

**HAMBATAN PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH SE-UPT KECAMATAN  
MREBET KABUPATEN PURBALINGGA**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Untuk memenuhi Sebagian Persyaratan  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



**Disusun Oleh :  
ARIF SETIYAWAN  
NIM. 10604227073**

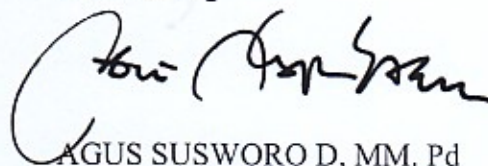
**PROGRAM STUDI PGSD PENDIDIKAN JASMANI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2013**

## PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Se- UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga”, yang disusun oleh Arif Setiyawan, NIM 10604227073 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Juli 2013

Pembimbing



AGUS SUSWORO D. MM. Pd


NIP. 19710808 200112 1 001

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Juli 2013  
Yang menyatakan,

  
ARIF SETIYAWAN  
NIM. 10604227073

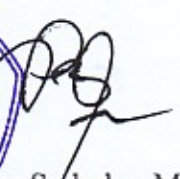
## PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Dengan Bermain se-Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga”, yang disusun oleh Arif Setiyawan, NIM 10604227073 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 11 Juni 2013 dan dinyatakan lulus.

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Agus Susworo Dwi M, M.Pd	Ketua Penguji		29/7/13
Sismadiyanto, M. Pd	Sekretaris Penguji		29/7/13
Eddy Purnomo, M. Kes, AIFO	Penguji I (Utama)		22/7/13
Jaka Sunardi, M. Kes	Penguji II (Pendamping)		22/7/13

Yogyakarta, Juli 2013  
Fakultas Ilmu Keolahragaan



  
Agus Sudarko, M. S.  
NIM 19600824 198601 1 001

## **MOTO**

- ❖ Tidak ada manusia di dunia ini yang bodoh jika kau mau belajar, berusaha, berdoa dan berikhtiar .
- ❖ Mencoba adalah pengalaman.

## **PERSEMBAHAN**

Aku persembahkan skripsi ini kepada yang telah memberikan bantuan serta dukungan baik moril maupun materiil, serta terima kasihku kepada:

1. Ayahanda Suyono dan almarhumah Ibunda Mulyati, terima kasih atas do'a dan kasih sayang yang tidak berhenti.
2. Anisa, kekasihku tercinta, yang telah mendukung dan memberikan semangat dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ripan, adikku yang kusayangi.

**HAMBATAN PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH SE-UPT  
KECAMATAN MREBET KABUPATEN PURBALINGGA**

**Oleh:**  
**Arif Setiyawan**  
**10604227073**

**ABSTRAK**

Permasalahan dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui atau mengungkap faktor yang menjadi penghambat dalam pembelajaran lompat jauh dengan bermain se-Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei dengan teknik angket pernyataan untuk pengumpulan datanya, dan hasilnya berupa skor. Subyek dalam penelitian ini adalah seluruh guru Penjas SD se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga yang berjumlah 40 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen dalam bentuk angket untuk pengumpulan datanya dan hasilnya berupa skor. teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif kuantitatif dengan penilaian acuan patokan menggunakan menggunakan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga dapat disimpulkan bahwa sebanyak 12 guru atau (30,0%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dengan katagori tinggi, sebanyak 15 guru atau (37,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dengan katagori sedang, dan sebanyak 13 guru atau (32,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari dengan katagori rendah. Sebagian besar guru yang menyatakan hambatan dalam pembelajaran lompat jauh dengan rata-rata katagori sedang.

Kata kunci: *Hambatan, Pembelajaran, Lompat jauh.*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayahNya sehingga kami dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana pendidikan olahraga program studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Tersusunnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, saran serta arahan dari pihak, maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr Rochmat Wahab, M.Pd, M.A., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk menuntut ilmu di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Drs. Rumpis Agus Sudarko, MS., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian untuk penyelesaian skripsi.
3. Drs. Amat Komari, M.Si., Ketua Jurusan POR yang telah memberikan kemudahan dalam penelitian ini.
4. Sriawan, M.Kes., Koordinator Program Studi PGSD yang telah memberikan kelancaran pelayanan dalam urusan akademik.
5. Agus Susworo D.M, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, serta arahan dalam penyusunan skripsi.
6. Segenap Dosen yang telah memberikan bantuan dan saran kepada peneliti.

7. Lastri, S.Pd., Selaku Kepala UPT Dinas Kecamatan Mrebet yang telah memberikan ijin penelitian.
8. Mahyono, S.Pd., Selaku ketua konferensi kerja guru penjas kecamatan mrebet yang telah memberikan ijin penelitian.
9. Seluruh guru Penjas se-Kecamatan Mrebet, yang telah bersedia menjadi subyek penelitian.
10. Semua pihak yang tidak dapat saya sebut satu persatu yang telah memberikan bantuan dorongan selama penyusunan skripsi ini.

Semoga amal dan kebaikan semua pihak tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa.

Walaupun disadari dalam skripsi ini masih ada kekurangannya, namun demikian diharapkan skripsi ini bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan juga ilmu pragmatika.

Yogyakarta, Juli 2013

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	iv
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	v
<b>HALAMAN ABSTRAK</b> .....	vi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Perumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Deskripsi Teori .....	10
1. Hakekat Hambatan .....	10
a. Faktor Internal .....	10
b. Faktor Eksternal .....	11
2. Pembelajaran Lompat jauh .....	11
a. Awalan .....	12
b. Bertumpu .....	13
a) Tahap peletakan (touchdown) .....	14
b) Tahap amortisasi .....	14
c) Tahap pelurusan .....	14
c. Melayang dan Mendarat .....	14
a) Fase lari awalan .....	15
b) Fase bertolak .....	15
c) Fase melayang .....	15
B. Penelitian yang relevan.....	16
C. Kerangka Berfikir .....	17

<b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	18
B. Devinisi Operasional Variabel.....	18
C. Subyek Penelitian .....	19
D. Tempat dan Waktu Penelitian .....	19
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	19
1. Instrumen .....	19
2. Teknik Pengumpulan Data .....	25
F. Teknik Analisis Data.....	26
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	29
1. Hambatan dari faktor Psikologi.....	29
2. Hambatan dari faktor Fisiologi .....	30
3. Hambatan dari faktor Lingkungan .....	32
4. Hambatan dari faktor Guru .....	33
5. Hambatan dari faktor Sarana Prasarana .....	31
B. Pembahasan .....	35
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	41
B. Implikasi Penelitian .....	41
C. Saran.....	42
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>43</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>44</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian .....	22
Tabel 2. Hasil Uji Validitas .....	24
Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas .....	25
Tabel 4. Patokan Katagori.....	27
Tabel 5. Deskripsi Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Dengan Bermain Pada Faktor Psikologi.....	29
Tabel 6. Deskripsi Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Dengan Bermain Pada Faktor Fisiologi.....	31
Tabel 7. Deskripsi Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Dengan Bermain Pada Faktor Lingkungan .....	32
Tabel 8. Deskripsi Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Dengan Bermain Pada Faktor Guru.....	34
Tabel 9. Deskripsi Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Dengan Bermain Pada Faktor Sarana Prasarana .....	35

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Diagram Hasil penelitian Hambatan pembelajaran lompat jauh Dengan bermain pada faktor Psikologi .....	30
Gambar 2. Diagram Hasil penelitian Hambatan pembelajaran lompat jauh Dengan bermain pada faktor Fisiologi .....	31
Gambar 3. Diagram Hasil penelitian Hambatan pembelajaran lompat jauh Dengan bermain pada faktor Lingkungan .....	33
Gambar 4. Diagram Hasil penelitian Hambatan pembelajaran lompat jauh Dengan bermain pada faktor Guru .....	34
Gambar 5. Diagram Hasil penelitian Hambatan Pembelajaran lompat jauh Dengan bermain pada faktor Sarana Prasarana .....	36

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Ijin Penelitian .....	46
Lampiran 2. Surat Keterangan expert judgement .....	50
Lampiran 3. Angket Uji Coba Instrumen.....	52
Lampiran 4. Uji validitas dan reliabilitas .....	56
Lampiran 5. Soal angket penelitian .....	58
Lampiran 6. Data mentah penelitian .....	62
Lampiran 7. Deskripsi hasil penelitian.....	67
Lampiran 8. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian.....	71
Lampiran 9. Daftar Hadir Subyek Peneliti .....	72
Lampiran 10. Dokumentasi penelitian .....	74

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Atletik merupakan salah satu mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang wajib diberikan kepada para siswa mulai dari tingkat Sekolah Dasar sampai tingkat Sekolah Lanjutan Tingkat Atas, sesuai dengan SKM mendikbud No. 0413/U/87. Bahkan di beberapa perguruan tinggi, atletik ditawarkan sebagai salah satu mata kuliah dasar umum. Sedangkan bagi mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan merupakan mata kuliah wajib yang harus diambil. Tak terkecuali, di Sekolah Luar Biasa pun mata pelajaran atletik merupakan mata pelajaran yang wajib diberikan kepada para siswanya. Muncul pertanyaan, mengapa atletik merupakan suatu mata pelajaran yang wajib diberikan di sekolah-sekolah? Mengapa tidak semua cabang olahraga wajib diberikan di sekolah-sekolah?. Jawaban logis adalah : “atletik merupakan ibu dari sebagian besar cabang olahraga”, dimana gerakan-gerakan yang ada dalam atletik seperti : jalan, lari, lompat dan lempar dimiliki oleh sebagian besar cabang olahraga”.

Dengan diwajibkannya cabang olahraga atletik diberikan di sekolah-sekolah dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, sudah selajaknya membawa angin segar untuk meningkatkan motivasi siswa untuk mengikutinya

Namun kenyataannya di lapangan, masih banyak siswa yang belum meminati pelajaran atletik bahkan cenderung kurang menyukainya. Ini merupakan suatu tantangan bagi para guru pendidikan jasmani agar pelajaran

atletik merupakan pelajaran yang menyenangkan bagi siswanya. Karena disamping keterampilan yang ingin dicapai, justru tujuan utama dari pembelajaran penjas seperti, meningkatkan kesegaran jasmani, meningkatkan pengalaman dan pengayaan gerak-gerak dasar umum maupun kemampuan motorik siswa sebagai dasar-dasar gerak cabang olahraga lainnya. Banyak kendala dan hambatan agar atletik disukai dan disenangi oleh siswa atau bahkan bisa berprestasi pada salah satu nomor lomba ditingkat pelajar. Salah satu kendala yang sering ditemui di lapangan antara lain adalah kurang tersedianya fasilitas dan perlengkapan untuk kegiatan atletik yang memadai. Apalagi kalau dikaitkan dengan masalah dana untuk pengadaan dan pemeliharaan peralatan atletik standar yang harganya relatif mahal dan sulit dijangkau oleh anggaran sekolahnya. Masalah lainnya adalah kemampuan guru penjas dalam menyajikan Proses Belajar Mengajar (PBM) atletik yang lebih banyak menekankan pada penguasaan teknik dan berorientasi kepada hasil atau prestasi siswa pada setiap nomor atletik. Dengan demikian unsur bermain dan kesenangan siswa menjadi kurang diperhatikan. Untuk itu barangkali kreatifitas guru penjas perlu terus dikembangkan dan ditingkatkan dengan mencoba memodifikasi peralatan atletik. Barang-barang bekas atau bahan-bahan yang ada di sekitar lingkungan sekolah atau rumah siswa yang mudah di dapat masih bisa digunakan atau dibuat bahkan relatif murah bila harus dibeli.

