

## **SKRIPSI**

### **UPAYA PENINGKATAN MEDIA PEMBELAJARAN TERHADAP KEMAMPUAN LOMPAT JAUH PADA SISWA KELAS V SDN 201 MATTIROWALIE**

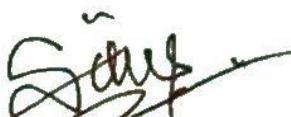
disusun dan diajukan oleh

Rosidi Aksar  
1785201122

telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi  
pada tanggal 28 September 2020

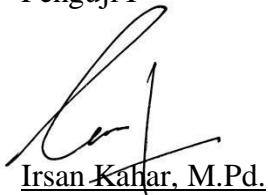
#### **Susunan Dewan Pengaji**

Ketua Sidang



Rasyidah Jalil, S. Or., M.Kes.

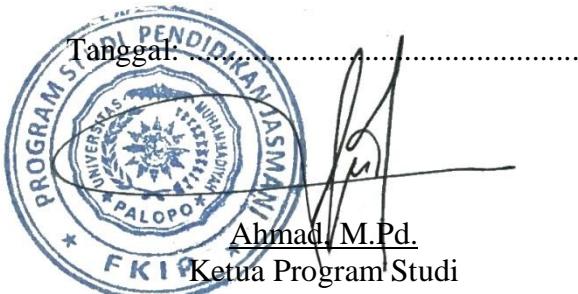
Pengaji I

  
Irsan Kahar, M.Pd.

Pengaji II

  
Dr. Hadi Pajariantto, S.Pd., M.Pd.

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memeroleh gelar sarjana



## SKRIPSI

### UPAYA PENINGKATAN MEDIA PEMBELAJARAN TERHADAP KEMAMPUAN LOMPAT JAUH PADA SISWA KELAS V SDN 201 MATTIROWALIE

disusun dan diajukan oleh

Rosidi Aksar  
1785201122

telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi  
pada tanggal 28 September 2020

#### Susunan Dewan Pengaji

Pembimbing I

Rasyidah Jalil, S. Or., M.Kes.

Pembimbing II

Nurwahidin Hakim, S.Pd., M.Pd.

Pengaji I

Irsan Kahar, M.Pd.

Pengaji II

Dr. Hadi Pajarianto, S.Pd., M.Pd.

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memeroleh gelar sarjana

Tanggal.....



## **SKRIPSI**

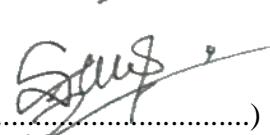
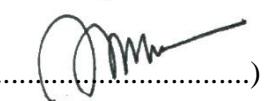
### **UPAYA PENINGKATAN MEDIA PEMBELAJARAN TERHADAP KEMAMPUAN LOMPAT JAUH PADA SISWA KELAS V SDN 201 MATTIROWALIE**

Disusun dan diajukan oleh

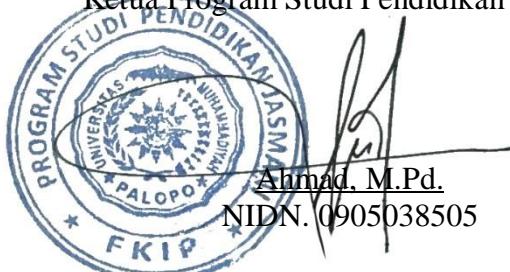
Rosidi Aksar  
1785201122

Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi pada tanggal 28 September 2020 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memeroleh gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Palopo.

#### **Susunan Dewan Pengaji**

1. Pembimbing I : Rasyidah Jalil, S. Or., M.Kes. (.....) 
2. Pembimbing II: Nur wahidin Hakim, S.Pd., M.Pd. (.....) 
3. Pengaji I : Irsan Kahar, M.Pd. (.....) 
4. Pengaji II : Dr. Hadi Pajarianto, S.Pd., M.Pd. (.....) 

