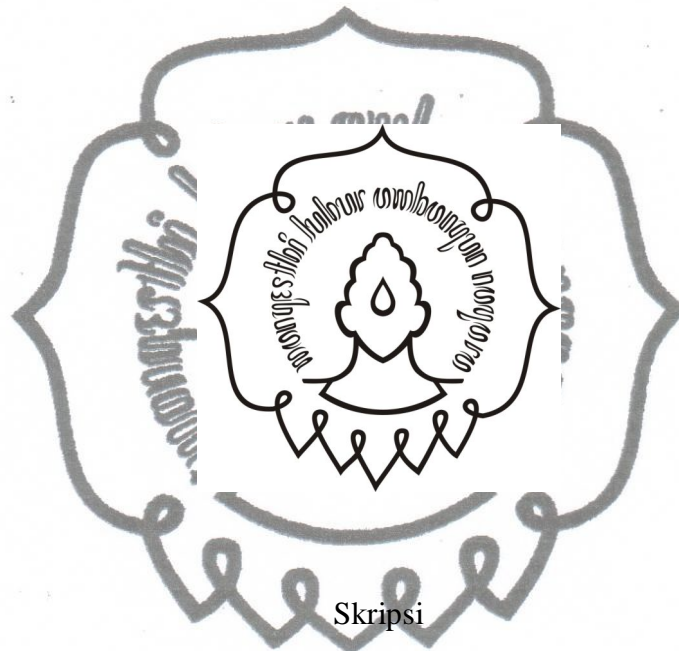


**PENGGUNAAN MEDIA KARET UNTUK MENUMBUHKAN  
KEBERANIAN KESENANGAN DAN PERCAYA DIRI DALAM  
PEMBELAJARAN LOMPAT TINGGI DI KELAS V  
SEMESTER II TAHUN PELAJARAN 2012/2013  
SDN JOGOSIMO KECAMATAN KLIRONG  
KABUPATEN KEBUMEN**



Skripsi  
Oleh :  
Parwuji  
X4711350

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET**

**SURAKARTA**

*commit to user*  
**Juli 2013**

**SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Parwuji  
NIM : X4711350  
Kelas : B2  
Jurusan/Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul : **“PENGUNAAN MEDIA KARET UNTUK MENUMBUHKAN KEBERANIAN KESENANGAN DAN PERCAYA DIRI DALAM PEMBELAJARAN LOMPAT TINGGI DI KELAS V SEMESTER II TAHUN PELAJARAN 2012/2013 SDN JOGOSIMO KECAMATAN KLIRONG KABUPATEN KEBUMEN”** ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu sumberinformasi yang dikutip dar penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan saya bersedia menerima sangsi atas perbuatan saya.

Surakarta, Juli 2013

Yang membuat pernyataan,

Parwuji

**PENGGUNAAN MEDIA KARET UNTUK MENUMBUHKAN  
KEBERANIAN KESENIAN DAN PERCAYA DIRI DALAM  
PEMBELAJARAN LOMPAT TINGGI DI KELAS V  
SEMESTER II TAHUN PELAJARAN 2012/2013  
SDN JOGOSIMO KECAMATAN KLIRONG  
KABUPATEN KEBUMEN**



Oleh :  
Parwuji  
X4711350

Skripsi

diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapat gelar  
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan  
Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET  
SURAKARTA**

*cover* **Juli 2013**

## PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.



Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Heru Suranto, M.Pd  
NIP. 194911091980101001

Deddy Whinata Kardiyanto, S.Or., M.Pd.  
NIP. 198401172008121002

*commit to user*

**PENGESAHAN**

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan diterima untuk memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar sarjana pendidikan.

Pada hari : Sabtu

Tanggal : 6 Juli 2013

Tim Penguji Skripsi:

Nama

Tanda Tangan :

Ketua : Drs. H. Sunardi, M.Kes :

Sekretaris : Drs. Sugiyoto, M.Pd :

Anggota I : Drs. Heru Suranto, M.Pd :

Anggota II : Deddy Whinata Kardiyanto, S.Or., M.Pd :

Disahkan oleh :

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Sebelas Maret

Dekan,

Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd.

NIP. 19600727 198702 1 001

*commit to user*

**ABSTRAK****Parwuji. PENGGUNAAN MEDIA KARET UNTUK MENUMBUHKAN  
KEBERANIAN KESENANGAN DAN PERCAYA DIRI DALAM  
PEMBELAJARAN LOMPAT TINGGI DI KELAS V SEMESTER II  
TAHUN PELAJARAN 2012/2013 SDN JOGOSIMO KECAMATAN  
KLIRONG KABUPATEN KEBUMEN**

Skripsi, Surakarta: Program Pengakuan dan Hasil Belajar : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Juli 2013.

Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui bagaimana penggunaan media karet dapat menumbuhkan keberanian, kesenangan, dan percaya diri dalam pembelajaran lompat tinggi pada siswa kelas V (lima) SD negeri jogosimo Kec. Klirong.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V (lima) SD Negeri Jogosimo Kecamatan Klirong yang berjumlah 29 siswa. Sumber data berasal dari guru dan siswa. Teknik pengumpulan data adalah dengan observasi, wawancara, angket dan dokumentasi atau arsip. Validasi data menggunakan teknik triangulasi metode. Analisis data menggunakan teknik analisis statistik deskriptif komparatif dan analisis kritis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui penggunaan media karet dapat menumbuhkan keberanian, kesenangan dan percaya diri dalam pembelajaran lompat jauh dari siklus I dan siklus II.

Simpulan penelitian ini adalah penggunaan media karet meningkatkan keberanian, kesenangan, dan percaya diri dalam pembelajaran lompat tinggi pada siswa kelas V SD Negeri Jogosimo Kec. Klirong Kab. Kebumen.

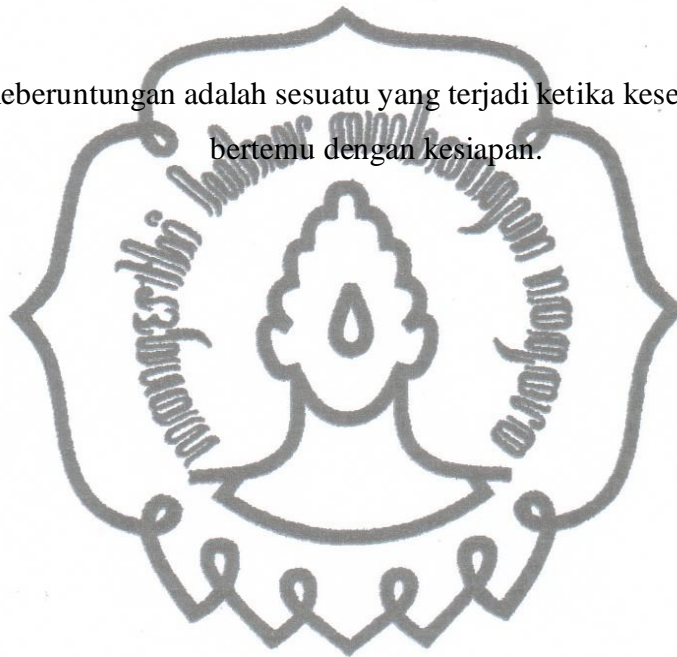
Kata Kunci : Teknik Dasar lompat tinggi, Penggunaan media karet, Pembelajaran lompat tinggi.

## MOTTO

Kompromi bukanlah sesuatu untuk mencari kesamaan,  
tetapi untuk menghargai segala perbedaan.

Jika kita saling bertukar satu pemikiran, masing-masing mendapat dua pemikiran.

Keberuntungan adalah sesuatu yang terjadi ketika kesempatan  
bertemu dengan kesiapan.



*commit to user*

## PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan kepada :

- Istri tercinta
- Anak-anaku yang ku sayang
- Arif Syaeful Hadi, Sofi Shinta Palupi
- Teman-teman di SD Negeri Jogosimo Kec. Klirong



*commit to user*



## KATA PENGANTAR

Dengan diucapkan puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya, sehingga dapat diselesaikan penulisan proposal PTK ini.

Disadari bahwa penulisan proposal PTK ini banyak mengalami hambatan, tetapi berkat bantuan dari beberapa pihak maka hambatan tersebut dapat diatasi. Oleh karena itu dalam kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof.Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Drs. H.Mulyono,M.M Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Waluyo, S.Pd.M.Or Ketua Program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Drs. Heru Suronto, M.Pd sebagai Pembimbing I yang dengan sabar memberikan bimbingan dan pengarahan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Deddy Whinata Kardiyanto, S.Or., M.Pd. sebagai pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kepala SD Negeri Jogosimo yang telah memberikan ijin untuk mengadakan penelitian.
7. Siswa kelas V SD Negeri Jogosimo tahun pelajaran 2012/2013 yang telah bersedia menjadi sampel penelitian.
8. Semua pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian ini. Semoga segala amal baik tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa. Akhirnya berharap semoga hasil penelitian yang sederhana ini dapat bermanfaat.