Dengan demikian untuk kita mencoba mengubah atau mengembangkan pola pikir sebagai guru penjas dalam PBM atletik : dari berorientasi prestasi berubah kepada orientasi PBM atletik bernuansa bermain, dari ketergantungan

pada penggunaan alat-alat standar, menjadi pemanfaatan alat-alat yang dimodifikasi.

Atletik merupakan aktivitas jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan harmonis, yaitu jalan, lari, lompat, dan lempar. Atletik juga merupakan sarana untuk pendidikan jasmani dalam upaya meningkatkan kemampuan biomotorik, misalnya kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelentukan, koordinasi, dan sebagainya. Selain itu juga sebagai sarana untuk penelitian para ilmu. Unsur-unsur dalam cabang atletik meliputi jalan, lari, lempar dan lompat.

Lompat jauh merupakan suatu gerakan melompat menggunakan tumpuan satu kaki untuk mencapai jarak sejauh-jauhnya. Sasaran dan tumpuan lompat jauh adalah untuk mencapai jarak lompatan sejauh mungkin ke sebuah letak pendaratan atau bak lompat. Jarak lompatan diukur dari tolakan sampai batas terdekat dari letak pendaratan yang dihasilkan oleh bagian tubuh. Dalam lompat jauh terdapat bermacam-macam gaya yang umum dipergunakan oleh para pelompat, yaitu gaya jongkok (*tuck*), gaya menggantung (*hang style*), dan gaya jalan di udara (*walking in the air*). Perbedaan antara gaya lompatan yang satu dengan yang lainnya, ditandai oleh keadaan sikap dan badan waktu melayang di udara. Jadi, mengenai awalan, tumpuan, melayang dan mendarat, bahwa ketiga gaya tersebut prinsipnya sama. Menurut Aip Syarifudin (1992:73).

Ada empat komponen utama lompat jauh: lari awalan, tumpuan atau tolakkan, sikap di udara dan mendarat. Kecepatan di *run-up*, atau

pendekatan, dan yang tinggi melompat dari papan adalah dasar-dasar keberhasilan. Karena kecepatan adalah faktor yang penting dari pendekatan, tidaklah mengherankan bahwa banyak juga *juniper* lama bersaing dengan sukses di *sprint*. Sebuah contoh klasik dari lompat jauh ini / *sprint* penggandaan adalah pertunjukan oleh Carl Lewis.

Mengingat pentingnya jasmani yang kuat agar dapat melaksanakan tugas sehari-hari maka pendidikan jasmani menjadi kunci bagi peningkatan kemampuan jasmani di sekolah. Mutu kesuksesan dan keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani sangat dipengaruhi unsur-unsur antara lain : guru sebagai unsur utama, siswa, kurikulum, tujuan, metode, sarana dan prasarana, penilaian dan suasana kelas. Sarana dan prasarana dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani menjadikan sangat berpengaruh pada proses pembelajaran. Pembelajaran yang efektif dan efisien menuntut kondisi, mutu, keadaan dan jumlah sarana dan prasarana yang memadai. Tetapi keadaan pembelajaran jasmani justru banyak mengalami hambatan terutama karena keterbatasan sarana dan prasarana. Kondisi ini sering terjadi karena beberapa kemungkinan diantaranya karena sekolah belum memiliki pemahaman yang baik pada pendidikan jasmani serta kemungkinan keterbatasan sekolah dalam mengupayakan kebutuhan proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Terpenuhinya sarana dan prasarana dalam pembelajaran pendidikan jasmani memungkinkan siswa dapat melaksanakan berbagai aktivitas pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diprogramkan. Tetapi

dalam pelaksanaannya hambatan terbanyak dan terbesar justru terbatasnya sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang dimiliki sekolah. Dalam kondisi ini guru harus pandai memodifikasi alat dan fasilitas serta menggunakan metode yang bervariasi agar pembelajaran dapat bermutu. Kepada pihak-pihak yang terkait dalam meningkatkan mutu bidang pendidikan khususnya bagi penyediaan anggaran dan perangkat aturan sebaiknya secara tegas mewajibkan bagi sekolah untuk memperhatikan tersedianya sarana dan prasarana merata pada setiap proses pembelajaran tak terkecuali bagi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Sehubungan dengan pemenuhan sarana dan prasarana yang ada di sekolah, agar merata sesuai dengan kondisinya, dan perlu juga diingat bahwa alat dan fasilitas pembelajaran pendidikan jasmani bersifat mudah rusak, maka dalam penyusunan rencana anggaran dan belanja sekolah memerlukan data secara rutin dan dapat dipercaya sehingga pemenuhan kebutuhan sarana dan prasarana bagi pembelajaran dapat sesuai dengan kebutuhan dan rancangan program pembelajaran.

Pembelajaran pendidikan jasmani yang merupakan pembelajaran praktik (olahraga) kebutuhan alat dan fasilitas yang sesuai bagi cabang olahraga tertentu sangat diperlukan. Sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani bermacam-macam bentuk, bahan maupun jenisnya, berbeda antara materi satu dengan yang lain, dibandingkan dengan mata

pelajaran lainnya sarana dan prasarana pendidikan jasmani relatif lebih banyak bahkan lebih mahal.

Keadaan sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang memenuhi syarat memberi semangat siswa serta memberi kesempatan lebih banyak bagi siswa untuk melakukan berbagai aktivitas, dan secara psikologis menyenangkan. Kelengkapan sarana dan prasarana pembelajaran seperti ini menguntungkan bagi pertumbuhan maupun perkembangan motorik, lebih membangkitkan rasa cinta aktivitas jasmani sehingga memungkinkan bagi perkembangan bakat maupun ketrampilan, akhirnya diharapkan mampu mengarah pada tercapainya standar kompetensi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Sekolah dengan sarana dan prasarana olahraga yang lengkap memungkinkan pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan jasmani berkualitas, tentunya akan memberi kemudahan dalam mencapai keberhasilan yang diharapkan. Akan tetapi memperhatikan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah-sekolah, kebanyakan sekolah mengalami masalah dalam pembelajaran pendidikan jasmani terutama berhubungan alat-alat yang tidak memadai, jarak lapangan, serta penggunaan lapangan secara bersama-sama sehingga kadang-kadang pembelajaran yang direncanakan tidak terlaksana karena lapangan telah dipakai sekolah lain sehingga guru harus merencanakan pada kesempatan lain.

Berdasarkan hasil observasi di SD Negeri se-Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga tentang pembelajaran lompat jauh yaitu kurangnya motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani khususnya lompat jauh. Kurangnya sarana dan prasarana guna memper lancar jalannya pembelajaran khususnya atletik cabang lompat jauh. Masih banyak guru pendidikan jasmani dalam penyampaian pembelajaran lompat jauh kurang dimengerti oleh siswa.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis mencoba meneliti mengenai hambatan pembelajan lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas peneliti mengidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Kurangya Motivasi siswa mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani khususnya lompat jauh pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga.
2. Kurangnya sarana dan prasarana guna memper lancar jalanya pembelajaran khususnya atletik cabang lompat jauh.
3. Masih banyak guru pendidikan jasmani dalam penyampaian pembelajaran lompat jauh kurang dimengerti oleh siswa.
4. Belum di ketahuinya hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas agar pembahasan agar fokus dalam mempertimbangkan serta keterbatasan penulis maka penulis membatasi masalah yang akan diteliti, penelitian ini dibatasi pada “Hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet kabupaten Purbalingga”.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada pembatasan masalah di atas, maka rumuskan masalah dari penelitian ini adalah : “Hambatan apa saja yang menghambat jalannya pembelajaran khususnya lompat se-UPT Kecamatan Mrebet kabupaten Purbalingga”?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang menjadi penghambat dalam pembelajaran lompat jauh dengan metode bermain se Kecamatan se-UPT Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga.

### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini dapat memberi sumbangan dalam bidang pendidikan antara lain :

#### 1. Secara Teoritik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat di gunakan sebagai informasi dan bahan perbandingan bagi peneliti di masa yang akan datang sehingga

hambatan dalam pembelajaran lompat jauh dengan metode bermain bisa berjalan dengan lancar.

2. Praktis

- a. Hasil penelitian ini di harapkan dapat di jadikan bahan pertimbangan oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk mencari solusi yang terbaik demi tercapainya tujuan pembelajaran.
- b. Hasil penelitian ini di harapkan dapat di gunakan sebagai informasi dan bahan perbandingan bagi peneliti di masa yang akan datang. agar dalam masa yang akan datang kinerja guru bisa berjalan semakin optimal.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORITIK**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Hakekat Hambatan**

Hambatan adalah halangan atau rintangan menurut kamus bahasa Indonesia (1955 :133) hambatan memiliki arti yang sangat penting dalam setiap melaksanakan suatu tugas atau pekerjaan. Suatu tugas atau pekerjaan tidak akan terlaksana dengan baik apabila ada suatu hambatan yang mengganggu pekerjaan tersebut. Setiap manusia selalu mempunyai hambatan dalam kehidupan sehari-hari, entah itu hambatan dari dalam diri kita sendiri ataupun dari luar. Hambatan yang dari diri manusia diakibatkan faktor manusia itu sendiri bukan dari luar atau faktor yang lain. Sedangkan hambatan dari luar adalah yang diakibatkan oleh beberapa faktor yang berasal dari luar manusia itu sendiri.

Hambatan yang menyebabkan kesulitan dalam proses dalam pembelajaran menurut Moh Uzer Usman dan Lilis Setiawati (1993 : 10) di golongkan menjadi:

##### **a. Faktor internal**

- 1) Faktor jasmaniah seperti panca indra yang tidak berfungsi, sakit cacat tubuh dan kelenjar tubuh yang membawa kelainan tingkah laku.
- 2) Faktor psikologi seperti kecerdasan bakat, prestasi yang di miliki, sikap, kebiasaan, kebutuhan, motifasi, emosi, dan penyesuaian diri.