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani



## **RIWAYAT HIDUP**

### **A. Data Pribadi**

1. Nama Lengkap : Rosidi Aksar
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Bone-bone, 07 Desember 1989
3. Jenis Kelamin : Laki-laki
4. Alamat : Dsn. Amassangan, Desa Pao, Kecamatan Malangke Barat.
5. Pekerjaan : Honorer
6. E-mail : -
7. Kontak Pribadi : 082292167922

### **B. Riwayat Pendidikan**

1. SD Negeri 201 Mattirowalie (1995-2001)
2. SMP Kristen Protestan Ujung Pandang (2001-2004)
3. SMK Kristen Palopo (2004-2007)

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul:

### **UPAYA PENINGKATAN MEDIA PEMBELAJARAN TERHADAP KEMAMPUAN LOMPAT JAUH PADA SISWA KELAS V SDN 201 MATTIROWALIE**

Adalah hasil karya saya. Saya juga menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi/skripsi ini, tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan orang lain yang saya ambil dengan cara menyalin atau meniru dalam bentuk rangkaian kalimat atau symbol yang menunjukkan gagasan atau pendapat atau pemikiran dari penulis lain, yang saya akui seolah-olah sebagai tulisan saya sendiri, dana tau tidak terdapat sebagian atau keseluruhan tulisan yang saya salin, tiru atau yang saya ambil dari tulisan orang lain tanpa memberikan pengakuan kepada penulis aslinya.

Apabila saya melakukan yang tersebut di atas secara sengaja atau tidak, saya menyatakan menarik skripsi yang saya ajukan sebagai hasil karya tulisan saya sendiri. Jika kemudian terbukti bahwa ternyata saya melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah-olah itu hasil pemikiran saya sendiri, berarti gelar dan ijazah yang telah diberikan oleh Universitas batal saya terima.

Palopo, 01 April 2021

Yang memberi pernyataan

Rosidi Aksar

## PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis perhadapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karuni-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul “**Upaya Peningkatan Media Pembelajaran Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SDN 201 Mattirowalie**”. Penulisan skripsi ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat dalam menambah khazanah pengetahuan atau wawasan penulis, terkhusus tentang masalah yang telah dibahas dalam penelitian ini. Selain itu, salah satu alasan penelitian ini dilakukan adalah memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Sarjana (S1) pada Universitas Muhammadiyah Palopo.

Penyelesaian skripsi ini telah mendapat banyak bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Skripsi ini tidak mungkin terselesaikan dengan baik tanpa adanya dukungan, bimbingan, bantuan, serta doa dari berbagai pihak selama penyusunan. Sehingga dalam kesempatan ini penulis dengan ketulusan hati mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan bimbingan dan dukungannya. Semoga Tuhan Yang Maha Esa memudahkan segala urusan dan melimpahkan karunia-Nya kepada pihak-pihak tersebut sebagai implementasi wujud pengabdian kepada-Nya.

Penulis pun menyadari penulisan ini masih jauhdari kesempurnaan dikarenakan kemampuan penulis yang terbatas. Oleh karena ini, segala saran dan ide lebih lanjut penulis harapkan. Semoga tulisan ini bermanfaat bagi pembacanya. Amin.

Palopo, 01 April 2021

Rosidi Aksar

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PEGESAHAH .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAH PENGUJI .....</b>	<b>iii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	<b>vi</b>
<b>PRAKATA .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
2.1 Deskripsi Teoritis .....	7
2.1.1 Hakikat Pembelajaran .....	7
2.1.2 Hakikat Pendidikan Jasmani .....	8
2.1.3 Media Pembelajaran.....	11
2.1.4 Hakikat Lompat Jauh .....	13
2.2 Kerangka Berpikir.....	16
2.3 Hipotesis .....	17
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>19</b>
3.1 Jenis Penelitian .....	19
3.2 Desain Penelitian .....	21
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	22
3.4 Populasi dan Sampel .....	23
3.5 Jenis dan Sumber Data .....	23
3.6 Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional .....	24
3.7 Instrumen Penelitian .....	25
3.8 Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.9 Teknik Analisis Data .....	31
3.10 Indikator Keberhasilan Tindakan .....	32
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>33</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	33

