



**PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT TINGGI  
MELALUI MEDIA GAMBAR DAN MODIFIKASI  
MISTAR PADA SISWA KELAS VI SEKOLAH  
DASAR NEGERI 10 KARANGGONDANG  
KECAMATAN MLONGGO  
KABUPATEN. JEPARA  
TAHUN 2012**

**SKRIPSI**

Diajukan dalam rangka penyelesaian Studi Strata 1

Untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

**MUR Y A N T I**

**6102910217**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

**2012**



**PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT TINGGI  
MELALU MEDIA GAMBAR DAN MODIFIKASI  
MISTAR PADA SISWA KELAS VI SEKOLAH  
DASAR NEGERI 10 KARANGGONDANG  
KECAMATAN MLONGGO  
KABUPATEN. JEPARA  
TAHUN 2012**

**SKRIPSI**

Diajukan dalam rangka penyelesaian Studi Strata 1

Untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

**MUR Y A N T I**

**6102910217**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

**2012**

## SARI

**Muryanti**, 2012. *Peningkatan Hasil Belajar Lompat Tinggi Melalui Media Gambar dan Modifikasi Mistar Pada Siswa Kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang Tahun 2012*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, Pembimbing (1) Drs. Hermawan Pamot Rahardjo, M.Pd.(2) Ranu Baskora, S.Pd, M.Pd

Penelitian ini bertujuan untuk untuk mengetahui hasil belajar lompat tinggi melalui media gambar dan modifikasi mistar bagi siswa kelas VI Sekolah Dasar dalam pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Metode penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas, yang terdiri dari Siklus I dan Siklus II ( tahap perbaikan atau evaluasi ), dengan langkah langkah sebagai berikut (1) menentukan subyek penelitian, (2) menentukan obyek penelitian yaitu siswa kelas VI, (3) menentukan waktu penelitian baik Siklus I maupun Siklus II, (4) menentukan lokasi penelitian, (5) Teknik pengumpulan data, (6) rencana tindakan pembelajaran yang terdiri dari : (a) tahap rencana perbaikan,(b) tahap pelaksanaan perbaikan, (c) tahap observasi dan evaluasi, (d) tahap refleksi, baik pada Siklus I maupun Siklus II. Data berupa hasil penelitian mengenai kualitas produk, hasil pengisian kuesioner oleh siswa dan perbaikan hasil belajar siswa pada siklus I maupun siklus II. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif presentase untuk mengungkap aspek psikomotorik, kognitif, dan afektik siswa setelah menggunakan produk.

Dari hasil data Siklus I diperoleh data hasil belajar atau ketuntasan belajar siswa **35,71%**, rata-rata nilai hasil belajar **56,79**. Hasil pengamatan aspek psikomotor **57,14(cukup baik)**, hasil pengamatan aspek kognitif **58,04 (cukup baik)**, hasil pengamatan aspek afektif **55,80 (cukup baik)**. Siklus II diperoleh data hasil belajar atau ketuntasan belajar siswa **92,86%**, rata-rata nilai hasil belajar **82,50**, hasil pengamatan aspek psikomotor **82,14 (baik)**, hasil pengamatan aspek kognitif **92,86 (sangat baik)**, hasil pengamatan aspek afektif **77,68 (baik)**. Dari data yang ada maka dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan kelas yang berupa hasil belajar lompat tinggi melalui media gambar dan modifikasi mistar ini dapat digunakan bagi siswa kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang Kecamatan Mlonggo Kabupaten Jepara.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, diharapkan bagi guru penjasorkes SD untuk menggunakan metode media gambar dan modifikasi mistar pada hasil belajar lompat tinggi ini pada siswa Kelas VI dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.

## PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa isi dari skripsi ini benar-benar merupakan hasil karya tulis ilmiah yang telah saya susun sendiri dan bukan merupakan hasil jiplakan dari karya tulis ilmiah orang lain. Berbagai pendapat serta temuan dari orang ataupun pihak lain yang ada di dalam karya tulis ilmiah ini dikutip dan dirujuk berdasarkan pedoman kode etik etika penyusunan karya tulis ilmiah. Semoga karya tulis ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

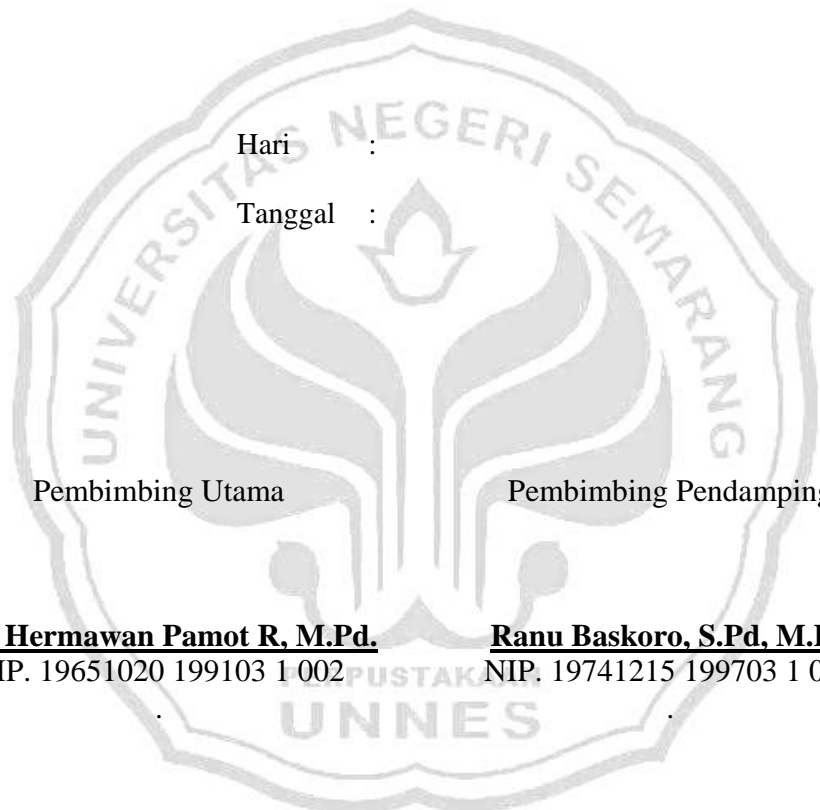
Semarang, Agustus 2012

Peneliti

Muryanti  
NIM. 6102910217

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Telah disetujui untuk diajukan dalam sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.



Hari :

Tanggal :

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

**Drs. Hermawan Pamot R, M.Pd.**

NIP. 19651020 199103 1 002

**Ranu Baskoro, S.Pd, M.Pd**

NIP. 19741215 199703 1 004

Mengetahui

Ketua Jurusan PJKR

**Drs.Mugiyo Hartono, M.Pd.**

NIP. 19610903 198803 1 002

## PENGESAHAN

Telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu  
Keolahragaan Universitas Negeri Semarang

Pada hari : Minggu

Tanggal : 23 September 2012

Panitia Ujian,

Ketua		Sekretaris
Drs. H Harry Pramono M.Si NIP. 195910191985031001		Supriyono S.Pd M.OR NIP. 1972201271998021001

Dewan Penguji,

1. Rumini S.Pd M.Pd (.....)  
NIP. 196109031988031002
2. Drs. Hermawan Pamot R. M.Pd (.....)  
NIP. 196510201991031002
3. Ranu Baskora Aji Putra S.Pd M.Pd (.....)  
NIP. 19742151997031004

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

1. Apapun masalahmu, Tuhan tak pernah terlambat memberi pertolongan-Nya. Kamu hanya butuh sedikit kesabaran.
2. Jangan sekali-kali kita meremehkan sesuatu perbuatan baik walaupun hanya sekadar senyuman
3. Sahabat adalah mereka yang selalu memberikan semangat ketika semua orang meremehkanmu. Mereka yang selalu peduli padamu..

### PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan buat :

1. Suami saya tercinta, Nor Fais, ibu saya Tumari serta mertua saya, terima kasih atas segala dukungan, do'a. cinta dan kasih sayang, serta nasehatnya.
2. Kedua anak saya tercinta, Alfin Kausar, dan Akmal Khairu Zad.
3. Teman-teman dari FIK terutama jurusan PJKR Prodi PGPJSD terutama yang dari PJJ Jepara yang tercinta.
4. Teman-teman semua, yang telah banyak membantu saya dalam segala hal.

## PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini atas bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan penulis menjadi mahasiswa UNNES.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIK UNNES yang telah memberikan dorongan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Hermawan Pamot R, M.Pd., selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan petunjuk, dorongan, dan motivasi dengan penuh sabar. jelas, mudah dipahami serta membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi.
5. Bapak Ranu Baskora, S.Pd, M.Pd.selaku Pembimbing Pendamping yang telah sabar dan teliti dalam memberikan petunjuk. dorongan. dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.



6. Seluruh Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan pada khususnya dan Dosen Universitas Negeri Semarang pada umumnya atas ilmu yang telah diajarkan.
7. Bapak Priyanto,S.Pd., selaku Kepala SD Negeri 10 Karanggondang yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian di sekolah yang beliau pimpin.
8. Bapak dan Ibu guru SD Negeri 10 Karanggondang yang telah membantu penulis dalam pelaksanaan penelitian.
9. Siswa kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang yang telah bersedia menjadi sampel penelitian.
10. Suami, dan anak saya, serta keluarga tercinta yang selalu memberikan dukungan baik moral maupun materiel serta do'a restu demi terselesaikannya skripsi ini.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian untuk penulisan skripsi ini.

Atas segala bantuan dan pengorbanan yang telah diberikan kepada penulis, semoga amal yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan balasan dari Allah SWT.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca semua.

Semarang, Agustus 2012

Penulis

## DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
SARI .....	ii
PERNYATAAN .....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iv
PENGESAHAN .....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	vi
PRAKATA .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Perumusan Masalah .....	2
1.3 Tujuan Penelitian .....	2
1.4 Manfaat Penelitian .....	3
1.5 Sumber Pemecahan Masalah .....	4
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERPIKIR</b>	
2.1 Kajian Pustaka .....	5
2.1.1 Pengertian Penjasorkes .....	5

2.1.2 Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Penjasorkes	
SD.....	6
2.1.3 Media Pembelajaran .....	10
2.1.4 Pengertian Keberanian .....	12
2.1.5 Pengertian Kesenangan .....	12
2.1.6 Pengertian Percaya Diri .....	12
2.1.7 Karakteristik Modifikasi Permainan Melompat .....	13
 <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1. Subyek Penelitian .....	16
3.2. Obyek Penelitian .....	16
3.3 Waktu Penelitian .....	16
3.4 Lokasi Penelitian .....	17
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	17
3.6 Instrumen Pengumpulan Data .....	23
3.7 Teknik Analisis Data .....	27
 <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1.1. Siklus I .....	29
4.1.2 Siklus II .....	34
4.1.3 Peningkatan dalam Siklus I dan Siklus II .....	40
4.2 Pembahasan .....	46
4.2.1 Aktivitas siswa dalam pembelajaran lompat tinggi dengan media gambar dan mistar karet .....	46

4.2.2 Prestasi Belajar siswa dalam pembelajaran lompat tinggi dengan media gambar dan mistar karet .....	47
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Simpulan .....	48
5.2 Saran dan Tindak Lanjut .....	49
50DAFTAR PUSTAKA .....	50
LAMPIRAN – LAMPIRAN .....	
DOKUMENTASI KEGIATAN ( FOTO ) .....	



## DAFTAR TABEL

Tabel :	halaman
1. Faktor, indikator dan jumlah butir pertanyaan untuk siswa ....	23
2. Klasifikasi Persentase .....	28
3. Hasil pengisian pertanyaan siswa aspek Psikomotor ( Siklus I ) ..	29
4. Hasil pengisian pertanyaan siswa aspek Kognitif ( Siklus I ) .....	
5. Hasil pengisian pertanyaan siswa aspek Afektif ( Siklus I ) .....	31
6. Hasil Prestasi Siswa Kelas VI ( Siklus I ) .....	33
7. Hasil pengisian pertanyaan siswa aspek Psikomotor ( Siklus II ) ..	35
8. Hasil pengisian pertanyaan siswa aspek Kognitif ( Siklus II ) .....	36
9. Hasil pengisian pertanyaan siswa aspek Afektif ( Siklus II ) .....	36
10. Hasil Prestasi Siswa Kelas VI ( Siklus II ) .....	38
11. Hasil pengisian pertanyaan siswa aspek Psikomotor (Siklus I dan II)	39
12. Hasil pengisian pertanyaan siswa aspek Kognitif ( Siklus I dan II )	40
13. Hasil pengisian pertanyaan siswa aspek Afektif ( Siklus I dan II ) ..	40
14. Data prestasi belajar Penjasorkes siswa ( Siklus I dan II ) .....	41
15. Rekapitulasi nilai hasil belajar siklus I dan siklus II .....	42

## DAFTAR GAMBAR

Gambar :	halaman
1. Sikap awalaan lonpat tinggi .....	15
2. Tolakan lonpat tinggi .....	16
3. Saat diatas mistar ( melewati mistar ).....	16
4. Teknik awalan .....	21
5. Teknik tolakan .....	21
6. Teknik melewati mistar .....	22
7. Teknik pendaratan lonpat tinggi .....	22
1. Pengamatan siswa aspek Psikomotor ( Siklus I ) .....	30
2. Pengamatan siswa aspek Kognitif ( Siklus I ) .....	31
3. Pengamatan siswa aspek Afektif ( Siklus I ) .....	32
4. Hasil Prestasi Siswa Kelas VI ( Siklus I ) .....	33
5. Pengamatan siswa aspek Psikomotor ( Siklus II ) .....	35
6. Pengamatan siswa aspek Kognitif ( Siklus II ) .....	36
7. Pengamatan siswa aspek Afektif ( Siklus II ) .....	37
8. Hasil Prestasi Siswa Kelas VI ( Siklus II ) .....	38
9. Pengamatan siswa aspek Psikomotor (Siklus I dan II) .....	39
10. Pengamatan siswa aspek Kognitif ( Siklus I dan II ) .....	40
11. Pengamatan siswa aspek Afektif ( Siklus I dan II ) .....	41
12. Data prestasi belajar Penjasorkes siswa ( Siklus I dan II ) .....	42
13. Rekapitulasi nilai hasil belajar siklus I dam siklus II .....	43

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran :	Halaman
1. Usulan Penetapan Dosen Pembimbing .....	50
2. SK Ijin Penelitian .....	51
3. Surat Keterangan Ijin Penelitian .....	52
4. Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian .....	53
5. Silabus Penjasorkes Kelas 6 .....	54
6. Rencana Program Pembelajaran ( RPP ) .....	59
7. Kuesioner Evaluasi Siswa .....	64
8. Jawaban Kuesioner Siswa ( Siklus I ) .....	65
9. Hasil Rekapitulasi Siswa ( Siklus I ) .....	65
10. Analisis Data Hasil Belajar siswa ( Siklus I ) .....	65
11. Jawaban Kuesioner Siswa ( Siklus II ) .....	67
12. Hasil Rekapitulasi Siswa ( Siklus II ) .....	67
13. Analisis Data Hasil Belajar siswa ( Siklus II ) .....	67
Dokumentasi ( Foto Kegiatan ) .....	69

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang Masalah**

Setiap cabang olah raga memerlukan keterampilan, keberanian, kesenangan dan percaya diri tertentu dalam melakukan agar hasilnya bisa maksimal. Seperti tinju, pencak silat, karate, sepak bola dan cabang olah raga yang lain memerlukan hal tersebut. Demikian juga halnya dengan cabang olah raga lompat tinggi, agar hasilnya optimal perlu memiliki keberanian, kesenangan, dan percaya diri dalam melakukannya.