*commit to user*

Penulis menyadari bahwa tindakan kelas ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu segala saran dan kritik yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Akhirnya penulis berharap semoga penelitian tindakan kelas ini dapat bermanfaat.

Kebumen, Juli 2013

Penulis



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERNYATAAN .....	ii
HALAMAN PENGAJUAN .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN .....	v
MOTTO .....	vi
PERSEMBAHAN .....	vii
ABSTRAK .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
BAB I    PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	2
C. Perumusan Masalah .....	3
D. Tujuan Penelitian .....	4
E. Manfaat Penelitian .....	4
BAB II    KAJIAN PUSTAKA .....	6
A. Media Pembelajaran .....	8
B. Pengertian Keberanian .....	8
C. Pengertian Kesenangan .....	8
D. Pengertian Percaya Diri .....	8
E. Pengertian Lompat Tinggi .....	9
F. Macam-macam gaya lompat Tinggi .....	11

*commit to user*

BAB III	METODE PENELITIAN .....	16
	A. Perencanaan Penelitian .....	16
	B. Pelaksanaan Penelitian .....	24
	C. Subjek, Tempat, dan Waktu Penelitian .....	24
	D. Prosedur Langkah-langkah Penelitian .....	24
	E. Analisa Data dan Refleksi .....	25
	F. Deskripsi tiap Siklus .....	25
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	29
	A. Deskripsi Pra Tindakan .....	29
	B. Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus .....	30
	1. Siklus I .....	30
	2. Siklus II .....	34
	C. Pembahasan .....	38
	D. Keterbatasan Peneliti .....	40
BAB V	SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN .....	41
	A. Kesimpulan .....	41
	B. Implikasi .....	41
	C. Saran .....	41
	DAFTAR PUSTAKA .....	43
	LAMPIRAN .....	44

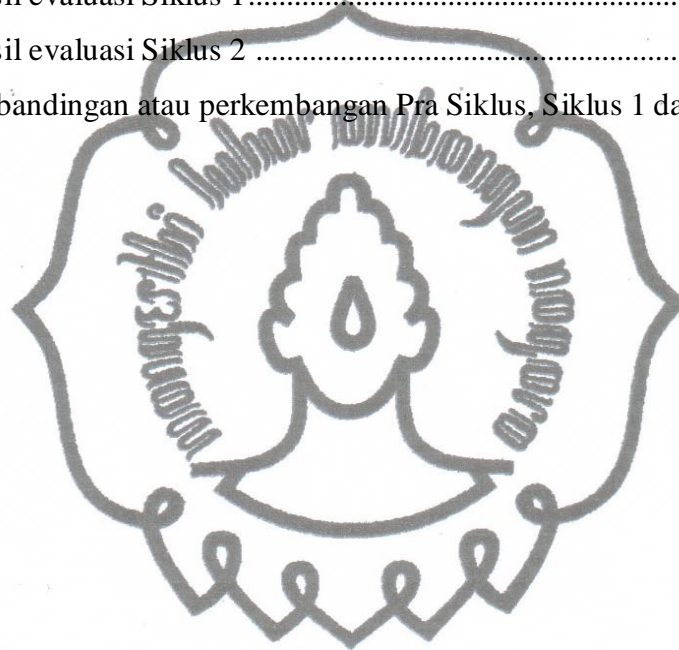
## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Bagan Tujuan Proses Belajar Mengajar .....	9
Gambar 2. Alur Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas .....	24
Gambar 3. Grafik Perbandingan Hasil Pra Siklus, Siklus I, dan Siklus II.....	24



**DAFTAR TABEL**

	Halaman
Tabel 1. Rincian kegiatan Waktu dan Jenis Kegiatan .....	21
Tabel 2 Sumber Data .....	23
Tabel 3 Hasil evaluasi pra siklus .....	30
Tabel 4 Hasil evaluasi Siklus 1 .....	34
Tabel 5 Hasil evaluasi Siklus 2 .....	38
Tabel 6 Perbandingan atau perkembangan Pra Siklus, Siklus 1 dan Siklus 2....	39



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Observasi Kegiatan Belajar Mengajar .....	
Lampiran 2. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran .....	
Lampiran 3. Lembar Penilaian Siklus 1 .....	
Lampiran 4. Lembar Penilaian Siklus 2 .....	
Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian.....	
Lampiran 6. Foto Sarana Prasarana .....	
Lampiran 7. Foto Diskusi Kelompok.....	
Lampiran 8. Foto Kegiatan Belajar Mengajar .....	

