

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT TINGGI  
GAYA *STRADDLE* DENGAN MEDIA BERMAIN LOMPAT TALI  
PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 3 PARAKANCANGGAH  
KECAMATAN BANJARNEGARA KABUPATEN BANJARNEGARA  
TAHUN PELAJARAN 2011/2012**



**Oleh:**  
**TUKIMIN**  
**X4711253**

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

**Juli 2012** *user*

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : TUKIMIN

NIM : X4711253

Jurusan/Program Studi : POK/Penjaskesrek

menyatakan bahwa skripsi saya berjudul “UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT TINGGI GAYA *STRADDLE* DENGAN MEDIA BERMAIN LOMPAT TALI PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 3 PARAKANCANGGAH KECAMATAN BANJARNEGARA KABUPATEN BANJARNEGARA TAHUN PELAJARAN 2011/2012” ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

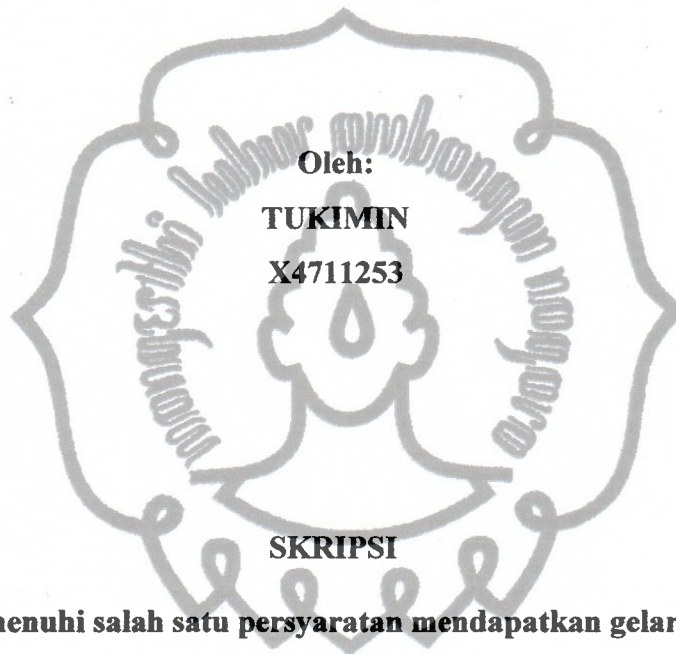
Surakarta, Juli 2012

Yang membuat pernyataan



**Tukimin**  
X4711253

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT TINGGI  
GAYA *STRADDLE* DENGAN MEDIA BERMAIN LOMPAT TALI  
PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 3 PARAKANCANGGAH  
KECAMATAN BANJARNEGARA KABUPATEN BANJARNEGARA  
TAHUN PELAJARAN 2011 / 2012**



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

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET  
SURAKARTA  
Juli 2012**

*commit to user*

## PERSETUJUAN

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



Surakarta, Juli 2012

Pembimbing I

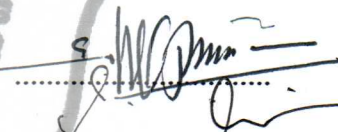
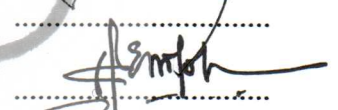
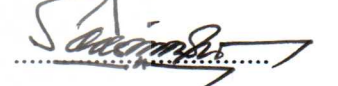

Fadilah Umar, S.Pd, M.or or  
NIP.19720927 200212 1 001

Pembimbing II

Wahyu Sulistyö, M.Kes  
NIP.19490505 198503 1 001

**PENGESAHAN**

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan diterima untuk persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

	Hari	:	
	Tanggal	:	
Tim Penguji Skripsi:			
Nama Terang			Tanda Tangan
Ketua	: Drs. H. Mulyono, MM.		
Sekretaris	: Haris Nugroho, S.Pd. M.Or.		
Anggota 1	: Fadilah Umar, S.Pd. M.Or.		
Anggota 2	: Drs. H. Wahyu Sulisty, M.Kes		

Disahkan oleh:  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Sebelas Maret Surakarta  
A.n. Dekan  
Pembantu Dekan 1