Namun kenyataannya tidak semua murid memiliki keberanian, kesenangan dan percaya diri dalam melakukan gerak dalam cabang olahraga lompat tinggi, seperti yang penulis amati ketika mengajar lompat tinggi di kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang . Dalam pre tes hasil belajar siswa menunjukkan bahwa 86 % siswa belum mencapai KKM yaitu 65. Hal ini menunjukkan bahwa dalam pembelajaran lompat tinggi mengalami masalah yang harus dicari solusinya.

Kesulitan yang dihadapi siswa adalah, siswa tidak berani melompat pada alat yang sesungguhnya. Sehingga dari 14 siswa hanya 5 siswa yang mencapai nilai KKM. Sehingga pembelajaran lompat tinggi tidak dapat berjalan sesuai dengan yang di harapkan. Salah satu tugas seorang guru olahraga adalah meyiapkan diri untuk mengajar para siswanya yang



mempunyai minat dan bakat di bidang olahraga tertentu, guna mencapai prestasi optimalnya kelak.

Berangkat dari permasalahan tersebut, penulis mencoba menerapkan salah satu media yaitu “Penggunaan media gambar dan mistar yang berupa karet” yang penulis anggap efektif dan efisien untuk menumbuhkan keberanian, kesenangan dan percaya diri dalam pembelajaran lompat tinggi di kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang.

Diharapkan dengan cara memodifikasi alat pembelajaran dengan menggunakan media gambar dan mistar yang berupa karet siswa akan lebih konsentrasi pada lompatan dibandingkan dengan menggunakan media standar pada lompat tinggi, sehingga akan terhindar dari rasa takut, timbul kesenangan dan rasa percaya diri yang menuju pada perubahan dan perbaikan sesuai yang diharapkan.

## **1.2. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana Peningkatan hasil belajar lompat tinggi melalui media gambar dan modifikasi mistar pada siswa kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan dari permasalahan yang diajukan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar lompat tinggi melalui

media gambar dan modifikasi mistar pada siswa kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang?

#### 1.4. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dalam penggunaan media gambar dan mistar yang berupa karet dalam pembelajaran lompat tinggi adalah sebagai berikut

##### 1. Manfaat Teoritis

###### a. Bagi guru

Bermanfaat untuk mempermudah dalam meningkatkan minat belajar khususnya dalam pelajaran olahraga di SD dan lebih berpariatif dalam menggunakan media pembelajaran.

###### b. Bagi siswa

Bermanfaat bagi siswa yang kurang menyenangkan dan kesulitan dalam melakukan olahraga lompat tinggi yang menggunakan alat yang sebenarnya (standar).

###### c. Bagi Peneliti

Peneliti mendapatkan fakta bahwa dengan aplikasi model pembelajaran penggunaan media gambar dan mistar yang berupa karet pada lompat tinggi dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar dan minat siswa pada pelajaran lompat tinggi.

###### d. Bagi sekolah

- Dapat dijadikan acuan dan memotivasi guru lain yang belum melaksanakan penelitian tindakan kelas.
- Dapat dijadikan program tindak lanjut dalam meningkatkan prestasi siswa dengan biaya yang murah dan mudah didapat.
- Dapat dimasukkan RAPBS pada program anggaran tahun depan.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini dapat dipergunakan untuk referensi penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan hal yang sama.
- b. Dapat dipergunakan sebagai media alternatif bagi guru di sekolah lain dalam mengajarkan materi gerak dasar dan minat siswa dalam pelajaran atletik khususnya lompat tinggi yang lebih menyenangkan bagi siswa.

### 1.5. Sumber Pemecahan Masalah

Sumber pemecahan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Tes hasil perbuatan dan pengamatan siswa kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang dalam Peningkatan hasil belajar lompat tinggi melalui media gambar dan modifikasi mistar ( karet ).
2. Mengolah data untuk kemudian di diskripsikan dalam bentuk persentase.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **2.1. Kajian Pustaka**

Sebagai acuan berfikir secara ilmiah dalam rangka untuk pemecahan permasalahan. pada kajian pustaka ini dimuat beberapa pendapat dari para pakar. Selanjutnya secara garis besar akan diuraikan tentang : Pengertian Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan, Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Penjasorkes SD, Media Pembelajaran, Pengertian Keberanian, Pengertian Kesenangan, Pengertian Percaya Diri, Karakteristik Modifikasi Permainan Melompat.

##### **2.1.1. Pengertian Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan**

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktifitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan ketrampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif dan afektif setiap siswa.

Pendidikan jasmani merupakan interaksi antara peserta didik dengan lingkungan secara sistematis untuk membentuk manusia seutuhnya. Pembentukan sumber daya manusia diarahkan pada manusia pancasilais, berbudi pekerti luhur lewat pendidikan jasmani dengan memperhatikan model pembelajaran serta skema pembelajaran (Sukintaka, 1992:9).

Sedangkan menurut Pangrazi (2004 : 4) menyatakan bahwa Penjasorkes adalah bagian integral dari suatu proses pendidikan secara keseluruhan yang memberikan sumbangan pertumbuhan dan perkembangan total pada setiap anak, terutama melalui latihan gerak. Dari keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa Penjasorkes merupakan bagian integral dari suatu proses pendidikan melalui aktivitas gerak insani dan interaksi antara peserta didik dengan lingkungan secara sistematis untuk membentuk manusia seutuhnya.

#### **2.1.2. Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Penjasorkes SD**

Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan bukan merupakan pendidikan tentang problem tubuh, akan tetapi merupakan pendidikan tentang problem manusia dan kehidupan yang mempunyai 4 ranah tujuan (Sukintaka, 2004) yaitu :

- a. Jasmani dan Psikomotor, meliputi :
  1. Kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan kardiovaskuler, dan kelentukan.
  2. Persepsi gerak, gerak dasar, keterampilan, olahraga dan tari.
- b. Kognitif, meliputi :
  1. Pengetahuan.
  2. Keterampilan intelektual.
  3. Kemampuan intelektual.
- c. Afektif, meliputi :

1. Sehat.
2. Respek gerak.
3. Aktualisasi diri.
4. Menghargai diri.
5. Konsep diri.

Adang Suherman (2000 : 23) menyatakan secara umum tujuan Penjasorkes dapat diklasifikasikan kedalam empat kategori, yaitu :

1. Perkembangan Fisik.

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*).

2. Perkembangan Gerak.

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna (*skillful*).

3. Perkembangan Mental.

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang penjasorkes kedalam lingkungannya sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap dan tanggung jawab siswa.

4. Perkembangan Sosial.

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

Sedangkan menurut Rubianto Hadi (2001 :7) tujuan Penjasorkes adalah untuk membantu peserta didik dalam meningkatkan gerak mereka, disamping agar mereka merasa senang dan mau berpartisipasi dalam berbagai aktivitas.

Berdasarkan pada beberapa pendapat tentang tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah dapat digolongkan kedalam empat aspek yaitu aspek fisik, aspek psikomotorik, aspek kognitif, dan aspek afektif.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SD bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut :

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.

6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan meliputi aspek-aspek sebagai berikut.

1. Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, bola tangan, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya.
2. Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
3. Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
4. Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
5. Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.



6. Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik / karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
7. Kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

### **2.1.3. Media Pembelajaran**

Ketepatan penggunaan media pembelajaran dalam menumbuhkan dan meningkatkan minat dan bakat siswa untuk menerima pelajaran dan tidak membosankan dalam mengikuti pelajaran olahraga di lapangan.

Penggunaan media gambar dan karet adalah untuk menumbuhkan keberanian, kesenangan dan percaya diri, siswa diarahkan secara beragam dan bertahap untuk lebih mampu menghadapi setiap rintangan mulai dari terendah sampai standar tertinggi.

Beberapa teori yang berhubungan dengan penggunaan media pembelajaran untuk meningkatkan minat belajar siswa yang sesuai dengan usia dan psikologi gerak. Waharsono (2003)

Perkembangan dan belajar gerak Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat Pendidikan Taman Kanak-kanak dan Sekolah Dasar. Sajoto (2003)

Bio mekanika, kondisi fisik sekolah biasa, Departemen Pendidikan Nasional, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat Pendidikan Taman Kanak-kanak dan Sekolah Dasar. Gagne (1985:67)

Pembelajaran dapat dibagi ke dalam lima bagian : (*Intellectual skill, cognitive strategy, motor skill, dan attitude* ). Gagne menekankan pentingnya kondisi internal dan kondisi eksternal dan suatu pembelajaran agar siswa memperoleh hasil belajar yang diharapkan. Dengan demikian sebaiknya memperhatikan atau menata pembelajaran yang memungkinkan mengaktifkan memori siswa yang sesuai agar informasi yang baru dapat diterima. John Dewey

“*Learning by doing*” didukung oleh Rousseau, Pestalozzi, Frobel dan Montesory, mengemukakan bahwa aktivitas siswa dalam proses belajar adalah aktivitas jasmani maupun mental yang digolongkan dalam 5 hal :

- a. Aktivitas Visual, seperti membaca, menulis, melakukan eksperimen dan demonstrasi.
- b. Aktivitas Lisan (*Oral Activitis*), seperti bercerita, membaca sajak, Tanya jawab, diskusi menyanyi.
- c. Aktivitas Gerak (*Motoric Actifitis*), seperti senam, atletik, menari dan melukis.

d. Aktivitas Mendengarkan (*Listening Activities*) mendengarkan penjelasan guru dan ceramah. Aktivitas Menulis (*Written Activities*) seperti mengarang, membuat makalah.

#### **2.1.4. Modifikasi Pembelajaran Penjasorkes**

Modifikasi merupakan salah satu usaha guru agar pembelajaran dapat tercapai, termasuk didalamnya “*Body scaling*” atau penyesuaian dengan ukuran tubuh siswa yang sedang belajar. Aspek inilah yang harus dijadikan prinsip utamadalam memodivikasi pembelajaran penjas, termasuk pembelajaran atletik. Esensi modivikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntukannya dalam bentuk aktifitas belajar yang potensial untuk memperlancar siswa dalam proses belajar. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa dari yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, dari tingkat yang tadinya lebih rendah menjadi memiliki tingkat yang lebih tinggi.

Cara-cara guru memodifikasi pembelajaran akan tercermin dari aktifitas pembelajaran yang diberikan guru dari mulai awal hingga akhir pembelajaran. Beberapa aspek analisa modifikasi ini tidak terlepas dari pengetahuan guru tentang:

- 1) Tujuan
- 2) Karakteristik materi
- 3) Kondisi lingkungan
- 4) Evaluasinya

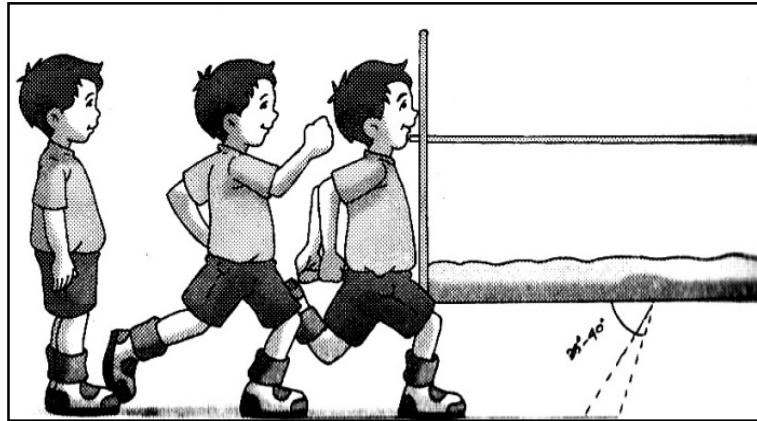
Tujuan dari modifikasi lompat tinggi yaitu pembelajaran yang lebih menekankan pada perolehan pengetahuan dan kemampuan melakukan wujud keterampilan yang dipelajarinya tanpa memperhatikan aspek efisien dan efektifitas.

Adapun tujuan dari pembelajaran lompat tinggi melalui media gambar dan modifikasi mistar ( karet )adalah :

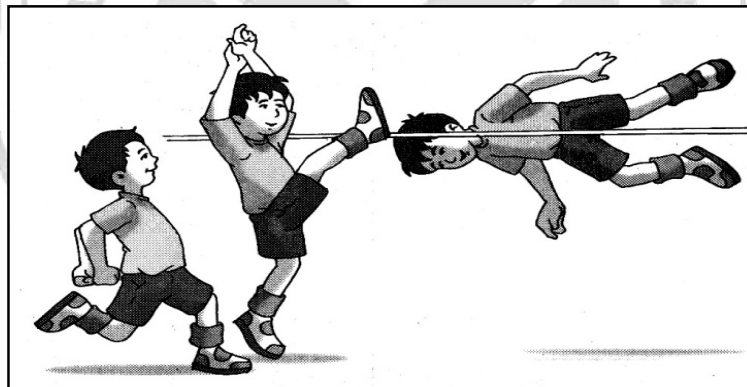
- 1) Siswa dapat melakukan berbagai bentuk lompat.
- 2) Siswa dapat melakukan konsep gerak dasar yang efisien dalam melompat.
- 3) Siswa dapat mengenal gaya yang digunakan pada saat melayang di udara setelah melakukan tolakan.

Adapun permainan yang mengarah kepembelajaran lompat tinggi adalah lompat tali. Permainan ini bisa di mainkan oleh semua siswa. Media yang digunakan adalah tali karet. Cara bermainnya adalah dua siswa memegang karet pada ujungnya kemudian siswa menentukan ketinggian yang akan dilompati. Selanjutnya secara bergantian siswa melompati karet tersebut.