## b. Faktor Eksternal

- 1) Faktor sosial terdiri atas lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, dan kelompok.
- 2) Faktor budaya seperti, adat istiadat, ilmu pengetahuan, teknologi, dan kesenian.
- 3) Faktor lingkungan fisik. Seperti fasilitas rumah dan fasilitas belajar.

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa hambatan adalah halangan atau rintangan yang mengganggu suatu tugas atau pekerjaan yang dilakukan oleh manusia baik dari diri sendiri ataupun dari faktor luar yang meliputi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berisi tentang faktor jasmani dan faktor psikologis, dan faktor eksternal berisi tentang faktor sosial, faktor budaya, dan faktor lingkungan.

## 2. Pembelajaran lompat jauh

Pembelajaran lompat jauh merupakan salah satu keterampilan gerak yang harus dikuasai siswa sekolah dasar khususnya siswa kelas atas kelas, seperti telah tercantum pada Silabus dan Promes tahun ajaran 2011-2012 mata pembelajaran penjas orkes se-kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. Tujuan utama dari pembelajaran gerak adalah perkembangan gerak yang terampil. Menurut Rink yang dikutip oleh Yoyo Bahagiya dkk, (2000: 35) mengemukakan tiga indikator gerak terampil sebagai berikut :

1. Efektif, artinya gerakan itu sesuai dengan produk yang diinginkan.
2. Efisien, artinya gerakan itu sesuai dengan proses yang seharusnya dilakukan.
3. Adaptif, artinya gerakan itu sesuai dengan situasi dan kondisi lingkungan di mana gerakan itu dilakukan.

Sehubungan dengan itu, guru harus mengetahui dan memahami karakteristik keterampilan yang akan di ajarkan dan bagai mana mengajarkanya pada siswa. Lompat jauh merupakan salah satu bagian dari empat nomor dalam ateletik, yaitu (jalan, lari, lompat dan lempar). Lompat sendiri terbagi menjadi empat : lompat jauh, lompat jangkit, lompat tinggi, dan lompat tinggi galah. gerak-gerak dalam atelitik sebenarnya sudah dilakukan manusia sejak manusia ada di bumi,ateletik merupakan induk dari segala cabang olahraga yang sangat di kenal dengan istilah “*mother of sport*” karena gerak-gerak yang dilakukan dalam ateletik sebagian besar juga di lakukan pada cabang olahraga yang lain.

Tujuan dalam nomor lompat jauh adalah melakukan lompatan sejauh mungkin dalam bak pasir, seperti dikemukakan oleh Yoyo Bahagia (2000: 82) bahwa nomor lompat jauh dalam ateletik bertujuan untuk melompat sejauh mungkin untuk memperoleh jarak horizontal maksimal. Hal senada juga di sampaikan oleh Margono (2002: 4) tujuan dari semua gerakan anggota badan di udara adalah untuk memingkinkan pelompat membut gerakan jatuh menyentuh tanah atau pasir sejauh mungkin dari bak tumpuan.

Menurut Eddy purnomo (2011: 94-96) lompat jauh bila dilihat dari teknik gerakannya dapat di bagi menjadi beberapa tahap, yaitu:

a. Awalan.

Awalan dalam lompat jauh dapat di jelaskan sebagai suatu gerak lari cepat dari suatu sikap start berdiri (*standing stret*). kemantapan dalam mengambil awalan adalah penting dan cara yang ideal untuk mencapai

itu adalah melakukan lari kecepatan secara gradual (sedikit demi sedikit) meningkat. Pelompat yang senior yang baik menggunakan awalan sejauh 30-50 m, pelompat junior dan anak-anak sekolah biasanya menggunakan suatu awalan yang lebih pendek.

Pada saat pelompat harus bergerak maju di lintasan awalan lari, frekuensi langkah dan panjang langkah lari harus meningkat, sedangkan tubuh dari sedikit di tegakan sampai tiba saatnya untuk bersiap melakukan gerakan melompat di balok tumpu.

Pada 3-5 langkah terakhir dalam awalan si pelompat bersiap merubah kecepatan horizontal menjadi kecepatan vertical pada saat menumpu. Lutut harus di angkat sedikit lebih tinggi dari pada dalam satu langkah lari sprint yang normal guna menjamin atau mempertahankan tubuh sipelompat ada dalam posisi tegak yang baik. Dalam tiga langkah lari terakhir panjang langkah irama langkah harus di atur pendek-panjang-pendek. Semakin panjang langkah kedua dari akhir akan menurunkan titik pusat masa tubuh dan sedikit memberikan impuls vertical untuk di terapkan pada saat menumpu sehingga membuat jalur gerak percepatan yang lebih panjang.

b. Bertumpu.

Pada lompat jauh bila di lihat dari tekniknya dapat di bagi menjadi 3 tahap, yaitu:

1) Tahap Peletakan (*touchdown*) dari kaki tumpu.

Peletakkan kaki tumpu, si pelompat mendarat dengan cepat pada seluruh telapak kakinya yang kaki tumpu hampir diluruskan sepenuhnya. Kaki harus di gerakkan kearah bawah dalam gerakan cepat seperti gerakan mencakar. Dan setiap gerakan menahan harus dihindari.

#### 2) Tahap *Amortisasi*

Selama tahap ini, kaki tumpu harus sedikit di tekuk (kira-kira 165) dan kaki ayun akan bergerak melewatinya. Pada tahap ini tegak dan pandangan mata harus lurus.

#### 3) Tahap Pelurusan.

Gerakan menolak/bertumpu itu selesai pada saat si pelompat meluruskan lutut dan sendi-sendi mata kaki dari kaki tumpu. Gerakan ke atas dari lengan dan mengangkat bahu harus di bawa sampai berhenti mendadak (*blocking*). Pemindahan momentum dari lengan dan bahu kepada tubuh, akan menambah tingginya lompatan. Pada saat si pelompat lepas dari balok tumpu paha kaki ayun harus dalam posisi horizontal, tungkai bawah harus menggantung vertical dan badan tetap tegak.

#### c. Melayang dan Mendarat

Gerakan lengan dan kaki pelompat dalam tahap ini adalah penting untuk mempertahankan keseimbangan tubuh serta persiapan untuk tahap pendaratan. Pada tahap melayang inilah yang membedakan gaya-gaya dalam lompat jauh.

Margono (2002: 35-37) mengatakan bahwa rangkaian gerak dalam lompat jauh dari kajian teknik di bagi menjadi tiga fase :

a. Fase lari awalan

Lari awalan ini secara berangsur dan progresif dipercepat dari pada beberapa langkah terakhir pinggang sedikit di turunkan guna persiapan bagi kaki yang bertolak. Pengukuran secara tepat terhadap panjang lari awalan dan pertimbangan yang baik selama beberapa langkah awalan merupakan yang sangat penting.

b. Fase bertolak.

Kaki di hentakan pada balok tumpuan di lakukan pada sol kaki dengan tumit ringan kontak dengan tanah sedikit mendahului pinggang dan dengan kaki penolak sedikit menekuk. Aktifitas ini cepat di luruskan pada waktu titik pusat grafitasi melewati di atas kaki penompang. Fase ini di lakukan dengan kuat.

c. Fase melayang.

Fase ini tergantung dari gaya lompatan yang di gunakan dan di teruskan dengan mendarat.

Menurut pendapat Eddy Purnomo (2011: 96-98) Gaya yang bisa dilakukan dalam lompat jauh adalah:

1. Tahap Melayang Gaya Jongkok.
2. Tahap Melayang Gaya Menggantung.
3. Tahap Melayang Gaya jalan di Udara.

Dari uraian di atas dapat di simpulkan bahwa sebenarnya semua gaya itu sama, hanya pelaksanaan fase melayanglah yang membedakan

yaitu pada saat mempertahankan badan selama mungkin di udara.

Dalam kurikulum 2004 (kurikulum berbasis kompetensi), lompat jauh masuk dalam kelas VI dengan standar kompetensi adalah mempraktekan berbagai gerak dasar permainan olahraga dengan peraturan yang di modifikasi, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Dan kompetensi dasar mempraktekan gerak dasar kedalam teknik lari, lempar dan lompat dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai semangat, sportivitas, percaya diri dan kejujuran. Dengan indikator, melakukan lompat mencapai sasaran dengan menggunakan gaya tertentu dengan benar. (Silabus Dinas Pendidikan, 2004:55)

## **B. Penelitian yang Releven**

1. Penelitian anton wibowo (2005) dengan judul: “Hambatan komunikasi pembelajaran pendidikan jasmani di SMA Negeri se-Kabupaten Tegal. Penelitian ini merupakan penelitian dengan metode survai dengan menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh guru pendidikan jasmani di SMA Negeri se-Kabupaten Tegal dengan sampel guru pendidikan jasmani. Jumlah butir angket keseluruhan adalah 33 butir, terdiri dari 20 faktor intern dan faktor ekstern.
2. Yudha Dilli Sulistiyono (2002), dalam penelitian ini berjudul identifikasi faktor-faktor penghambat perkembangan Bola Voli di SMUN Kabupaten Kebumen. Hasil penelitian yang di peroleh adalah:
  - a) Hambatan yang disebabkan oleh faktor Pembina/pelatih sebesar

32,54%.

b) Hambatan yang disebabkan oleh faktor sarana dan prasarana sebesar 29,53%.

c) Hambatan yang disebabkan oleh faktor kompetensi sebesar 37,93%

3. Peneliti Puji Rahmawati (2005) dalam penelitian yang berjudul “Survey keadaan alat dan fasilitas olahraga dan penjas di SMP se-kabupaten Gunungkidul”. Populasi dalam penelitian seluruh SD Gugus 1 di Kabupaten Gunungkidul yang jumlahnya 49 sekolah, seluruh populasi di jadikan sampel.

### **C. Kerangka Berpikir**

Penelitian ini bertolak pada hambatan pembelajara lompat jauh dengan metode bermain se-Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang dikaji dan di pelajari di lembaga pendidikan terutama di SD, SMP, dan SMA. Di dalamnya pendidikan jasmani menitik beratkan pada kebugaran jasmani dan psikomotor dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah di laksanakan tidak didalam ruang kelas melainkan di alam terbuka karena banyak mempengaruhi kelancaran proses pembelajaran berlangsung. Salah satu diantaranya adalah hambatan dalam pembelajaran penjas orkes khususnya lompat jauh dengan bermain.

Berdasarkan urain di atas, dapat di jelaskan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT kecamatan Mrebet kabupaten Purbalingga.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan satu variabel, yaitu hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 78) penelitian deskriptif yaitu penelitian yang dilakukan terhadap variabel mandiri tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain. Penelitian ini bermaksud untuk mengumpulkan informasi dan menggambarkan seperti apa adanya mengenai suatu gejala atau keadaan. Metode penelitian yang akan digunakan adalah survei dengan teknik pengukuran dalam bentuk angket pernyataan untuk pengumpulan datanya, dan hasilnya berupa skor. Penelitian ini untuk menggambarkan hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga.