**Prof. Dr.rer.nat. Sajidan, M.Si.**  
NIP. 19660415 199103 1 002

*commit to user*

## ABSTRAK

Tukimin. **UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT TINGGI GAYA *STRADDLE* DENGAN MEDIA BERMAIN LOMPAT TALI PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 3 PARAKANCANGGAH KECAMATAN BANJARNEGARA KABUPATEN BANJARNEGARA TAHUN PELAJARAN 2011/2012**. Skripsi: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Tahun 2012.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan media bermain lompat tali dalam meningkatkan hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* pada siswa kelas IV SD Negeri 3 Parakancanggih, Kecamatan Banjarnegara, Kabupaten Banjarnegara, tahun pelajaran 2011/2012.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK). Sumber data penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri 3 Parakancanggih, Kecamatan Banjarnegara, Kabupaten Banjarnegara, tahun pelajaran 2011/2012, yang berjumlah 38 siswa yang terdiri dari 22 siswa putra dan 16 siswa putri. Instrumen yang digunakan untuk pengambilan data penelitian ini adalah tes unjuk kerja, pengamatan, dan angket untuk mendapatkan data kuantitatif, sedangkan guru berupa hasil observasi dari kolaborator untuk mendapatkan data kualitatif. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif komparatif yaitu membandingkan data kuantitatif dari studi awal, siklus I, dan siklus II dengan persentase ketuntasan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan media bermain lompat tali dapat meningkatkan hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* pada siswa kelas IV SD Negeri 3 Parakancanggih, Kecamatan Banjarnegara, Kabupaten Banjarnegara, tahun pelajaran 2011/2012. Hal ini dapat dilihat dari hasil belajar 38 siswa pada kondisi awal (pratindakan) hanya 15 anak (39,47%), pada siklus I meningkat menjadi 28 siswa (73,68%) dan pada siklus II meningkat lagi menjadi 32 siswa (84,21%). Penggunaan pendekatan/media pembelajaran bermain lompat tali berdampak pada proses pembelajaran siswa, yakni siswa menjadi atraktif dan cenderung lebih aktif, disiplin, tekun, teliti, dan tanggung jawab.

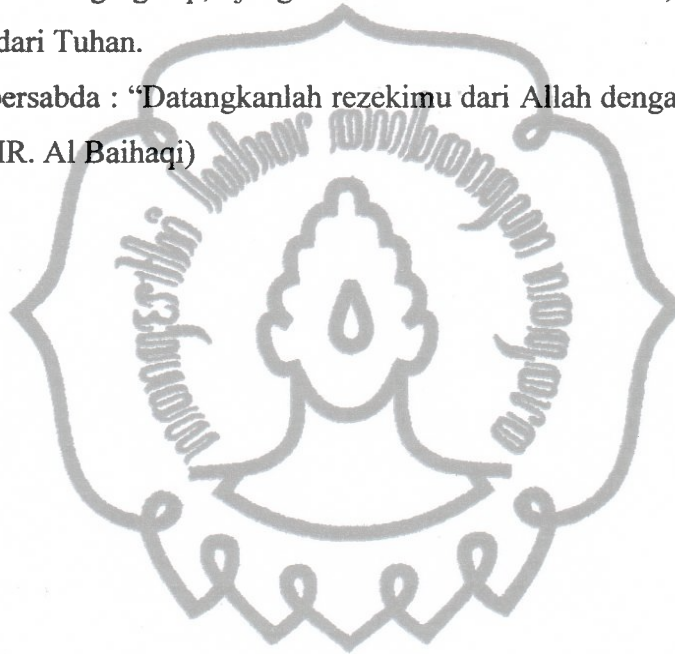
Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dengan media bermain lompat tali dapat meningkatkan hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* pada siswa kelas IV SD Negeri 3 Parakancanggih, Kecamatan Banjarnegara, Kabupaten Banjarnegara tahun pelajaran 2011/2012.