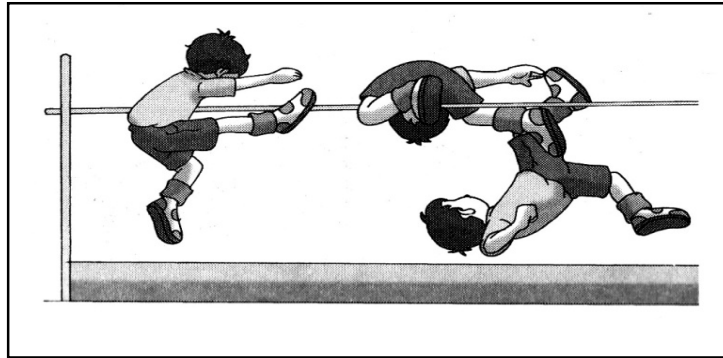
Berikut disajikan gambar-gambar gaya dalam lompat tinggi dan teknik dasar lompat tinggi yang digunakan peneliti selama proses penelitian :



Gambar 1. Awalan lompat tinggi  
(dikutip dari buku penjas orkes kelas VI penerbit erlangga halaman 72)



Gambar 2. Saat menolak dan sikap diatas mistar  
(dikutip dari buku penjas orkes kelas VI penerbit erlangga halaman 73)



Gambar 3. Saat diatas mistar dan saat mendarat  
(dikutip dari buku penjas orkes kelas VI penerbit erlangga halaman 73)



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian tindakan kelas ( PTK ), yang merupakan jenis penelitian dengan tujuan penggunaannya untuk pemecahan masalah praktis yang berorientasi pada hasil pembelajaran. Masalah yang perlu dipecahkan adalah adanya ketakutan siswa dalam melakukan lompatan pada mistar yang sesungguhnya. Sedangkan hasil yang diharapkan adalah dapat terselenggaranya pembelajaran lompat tinggi yang menyenangkan sekaligus penilaian hasil kegiatan.

#### **3.1. Subyek Penelitian**

Subyek penelitian adalah sejumlah penduduk yang menjadi anggota obyek penelitian. Pada pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini cara pengambilan subyek penelitian ini adalah menggunakan Teknik total sampling. Disebut demikian karena jumlah sampel yang digunakan merupakan keseluruhan dari obyek penelitian yaitu seluruh siswa kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang sejumlah 14 siswa yang terdiri dari 10 siswa putra dan 4 siswa putri.

#### **3.2. Obyek Penelitian**

Pada pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini menggunakan siswa kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang sejumlah 14 yang terdiri dari 10 siswa putra dan 4 siswa putri.

### 3.3. Waktu Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan pada :

1. Tahap atau tindakan pertama ( Siklus I ) pada hari Sabtu tanggal 19 Maret 2012, dan
2. Tahap atau tindakan kedua ( Siklus II ) pada hari Selasa tanggal 29 Juni 2012

### 3.4. Lokasi Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini tempat atau lokasi yang digunakan adalah bertempat di SD Negeri 10 Karanggondang Kecamatan Mlonggo Kabupaten Jepara.

### 3.5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan langkah – langkah sebagai berikut :

#### 3.5.1. Metode Observasi

Penulis melihat secara langsung tentang keadaan atau kondisi siswa kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang.

#### 3.5.2. Metode Wawancara

Peneliti menggali informasi dengan berkomunikasi langsung dengan siswa kelas V SD Negeri 10 Karanggondang. tentang kebiasaan siswa melakukan lompat tinggi.

#### 3.5.3. Metode Evaluasi atau Tes

Pengumpulan dengan berbagai cara evaluasi agar peneliti mengetahui sejauh mana kemampuan siswa dalam malakukan lompatan



menggunakan mistar standart dan mistar modifikasi yang disesuaikan fakta yang ada dilapangan.

#### 3.5.4. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi yaitu pengumpulan data dimana peneliti menyelidiki benda-benda tertulis, seperti buku-buku, majalah, dokumen, peraturan-peraturan, notulen rapat, catatan harian dan sebagainya ( Arikunto, 2002:135 ). Dokumentasi digunakan sebagai bukti otentik pelaksanaan tindakan kelas ( penelitian ) berupa data siswa dalam penelitian tindakan kelas dan dokumen peristiwa proses penelitian tindakan kelas berupa foto atau video.

Penelitian tindakan kelas ini direncanakan dua siklus masing-masing siklus terdiri dari 4 tahap yaitu perencanaan implementasi tindakan, pengamatan, evaluasi dan refleksi.

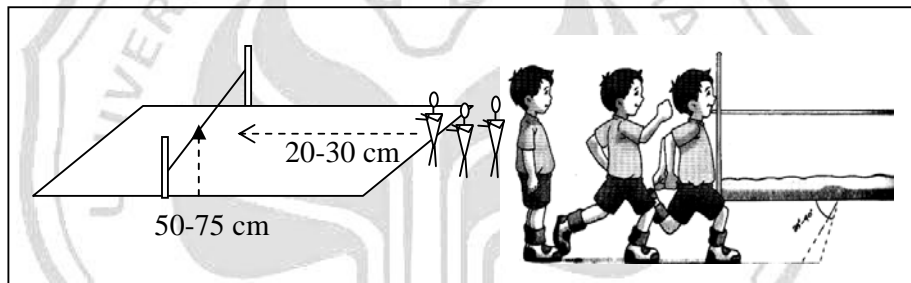
#### 3.5.5. Rencana Tindakan pembelajaran

##### a. Tahap rencana perbaikan

- 1) Menentukan kompetensi dasar yang akan diajarkan, yaitu lompat tinggi. Pada Siklus I materi yang akan diajarkan adalah lompat tinggi melalui media gambar dan mistar dari karet dengan alokasi waktu dua jam pelajaran
- 2) Menyediakan alat peraga berupa , gambar lompat tinggi, mistar lompat tinggi dan perlengkapannya.
- 3) rencana pembelajaran sebagai pedoman kegiatan belajar mengajar.

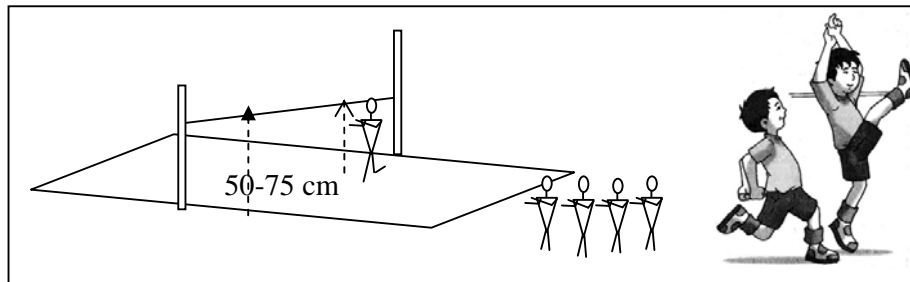
- 4) Membagi kelompok-kelompok kecil sebanyak 2 kelompok dengan tiap kelompok beranggotakan 7 orang.
  - 5) Membuat pedoman observasi.
- b. Tahap pelaksanaan perbaikan
1. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok dimana setiap kelompok terdiri dari 5 – 6 siswa
  2. Guru menjelaskan melalui gambar tentang gerakan awalan, tolakan, saat diatas mistar serta pendaratan serta memberi contoh gerakan lonpat tinggi dengan menggunakan media gambar dan mistar karet, yaitu :
    - a. Gerakan awalan yaitu mengambil ancang-ancang dengan berlari dari depan mistar sejauh kurang lebih 20-30 m
    - b. Gerakan tolakan yaitu setelah melakukan awalan kemudian sampai depan mistar menolak dengan bertumpu pada salah satu kaki yang terkuat sebelum melewati mistar dengan ketinggian antara 50 – 75 cm.
    - c. Gerakan saat diatas mistar yaitu setelah menolak kemudian berusaha melewati mistar dan berupaya agar tidak menyentuh mistar.

- d. Gerakan saat pendaratan yaitu setelah melompat berupaya menjatuhkan diri diatas matras atau pasir dengan sebaik-baiknya yaitu mengenai punggung tangan terlebih dahulu.
3. Siswa mengamati gambar yang ditunjukkan guru serta memperhatikan penjelasan dan contoh gerakan dari guru
4. Siswa melakukan gerakan awalan seperti yang dicontohkan guru secara bergantian sesuai dalam kelompoknya masing-masing yaitu mengambil ancang-ancang dengan berlari dari depan mistar sejauh kurang lebih 20-30 m



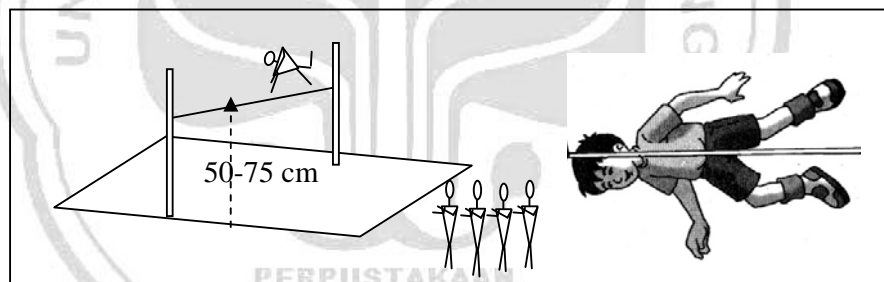
Gambar 7. Sikap awalaan lonpat tinggi

5. Guru mengoreksi gerakan siswa yang tidak sesuai dengan gerakan yang diharapkan guru.
6. Siswa melakukan gerakan yang telah dikoreksi guru
7. Siswa melakukan gerakan tolakan seperti yang dicontohkan guru secara bergantian sesuai dalam kelompoknya masing-masing yaitu setelah melakukan awalan kemudian sampai depan mistar menolak dengan bertumpu pada salah satu kaki yang terkuat sebelum melewati mistar



Gambar 8. Tolakan lonpat tinggi

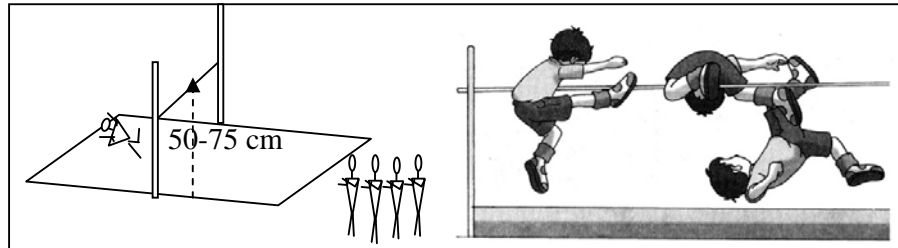
8. Guru mengoreksi gerakan siswa yang tidak sesuai dengan gerakan yang diharapkan guru
9. Siswa melakukan gerakan yang telah dikoreksi guru
10. Siswa melakukan gerakan diatas mistar seperti yang dicontohkan guru secara bergantian sesuai dalam kelompoknya masing-masing yaitu setelah menolak kemudian berusaha melewati mistar dan berupaya agar tidak menyentuh mistar



Gambar 9. Saat diatas mistar ( melewati mistar )

11. Guru mengoreksi gerakan siswa yang tidak sesuai dengan gerakan yang diharapkan guru.
12. Siswa melakukan gerakan yang telah dikoreksi guru.
13. Siswa melakukan gerakan pendaratan seperti yang dicontohkan guru yaitu setelah melompat berupaya menjatuhkan diri diatas

matras atau pasir dengan sebaik-baiknya yaitu mengenai punggung tangan terlebih dahulu sesuai dengan kelompoknya.



Gambar 10. Saat pendaratan lonpat tinggi

14. Guru mencatat hasil kegiatan siswa pada lembar kerja siswa.

c. Tahap observasi dan evaluasi

Tahap ini untuk mengetahui kekurangan dan keberhasilan pada tahap implementasi, dengan melakukan pengamatan dan evaluasi. Evaluasi berupa pengamatan terhadap kemampuan siswa dalam melakukan awalan, tolakan/ lompatan, saat diatas mistar, maupun pendaratan setelah melompat, disamping itu untuk memperoleh gambaran dan keberhasilan implementasi yang lebih banyak maka dilakukan pula tanya jawab yang dilakukan setelah penjelasan materi dan latihan sebelum penutup dalam pembelajaran.

d. Tahap refleksi

Dengan mengobservasi tahap implementasi dan mengadakan evaluasi maka hasilnya dapat dianalisa untuk menentukan apakah siklus perlu dikaitkan.

### 3.6. Instrumen Pengumpulan data

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cepat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah ( Suharsimi Arikunto 2006 : 149 ).

1. Tabel indikator yang akan dilakukan oleh siswa yang terdiri dari aspek Psikomotorik, Kognitif, dan Afektif. Adapun cara pengisian indikator siswa adalah dengan mencontreng salah satu kolom penilaian dari aspek pertanyaan pada kolom yang tersedia.

Tabel 1. Faktor, indikator dan jumlah butir pertanyaan untuk siswa

No	Faktor	Indikator	Jumlah
1	Psikomotor	Kemampuan siswa untuk mempraktikan variasi gerak dalam lompat tinggi melalui media gambar dan mistar dari karet	4
2	Kognitif	Kemampuan siswa memahami dan memiliki pengetahuan tentang lompat tinggi melalui media gambar dan mistar dari karet	2
3	Afektif	Menampilkan sikap dalam lompat tinggi melalui media gambar dan mistar dari karet	4

(penelitian 2012)

Adapun aspek atau indikator pertanyaan untuk siswa adalah sebagai berikut :

#### A. Aspek Psikomotor

No	Aspek yang dinilai	Skor			
		1	2	3	4
1	Teknik awalan dalam lompat tinggi				
2	Teknik tumpuan atau tolakan				
3	Teknik saat melayang di atas mistar				
4	Teknik saat mendarat				
Jumlah skor					
Total skor					
Prosentase ( % )					

Keterangan skor awalan :

- 1 = Tidak melakukan awalan
- 2 = Melakukan awalan namun tidak lari
- 3 = Melakukan awalan larinya pelan
- 4 = Melakukan awalan dengan lari secepatnya dengan benar

Keterangan skor Tumpuan atau tolakan:

- 1 = Tidak melakukan tolakan
- 2 = Tolakan dengan dua kaki
- 3 = Tolakan satu kaki menggunakan tumit
- 4 = Tolakan menggunakan satu kaki ( kaki terkuat )

Keterangan skor diatas mistar :

- 1. = Tidak berani melewati
- 2. = Lompatan menyangenai mistar
- 3. = Dapat melewati mistar namun tidak menggunakan gaya yang diinginkan
- 4. = Dapat melewati mistar menggunakan gaya yang dikehendaki dengan benar

Keterangan Skor saat mendarat :

- 1. = Pendaratan salah
- 2. = Pendaratan kurang benar
- 3. = Pendaratan Cukup benar
- 4. = Pendaratan benar

### B. Aspek Kognitif

No	Aspek yang dinilai	Skor			
		1	2	3	4
1	Apa yang kamu ketahui tentang lompat tinggi?				
2	Siapa yang pernah melakukan lompat tinggi?				
Jumlah skor					
Total skor					
Prosentase ( % )					

Keterangan skor tentang lompat tinggi :

- 1 = Tidak mengetahui sama sekali (Jawaban salah)
- 2 = Ragu-ragu (Jawaban kurang tepat)
- 3 = Mengetahui sedikit-sedikit (Jawaban kurang tepat)

4 = Mengetahui (Jawaban benar)

Keterangan skor tentang pernah melakukan lompat tinggi :