#### **B. Definisi Operasional Variabel**

Menurut Sugiyono (2006: 02), mengartikan istilah variabel merupakan segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian. M Nasir (2003: 126), menjelaskan definisi operasional adalah suatu definisi yang diberikan kepada suatu variabel/ konstruk dengan cara memberikan arti atau menspesifikasikan kegiatan.

Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah hambatan dalam pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. Adapun definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah hambatan

pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga yang diukur dengan menggunakan angket yang berisi pernyataan-pernyataan seputar hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga, yang meliputi faktor psikologi, fisiologi, lingkungan, guru, dan sarana prasarana. Dalam penelitian ini dimaksudkan sebagai suatu gambaran mengenai hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga.

### **C. Subyek Penelitian**

Menurut Suharsimi Arikunto (2006:120) sebagai acuan apabila subyek kurang dari seratus, maka lebih baik diambil semua. Subyek dalam penelitian ini adalah seluruh guru penjas SD se-UPT Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga yang berjumlah 40 orang guru. Adapun daftar nama guru yang dijadikan subjek penelitian dapat dilihat pada lampiran.

### **D. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada hari sabtu tanggal 6 Januari 2013, pukul 13.00, bertempat digedung KPN SEKAR UPTD Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga.

### **E. Instrumen dan teknik pengumpulan data**

#### **1. Intrumen Penelitian**

Instrumen dalam penelitian ini guna mengetahui hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga menggunakan instrumen dalam bentuk angket pernyataan dan hasilnya berupa skor. Adapun substansi atau bahan materi angket tersebut

telah disusun berdasarkan teori atau pendekatan pembelajaran yang terdiri dari faktor Psikologi, Fisiologi, Lingkungan, Guru dan Sarana Prasarana. Angket berbentuk soal pernyataan tertulis yang di gunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang di ketahui. Materi soal pernyataan dalam angket tergantung pada maksud serta tujuan yang ingin dicapai. Maksud dan tujuan tersebut berpengaruh terhadap bentuk soal pernyataan yang ada dalam angket (Bimo Walgito, 1997: 765).

Angket dibagikan secara serentak kepada responden, dan dijawab oleh responden menurut kecepatannya masing-masing, sehingga responden bebas, jujur dan tidak malu-malu dalam menjawab soal. Menurut Sutrisno Hadi (1991: 7-9), ada tiga langkah yang harus ditempuh dalam menyusun instrumen, ketiga langkah tersebut adalah mendefinisikan kontrak, menyidik faktor dan menyusun butir-butir soal pernyataan dalam angket. Ketiga langkah tersebut adalah :

1. Mendefinisikan Kontrak

Mendefinisikan kontrak adalah membuat batasan-batasan mengenai ubahan variabel yang diukur kontrak dalam penelitian ini adalah hambatan guru pendidikan jasmani di sekolah dasar se-Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga.

2. Menyidik Faktor

Menyidik faktor adalah menyusun kontrak variabel di atas dijabarkan menjadi faktor-faktor yang akan diteliti.

### 3. Menyusun Butir-butir soal angket Pernyataan.

Untuk menyusun butir-butir soal pernyataan dalam angket, maka faktor-faktor tersebut kemudian dijabarkan menjadi kisi-kisi. Substansi bahan-bahan Soal pernyataan yang sudah ditetapkan, selanjutnya dibuat kisi-kisi yang mengacu pada pembuatan soal pernyataan dalam angket yang meliputi lima faktor bahan Soal Pernyataan tentang hambatan seperti: Psikologi, Fisiologi, Lingkungan, Guru, dan Sarana Prasarana. Menurut Sutrisno Hadi (1991:165) petunjuk-petunjuk dalam menyusun angket adalah sebagai berikut:

- a) Gunakan kata-kata yang tidak rangkap artinya.
- b) Susunlah kalimat yang sederhana dan jelas.
- c) Hindari kalimat yang tidak berguna.
- d) Hindari pertanyaan yang tidak perlu.
- e) Perhatikan butir yang dimasukkan pada situasi dari kacamata responden.
- f) Jangan memberikan pertanyaan yang mengancam.
- g) Hindari *leading question* (pertanyaan yang mengarahkan pada jawaban responden)
- h) Ikuti *logical sequence* yaitu berawal dari masalah yang bersifat umum menuju ke hal-hal yang khusus.
- i) Berikan kemudahan-kemudahan kepada responden dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan serta mengembalikan angket tersebut.
- j) Usahakan angket tidak terlalu panjang oleh karenanya gunakan kalimat yang singkat dan mudah di mengerti.
- k) Susunlah kalimat sedemikian mungkin sehingga dapat dijawab dengan hanya memberikan tanda centang atau tanda *checking* lainnya.

Yang terpenting dalam hal ini adalah butir-butir soal pernyataan yang peneliti susun haruslah sedapat-dapatnya berbicara hanya mengenai hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. Untuk menyusun butir-butir soal pernyataan dibuat kisi-kisi angket. Adapun Kisi-kisi angket tersebut seperti tergambar dibawah ini:

**Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian**

Variabel	Subvariabel	Idikator pertanyaan	Nomor butir	Jumlah
<b>Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh</b>	<b>Faktor Intern</b>	Hambatan psikologi	1, 2, 3, 4	4
		Hambatan fisiologi	5, 6, 7, 8, 9	5
	<b>Faktor Ekstern</b>	Hambatan dari faktor lingkungan	10, 11, 12, 13,14, 15	6
		Hambatan dari guru	16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30 31, 32, 33, 34	19
		Hambatan dari Sarana prasarana	35, 36, 37, 38, 39, 40	6
	<b>Jumlah</b>			

Skala pengukuran yang digunakan untuk angket hambatan pembelajaran lompat jauh “*Skala Likert*” dengan empat alternatif jawaban yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Jawaban itu diberi skor 4, 3, 2, 1 setelah menentukan skor untuk tiap-tiap item kemudian dijumlahkan untuk menentukan skor gabungan. Dalam penelitian ini angket terdiri dari 40 butir pernyataan.

**2. Uji Coba Instrumen**

Dalam penelitian, data mempunyai kedudukan yang sangat penting karena merupakan gambaran dari variabel yang diteliti dan berfungsi sebagai pembuktian hipotesis. Untuk memperoleh data yang benar dilakukan uji coba Instrumen terhadap 40 responden diluar sampel penelitian yang masih dalam

populasi. Instrumen yang baik harus memenuhi 2 persyaratan yaitu valid dan reliabel.

a. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu Instrumen (Suharsimi Arikunto, 2006 : 144). Sebuah Instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Untuk mengetahui validitas Instrumen pada penelitian ini digunakan rumus korelasi *Product Moment* yang dikemukakan oleh Pearson yaitu:

$$r_{xy} = \frac{N\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\}\{N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi antara variabel x dengan variabel y

X = Skor butir dari Instrumen

Y = Skor total dari Instrumen

N = Jumlah subyek

Hasil yang diperoleh dari uji coba Instrumen setelah dikorelasikan skor item dengan skor total maka akan diperoleh harga koefisien korelasi kesahihan, kemudian dikonsultasikan dengan tabel harga kritik + *Product Moment* dengan harga r kritik pada taraf signifikan 5%. Dengan hasil sebagai berikut, untuk variabel hambatan pembelajaran lompat jauh ada 40 butir pertanyaan

**Tabel 2. Hasil Uji Validitas**

Variabel	Jumlah Butir	Valid	Gugur	Butir soal
Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh	40	35	5	9, 14, 20, 26, 40

Butir soal dikatakan valid jika nilai  $r_{xy}$  lebih besar dari nilai  $r$  tabel pada taraf signifikan 5%. Dari uji coba soal diperoleh hasil bahwa ada dua soal yang gugur karena  $r$  hitung lebih kecil dari  $r$  tabel. Lima nomor soal tersebut adalah untuk variabel hambatan pembelajaran lompat jauh no 9, 14, 20, 26, 40.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas menunjukkan bahwa suatu instrumen cukup dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data, karena Instrumen tersebut sudah baik. “reliabel artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan” (Suharsini Arikunto, 2006 : 154).

Untuk mencari reliabilitas, menurut Suharsini Arikunto digunakan teknik Alpha yang rumusnya sebagai berikut:

$$r_{ii} = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right)$$

Keterangan :

$r_{ii}$  : Relibilitas instrumen

$k$  : Mean kuadrat antara subjek

$\sum S_i^2$  : Mean kuadrat kesalahan

$\sum S_t^2$  : Varians total

Untuk mencari variansi butir dipergunakan rumus:

$$S_t^2 = \frac{\Sigma - X^2 \frac{(\Sigma X^2)}{n}}{n}$$

Keterangan :

$S_t^2$  = Jumlah varians skor tiap item

$\Sigma X^2$  = Jumlah skor total dikuadratkan

n = Banyaknya butir soal (Sugiyono, 2006 : 282 – 283)

**Tabel 3. Hasil Uji Reliabelitas**

Variabel	r hitung	r tabel (5%)	Keterangan
Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh	0,747	0,312	Reliabel

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa r hitung > dari r tabel pada taraf signifikan 5%, sehingga butir-butir soal yang digunakan sah. Data uji coba diperoleh hasil reliabilitas rumus *Alpha Cronbach* sebesar 0,747 untuk hambatan pembelajaran lompat jauh. Angka tersebut lebih besar dari r tabel pada taraf signifikan 5% yaitu 0,312. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa angket yang digunakan cukup reliabel, artinya angket dapat dipercaya atau dapat diandalkan

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara yang dilakukan untuk memperoleh suatu informasi atau data yang berhubungan dengan variabel-variabel yang akan diteliti.

Adapun teknik pengumpulan datanya dengan cara angket diberikan ke semua guru pendidikan jasmani sekolah dasar se-UPT Kecamatan Mrebet,

Kabupaten Purbalingga untuk di isi atau dikerjakan dengan langkah sebagai berikut:

- a. Angket di bagikan kepada guru penjas Pada tanggal 6 Januari 2013, bertempat digedung KPN SEKAR UPTD Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga dalam acara KKG guru Penjasorkes.
- b. Peneliti memberikan penjelasan mengenai langkah-langkah untuk mengisi angketnya.
- c. Peneliti menunggu angket yang telah dibagikan sampai angketnya diisi oleh guru.
- d. Angket yang diberikan kepada guru saat itu juga dikembalikan ke peneliti.

#### **F. Teknik Analisis Data.**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui faktor yang menjadi penghambat dalam pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif. Statistik ini bertujuan untuk mengumpulkan data, menyajikan data, dan menentukan nilai. Selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan sebagai pembahasan dan permasalahan yang diajukan dengan mengacu pada standar hambatan dalam pembelajaran lompat jauh yang ditentukan. Adapun analisis data yang digunakan akan dilakukan dengan cara penilaian acuan patokan (PAP).