4.1.1 Deskripsi Data .....	33
4.1.2 Penyusunan Rencana Tindakan .....	33
4.1.3 Metode Pelaksanaan Siklus I dan II .....	34
4.1.4 Laporan Siklus 1 .....	34
4.1.5 Laporan Siklus II .....	42
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>53</b>
5.1 Simpulan .....	53
<b>DAFTAR RUJUKAN .....</b>	<b>54</b>

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1	Instrumen Penilaian Lompat Jauh .....	28
Tabel 2	Lembar Observasi Kelas Terhadap Guru Dalam Pembelajaran ....	29
Tabel 3	Hasil Tes Lompat Jauh Pratindakan 1 .....	38
Tabel 4	Hasil Tes Lompat Jauh Siklus I Pratindakan II .....	40
Tabel 5	Hasil Tes Lompat Jauh Siklus II .....	47
Tabel 6	Peningkatan Hasil Tes Pratindakan, Siklus I, dan Siklus II .....	51

## **DAFTAR GAMBAR**

Diagram 1	Siklus 1 Pratindakan 1 .....	39
Diagram 2	Lompat Jauh pada hasil Siklus 1 Pratindakan 1 dan II .....	41
Diagram 3	Siklus II hasil Pratindakan I .....	48
Diagram 4	Perolehan Nilai Peserta Didik Siklus I dan Siklus II .....	50

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Lembar Observasi Belajar Mengajar .....	55
Lampiran 2 Data Hasil Kemampuan Lompat Jauh Pratindakan .....	67
Lampiran 3 Dokumentasi Penelitian .....	76

## INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana upaya peningkatan media pembelajaran terhadap kemampuan lompat jauh pada siswa Kelas V UPT SD Negeri 201 Mattirowalie Kecamatan Malangke Barat Kabupaten Luwu Utara. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan subjek penelitian berjumlah 21 orang murid siswa Kelas V UPT SD Negeri 201 Mattirowalie Kecamatan Malangke Barat Kabupaten Luwu Utara. Data dikumpulkan dengan melakukan pengamatan dan catatan lapangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Nilai rata-rata siswa kegiatan pratindakan I persentase ketuntasan sebesar 38,10% yang tidak tuntas 61,90%. Sedangkan Kondisi pada Pratindakan II Siklus I mengalami peningkatan nilai rata-rata Persentase ketuntasan sebesar 47,61% yang tidak tuntas persentase ketuntasan sebesar 52,38%. Namun, peningkatan tersebut masih belum mencapai target yang ditetapkan sebelumnya. Kemudian setelah melanjutkan ke siklus II nilai rata-rata lompat jauh siswa kembali mengalami peningkatan ketuntasan sebesar 90,47 dan siswa yang tidak tuntas hanya 2 siswa dengan persentase 9,52% yaitu 2 siswa. Hal tersebut menunjukkan bahwa target yang telah ditetapkan sebelumnya sudah tercapai sehingga penelitian dihentikan pada siklus II.

**Kata kunci:** media pembelajaran, kemampuan lompat jauh

## **ABSTRACT**

*This study aims to determine the extent of efforts to improve learning media on the long jump ability of the fifth grade students of UPT SD Negeri 201 Mattirowalie, West Malangke District, North Luwu Regency. The type of research used is Classroom Action Research (CAR) with the research subjects totaling 21 students of Class V UPT SD Negeri 201 Mattirowalie, West Malangke District, North Luwu Regency. Data were collected by making observations and field notes. The results of the study show that the average value of students in pre-action activity I, the percentage of completeness is 38.10%, which is not completed, 61.90%. Meanwhile, the condition in Pre-action II Cycle I experienced an increase in the average value of the completeness percentage of 47.61%, while the incomplete percentage of completeness was 52.38%. However, this increase has not yet reached the previously set target. Then after continuing to cycle II the average value of the long jump of students again experienced an increase in mastery of 90.47 and students who did not complete only 2 students with a percentage of 9.52%, namely 2 students. This shows that the predetermined target has been achieved so that the research is stopped in cycle II.*

**Keywords:** Learning media, long jump ability