1. = Tidak pernah sama sekali (Jawaban salah)
2. = Ragu-ragu (Jawaban kurang tepat)
3. = Pernah (kadang-kadang atau jawaban kurang tepat)
4. = Pernah (Jawaban benar)

### C. Aspek Afektif

No	Aspek yang dinilai	Skor			
		1	2	3	4
1	Kedisiplinan				
2	Kerjasama				
3	Antusias/semangat				
4	Tanggung Jawab				
Jumlah skor					
Total skor					
Prosentase ( % )					

Keterangan skor kedisiplinan :

- 1 = Tidak Disiplin ( tidak sungguh-sungguh)
- 2 = Kurang disiplin ( kurang sungguh-sungguh )
- 3 = Agak disiplin ( agak sungguh-sungguh )
- 4 = Disiplin (sungguh-sungguh)

Keterangan skor kerjasama :

1. = Tidak dapat bekerjasama
2. = Kurang dapat bekerjasama
3. = Kadang dapat bekerjasama
4. = Dapat bekerjasama dengan baik

Keterangan skor antusias/semangat :

1. = Tidak semangat
2. = Kurang semangat
3. = Agak semangat
4. = Sangat semangat



Keterangan skor tanggung jawab :

1. = Tidak memiliki rasa tanggung jawab
2. = Tanggung jawabnya sedikit
3. = Tanggung jawabnya kurang
4. = Sangat bertanggung jawab

2. Penilaian hasil proses pembelajaran yaitu Peningkatan hasil belajar lompat tinggi melalui media gambar dan modifikasi mistar ( karet )

- a. Tujuan: tes bertujuan untuk mengukur minat/ketertarikan siswa terhadap Peningkatan hasil belajar lompat tinggi melalui media gambar dan modifikasi mistar ( karet ).
- b. Alat dan fasilitas: 1) lapangan/peralatan lompat tinggi, 2) cangkul, 3) mistar, 4) meteran, 5) bendera kecil, 6) karet, 7) formulir dan alat tulis.
- c. Wasit/petugas/juri
- d. Pelaksanaan: 1) Sikap permulaan, 2) gerakan permainan lompat tinggi melalui media gambar dan modifikasi mistar ( karet ), 3) pengukuran minat atau ketertarikan siswa terhadap pelajaran atletik khususnya lompat tinggi.
- e. Pencatatan hasil: hasil yang dicatat adalah prestasi, minat atau ketertarikan siswa dalam mengikuti pelajaran lompat tinggi.

### **3.7. Teknik Analisis Data**

Dalam penelitian ini ada dua macam analisis data yang dilakukan yaitu analisis data kualitatif dan analisis data kuantitatif.

1. Analisis data kualitatif siswa

Analisis data kualitatif dilakukan untuk mengetahui minat siswa terhadap model pembelajaran yang diterapkan oleh peneliti yang dihasilkan melalui kuisisioner.

## 2. Analisis data kuantitatif

Analisis data secara kuantitatif dilakukan untuk mengetahui prestasi siswa yang dihasilkan dengan model pembelajaran yang disajikan peneliti.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah menggunakan teknik analisis deskriptif berbentuk persentase. Sedangkan data yang berupa saran dan alasan memilih jawaban dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif. Dalam pengolahan data, persentase diperoleh dengan rumus dari Sukirman, dkk. (2004 : 8.79), yaitu:

$$F = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

Keterangan:

- F = frekuensi relatif/angka persentase
- f = frekuensi yang sedang dicari persentasenya
- N = jumlah seluruh data
- 100% = konstanta

Tabel 2. Klasifikasi Prosentase

Prosentase	Klasifikasi	Makna
0 – 20 %	Tidak Baik	Dibuang
20,1 – 40 %	Kurang Baik	Diperbaiki
40,1 – 70 %	Cukup Baik	Digunakan (bersyarat)
70,1 – 90 %	Baik	Digunakan
90,1 – 100 %	Sangat Baik	Digunakan



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1. Siklus I

##### 4.1.1. Deskripsi Aktivitas siswa dalam pembelajaran lompat tinggi melalui media gambar dan mistar karet

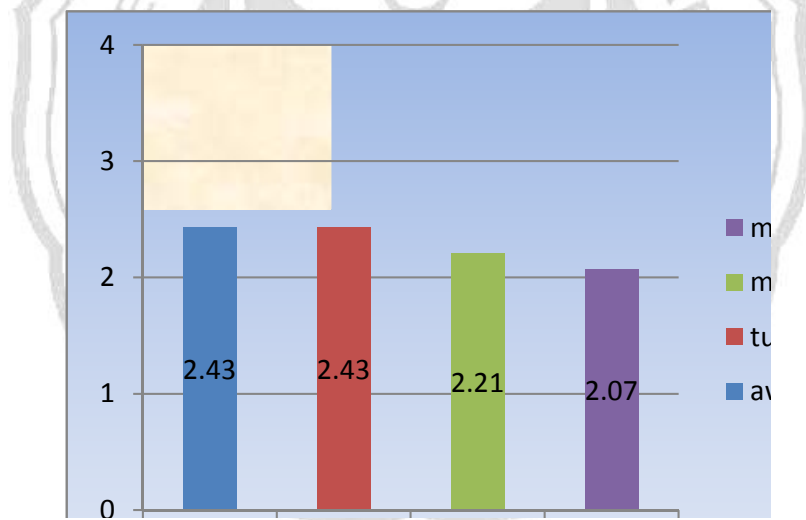
Berdasarkan langkah perbaikan pada Siklus I diperoleh temuan pada siswa yaitu motivasi dan minat siswa dalam proses pembelajaran masih belum kelihatan baik. Kelemahan utama dari pembelajaran Siklus I siswa masih kurang benar dan kurang berani dalam mengajukan pertanyaan kepada guru masih lemah dalam melakukan Teknik dasar lompat tinggi yang dicontohkan guru, kurang berani dalam melompati mistar dalam kelompok. . Jumlah nilai yang diperoleh pada siklus I adalah **795** dengan rata-rata **56,79** sedangkan ketuntasan belajar minimum baru mencapai **35,71 %** pada kategori **kurang baik**.

Dari uraian diatas dapat dikatakan bahwa aktivitas siswa dalam pembelajaran lompat tinggi pada siklus I dengan menggunakan metode media gambar dan mistar karet secara garis besar belum berhasil.

Tabel 3. Rata-rata hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Psikomotor pada Siklus I

No	Aspek yang di nilai	Rata-rata
1	Teknik awalan dalam lompat tinggi	2.43
2	Teknik tumpuan	2.43
3	Teknik melayang di atas mistar	2.21
4	Teknik mendarat	2.07
Jumlah		9.14
Skor Maksimal		16
Prosentase ( % )		57.14

( lihat lampiran hasil penelitian 2012 )

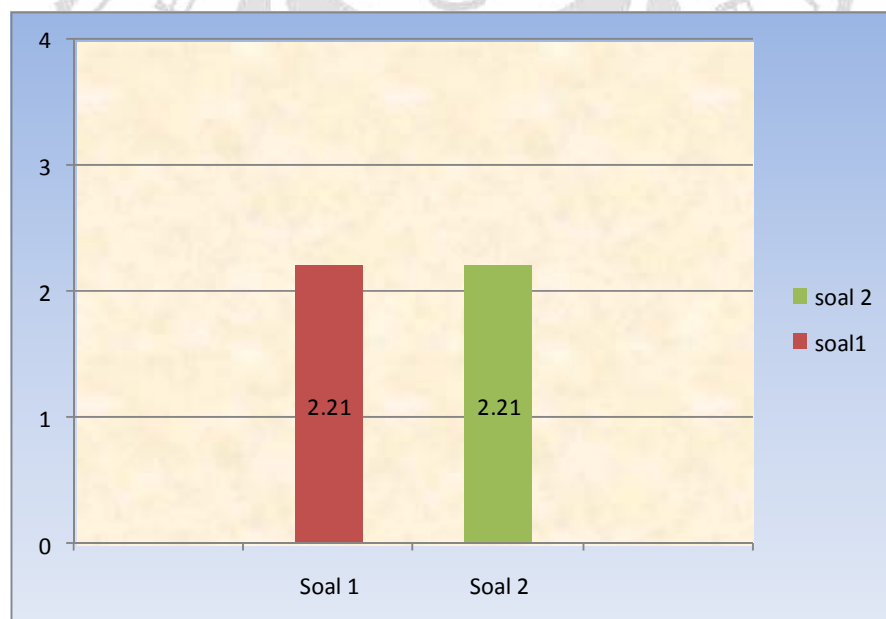


Grafik 1. Rata-rata hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Psikomotor pada Siklus I ( hasil penelitian 2012 )

Tabel 4. Rata-rata hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Kognitif pada Siklus I

No	Aspek yang di nilai	Rata-rata
1	Apa yang kamu ketahui tentang lompat tinggi?	2.21
2	Siapa yang pernah melakukan lompat tinggi?	2.21
Jumlah		4.64
Skor Maksimal		8
Prosentase ( % )		58.04

( lihat lampiran hasil penelitian 2012

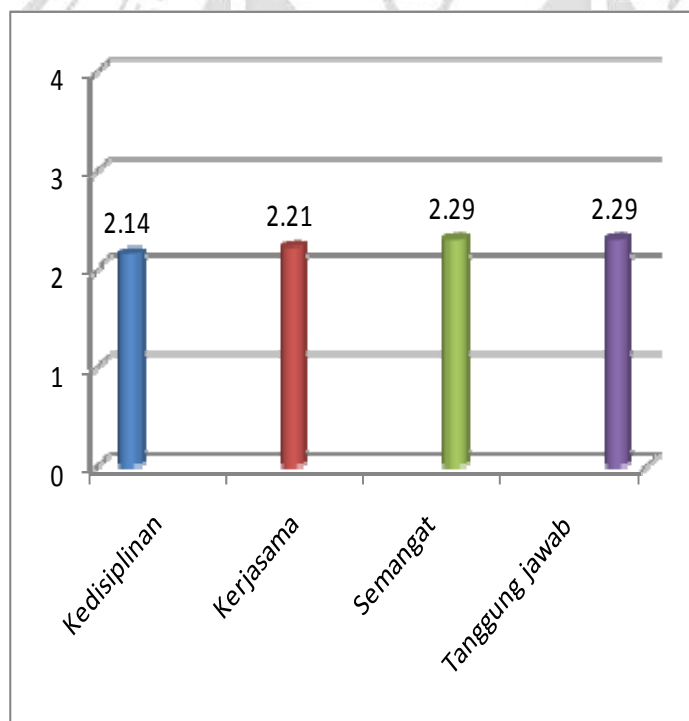


Grafik 2. Rata-rata hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Kognitif pada Siklus I (hasil penelitian 2012)

Tabel 5. Rata-rata hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Afektif pada Siklus I

No	Aspek yang di nilai	Rata-rata
1	Kedisiplinan	2.14
2	Kerjasama	2.21
3	Antusias/semangat	2.29
4	Tanggung Jawab	2.29
Jumlah		8.93
Skor Maksimal		16
Prosentase ( % )		55.80

( lihat lampiran hasil penelitian 2012 )



Grafik 3. Rata-rata hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Afektif pada Siklus I (hasil penelitian 2012)

#### 4.1.2. Deskripsi hasil belajar siswa dalam pembelajaran lompat tinggi melalui media gambar dan mistar karet

Dari hasil refleksi Siklus I diketahui bahwa dalam melaksanakan perbaikan pembelajaran menggunakan metode media gambar dan mistar karet dengan baik. Tetapi dalam penerapan metode ini pada Siklus I guru masih kesulitan dalam membentuk kelompok anak. Hasil belajar siswa belum memuaskan rata-rata nilainya adalah **56,79** dengan pencapaian

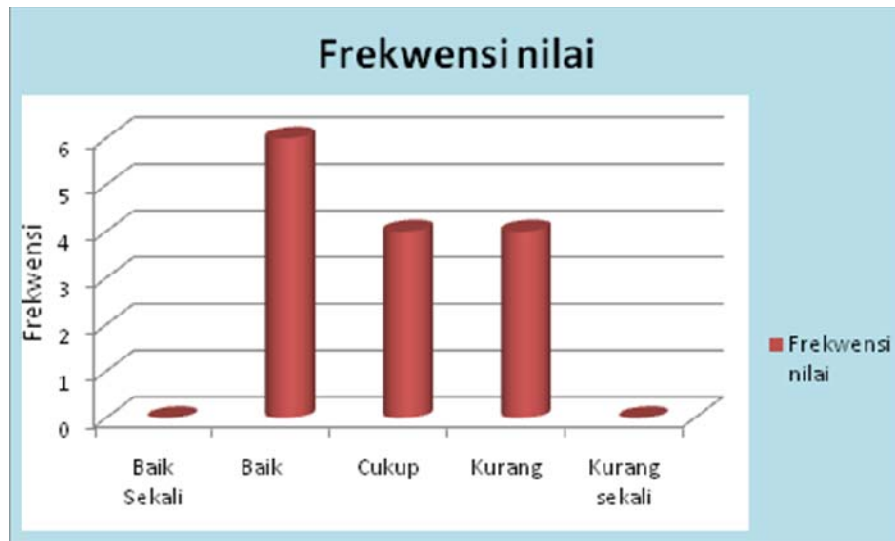
ketuntasan belajar sebesar **35,71 %**. Berikut ini hasil pengamatan hasil belajar siswa dalam pembelajaran lompat tinggi

Tabel 6. Hasil Prestasi Siswa Kelas VI pada Siklus I

No	Interval Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase ( % )
1	82 - 100	Baik Sekali	0	0
2	65 - 81	Baik	6	43
3	48 - 64	Cukup	4	29
4	30 - 47	Kurang	4	29
5	< 30	Kurang sekali	0	0
Jumlah			14	100%

(hasil penelitian 2012)





Grafik 4. Hasil Prestasi Siswa Kelas VI pada Siklus I ( penelitian 2012)

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa perolehan hasil belajar penjasorkes kelas VI melalui pembelajaran lompat tinggi melalui media gambar dan mistar karet pada Siklus I adalah **29 %** siswa berada pada kategori **kurang** dan **29 %** pada kategori **cukup** dan **43 %** pada kategori **baik**. Hasil prestasi belajar siswa diperoleh nilai rata-rata **56,79** dengan ketuntasan minimum sebesar **35,71 %** pada kategori **kurang sekali**.

#### 4.1.2. Siklus II

##### 4.1.2.1. Deskripsi Aktivitas siswa dalam pembelajaran Lompat tinggi melalui media gambar dan mistar karet

Selanjutnya dari refleksi pada siklus I peneliti melaksanakan pembelajaran pada siklus II. Kelemahan-kelemahan pada siklus I sudah dapat diperbaiki dan aktivitas siswa meningkat. Kelemahan yang terjadi pada

ktivitas siswa dalam mengerjakan soal yang diberikan guru dan dalam merespon jawaban teman. Namun siswa sudah lebih terlihat aktif dalam proses pembelajaran yaitu banyak siswa yang sudah benar dalam melakukan tahnik awalan, tolakan, saat diatas mistar dan pendaratan. Setelah melalui pembelajaran kooperatif tersebut aktivitas belajar siswa lebih meningkat dengan demikian nproses pembelajaran pada Siklus II secara garis besar sudah berhasil.