Menurut M. Ngalim purwanto (1973 : 76) mengatakan bahwa penilaian acuan patokan adalah penilaian yang mengacu kepada tujuan (instruksional)

yang telah dirumuskan sebelumnya. Nilai-nilai yang diperoleh subjek dihubungkan dengan tingkat pencapaian penguasaan (*mastery*) subjek tentang materi pengajaran sesuai dengan tujuan (instruksional) yang telah ditetapkan.

Dalam menginterpretasi skor skor mentah menjadi nilai dengan menggunakan PAP, maka terlebih dahulu ditentukan kriteria kelulusan dengan batas-batas atau patokan kelulusan. Umumnya kriteria nilai yang digunakan dalam bentuk rentang patokan seperti berikut berikut:

**Tabel 4. Patokan Katagori**

No.	Katagori
1.	Tinggi
2.	Sedang
3.	Rendah

Sumber : <http://zakylubismy.blogspot.com/2011/11/penilaian-acuan-patokan-pap-html>.

Setelah ditentukan patokan, kemudian menyusun distribusi frekuensi dari angka-angka atau skor mentah dengan cara menggunakan penilaian persentase.

Menurut M. Ngalim Purwanto, (1973 : 102) dengan rumus sebagai berikut:

$$NP = \frac{R}{SM} \times 100$$

Keterangan :

- NP = Nilai persen yang dicari
- R = Skor mentah yang diperoleh
- SM = Skor maksimum ideal yang bersangkutan
- 100 = Bilangan tetap

Sumber: M.Ngalim Purwanto, (1973 : 102).

Analisis deskriptif dengan presentase digunakan untuk mengetahui secara tepat tingkat presentase skor angket pernyataan hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. Data yang diperoleh

kemudian diberi makna, dari skor yang terendah sampai sekor yang ada dan dikelompokkan ke dalam 3 kelompok atau 3 katagori, yaitu katagori tinggi, katagori sedang, dan katagori rendah, dengan berdasarkan pada patokan katagori yang telah ditentukan, serta selanjutnya dibuat kedalam bentuk diagram.

**BAB IV**  
**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**A. Hasil Penelitian**

**1. Hambatan dari Faktor Psikologi**

Hambatan dari faktor Psikologi ini diukur dengan menjawab butir-butir soal dalam angket, dengan bahan materi yang mencakup seputar faktor Psikologi yang berjumlah 4 buah butir soal pernyataan. Jawaban diambil nilai secara keseluruhan dari semua subyek yang berjumlah 40 orang.

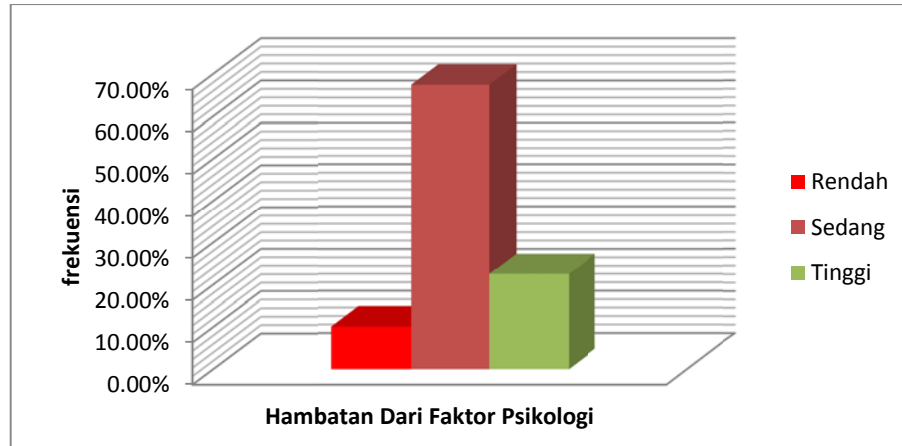
Berdasarkan dari hasil penilaian dengan menggunakan persentase telah diperoleh nilai dari masing-masing subjek. Nilai tersebut kemudian dideskripsikan berdasarkan patokan katagori yang telah ditentukan, yaitu sebagai berikut :

**Tabel 5. Deskripsi Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Pada Faktor Psikologi.**

No.	Kategori	Rentang Patokan	Subjek	Frekuensi
1.	Tinggi	15-18	9	22,5%
2.	Sedang	11-14	27	67,5%
3.	Rendah	7-10	4	10%
<b>Jumlah</b>			<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas telah diketahui bahwa dari jumlah 40 orang guru penjas diperoleh: sebanyak 9 guru atau (22,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Psikologi dengan katagori antara tinggi, sebanyak 27 guru atau (67,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Psikologi dengan katagori sedang,

dan sebanyak 4 guru atau (10%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Psikologi dengan katagori antara rendah. Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



**Gambar 1. Diagram Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh pada Faktor Psikologi**

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar guru yang menyatakan faktor Psikologi merupakan hambatan dalam pembelajaran lompat jauh dengan rata-rata katagori sedang.

## **2. Hambatan dari Faktor Fisiologi**

Hambatan dari faktor Fisiologi ini diukur dengan cara menjawab butir-butir soal pernyataan dalam angket, dengan bahan materi yang mencakup seputar faktor Fisiologi yang berjumlah 4 buah butir soal pernyataan. Jawaban diambil nilai secara keseluruhan dari semua subyek penelitian yang berjumlah 40 orang.

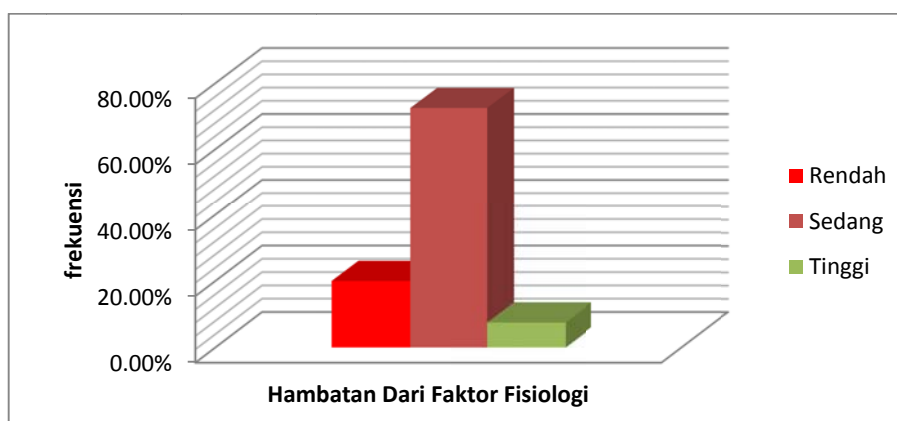
Berdasarkan dari hasil penilaian dengan menggunakan persentase telah diperoleh nilai dari masing-masing subjek. Nilai tersebut kemudian

dideskripsikan berdasarkan patokan katagori yang telah ditentukan, yaitu sebagai berikut :

**Tabel 6. Deskripsi Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Pada Faktor Fisiologi.**

No.	Kategori	Rentang Patokan	Subjek	Frekuensi
1.	Tinggi	15-17	3	7,5%
2.	Sedang	12-14	29	72,5%
3.	Rendah	9-11	8	20%
<b>Jumlah</b>			<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas telah diketahui bahwa dari jumlah 40 orang guru penjas diperoleh; sebanyak 3 guru atau (7,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor fisiologi dengan katagori tinggi, sebanyak 29 guru atau (72,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor fisiologi dengan katagori sedang, dan sebanyak 8 guru atau (20%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor fisiologi dengan katagori rendah. Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



**Gambar 2. Diagram Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh pada Faktor Fisiologi**

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar guru yang menyatakan faktor Fisiologi merupakan hambatan dalam pembelajaran lompat jauh dengan rata-rata katagori sedang.

### 3. Hambatan dari Faktor Lingkungan

Hambatan dari faktor Lingkungan ini diukur dengan cara menjawab butir-butir soal pernyataan dalam angket, dengan bahan materi yang mencakup seputar faktor Lingkungan yang berjumlah 5 buah soal pernyataan. Jawaban diambil nilai secara keseluruhan dari semua subyek penelitian yang berjumlah 40 orang guru penjas.

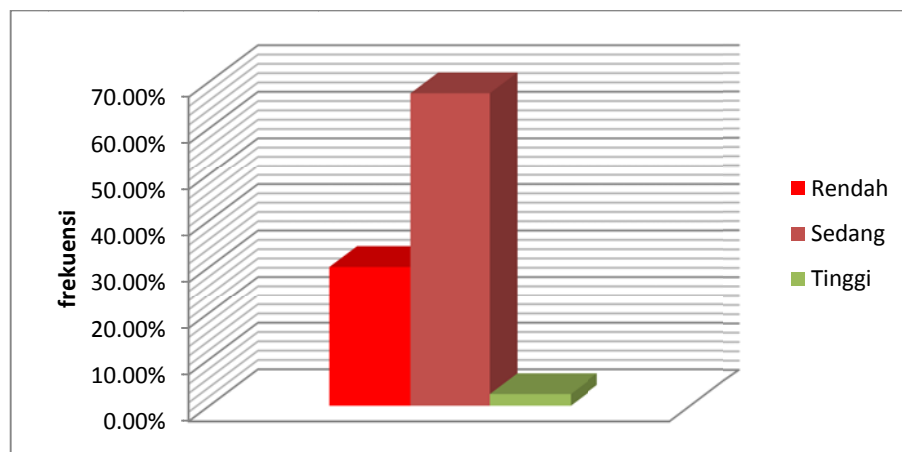
Berdasarkan dari hasil penilaian dengan menggunakan persentase telah diperoleh nilai dari masing-masing subjek. Nilai tersebut kemudian dideskripsikan berdasarkan patokan katagori yang telah ditentukan, yaitu sebagai berikut :

**Tabel 7. Deskripsi Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Pada Faktor Lingkungan.**

No.	Kategori	Rentang Patokan	Subjek	Frekuensi
1.	Tinggi	19-22	1	2,5%
2.	Sedang	15-18	27	67,5%
3.	Rendah	11-14	12	30%
<b>Jumlah</b>			<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas telah diketahui bahwa dari jumlah 40 orang guru penjas diperoleh; sebanyak 1 guru atau (2,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Lingkungan dengan katagori tinggi, sebanyak 27 orang guru atau (67,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Lingkungan dengan

katagori sedang, dan sebanyak 12 guru atau (30%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Lingkungan dengan katagori rendah. Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



**Gambar 3. Diagram Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Pada Faktor Lingkungan**

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar guru yang menyatakan faktor Lingkungan merupakan hambatan dalam pembelajaran lompat jauh dengan rata-rata katagori sedang.

