, Skripsi 2015.** “Meningkatkan Keterampilan Teknik Dasar lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan metode *student Facilitator And explaining* pada siswa Kelas X Perhotelan SMKN 2 Gorontalo.Kota Gorontalo” jurusan pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi, Fakultas Olahraga Dan Kesehatan. (Pembimbing 1 Ruslan S.Pd,M.Pd Dan Pembimbing II Zulkifli Lamusu S.Pd,M.Pd)

Masalah Dalam penelitian ini adalah apakah kemampuan siswa Kelas X SMKN 2 Gorontalo Kota Gorontalo dalam melakukan lompat jauh Gaya jongkok ini dapat di tingkatkan melalui metode *student facilitator and explaining*? Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok melalui metode *student facilitator and explaining* pada siswa Kelas X SMKN 2 Gorontalo Kota Gorontalo. Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah metode *student facilitator and explaining*

Penelitian ini di laksanakan dalam bentuk siklus yang terdiri dari 6 (enam) tahap yaitu, tahap persiapan, tahap pelaksanaan tindakan, tahap pemantauan dan evaluasi, tahap analisis dan refleksi. Adapun hasil dari penelitian ini adalah bahwa dari dua kali tindakan yang di laksanakan terjadi peningkatan di setiap tindakan. Dan di awali dengan observasi awal dengan perolehan skor rata-rata 51,25, pada siklus 1 perolehan skor rata-rata 66,5 artinya masih dalam kategori cukup. Dan pada siklus II perolehan skor rata-rata 85, artinya telah berada pada kategori baik. Maka dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan metode *student facilitator and explaining* kemampuan siswa dalam melakukan lompat jauh pada siswa kelas X SMKN 2 Gorontalo Kota Gorontalo sudah masuk dalam kategori baik.

**Kata Kunci :** *Keterampilan teknik dasar lompat jauh, gaya jongkok metode student facilitator and explaining.*

## ABSTRACT

**Saprin A. Suleman, Thesis, 2015.** “ Impfroing Basic Sills long Jump Method Using Part In SMKN X Grade 2 Gorontalo city Gorontalo. “Depertement of pheyscikal educacation and healt and recreation, faculty of health Sciences and Sports. (Supervisor I Ruslan,S.Pd.M.Pd, and Advisor II Zulkifli Lamusu S.Pd.M.Pd)

The problem in this study is wheter the ebility of SMKN 2 Gorontalo Gorontalo city in doing the long Jump can be improfed trough thr methods student facilitator and explaining? This study aims to improve students’ ability to perform long jump trough the methods student facilitator and explaining in Class X SMKN 2 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 Analisis and reflection. The results from this study is that of the double act performed an increase in every action. And begins with the initial observation with the acquisition of an verage score 51.25, in the first cycle of acquisition average score of 66.5, meaning that they ar in the category enough. And the second cycle acquisition average score of 85, meaning that it has to be in either category. So can that by using the mothod student facilitator and explaining the student’s ability in doing long Jump at clas student X SMKN 2 Gorontalo, city of Gorontalo.

Keywords : Basic Skills Long Jump,Methods *Studen facilitator and explaing*

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**Jurnal Yang Berjudul Meningkatkan Keterampilan Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Menggunakan Metode *Student Facilitator And Explaining* Pada Siswa Kelas X Perhotelan Smkn 2 Gorontalo Kota Gorontalo**

**Oleh**

Nama : Saprin A. Suleman

Nim : 831 411 081

**Pembimbing I**



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

**Pembimbing II**



**Zulkifli Lamusu, S. Pd, M. Pd**  
Nip : 19830725 200812 1 002

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Pendidikan Keolahragaan  
Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan**



**Drs. Sarjan Mile, MS**  
Nip : 19610805 198703 1 003