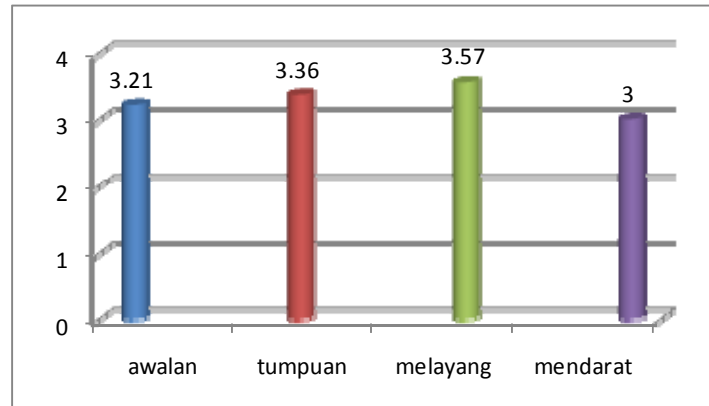
Peningkatan hasil belajar terjadi pada hampir semua aspek pengamatan. Dalam aktivitas belajar dengan guru terjadi peningkatan yaitu memperhatikan contoh gerakan lompat tinggi melalu media gambar dan mistar karet yang diajarkan guru, menjawab pertanyaan guru, melakukan Teknik dasar lompat tinggi, melakukan permainan atntar kelompok di lapangan.

Hasil observasi aktivitas siswa pada Siklus II adalah dengan jumlah nilai **1.155** dengan rata-rata **82,50** dengan persentase **92,86 %** pada kategori **sangat baik**. Berikut disajikan tabel aktifitas siswa pada siklus II

Tabel 7. Rata-rata hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Psikomotor pada Siklus II

No	Aspek yang di nilai	Rata-rata
1	Awalan dalam lompat tinggi	3.21
2	Tumpuan	3.36
3	Melayang di atas mistar	3.57
4	Mendarat	3.00
Jumlah		13.14
Skor Maksimal		16
Prosentase ( % )		82.14

( lihat lampiran hasil penelitian 2012 )



Tabel 5. Rata-rata hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Psikomotor pada Siklus II ( hasil penelitian 2012)

Tabel 8. Rata-rata hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Kognitif pada Siklus II

No	Aspek yang di nilai	Rata-rata
1	Apa yang kamu ketahui tentang lompat tinggi?	3.43
2	Siapa yang pernah melakukan lompat tinggi?	4.00
Jumlah		7.43
Skor Maksimal		8
Prosentase ( % )		92.86

( lihat lampiran hasil penelitian 2012 )

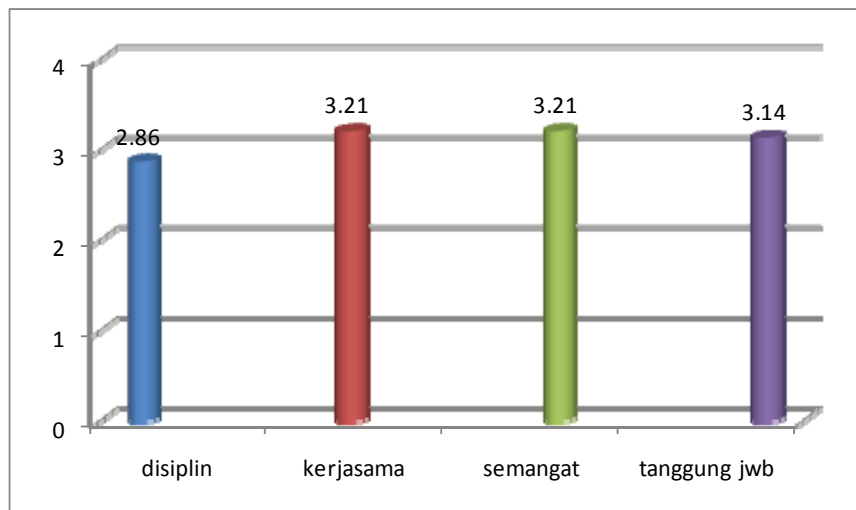


Grafik 6. Rata-rata hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Kognitif pada Siklus II ( hasil penelitian 2012 )

Tabel 9. Rata-rata hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Afektif pada Siklus II

No	Aspek yang di nilai	Rata-rata
1	Kedisiplinan	2.86
2	Kerjasama	3.21
3	Antusias/semangat	3.21
4	Tanggung Jawab	3.14
Jumlah		12.43
Skor Maksimal		16
Prosentase ( % )		77.68

( lihat lampiran hasil penelitian 2012 )



Grafik 7. Rata-rata hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Afektif pada Siklus II ( hasil penelitian 2012 )

#### 4.1.2.2. Deskripsi hasil belajar siswa dalam pembelajaran Lompat tinggi melalui media gambar dan mistar karet

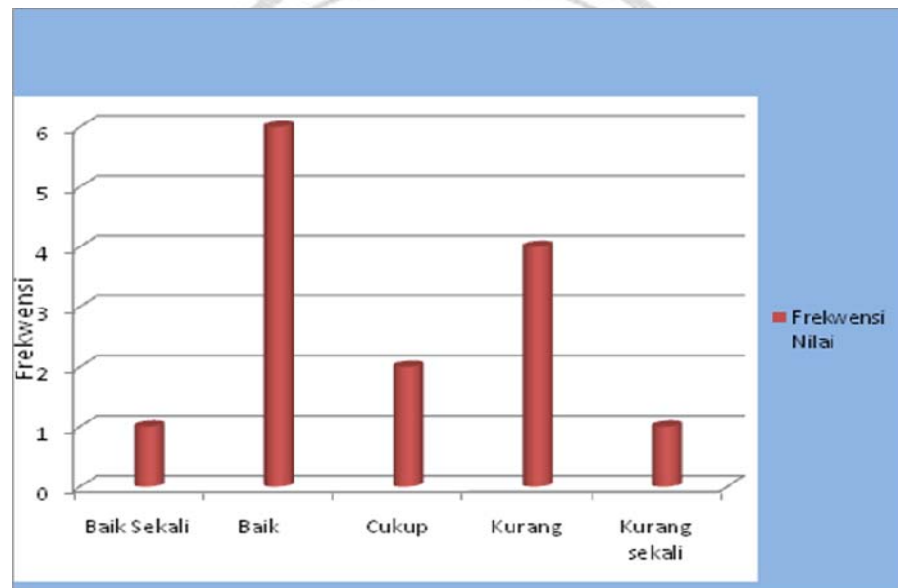
Dari hasil refleksi Siklus I peneliti melaksanakan perbaikan pembelajaran pada Siklus II yang memfokuskan pada metode media gambar dan mistar karet. Dengan menerapkan metode ini peran guru tidak lagi terlalu dominan. Guru sudah banyak melibatkan siswa dalam proses pembelajaran dan penguat positif yang diberikan guru kepada siswa lebih bertambah.

Setelah melalui pembelajaran kooperatif tersebut, hasil evaluasi siswa lebih meningkat dengan demikian proses pembelajaran Siklus II secara garis besar sudah berhasil. Berikut ini hasil pengamatan hasil belajar siswa dalam pembelajaran lompat tinggi pada siklus II.

Tabel 10. Hasil Prestasi Siswa Kelas VI pada Siklus II

No	Interval Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase ( % )
1	93 - 100	Baik Sekali	1	7
2	86 - 92	Baik	6	43
3	79 - 85	Cukup	2	14
4	72 - 78	Kurang	4	29
5	< 71	Kurang sekali	1	7
Jumlah			14	100%

(hasil penelitian 2012)



Grafik 8. Hasil Prestasi belajar Siswa Kelas VI pada Siklus I ( hasil penelitian 2012)

Dari tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa perolehan hasil belajar penjasorkes kelas VI melalui pembelajaran media gambar dan mistar karet pada Siklus II adalah 7 % pada kategori **baik sekali**, 43 % pada kategori **baik**, 14 % pada kategori **cukup**, 29 % pada kategori **kurang** serta 7 % pada kategori **kurang sekali**. Hasil belajar siswa pada Siklus II

nilai rata-ratanya adalah **82,50** dengan ketuntasan belajar minimum sebesar **92,86 %** pada kategori **sangat baik**.

### 4.1.3. Peningkatan dalam Siklus I dan Siklus II

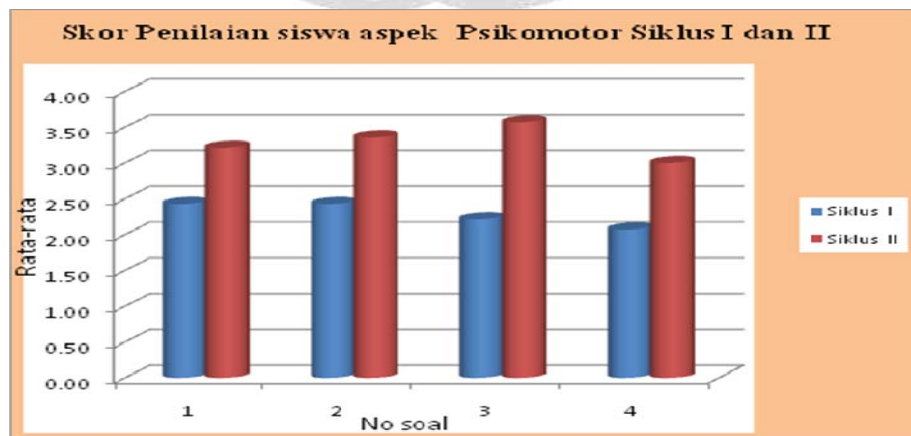
#### 4.1.3.1. Aktivitas Siswa

Peningkatan aktivitas siswa dalam pembelajaran kooperatif siklus I dan siklus II dapat dilihat pada daftar skor hasil observasi teman sejawat. Dalam proses pembelajaran menggunakan media gambar dan mistar karet ini telah terjadi peningkatan aktivitas siswa pada semua aspek pengamatan. Berikut ini disajikan skor hasil observasi.

Tabel 11. Data hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Psikomotor pada Siklus I dan Siklus II

No	Aspek yang di nilai	Siklus	
		I	II
1	Teknik awalan dalam lompat tinggi	2.43	3.21
2	Teknik tumpuan	2.43	3.36
3	Teknik melayang di atas mistar	2.21	3.57
4	Teknik mendarat	2.07	3.00
Jumlah		9.14	13.14
Skor Maksimal		16	16
Prosentase ( % )		57.14	82.14

( lihat lampiran hasil penelitian 2012 )

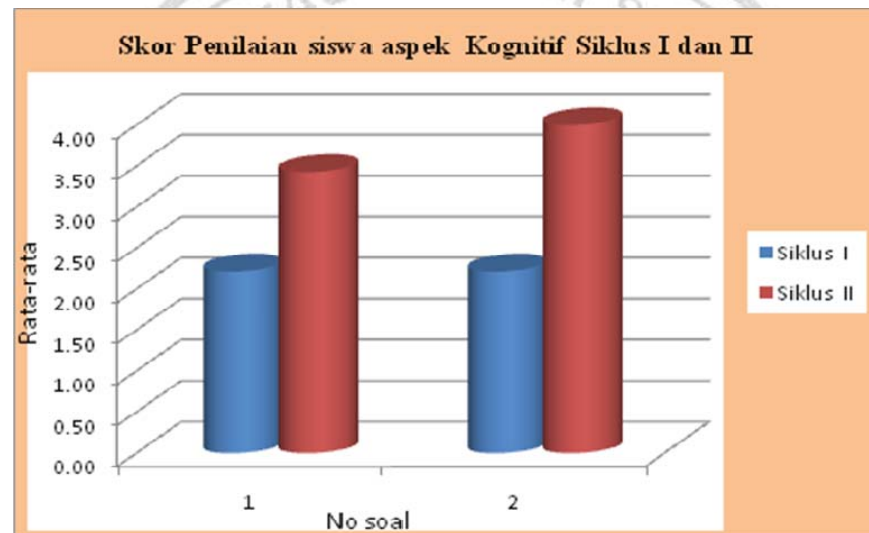


Grafik 9. Data hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Psikomotor pada Siklus I dan Siklus II ( hasil penelitian 2012)

Tabel dan Siklus II

No	Aspek yang di nilai	Siklus	
		I	II
1	Apa yang kamu ketahui tentang lompat tinggi?	2.21	3.43
2	Siapa yang pernah melakukan lompat tinggi?	2.21	4.00
Jumlah		4.64	7.43
Skor Maksimal		8.00	8.00
Prosentase ( % )		58.04	92.86

( lihat lampiran hasil penelitian 2012 )



Grafik 10. Data hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Kognitif pada Siklus I dan Siklus II ( hasil penelitian 20120 )

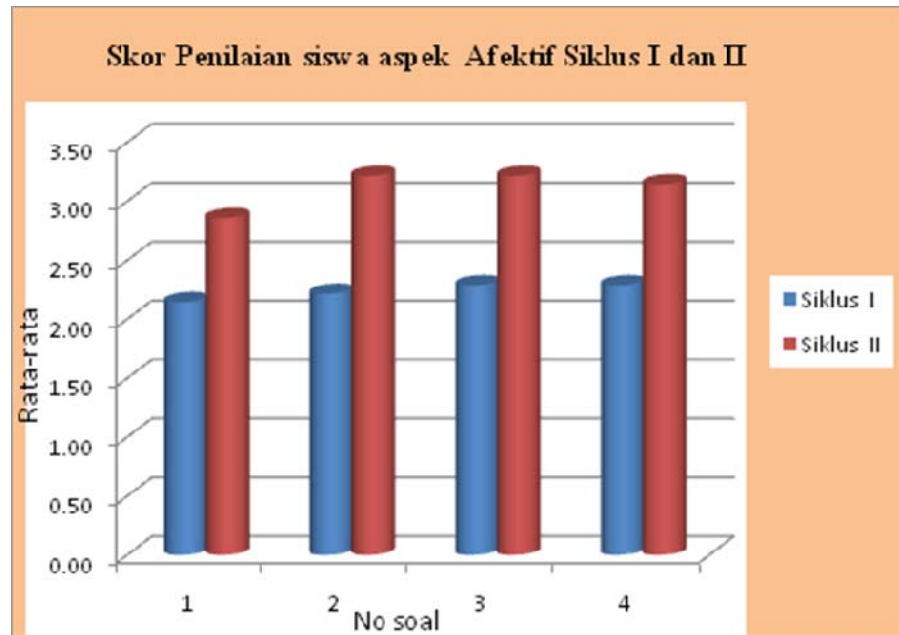
Tabel 13. Data hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Afektif pada Siklus I dan Siklus II