#### **4. Hambatan dari Faktor Guru**

Hambatan dari faktor Guru ini diukur dengan menjawab butir-butir soal pernyataan dalam angket, dengan bahan materi yang mencakup seputar faktor Guru yang berjumlah 17 buah butir soal pernyataan. Jawaban diambil nilai secara keseluruhan dari semua subyek yang berjumlah 40 orang guru penjas.

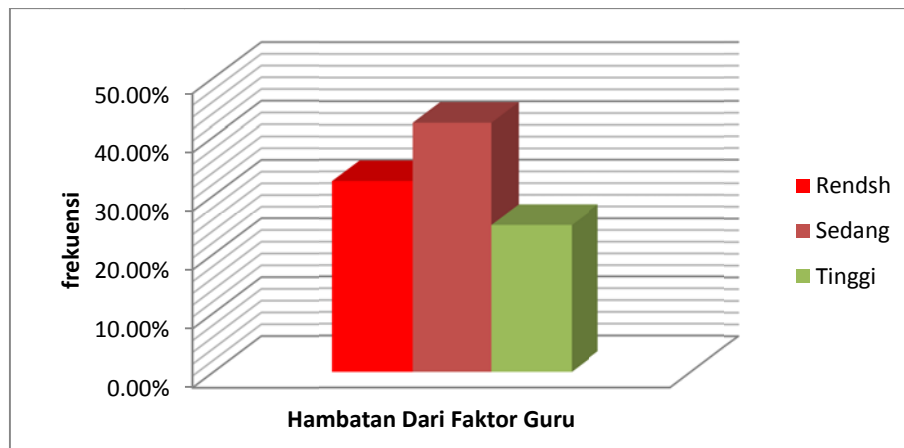
Berdasarkan dari hasil penilaian dengan menggunakan persentase telah diperoleh nilai dari masing-masing subjek. Nilai tersebut kemudian

dideskripsikan berdasarkan patokan katagori yang telah ditentukan, yaitu sebagai berikut :

**Tabel 7. Deskripsi Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Pada Faktor Guru.**

No.		Rentang Patokan	Subjek	Frekuensi
1.	Tinggi	57-65	10	25%
2.	Sedang	48-56	17	42,5%
3.	Rendah	39-47	13	32,5%
<b>Jumlah</b>			<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas telah diketahui bahwa dari jumlah 40 orang guru penjas diperoleh; sebanyak 10 guru atau (25%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Guru dengan katagori rendah, sebanyak 17 orang guru atau (42,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Guru dengan katagori sedang, dan sebanyak 13 guru atau (32,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Guru dengan katagori antara 54-58 rendah. Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



**Gambar 4. Diagram Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Pada Faktor Guru**

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar guru yang menyatakan faktor Guru merupakan hambatan dalam pembelajaran lompat jauh dengan rata-rata katagori sedang.

## 5. Hambatan dari Faktor Sarana Prasarana

Hambatan dari faktor Sarana Prasarana ini diukur dengan menjawab butir-butir soal pernyataan dalam angket, dengan bahan materi yang mencakup seputar faktor Sarana Prasarana yang berjumlah 5 buah butir soal pernyataan. Jawaban diambil nilai secara keseluruhan dari semua subyek yang berjumlah 40 orang guru penjas.

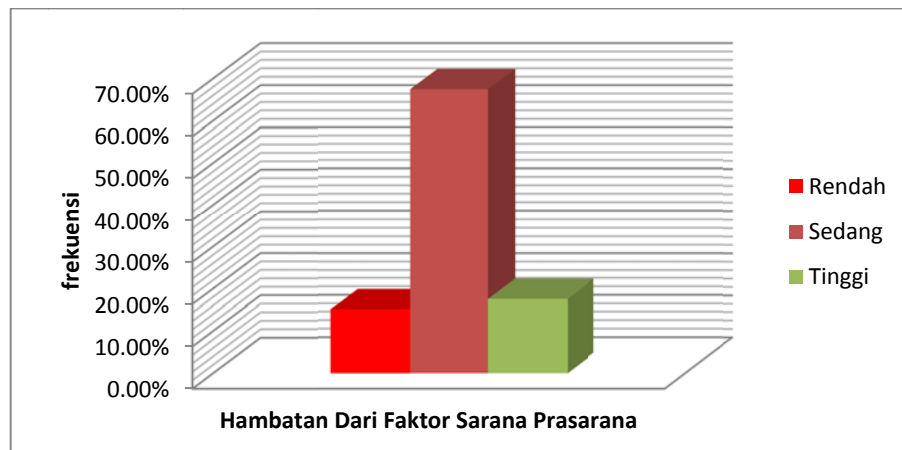
Berdasarkan dari hasil penilaian dengan menggunakan persentase telah diperoleh nilai dari masing-masing subjek. Nilai tersebut kemudian dideskripsikan berdasarkan patokan katagori yang telah ditentukan, yaitu sebagai berikut :

**Tabel 8. Deskripsi Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Pada Faktor Sarana Prasarana.**

No.	Kategori	Rentang Patokan	Subjek	Frekuensi
1.	Tinggi	18-21	7	17,5%
2.	Sedang	13-17	27	67,5%
3.	Rendah	8-12	6	17,5
<b>Jumlah</b>			<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas telah diketahui bahwa dari jumlah 40 orang guru penjas diperoleh; sebanyak 7 guru atau (17,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Sarana Prasarana dengan katagori tinggi, sebanyak 27 guru atau (67,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Sarana Prasarana dengan katagori

sedang, dan sebanyak 6 guru atau (15%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Sarana Prasarana dengan katagori rendah. Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



**Gambar 5. Diagram Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Pada Faktor Sarana Prasarana.**

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar guru yang menyatakan faktor Sarana Prasarana merupakan hambatan dalam pembelajaran lompat jauh dengan rata-rata katagori sedang.

#### **6. Hambatan Pembelajaran Pembelajaran Lompat Jauh se-UPT Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga**

Hambatan pembelajaran pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga ini diukur dengan menjawab butir-butir soal pernyataan dalam angket, dengan bahan materi yang mencakup seputar Hambatan pembelajaran pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga yang berjumlah 35 buah

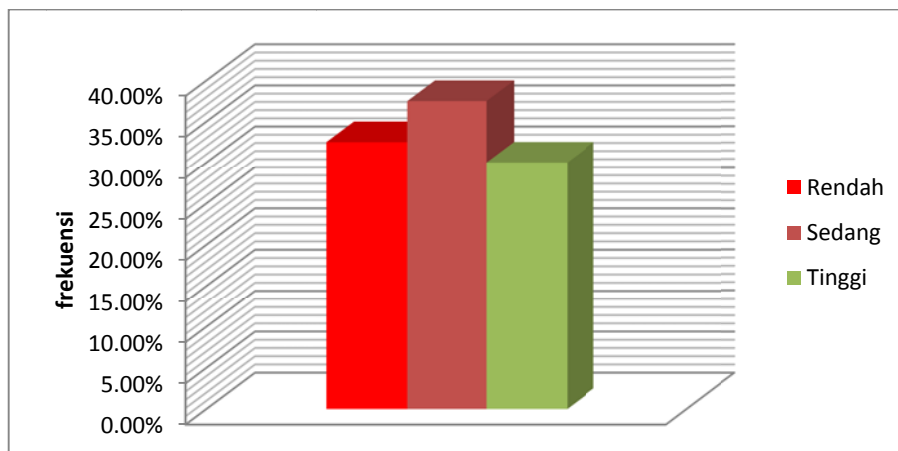
butir soal pernyataan. Jawaban diambil nilai secara keseluruhan dari semua subyek yang berjumlah 40 orang guru penjas.

Berdasarkan dari hasil penilaian dengan menggunakan persentase telah diperoleh nilai dari masing-masing subjek. Nilai tersebut kemudian dideskripsikan berdasarkan patokan katagori yang telah ditentukan, yaitu sebagai berikut :

**Tabel 9. Deskripsi Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Pembelajaran Lompat Jauh se-UPT Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga.**

No.	Kategori	Rentang Patokan	Subjek	Frekuensi
1.	Tinggi	114-126	12	30,0%
2.	Sedang	101-113	15	37,5%
3.	Rendah	88-100	13	32,5%
<b>Jumlah</b>			<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas telah diketahui bahwa dari jumlah 40 orang guru penjas diperoleh; sebanyak 12 guru atau (30,0%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh katagori tinggi, sebanyak 15 guru atau (37,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dengan katagori sedang, dan sebanyak 13 guru atau (32,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari dengan katagori rendah. Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



**Gambar 6. Diagram Hasil Penelitian Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh.**

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar guru yang menyatakan hambatan dalam pembelajaran lompat jauh dengan rata-rata katagori sedang.

## **B. Pembahasan**

Berdasarkan tabel dan gambar seperti yang telah dijabarkan di atas, tentang hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga yang meliputi lima hambatan seperti faktor Psikologi, Fisiologi, Lingkungan, Guru, dan Sarana Prasarana. Adapun hambatan dari faktor yang pertama yaitu Faktor Psikologi telah diketahui bahwa dari jumlah 40 orang guru penjas diperoleh; sebanyak 9 guru atau (22,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Psikologi dengan katagori antara tinggi, sebanyak 27 guru atau (67,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Psikologi dengan katagori sedang, dan sebanyak 4 guru atau (10%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Psikologi dengan katagori antara rendah.

Untuk hambatan pada Faktor Fisiologi diperoleh 40 orang guru penjas diperoleh; sebanyak 3 guru atau (7,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor fisiologi dengan katagori tinggi, sebanyak 29 guru atau (72,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor fisiologi dengan katagori sedang, dan sebanyak 8 guru atau (20%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor fisiologi dengan katagori rendah.

Untuk hambatan pada Faktor Lingkungan diperoleh; 40 orang guru penjas diperoleh; sebanyak 1 guru atau (2,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Lingkungan dengan katagori tinggi, sebanyak 27 orang guru atau (67,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Lingkungan dengan katagori sedang, dan sebanyak 12 guru atau (30%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Lingkungan dengan katagori rendah.

Untuk hambatan pada Faktor Guru 40 orang guru penjas diperoleh; sebanyak 10 guru atau (25%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Guru dengan katagori rendah, sebanyak 17 orang guru atau (42,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Guru dengan katagori sedang, dan sebanyak 13 guru atau (32,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Guru dengan katagori antara 54-58 rendah.

Untuk hambatan pada Faktor sarana dan prasarana dari 40 orang guru penjas diperoleh; sebanyak 7 guru atau (17,5%) yang menyatakan hambatan

pembelajaran lompat jauh dari faktor Sarana Prasarana dengan katagori tinggi, sebanyak 27 guru atau (67,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Sarana Prasarana dengan katagori sedang, dan sebanyak 6 guru atau (15%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari faktor Sarana Prasarana dengan katagori rendah

Berdasarkan hasil secara keseluruhan dapat diketahui: sebanyak 12 guru atau (30,0%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh katagori tinggi, sebanyak 15 guru atau (37,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dengan katagori sedang, dan sebanyak 13 guru atau (32,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari dengan katagori rendah.