**Kata Kunci:** lompat tinggi gaya *straddle*, bermain lompat tali, hasil belajar.



## MOTTO

- ❖ Orang yang berjiwa luhur itu mempunyai sifat belas kasihan dan suka memaafkan
- ❖ Tandanya orang yang luhur, budinya halus dan suka memberi pertolongan dengan tulus hati
- ❖ Kalau hati sedang gelap, janganlah malah marah-marah, tapi mintalah penerangan dari Tuhan.
- ❖ Rasulullah bersabda : “Datangkanlah rezekimu dari Allah dengan mengeluarkan sedekah”. (HR. Al Baihaqi)



## PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan kepada:

❖ Sekolah Dasar Negeri 3 Parakancangah

*Tempatku mengabdikan sehari-hari. Terima kasih untuk Kepala Sekolah beserta Dewan Guru dan karyawan serta anak-anak didikku.*

❖ Ayah dan Ibu

*Terima kasih atas doa dan dukungannya demi keberhasilanku.*

❖ Istri tercinta, yang senantiasa mendukung,  
*memberi semangat dan motivasi*

❖ Anak-anakku tersayang, *sumber inspirasi dan motivasiku.*



## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillahirobbil'alamin*, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas segala berkat rahmat dan karunia-Nya yang senantiasa dilimpahkan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **"UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT TINGGI GAYA STRADDLE DENGAN MEDIA BERMAIN LOMPAT TALI PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 3 PARAKANCANGGAH KECAMATAN BANJARNEGARA KABUPATEN BANJARNEGARA TAHUN PELAJARAN 2011/2012"**

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih mengalami hambatan, tetapi berkat bantuan dari beberapa pihak maka hambatan tersebut dapat diatasi. Oleh karena itu dalam kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta;
2. Drs. H. Mulyono, M.M., Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta;
3. Waluyo, S.Pd, M.Or, Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta
4. Fadilah Umar, S.Pd., M.Or., selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun skripsi;
5. Drs. H. Wahyu Sulisty, M.Kes., selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun skripsi;
6. Kepala Sekolah Dasar Negeri 3 Parakancangga Kecamatan Banjarnegara Kabupaten Banjarnegara yang telah memberikan izin dan tempat penelitian sekaligus sebagai guru pamong dalam pelaksanaan penelitian;
7. Siswa kelas IV SD Negeri 3 Parakancangga Kecamatan Banjarnegara Kabupaten Banjarnegara yang telah bersedia menjadi subjek penelitian;

8. Rekan-rekan guru SD Negeri 3 Parakancangah dan teman sejawat sebagai kolaborator yang telah memberikan kontribusi dan membantu dalam melakukan penelitian;
9. Rekan-rekan program PPKHB S.1 Penjaskesrek angkatan 2011 yang telah membantu dalam penelitian dan penulisan skripsi ini;
10. Orang tua, istri dan anak yang selalu mendukung, memberi motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini;
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu terlaksananya penelitian dan penulisan skripsi ini.

Semoga segala amal baik tersebut mendapatkan imbalan dari Allah SWT. Akhirnya penulis berharap semoga hasil penelitian yang sederhana ini dapat bermanfaat.

Surakarta, Juli 2012

Penulis

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus I Pertemuan 1 .....	50
2 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus I Pertemuan 2 .....	58
3 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II Pertemuan 1 .....	66
4 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II Pertemuan 2 .....	74
5 Data Nilai Hasil Belajar Siswa pada Siklus I .....	82
6 Data Nilai Hasil Belajar Siswa pada Siklus II .....	83
7 Angket Pendapat Siswa Terhadap Kegiatan Pembelajaran .....	84
8 Rekapitulasi Hasil Angket Siswa .....	86
9 Hasil Observasi Pembelajaran Lompat Tinggi Gaya <i>Straddle</i> , Alat dan Fasilitas Siklus I .....	88
10 Hasil Observasi Pembelajaran Lompat Tinggi Gaya <i>Straddle</i> , Alat dan Fasilitas Siklus II .....	90
11 Foto Dokumentasi Kegiatan PTK.....	92
12 Pengajuan Judul .....	96
13 Validasi Proposal Skripsi PTK .....	97
14 Surat Izin Penelitian .....	98
15 Surat Keterangan Melaksanakan Penelitian .....	99