No	Aspek yang di nilai	Siklus	
		I	II
1	Kedisiplinan	2.14	2.86
2	Kerjasama	2.21	3.21
3	Antusias/semangat	2.29	3.21
4	Tanggung Jawab	2.29	3.14
Jumlah		8.93	12.43



Skor Maksimal	16.00	16.00
Prosentase ( % )	55.80	77.68

( Lihat lampiran hasil penelitian 2012)



Grafik 11. Data hasil aktivitas siswa kelas VI aspek Afektif pada Siklus I dan Siklus II ( hasil penelitian 2012)

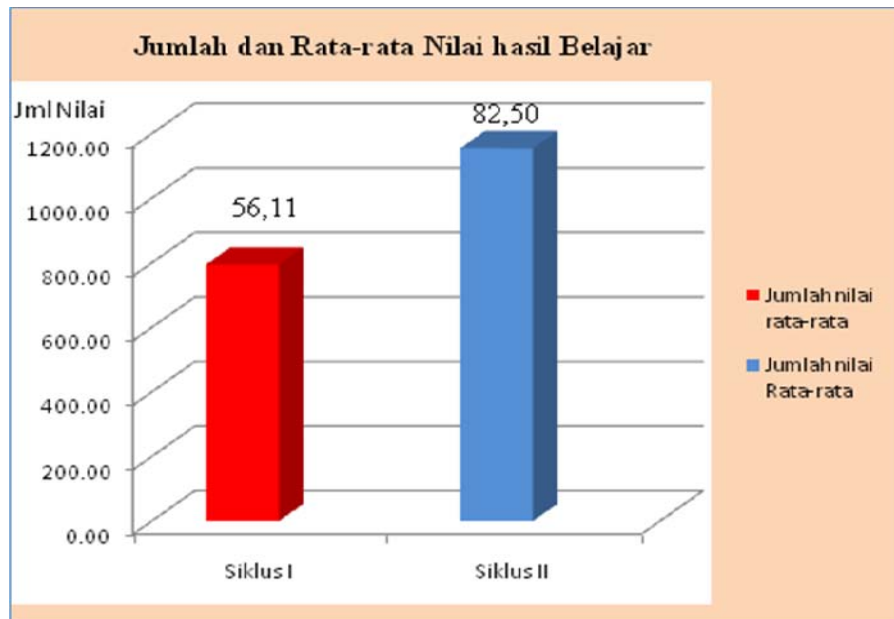
#### 4.1.3.2. Prestasi Belajar

Peningkatan hasil prestasi belajar siswa dalam pembelajaran lompat tinggi pada Siklus I dan Siklus II dapat dilihat pada daftar skor hasil tes. Berikut ini disajikan skor hasil tes siswa.

Tabel 14. Data prestasi belajar Penjasorkes siswa Kelas VI

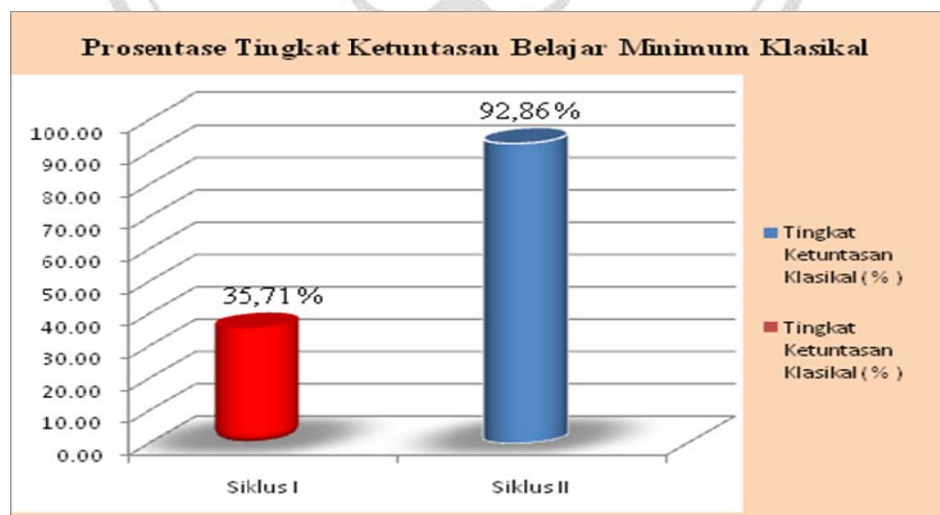
No		Jumlah Nilai	Jumlah Siswa	Nilai Rata-rata	Tingkat Ketuntasan Klasikal ( % )
1	Siklus I	795	14	56,79	35.71
2	Siklus II	1.155	14	82,50	92.86

( lihat lampiran hasil penelitian 2012)



Grafik 12. Data prestasi belajar Penjasorkes siswa Kelas VI ( penelitian 2012)

Disamping itu akan disajikan data nilai rata-rata kelas dan tingkat ketuntasan klasikal, berikut disajikan daftar rekapitulasi nilai hasil evaluasi belajar siswa pada Siklus I dan Siklus II.

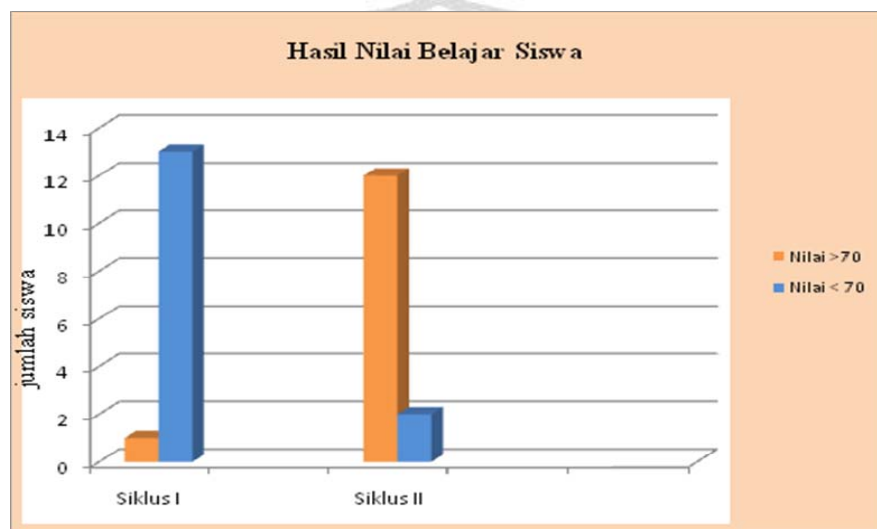


Grafik 13. Data ketuntasan minimum Kelas VI ( penelitian 2012)

Tabel 15 Daftar rekapitulasi nilai hasil belajar siswa pada Penjasorkes kelas VI Perbaikan Siklus I dan Siklus II

No	Interval Nilai	Siklus I	Siklus II
1	Nilai >70	1	12
2	Nilai < 70	13	2
Jumlah		14	14

( hasil penelitian 2012 )



Grafik 14. Rekapitulasi nilai hasil belajar siswa pada Penjasorkes kelas VI Perbaikan Siklus I dan Siklus II (penelitian 2012)

Dari data tabel dan grafik diatas dapat dilihat bahwa pembelajaran lompat tinggi dengan metode media gambar dan mistar karet sudah dapat terpenuhi. Selain itu manfaat dengan menerapkan media gambar dan mistar karet dalam proses pembelajaran antara lain :

- a. Meningkatkan kemampuan dan prestasi terutama bagi siswa yang nilai belajarnya rendah.
- b. Kerja kelompok berguna pula dalam menyalurkan dan mengarahkan kreatifitas belajar siswa sesuai dengan kemampuannya.

- c. Melalui kerja kelompok siswa dapat memecahkan masalah yang tidak dapat dipecahkan sendiri sebab tidak semua masalah belajar dapat dipecahkan sendiri oleh siswa tetapi membutuhkan bantuan dan pendapat orang lain.
- d. Proses dan hasil yang diperoleh dari kerja kelompok lebih kaya dan komperhensif pendapatnya, belajar menghargai pendapat orang lain, toleransi social dan lain-lain.

Dalam melaksanakan proses pembelajaran dengan menerapkan model pembelajaran ini, guru sudah melibatkan secara aktif peran serta seluruh siswa dan peran guru sudah tidak terlalu dominan.

Keterlibatan siswa secara penuh dalam proses pembelajaran terkait dengan teori yang dikemukakan Rogers ( dalam Kurnia 1998 : 32 ). Peningkatan ketrampilan guru yaitu dalam kegiatan awal ketika persiapan mengajar dalam membentuk kelompok kecil. Selanjutnya dalam kegiatan inti guru sudah menggunakan media secara efektif dan efisien, dalam pengelolaan kelas guru lebih banyak mengajukan pertanyaan kepada kelompok. Pada kegiatan akhir siswa sudah dapat membuat kesimpulan.

Pada perbaikan Siklus II adalah penerapan metode pembelajaran lompat tinggi melalui media gambar dan mistar karet. Dalam pelaksanaannya, guru sudah menerapkan metode ini dengan baik. Peningkatan ketrampilan terjadi pada awal yaitu guru melibatkan siswa dalam menyiapkan dan pemanfaatan media. Pada kegiatan inti guru memberikan kesempatan kepada kelompok lain untuk menanggapi jawaban teman. Pada kegiatan akhir guru

melakukan penilaian akhir sesuai dengan kompetensi dan tujuan, dan melakukan refleksi atau membuat rangkuman dengan melibatkan siswa.

## **4.2. Pembahasan**

### **4.2.1. Aktivitas siswa dalam pembelajaran lompat tinggi dengan metode media gambar dan mistar karet.**

Dalam siklus I siswa tidak bias langsung mengikuti pembelajaran untuk memahami materi pembelajaran dari guru, tetapi waktunya tersita untuk pembentukan kelompok kecil yang menimbulkan beberapa keributan dalam hal memilih anggota kelompok. Keputusan pembentukan kelompok yang diserahkan pada anak SD Kelas VI ternyata belum dapat berjalan dengan lancar. Untuk itu guru mengambil alih pembentukan kelompok dengan beberapa pertimbangan. Setelah pembentukan kelompok dapat diatasi, barulah pembelajaran materi pelajaran baru dapat dilaksanakan, dan tentu saja dengan hasil yang belum memuaskan. Kelemahan utama dari pembelajaran siklus I ialah siswa masih kurang benar dan kurang berani dalam Teknik lompat tinggi melalui media gambar dan mistar karet, masih lemah dalam bekerja sama dalam kelompok. Dalam tahap awal ini, siswa masih harus menyesuaikan diri dengan metode media gambar dan mistar karet sehingga membutuhkan waktu yang agak lama.

Dalam model pembelajaran melalui media gambar dan mistar karet Siklus II ini, aktifitas belajar siswa terjadi peningkatan yaitu : selalu memperhatikan materi pembelajaran yang disampaikan guru, dapat menjawab pertanyaan yang diberikan guru, dapat melakukan berbagai Teknik

permainan lompat tinggi melalui media gambar dan mistar karet yang dicontohkan guru di lapangan. Dalam aktifitas belajar dengan siswa lain terjadi peningkatan yaitu : kemampuan melakukan awalan, kemampuan melakukan tolakan, melewati mistar, dan semangat dalam memenangkan pertandingan secara sportif.

#### **4.2.2 Prestasi Belajar siswa dalam pembelajaran lompat tinggi dengan metode media gambar dan mistar karet**

Perbaikan pembelajaran Siklus I nilai rata-rata kelas hanya **56,79** dengan tingkat ketuntasan **35,71 %**. Hal tersebut menunjukkan bahwa tarap seraf siswa masih jauh dari target yang harus dicapai.

Setelah diadakan perbaikan pembelajaran pada siklus II terjadi kenaikan nilai rata-rata yaitu **82,50** dengan nilai ketuntasan **92,86 %** ini berarti ada peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan dengan siklus I. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan ketrampilan yang tinggi para siswa sehingga meningkatkan nilai rata-rata dan tingkat ketuntasan belajar.

Dengan demikian penelitian pada siklus II adalah pemantapan penerapan pembelajaran lompat tinggi media gambar dan mistar karet. Guru sudah menerapkan metode ini dengan baik. Dalam perbaikan siklus II terjadi kenaikan nilai rata-rata kelas yaitu dari **56,79** menjadi **82,50**. Kenaikan nilai rata-rata kelas dari siklus I ke siklus II sangat besar, yang berarti pembelajaran menggunakan metode media gambar dan mistar karet pada siswa kelas VI sudah berhasil.

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan siklus I dan siklus II yang telah dilaksanakan peneliti maka simpulan penelitian ini adalah sebagai berikut “ kualitas pembelajaran lonpat tinggi melalui media gambar dan mistar karet pada Penjasorkes dapat meningkatkan hasil pembelajaran lonpat tinggi pada siswa kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang Kecamatan Mlonggo Jepara “. Hal ini dapat dibuktikan dengan peningkatan ketrampilan guru, aktifitas siswa dan hasil belajar siswa.

5.1.1. Pada pembelajaran siklus I hasil belajar dari siswa yang mendapatkan nilai diatas ketuntasan minimum adalah **35,71 %** dan pada siklus II hasil belajar siswa yang mendapatkan nilai diatas ketuntasan minimum **92,86 %**. Pada pembelajaran siklus I diperoleh nilai rata-rata **56,79** sedangkan pada pembelajaran siklus II diperoleh nilai rata-rata **82,50**. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata yang diperoleh siswa.

5.1.2. Pada pembelajaran siklus II aktifitas siswa aspek psikomotor baru **57,14 %** pada kategori **kurang**. Pada siklus II menjadi **82,14 %** kategori **baik**, pada aspek Kognitif siklus I **58,04 %** pada kategori **kurang**, pada siklus II meningkat menjadi **92,86 %** kategori **sangat baik**, sedangkan aspek Afektif pada siklus I **55,80 %** kategori **kurang**, pada siklus II meningkat

menjadi **77,68 %** pada kategori **baik**, berarti dari ketiga aspek tersebut ada peningkatan aktifitas siswa.

## **5.2. Saran Dan Tindak Lanjut**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan maka saran yang diajukan adalah sebagai berikut :

- 5.2.1. Bagi para pendidik ( Guru ) yang sedang mengalami permasalahan dalam pembelajaran seperti peneliti alami, penelitian ini dapat diterapkan pada strategi pembelajaran yang menggunakan metode ini. Untuk itu guru lebih mempertimbangkan lebih jauh sebelum menggunakan metode ini. Diharapkan ketrampilan guru juga dapat meningkat.
- 5.2.2. Jika menggunakan metode media gambar dan mistar karet ini, guru perlu memberikan tugas yang jelas dan tidak membingungkan siswa, sehingga prestasi belajar siswa dapat meningkat secara nyata.
- 5.2.3. Melibatkan partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran menggunakan metode media gambar dan mistar karet agar dapat meningkatkan aktifitas siswa.
- 5.2.4. Untuk lebih menguji kebenaran dari penelitian ini diperlukan penelitian lebih lanjut. Selain itu semoga laporan penelitian ini dapat bermanfaat sebagai referensi dan acuan apabila di antara para guru sedang mengalami permasalahan pembelajaran yang sama seperti yang peneliti hadapi.