Melihat hasil persentase faktor yang menjadi hambatan yang tinggi dalam pembelajaran lompat jauh dengan metode bermain se-UPT Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga seperti tersebut di atas, maka penulis sarankan kepada para guru penjas SD se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga pada khususnya untuk lebih berhati-hati dan memperhatikan faktor-faktor yang menjadikan hambatan dalam mengajar pendidikan jasmani dengan materi lompat jauh, serta untuk selalu meningkatkan dan mengembangkan kreatifitasnya sebagai guru penjas untuk mencarikan solusi terhadap faktor-faktor yang menjadi penghambat dalam proses sebuah pembelajaran khususnya atletik cabang lompat jauh .

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa: sebanyak 12 guru atau (30,0%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh katagori tinggi, sebanyak 15 guru atau (37,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dengan katagori sedang, dan sebanyak 13 guru atau (32,5%) yang menyatakan hambatan pembelajaran lompat jauh dari dengan katagori rendah. Sebagian besar guru yang menyatakan hambatan dalam pembelajaran lompat jauh dengan rata-rata katagori sedang

#### **B. Implikasi Penelitian**

Dari kesimpulan di atas dapat ditemukan berapa implikasi yaitu :

Data mengenai hambatan pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga yang merupakan hambatan yang paling tinggi adalah faktor guru dengan persentase 30% yang masuk katagori tinggi, dengan demikian diharapkan bisa menjadi gambaran bagi guru pendidikan jasmani sekolah dasar khususnya se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga untuk lebih sadar, teliti dan memperhatikan faktor-faktor yang dapat menjadikan hambatan dalam sebuah proses pembelajaran khususnya atletik cabang lompat jauh dengan bermain, serta diharapkan kepada guru pendidikan jasmani untuk lebih kreatif dalam mencari solusi untuk mengatasi hambatan pada faktor guru yang menjadikan faktor penghambat yang tinggi

dalam proses pembelajaran lompat jauh se-UPT Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga.

### **C. Saran-saran**

Berdasarkan pada analisis data, deskripsi hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan, peneliti menyarankan sebagai berikut :

1. Bagi guru : Hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman dalam pelaksanaan proses pembelajaran atletik khususnya lompat jauh, agar hasil evaluasi proses pembelajaran lebih objektif.
2. Bagi peneliti : Selanjutnya perlu diadakan penelitian sejenis dengan objek yang lain, sehingga dapat meningkatkan wawasan dan diperoleh hasil yang lebih mendalam.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abubakar Muhammad. (1981). *Pedoman Pendidikan dan Pengajaran*. Surabaya-Indonesia : Usaha Nasional. 25.
- Agus, S. Suryobroto. (2004). *Diktat Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmanii*. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Moh Uzer Usman dan lilies Setiawan (1993) *Upaya Optimalisasi Kegiatan Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Anggani Sudono. (2000). *Sumber belajar dan Alat permainan*. Jakarta : PT Grasindo.
- Hurlock Elizabet B. (1978). *Perkembangan Anak*. Jakarta : Erlangga.
- Margono (2002). *Atletik*. Yogyakarta : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Anton Wibowo. (2005). *Hambatan Komunikasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMA Negeri se-Kecamatan Tegal*. Yogyakarta : FIK UNY.
- Badan Standar Nasional Pendidikan. (2006). *Model Silabus Pendidikan Jasmanii*. Jakarta : Departemen Pendidikan Nasional.
- Bimo Walgito. (1997). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta : Andi Offest
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1997). *Pokok-pokok Pengembangan Program Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2006). *Standar Kompetensi (SK) dan Kompetensi Dasar (KD)*. Jakarta : Departemen Pendidikan Nasional.
- Endang Rini Sukamti dkk. (1989). *Kesesuaian Alat dan Fasilitas Olahraga Yang Tersedia di SMP Kotamadya Yogyakarta dengan Kurikulum SMP Tahun 1984*. Yogyakarta : Fakultas Pendidikan Keolahragaan dan Kesehatan.
- Ngalim Purwanto, M., “Pengantar Pendidikan” , diktat stensil, Penerbit Nasco, Jakarta, 1973.
- Yoyo Bahagia, Ucup Yusup & Adang S. (2000). *Atletik* Jakarta : Depertemen Pendididkan dan kebudayaan
- Pangestu Subagio. (2003). *Statistik Deskriptif*. Yogyakarta : Badan Penerbitan Fakultas Ekonomi Universitas Gajah Mada.

- Puji Rahmawati. (2005), *Survei Keadaan Alat Dan Fasilitas Olahraga Dan Penjas di SMP se-Kabupaten Gunung Kidul*. Yogyakarta. FIK UNY.
- Ratal Wirjasantosa. (1984). *Supervisi Pendidikan Olahraga*. Jakarta : Universitas Indonesia.
- Ratna Mulyani. (2005). *Keadaan Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani di SMA se-Kulonprogo*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Soepartono. (1999/2000). *Sarana dan Prasarana Pendidikan Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Soetrisno Hadi. (1991). *Analisis Butir untuk Instrumen*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Sugilan. (2007). *Identifikasi Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmanij Pembelajaran Permainan dan Olahraga SMP Negeri di Kecamatan Sentolo Kabupaten Kulonprogo Tahun Pelajaran 2006/2007*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sugiyono (2006). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Bina Akasara.
- Sukintaka. (2000). *Administrasi Pendidikan Jasmani*. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sutrisno Hadi (1991). *Analisis Butir Untuk Instrumen Angket, Tes dan Skala Nilai dengan BASICA*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Syarifudin. (1997). *Pokok-pokok Pengembangan Program Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Undang-Undang pasal 45 No. 20 Tahun 2003. *Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Drs.Edi Purnomo (2011) *pedoman mengajar dasar gerak atletik*, Yoyakarta. FIK UNY .
- Yudha Dilli Sulistiono. (2002), faktor-faktor penghambat perkembangan bola Voli di SMU N kabupaten Kebumen. Yogyakarta : FIK UNY.

# LAMPIRAN





PEMERINTAH KABUPATEN PURBALINGGA  
**KANTOR KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
Jl. Jambu Karang No. 2 Purbalingga Telp./Fax (0281) 893 117 PABX (0281) 891 012 Pswt. 247  
PURBALINGGA - 53311

Purbalingga, 17 Januari 2013

Nomor : 071 / 73 / 2013  
Lapiran :  
Perihal : Research / Survey

Kepada :  
Yth. Kepala BAPPEDA Kab. Purbalingga  
di -

PURBALINGGA

Berdasarkan Surat dari : UNY Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Nomor : 24/UN.YK.16/TP/2013 Tanggal : 11 Januari 2013  
Diwilayah Kabupaten Purbalingga akan dilaksanakan reseach / survey ( Foto Copy )  
terlampir oleh :

1. Nama : ANE STEVIA AN
2. N I M : 20060200073
3. Pekerjaan : Mahasiswa
4. Alamat : Karang Turi, Rt 14/ 007, Mrebet Purbalingga
5. Tujuan Reseach / Survey : Untuk menyusun Skripsi berjudul :  
" PANDUAN BERUSAHA JANGKA JANGKA MENYATI STRATEGI MANAJEMEN  
TATA USAHA BERUSAHA "
6. Waktu : 17 Januari 2013
7. Lokasi : Kabupaten Purbalingga.

Sehubungan hal tersebut kami mohon tidak keberatan untuk diterbitkan surat  
ijinnya.

A/N KEPALA KANTOR KESATUAN BANGSA DAN POLITIK  
KABUPATEN PURBALINGGA  
Tata Usaha



Tembusan Kepada Yth. :  
1. Bupati Purbalingga;  
2. Peringgal;



PEMERINAH KABUPATEN PURBALINGGA  
**BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH**  
Jl. Jambukarang No. 8 Telepon ( 0281 ) 891450 Fax (0281) 895194  
PURBALINGGA - 53311

Nomor : 071/061/2013  
Lampiran : 1 (satu) lembar  
Perihal : Research/Survey

Purbalingga, 18 Januari 2013

Kepada Yth :

Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Purbalingga

di

PURBALINGGA

Menindaklanjuti surat rekomendasi Kepala Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Purbalingga Nomor : 071/73/2013 tanggal 14 Januari 2013, perihal sebagaimana tersebut pada pokok surat, dengan ini diberitahukan bahwa pada Instansi Saudara akan dilaksanakan Penelitian/ Survey oleh :

Nama : ARIF SETIYAWAN NIP.10604227073  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Alamat : Karangturi Rt.14/007 Kec. Mrebet Purbalingga  
Lokasi : SDN Se- Kecamatan Mrebet  
Judul/ Tujuan : Hambatan pembelajaran lompat jauh dengan bermain se-Kecamatan Mrebet  
Penelitian : Kabupaten Purbalingga  
Waktu : Januari s.d. Pebruari 2013

Sehubungan dengan hal tersebut, dimohon bantuan Saudara agar mahasiswa yang bersangkutan untuk dapat kiranya difasilitasi. Setelah selesai, yang bersangkutan berkewajiban melaporkan hasilnya ke pada BAPPEDA Kabupaten Purbalingga dengan menyerahkan satu eksemplar laporan hasil Penelitian/Pra Survey untuk didokumentasikan dan dimanfaatkan seperlunya.

Demikian untuk menjadikan maklum, dan atas bantuannya disampaikan terima kasih.



Drs. SUROTO, M. Si  
Pembina  
NIP. 19700203 199001 1 001

Tembusan Kepada Yth. :

1. Kepala Kantor Kesbang dan Pol Kabupaten Purbalingga
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
3. Mahasiswa Yang Bersangkutan



PEMERINTAH KABUPATEN PURBALINGGA  
**DINAS PENDIDIKAN**  
Jalan S. Parman No. 345 Telepon (0281) 891004, 891616  
PURBALINGGA Kode Pos 53313

Nomor : 071/ / 2013  
Lamp :  
Perihal : Penelitian / Survey

Purbalingga, 18 Januari 2013

**Kepada.**  
**Yth. Ka. SD n Se- Kec. Mrebet**  
**di**

**Tempat**

Berdasarkan Surat dari Kepala BAPPEDA Kab. Purbalingga Nomor . 071/061/2013 Tanggal 18 Januari 2013 perihal tersebut pada pokok surat, dengan ini beritahukan bahwa, di Satuan Pendidikan/ Sekolah Saudara akan dilaksanakan penelitian / survey oleh :

Nama : **ARIF SETIYAWAN**  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Universitas/Fakultas : universitas Negeri Yogyakarta  
NIM : 10604227073  
Tempat Tinggal : Karangturi RT 14/007. Kec. Mrebet. Purbalingga  
Judul Penelitian : *"Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Dengan Bermain Se- Kec. Mrebet Kab. Purbalingga"*  
Waktu : Januari s.d Februari 2013

Sehubungan dengan maksud tersebut pada prinsipnya kami tidak keberatan yang bersangkutan melaksanakan kegiatan penelitian, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Kegiatan dilaksanakan sesuai dengan proposal serta wajib menaati semua ketentuan / peraturan yang ditetapkan dan berkenaan dengan penelitian.
2. Terlebih dahulu menghubungi Pimpinan Satuan Pendidikan / Sekolah yang bersangkutan.
3. Hasil penelitian tidak untuk disajikan kepada pihak luar.
4. Kegiatan berakhir selambat – lambat nya 30 Februari 2013 serta yang bersangkutan wajib menyampaikan laporan kepada Ka. Dinas Pendidikan Kab. Purbalingga

Demikian untuk menjadikan maklum dan agar dibantu seperlunya.