## DAFTAR PUSTAKA

- DEPDIKNAS. 2003 : *Pedoman Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Usia Dini. Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah*, Direktorat Pendidikan Taman Kanak-kanak SD Jakarta
- Sajoto. 2003 : *Perkembangan dan belajar gerak. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah*, Direktorat Pendidikan Taman Kanak-kanak dan Sekolah Dasar.
- Waharsono. 2003 : *usia dan psikologi gerak*
- WJS. Poerwadarminta.1984 : *Kamus B. Indonesia*. BALAI PUSTAKA : Jakarta
- Suharsimi Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Sukirman. 2004. *Matematika*. Jakarta : Universitas Terbuka.



LAMPIRAN

SK PENATAPAN DOSEN PEMBIMBING



**KEPUTUSAN  
DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

Nomor: *492 / P15 / 2012*

**Tentang  
PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR SEMESTER GASAL/GENAP  
TAHUN AKADEMIK 2011/2012**

- Menimbang** : Bahwa untuk memperlancar mahasiswa Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar) Fakultas Ilmu Keolahragaan membuat Skripsi/Tugas Akhir, maka perlu menetapkan Dosen-dosen Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar) Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES untuk menjadi pembimbing.
- Mengingat** : 1. SK. Rektor UNNES No. 164/O/2004 tentang Pedoman penyusunan Skripsi/Tugas Akhir Mahasiswa Strata Satu (S1) UNNES;  
2. SK Rektor UNNES No.162/O/2004 tentang penyelenggaraan Pendidikan UNNES;  
3. Undang-undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Tambahan Lembaran Negara RI No.4301, penjelasan atas Lembaran Negara RI Tahun 2003, Nomor 78)
- Memperhatikan** : Usulan Ketua Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar) Tanggal 28 Maret 2012

**MEMUTUSKAN**

**Menetapkan  
PERTAMA**

- Menunjuk dan mengugaskan kepada :
1. Nama : Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd.  
NIP : 196510201991031002  
Pangkat/Golongan : III/d - Penata Tk. I  
Jabatan Akademik : Lektor Kepala  
Sebagai Pembimbing I
  2. Nama : RANU BASKORA AJI PUTRA, S.Pd.,M.Pd.  
NIP : 197412151997031004  
Pangkat/Golongan : III/c - Penata  
Jabatan Akademik : Asisten Ahli  
Sebagai Pembimbing II

Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi/Tugas Akhir :

- Nama : MURYANTI  
NIM : 6102910217  
Jurusan/Prodi : Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar)
- Topik : PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT TINGGI MELALUI MEDIA GAMBAR DAN MODIFIKASI MISTAR SISWA KELAS 6 SDN 10 KARANGGONDANG

- KEDUA** : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan.



DITETAPKAN DI : SEMARANG  
PADA TANGGAL : *13 April 2012*  
DEKAN

Drs. H. Harry Pramono, M.Si.  
NIP. 195910191985031001

- Tembusan**
1. Pembantu Dekan Bidang Akademik
  2. Ketua Jurusan
  3. Dosen Pembimbing
  4. Peringgal



6102910217



LAMPIRAN  
SK IJIN PENELITIAN



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Gedung F1 Lt. 2, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229  
Telepon: 024-8508007

Laman: <http://fik.unnes.ac.id>, surek: [fik\\_unnes@telkom.net](mailto:fik_unnes@telkom.net)

No. : 681/711/10012  
Lamp : .....  
Hal : 1/1n Penelitian

Kepada  
Yth. Kepala SD N 10 Karanggondang  
di SD N 10 Karanggondang

Dengan Hormat,  
Bersama ini, kami mohon ijin pelaksanaan penelitian untuk menyusun skripsi/tugas akhir oleh mahasiswa sebagai berikut:

Nama : MURYANTI  
NIM : 6102910217  
Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar)  
Topik : PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT TINGGI MELALUI MEDIA GAMBAR DAN MODIFIKASI MISTAR SISWA KELAS 6 SDN 10 KARANGGONDANG

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Semarang, 11 Mei 2012

Dekan,

Drs. H. Harry Pramono, M.Si.

NIP. 195910191985031001

PERPUSTAKAAN  
UNNES



6102910217



SK KETERANGAN PELAKSANAAN PENELITIAN



PEMERINTAH KABUPATEN JEPARA  
 UPTD DIKPORa KECAMATAN MLONGGO  
 SD NEGERI 10 KARANGGONDANG  
 Alamat : Jl. Raya Tawar Empu Rancak Kode Pos 59452

Nomor : 421.2/26/V/2012  
 Perihal : Ijin Penelitian

Kepada Yth.  
 Dekan UNNES ( Fakultas  
 Ilmu Keolahrgaan )

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Menanggapi surat dari Dekan UNNES (Fakultas Ilmu Keolahrgaan) Nomor :  
 681/FIK/2012 tentang Permohonan Ijin Penelitian Pendidikan tertanggal 11 Mei  
 2012

Dengan ini kami mengizinkan saudara :

Nama : **Muryanti**  
 NIM : 610291021737  
 Prodi : Strata 1, Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar  
 Fakultas : Ilmu Keolahrgaan

Guna melaksanakan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan judul "**Peningkatan Hasil Belajar Lompat Tinggi Melalui Media Gambar dan Modifikasi Mistar Pada Siswa Kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang Tahun 2012** " di SD Negeri 10 Karanggondang.

Demikian agar menjadi maklum bagi yang berkepentingan.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Jepara, 16 Mei 2012  
 Kepala Sekolah  
 SD Negeri 10 Karanggondang

**PRIYANTO,S.Pd**  
 NIP . 19590909 198012 1 011



PEMERINTAH KABUPATEN JEPARA  
 UPTD DIKPORA KECAMATAN MLONGGO  
 SD NEGERI 10 KARANGGONDANG  
 Alamat : Jl. Raya Tawar Empu Rancak Kode Pos 59452

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 421.2/27/VI/2012

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Sekolah SD Negeri 10 Karanggondang menerangkan bahwa :

Nama : **Muryanti**  
 NIM : 6102910217  
 Prodi : Strata 1, Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar  
 Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan penelitian di SD Negeri 10 Karanggondang pada tanggal **19 Mei 2012** untuk **Siklus I** dan **19 Juni 2011** untuk **Siklus II**, dengan judul :  
**“Peningkatan Hasil Belajar Lompat Tinggi Melalui Media Gambar dan Modifikasi Mistar Pada Siswa Kelas VI SD Negeri 10 Karanggondang Tahun 2012 ”**

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jepara, 20 Mei 2012

Kepala Sekolah  
 SD Negeri 10 Karanggondang

**PRIYANTO,S.Pd**

NIP . 19590909 198012 1 011





LAMPIRAN

SILABUS PENJASKES KELAS VI

### SILABUS PEMBELAJARAN

**Sekolah** : SD Negeri 10 Karanggondang  
**Kelas** : VI  
**Mata Pelajaran** : Penjasorkes  
**Semester** : II  
**Standar Kompetensi** : 6. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
6.1 Mempraktikkan variasi Teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola besar, serta nilai-nilai kerjasama, sportifitas dan kejujuran.	Permainan sepak bola	6.1 Melakukan latihan menendang bola berpasangan -Menendang bola dengansisi kaki bagian dalam -Menendang dengan ujung sisi kaki bagian luar -Menendang bola dengan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cara menendang bola</li> <li>• Cara menendang bola dengan kaki bagian dalam</li> <li>• Cara menendang bola dengan kaki bagian luar</li> <li>• Cara menendang bola dengan kura kura kaki</li> <li>• memasukan bola ke gawang</li> <li>• Melakukan</li> </ul>	Test praktik  Test perorangan  Test demonstrasi	Test lesan  Test praktik  Test ketrampilan	Praktikkan tendangan bola dan lakukan menggiring bola maupun menembak bola	10x 35 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Buku Penjaskes kls. 5</li> <li>• Diktat permainan bola besar</li> <li>• Lapangan</li> <li>• Bola basket</li> <li>• Scoring board/kese t</li> <li>• Stop watch</li> <li>• Pluit</li> </ul>

6.2 Mempraktikkan variasi teknik dasar ke dalam modifikasi	Permainan rounders	<p>kura-kura kaki</p> <p>6.2 Melakukan latihan mengontrol bola dan menghentikan bola secara berpasangan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Menghentikan bola dengan telapak kaki</li> <li>-Menghentikan bola dengan sisi kaki bagian dalam</li> <li>-Menghentikan bola dengan paha, dada, perut, kepala</li> </ul> <p>6.3 Melakukan latihan menggiring bola dan menendang bola ke arah gawang</p> <p>6.1 Mengerti posisi pemain rounders</p>	<p>gerakan mengontrol bola</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan gerakan menghentikan bola dengan kaki bagian dalam</li> <li>• Melakukan gerakan menghentikan bola dengan kaki bagian dalam</li> <li>• Cara bermain sepak bola</li> <li>• Bermain sepak bola dengan peraturan yang dimodifikasi</li> </ul>	Test praktik	Test Praktik Test	Praktikkan lah menangkap	10x 35 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Buku Penjaskes kls. 6</li> </ul>
--	--------------------	---	---	--------------	-------------------	--------------------------	--------------	---

<p>permainan bola kecil, sertanilai kerjasama, sportifitas dan kerjasama</p> <p>6.3 Mempraktikan variasi teknik dasar atletik</p>	<p>Atletik</p>	<p>6.2 Melakukan latihan melempar bola dan menangkap bola</p> <p>6.3 Melakukan latihan menghindarkan sentuhan bola</p> <p>6.4 Melakukan latihan strategi regu pemukul</p> <p>6.5 Melakukan latihan mematikan regu pemukul</p> <p>6.6 Melakukan melambungkan bola bagi pitcher</p> <p>6.7 Melakukan latihan hak memukul bagi pemukul</p> <p>6.8 Melakukan pukul strike</p> <p>6.1 Melakukan lompat tinggi aya</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cara memegang raket</li> <li>• Melakukan gerakan memantulkan bola dengan raket</li> <li>• Gerakan dasar pukulan : lob, drop shot, smash</li> <li>• Melakukan gerakan memukul bola berpasangan</li> <li>• Cara bermain bulutangkis</li> <li>• Bermain bulutangkis dengan peraturan yang dimodifikasi</li> </ul>	<p>Test ketrampilan</p> <p>Test praktik</p>	<p>Pengamatan</p> <p>Test Praktik</p>	<p>dan melempar bola</p> <p>Praktikkan lah memukul bola</p> <p>Praktikanlah lompat</p>	<p>4 x 35</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diktat permainan bola besar</li> <li>• Lapangan</li> <li>• Bola basket</li> <li>• Scoring board/keset</li> <li>• Stop watch</li> <li>• Pluit</li> <li>• Buku Penjaskes kls. 6</li> </ul>
---	----------------	--	---	---	---------------------------------------	--	---------------	---

<p>yang dimodifikasi serta nilai semangat, sportifitas, kerja sama, percaya diri dan kejujuran.</p>		<p>-Gaya stradle -Gaya gantung -Gaya guling 6.2 Melakukan tahap-tahap lompat tinggi aya stradle -Tahap awalan -Tahap tolakan 6.3 Melakukan latihan lompatan dan pendaratan 6.4 Melakukan lompatan ke atas 6.5 Melakukan lompatan dengan awalan</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan gerakan dasar lompat tinggi dengan hitungan</li> <li>• Melakukan gerakan lompat tinggi dengan awalan dan hitungan</li> <li>• Melakukan gerakan lompat tinggi dengan awalan, tolakan, melayang dan mendarat tanpa alat</li> <li>• Melakukan lompat tinggi dari awalan, tolakan, melayang dan mendarat dengan alat sederhana</li> </ul>	<p>Test perorangan  Test pengamatan</p>	<p>Test pengamatan</p>	<p>tinggigaya Stradle</p>	<p>menit</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cangkul</li> <li>• Bendera kecil</li> <li>• meteran</li> </ul>
<p>❖ <b>Karakter siswa yang diharapkan :</b> Disiplin ( Discipline ) Tekun ( diligence ) Tanggung jawab ( responsibility ) Ketelitian ( carefulness) Kerja sama ( Cooperation ) Toleransi ( Tolerance ) Percaya diri ( Confidence ) Keberanian ( Bravery )</p>								

**Mengetahui,**  
**Kepala SDN 10 Karanggondang**

**PRIYANTO,S.Pd**  
**NIP.19590909 198012 1 011**

**Mlonggo, 2012**  
**Guru Mapel PJOK**

**Muryanti**  
**NIP. -**





LAMPIRAN  
RPP PENJASKES KELAS VI

## RENCANA TINDAKAN PEMBELAJARAN

**Sekolah** : SD NEGERI 10 KARANGGONDANG  
**Kelas / Semester** : VI ( Enam ) / 2 ( Dua )  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan

**Standar Kompetensi** : 6 Mempraktikan berbagai gerak dasar kedalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

**Kompetensi dasar** : 6.3 Mempraktikan gerak dasar dalam Teknik lari lempar dan lompat dengan peraturan yang dimodifikasi,serta nilai, sportifitas,dan kejujuran\*\*)

**Indikator** : a. Teknik Dasar Lompat Tinggi ( awalan, tolakan, saat melewati mistar dan saat mendarat )  
 b. Lompat tinggi

**Alokasi waktu** : 3 X 35 menit ( 1 X pertemuan )

### **A. Tujuan Pembelajaran**

1. Siswa dapat melakukan dan memahami peraturan lompat tinggi
2. Siswa dapat melakukan Teknik -Teknik dasar lompat tinggi ( awalan, tolakan, saat melewati mistar dan saat mendarat )
3. Siswa dapat melakukan lompat tinggi dengan benar dan sportif

### **B. Materi Pembelajaran**

- 1) Teknik awalan
- 2) Teknik tolakan
- 3) Teknik saat melewati mistar
- 4) Teknik saat mendarat

### **C. Medode Pembelajaran**

- 1) Ceramah
- 2) Demonstrasi
- 3) Praktek

### **D. Langkah – Langkah Kegiatan Pembelajaran**

#### **Pendahuluan**

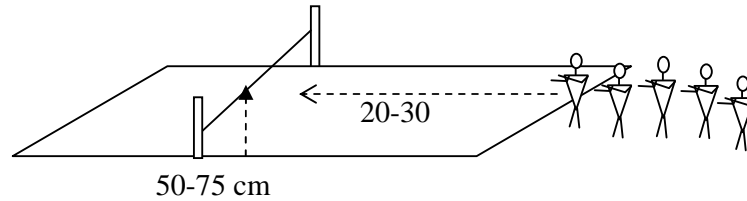
1. Berbaris, berhitung, berdo'a dan absensi



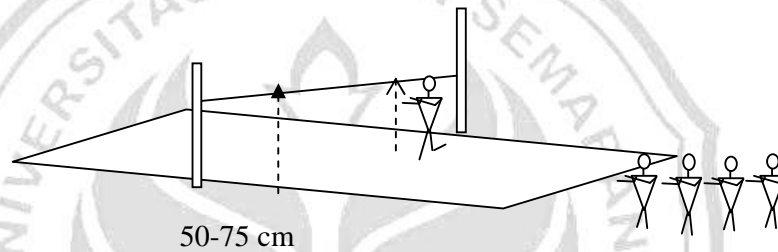
2. Siswa melakukan pemanasan yang mengarah pada materi lonpat tinggi dengan media gambar dan mistar karet
  - a. Lari keliling lapangan 2 x
  - b. Menggerakkan kepala
  - c. Menggerakkan leher
  - d. Menggerakkan tangan
  - e. Menggerakkan bahu
  - f. Menggerakkan pinggang
  - g. Menggerakkan kaki

#### Inti

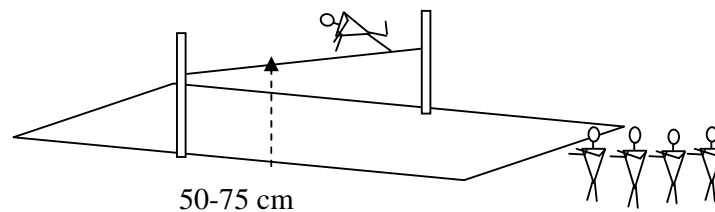
1. Siswa di bagi beberapa kelompok, setiap kelompok terdiri dari 5 – 6 siswa yang terdiri dari siswa putra maupun putri.
2. Guru menjelaskan melalui gambar tentang gerakan awalan, tolakan, saat diatas mistar serta pendaratan serta memberi contoh gerakan loncat tinggi dengan menggunakan media gambar dan mistar karet, yaitu :
  - e. Gerakan awalan yaitu mengambil ancang-ancang dengan berlari dari depan mistar sejauh kurang lebih 20-30 m
  - f. Gerakan tolakan yaitu setelah melakukan awalan kemudian sampai depan mistar menolak dengan bertumpu pada salah satu kaki yang terkuat sebelum melewati mistar dengan ketinggian antara 50 – 75 cm.
  - g. Gerakan saat diatas mistar yaitu setelah menolak kemudian berusaha melewati mistar dan berupaya agar tidak menyentuh mistar.
  - h. Gerakan saat pendaratan yaitu setelah melompat berupaya menjatuhkan diri diatas matras atau pasir dengan sebaik-baiknya yaitu mengenai punggung tangan terlebih dahulu.
3. Siswa mengamati gambar yang ditunjukan guru serta memperhatikan penjelasan dan contoh gerakan dari guru
4. Siswa melakukan gerakan awalan seperti yang dicontohkan guru secara bergantian sesuai dalam kelompoknya masing-masing yaitu mengambil ancang-ancang dengan berlari dari depan mistar sejauh kurang lebih 20-30 m



5. Guru mengoreksi gerakan siswa yang tidak sesuai dengan gerakan yang diharapkan guru.
6. Siswa melakukan gerakan yang telah dikoreksi guru
7. Siswa melakukan gerakan tolakan seperti yang dicontohkan guru secara bergantian sesuai dalam kelompoknya masing-masing yaitu setelah melakukan awalan kemudian sampai depan mistar menolak dengan bertumpu pada salah satu kaki yang terkuat sebelum melewati mistar

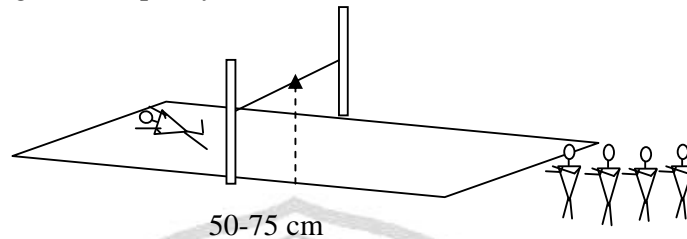


8. Guru mengoreksi gerakan siswa yang tidak sesuai dengan gerakan yang diharapkan guru
9. Siswa melakukan gerakan yang telah dikoreksi guru
10. Siswa melakukan gerakan diatas mistar seperti yang dicontohkan guru secara bergantian sesuai dalam kelompoknya masing-masing yaitu setelah menolak kemudian berusaha melewati mistar dan berupaya agar tidak menyentuh mistar



11. Guru mengoreksi gerakan siswa yang tidak sesuai dengan gerakan yang diharapkan guru.

12. Siswa melakukan gerakan yang telah dikoreksi guru.
13. Siswa melakukan gerakan pendaratan seperti yang dicontohkan guru yaitu setelah melompat berupaya menjatuhkan diri diatas matras atau pasir dengan sebaik-baiknya yaitu mengenai punggung tangan terlebih dahulu sesuai dengan kelompoknya.



### Pendinginan

1. Guru membariskan siswa
2. Siswa dikoreksi secara keseluruhan tentang gerakan yang tidak sesuai yang diharapkan
3. Guru menugaskan kepada siswa agar tetap berlatih dirumah atau di lingkungan sekitar
4. Melakukan pendinginan atau relaksasi
5. Berdo'a dan dibubarkan

### Penilaian

#### 1. Teknik penilaian:

\* Test unjuk kerja (psikomotor)

praktikan teknik dasar lompat tinggi ( awalan, tolakan, saat diatas mistar dan mendarat ) serta dapat melompati mistar dengan ketinggian antara 50 – 75 cm.

#### 2. Rubrik penilaian

No	Nama	Aspek yang dinilai			Jml. skor	Rt –rt skor
		Sikap awal	Pelaksanaan	Sikap akhir		
1	2	3	4	5	6	7
1	...	...	...	...	....	....
Rentang Nilai		0.20	0.50	0.30		

### Unjuk kerja lompat tinggi

Aspek yang dinilai	Kualitas gerak			
	1	2	3	4
1. Praktikan teknik awalan dengan benar				
2. Praktikan teknik tolakan dengan benar secara kelompok				
3. Praktikan Teknik saat melewati mistar dengan benar				
4. Praktikan Teknik saat mendarat dengan benar				
5. Praktikan lompat tinggi dengan ketinggian minimal 50 cm				
Jumlah:				
Jumlah skor maksimal:				

**CATATAN :**

Nilai = ( Jumlah skor : jumlah skor maksimal ) X 10.

- ✎ Untuk siswa yang tidak memenuhi syarat penilaian KKM maka diadakan Remedial.

Mengertahui  
Kepala SDN 10 Karanggondang

Mlonggo, Juni 2012

Guru Penjasorkes

**PRIYANTO,S.Pd**  
NIP.19590909 198012 1 011

**MURYANTI**  
NIP. -



LAMPIRAN  
LEMBAR EVALUASI KERJA SISWA

**KUESIONER PENILAIAN SISWA**

Nama : .....

Kelas : VI

No Abs : .....

Kelompok : .....

**A. Aspek Psikomotor**

Lakukan gerakan Teknik dasar lompat tinggi dengan benar !

1. Lakukan Teknik awalan dalam lompat tinggi dengan benar !
2. Lakukan Teknik tumpuan Lompat tinggi dengan benar !
3. Lakukan Teknik saat melayang di atas mistar pada lompat tinggi dengan benar !
4. Lakukan Teknik mendarat pada lompat tinggi dengan benar !

**B. Aspek Kognitif**

Isilah pertanyaan di bawah ini dengan tepat !

1. Apa yang kamu ketahui tentang lompat tinggi?
2. Siapa yang pernah melakukan lompat tinggi?

**C. Aspek Afektif**

Perilaku siswa terhadap pelajaran lompat tinggi

1. Siswa melakukan lompat tinggi dengan sungguh-sungguh (disiplinan)!
2. Siswa bekerjasama dengan teman satu kelompok saat melakukan lompat tinggi !
3. Siswa saat melakukan lompat tinggi Antusias/semangat
4. Siswa memiliki rasa tanggung Jawab terhadap tugas yang diberikan



LAMPIRAN  
HASIL PENILAIAN DAN HASIL PRESTASI BELAJAR  
SISWA SERTA KETUNTATAN MINIMUM  
SIKLUS I

**LEMBAR OBSERVASI AKTIVITAS SISWA DALAM PEMBELAJARAN KOOPERATIF  
SIKLUS I**

Mata Pelajaran : Penjaskes ( Lompat Tinggi)

Kelas / Semester : VI ( Enam ) / II ( Genap )

Tahun : 2012

Hari, Tanggal : Sabtu, 19 Mei 2012

KKM : 65

No	Nama	Aspek Yang dinilai										Total Skor	Nilai Hasil Belajar	Ketuntasan (BT / T)
		Psikomotor				Kognitif		Afektif						
		Awalan	Tolakan	Diatas Mistar	Mendarat	Tentang l.Tinggi	Pernah Mlkn L.Tinggi	Kedisiplinan	Kerjasama	Semangat	Tanggung Jawab			
1	Eka Puji Utami	2	2	1	1	2	3	2	2	1	2	18	45.00	BT
2	Heri Irawan	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	19	47.50	BT
3	Rusmin	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	19	47.50	BT
4	Dika Pratama P	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	20	50.00	BT
5	Gilang Aditya P	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	19	47.50	BT
6	Alfin Kausar	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	26	65.00	T
7	Eva Diah Yuliana	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	29	72.50	T
8	Egi Denanda Gilang A	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	28	70.00	T
9	A. Samsul Muarifin	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	20	50.00	BT



<b>10</b>	Hendi Aprilianu S	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	25	62.50	BT	
<b>11</b>	Dya Ayu Safitri S	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	21	52.50	BT	
<b>12</b>	M.Anang Syarif	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	20	50.00	BT	
<b>13</b>	Zahrotun Nisa	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	28	70.00	T	
<b>14</b>	M. Safi'i	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	26	65.00	T	
<b>Jumlah Nilai</b>		34	34	31	29	31	34	30	31	32	32	318	795.00	5	
<b>Rata-rata Nilai</b>		2.43	2.43	2.21	2.07	2.21	2.43	2.14	2.21	2.29	2.29	22.71	56.79		
<b>Jumlah Skor</b>		128				65		125							
<b>Skor maksimal</b>		16				8		16							
<b>Rata-rata Skor</b>		9.14				4.64		8.93							
<b>Prosentase rata-rata (%)</b>		57.14				58.04		55.80							
<b>Prosentase Ketuntasan KKM</b>		35.71													

Peneliti

Muryanti





HASIL PENILAIAN DAN HASIL PRESTASI BELAJAR  
SISWA SERTA KETUNTATAN MINIMUM  
SIKLUS II

**LEMBAR OBSERVASI AKTIVITAS SISWA DALAM PEMBELAJARAN KOOPERATIF  
SIKLUS II**

Mata Pelajaran : Penjaskes ( Lompat Tinggi)  
 Kelas / Semester : VI ( Enam ) / II ( Genap )  
 Tahun : 2012  
 Hari, Tanggal : Selasa, 19 Juni 2012  
 KKM : 65

No	Nama	Aspek Yang dinilai										Total Skor	Nilai Hasil Belajar	Ketuntasan (BT / T)
		Psikomotor				Kognitif		Afektif						
		Awalan	Tolakan	Diatas Mistar	Mendarat	Tentang L.Tinggi	Pernah Mlkn L.Tinggi	Kedisiplinan	Kerjasama	Semangat	Tanggung Jawab			
1	Eka Puji Utami	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	29	72.50	T
2	Heri Irawan	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	32	80.00	T
3	Rusmin	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	35	87.50	T
4	Dika Pratama P	3	3	2	2	3	4	2	2	2	2	25	62.50	BT
5	Gilang Aditya P	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	37	92.50	T
6	Alfin Kausar	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	36	90.00	T

7	Eva Diah Yuliana	2	3	3	3	4	4	3	3	3	2	30	75.00	T
8	Egi Denanda Gilang A	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	38	95.00	T
9	A. Samsul Muarifin	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	37	92.50	T
10	Hendi Aprilianu S	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	37	92.50	T
11	Dya Ayu Safitri S	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	28	70.00	T
12	M.Anang Syarif	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	35	87.50	T
13	Zahrotun Nisa	3	2	3	3	4	4	3	3	2	3	30	75.00	T
14	M. Safi'i	4	3	4	3	4	4	2	3	3	3	33	82.50	T
Jumlah Nilai		45	47	50	42	48	56	40	45	45	44	462	1155.00	13
Rata-rata Nilai		3.21	3.36	3.57	3.00	3.43	4.00	2.86	3.21	3.21	3.14	33.00	82.50	
Jumlah Skor		184				104		174						
Skor maksimal		16				8		16				40		
Rata-rata Skor		13.14				7.43		12.43						
Prosentase rata-rata (%)		82.14				92.86		77.68						
Prosentase Ketuntasan KKM		92.86												

PERPUSTAKAAN  
UNNES

Peneliti

Muryanti

**LEMBAR OBSERVASI AKTIVITAS SISWA DALAM PEMBELAJARAN**  
**SIKLUS I dan SIKLUS II**

Mata Pelajaran : Penjaskes ( Lompat Tinggi)  
Kelas / Semester : VI ( Enam ) / II ( Genap )  
Tahun : 2012  
KKM : 65

No	Nama	SIKLUS I		SIKLUS II	
		Nilai Hasil Belajar	T/ BT	Nilai Hasil Belajar	T/ BT
1	Eka Puji Utami	45.00	BT	72.50	T
2	Heri Irawan	47.50	BT	80.00	T
3	Rusmin	47.50	BT	87.50	T
4	Dika Pratama P	50.00	BT	62.50	BT
5	Gilang Aditya P	47.50	BT	92.50	T
6	Alfin Kausar	65.00	T	90.00	T
7	Eva Diah Yuliana	72.50	T	75.00	T
8	Egi Denanda Gilang A	70.00	T	95.00	T
9	A. Samsul Muarifin	50.00	BT	92.50	T
10	Hendi Aprilianu S	62.50	BT	92.50	T
11	Dya Ayu Safitri S	52.50	BT	70.00	T
12	M.Anang Syarif	50.00	BT	87.50	T
13	Zahrotun Nisa	70.00	T	75.00	T
14	M. Safi'i	65.00	T	82.50	T
<b>Jumlah</b>		795.00		1155.00	
<b>Rata-Rata</b>		56.79	5	82.50	13
<b>Prosentase Ketuntasan KKM</b>		35.71		92.86	

Peneliti

Muryanti



**SIKLUS I**



**SD Negeri Karanggondang 10**



**PERPUSTAKAAN Saat Dibariskan**



**Saat Berdo'a**



**Saat Pemanasan**



**Saat Penjelasan Materi**



### Kegiatan Inti



### Saat Praktek Kegiatan Inti



Saat Evaluasi



Pendinginan