Drs. Subeno, SE, M.Si

Nip. 19610812 198603 1 019

Tembusan :

1. Kepala BAPPEDA Kabupaten Purbalingga.
2. Dekan Fak Ilmu Keolahragan UNY
3. Kepala Kantor Kesbang dan Pol Kabupaten Purbalingga
4. Mahasiswa Yang Bersangkutan
5. Peringgal

**LEMBAR PENGESAHAN**

Proposal Penelitian tentang :

“HAMBATAN PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH DENGAN BERMAIN SE-  
KECAMATAM MREBET KABUPATEN PURBALINGGA “

Nama : Arif setiyawan

NIM : 10604227073

Program Studi : PJKR ( Konsentrasi PGSD Penjasorkes ) / PKS

Telah diperiksa dan dinyatakan layak untuk diteliti.

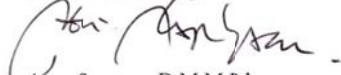
Yogyakarta, 10 Januari 2013

Ketua Prodi PGSD Penjas



Sriawan M. Kes  
NIP. 19580830 198703 1 003

Dosen Pembimbing



Agus Susworo D.M.M.Pd  
NIP. 19710808 200112 1 001

Kasubag

Pendidikan FIK UNY



Sutiyem, S.Si

NIP. 19760522 199912 2 001

## SURAT PERMOHONAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : ARIF SETIYAWAN  
NIM : 10604227073  
Prodi : PGSD PENJAS (PKS)

Pada saat ini saya akan melakukan penelitian dengan judul "Hambatan pembelajaran lompat jauh dengan bermain se-Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga", maka dari itu saya mengajukan permohonan untuk meneliti dan memeriksa valid dan tidaknya instrumen angket dalam penelitian ini kepada :

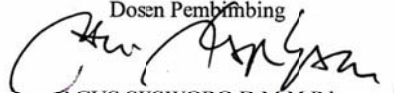
Nama : SRIAWAN, M. Kes  
NIP : 19580830 198703 1 003  
Jabatan : Koordinator Prodi PGSD Penjas  
Unit Kerja : UNY Yogyakarta

Demikian atas terkabulnya permohonan ini diucapkan terima kasih.

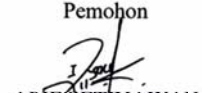
Yogyakarta, 10 Januari 2013

Mengetahui,

Dosen Pembimbing

  
AGUS SUSWORO D.M.M.Pd  
NIP. 19710808 200112 1 001

Pemohon

  
ARIF SETIYAWAN  
NIM. 10604227073

Lampiran 3. Angket Uji Coba Instrumen

**PETUNJUK**  
**INSTRUMEN PENELITIAN**

- Bacalah setiap butir pertanyaan dengan seksama.
- Pilihlah salah satu jawaban dengan memberikan tanda centang (v) pada tempat yang telah di sediakan.

**A. Identitas pengisi angket**

Nama :

Nama sekolah :

**B. Pernyataan penelitian**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
<b>PSIKOLOGI</b>					
1	Permainan yang digunakan membuat siswa lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran.				
2	Memberi pujian terhadap siswa yang mampu menangkap materi dengan baik dalam proses pembelajaran.				
3	Guru memberikam motifasi terhadap aktifitas siswa.				
4	Memberikan reward terhadap hasil siswa.				
<b>FISIOLOGI</b>					
5	Panjang tungkai mempengaruhi lompatan dalam pembelajaran lompat jauh.				
6	Permainan yang di gunakan dalam pembelajaran banyak melibatkan gerakan otot-otot tungkai.				
7	Kecepatan lari saat awalan mempengaruhi jauh dan dekatnya lompatan.				
8	Permainan yang digunakan dalam pembelajaran				

	dapat melatih kekuatan otot-otot tungkai.				
	<b>LINGKUNGAN</b>				
9	Dalam pembelajaran penjas orkes apakah masarakat sangat berpengaruh dalam pembelajaran.				
10	Pembelajaran penjas orkes dilaksanakan dengan aktivitas praktek di luar kelas saja.				
11	Sekolah sudah menyediakan lahan dan fasilitas untuk pembelajaran lompat jauh.				
12	Permainan dilaksanakan di tempat yang aman untuk menghindari cedera anak.				
13	Lingkungan sekolah yang bersih berpengaruh positif terhadap kegiatan pembelajaran lompat jauh.				
14	Lingkungan yang luas apakah akan berpengaruh dalam pembelajaran.				
15	Menggunakan permainan tradisional yang lazim dimainkan oleh masyarakat setempat.				
	<b>GURU</b>				
16	Melakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum materi inti berlangsung.				
17	Menyajikan materi pembelajaran dengan metode bermain.				
18	Materi lompat jauh lebih sulit di ajarkan pada siswa dibanding materi penjas orkes lainnya.				
19	Menggunakan bentuk-bentuk permainan yang bervariasi agar siswa tidak bosan.				
20	Mengajarkan teknik dasar lompat jauh pada peseerta didik dengan memberikan contoh yang benar.				
21	Memberikan contoh lompatan yang benar kepada siswa sebelum menuju ke inti				

	pembelajaran lompat jauh.				
22	Pembelajaran lompat jauh bisa dilaksanakan dengan metode yang lebih sederhana				
23	Menerapkan metode-metode pembelajaran dengan benar dalam menyajikan materi.				
24	Memodifikasi pembelajaran yang diperlukan guna memperlancar jalannya pembelajaran khususnya lompat jauh.				
25	Dengan metode yang tepat, siswa merasa senang mengikuti pembelajaran lompat jauh.				
26	Guru memberikan contoh sebelum materi diberikan kepada peserta didik.				
27	Sebelum mengajarkan pada siswa, guru hendaknya sudah pernah mempraktekan sendiri materi yang hendak diajarkan pada siswa .				
28	Metode tanya jawab penting dilakukan untuk mengukur seberapa jauh pengetahuan siswa tentang lompat jauh.				
29	Hasil belajar lompat jauh sudah sesuai target KKM.				
30	Guru selalu berpenampilan baik di hadapan siswa.				
31	Sebelum pembelajaran selesai guru melakukan pendinginan.				
32	Guru hendaknya kreatif dalam menciptakan permainan-permainan baru guna menunjang pembelajaran				
34	Guru menggunakan bahasa yang komunikatif saat menyampaikan materi pembelajaran.				

32	Saat pembelajaran, guru menggunakan nada suara yang lantang agar bisa didengar seluruh siswanya.				
	<b>SARANA PRASARANA</b>				
35	Sarana dan prasarana Pendidikan Jasmani perlu di lengkapi khususnya untuk lompat jauh.				
36	Sarana dan prasarana sangat penting bagi guru penjas orkes khususnya dalam pembelajaran lompat jauh.				
37	Dalam pembelajaran lompat jauh, bak lompat sangat diperlukan guna memperlancar pembelajaran.				
38	Dukungan sekolah dalam perawatan fasilitas sarana dan prasarana olahraga dirasa masih kurang memadai.				
39	Menggunakan alat / media pembelajaran yang dimodifikasi untuk menunjang kelancaran pembelajaran.				
40	Kondisi sarana prasarana sudah memadai untuk pembelajaran lompat jauh.				

## Lampiran 4. Uji Validitas dan Reliabilitas

### Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.747	40

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ITEM1	74.6000	30.247	.617	.737
ITEM2	75.5143	27.434	.516	.724
ITEM3	75.8571	27.950	.474	.738
ITEM4	74.8857	27.810	.449	.722
ITEM5	75.6286	28.358	.605	.747
ITEM6	74.8000	28.988	.550	.729
ITEM7	76.0571	27.232	.596	.726
ITEM8	75.5429	26.197	.590	.717
<b>ITEM9</b>	<b>64.325</b>	<b>20,551</b>	<b>.288</b>	<b>.302</b>
ITEM10	75.6857	24.398	.578	.696
ITEM11	74.8571	28.950	.531	.730
ITEM12	74.9714	27.205	.630	.716

ITEM13	75.2857	28.916	.458	.735
<b>ITEM14</b>	<b>64.3714</b>	<b>21.113</b>	<b>.281</b>	<b>.292</b>
ITEM15	75.1143	25.869	.643	.699
ITEM16	75.8286	27.911	.581	.726
ITEM17	75.6286	27.652	.422	.733
ITEM18	74.8286	28.499	.488	.726
ITEM19	74.8857	28.104	.598	.721
<b>ITEM20</b>	<b>63.6857</b>	<b>21.457</b>	<b>.220</b>	<b>.303</b>
ITEM21	75.0000	28.588	.600	.732
ITEM22	75.2000	26.518	.421	.714
ITEM23	74.6571	29.644	.614	.732
ITEM24	75.6857	24.398	.578	.696
ITEM25	75.6286	27.652	.422	.733
<b>ITEM26</b>	<b>63.5143</b>	<b>22.434</b>	<b>.226</b>	<b>.274</b>
ITEM27	76.0571	27.232	.596	.726
ITEM28	75.6286	27.652	.422	.733
ITEM29	74.9714	27.205	.630	.716
ITEM30	75.1143	25.869	.643	.699
ITEM31	74.8571	28.950	.531	.730
ITEM32	74.9714	27.205	.630	.716
ITEM33	75.6286	28.358	.605	.747
ITEM34	74.8000	28.988	.550	.729
ITEM35	74.9714	28.793	.497	.732
ITEM36	75.5429	26.197	.590	.717
ITEM37	74.6000	30.247	.617	.737
ITEM38	75.5143	27.434	.516	.724
ITEM39	76.0571	27.232	.596	.726
<b>ITEM40</b>	<b>65.2857</b>	<b>24.916</b>	<b>.258</b>	<b>.305</b>

Lampiran 5. Soal Angket Penelitian

**PETUNJUK**

**INSTRUMEN PENELITIAN**

- Bacalah setiap butir pertanyaan dengan seksama.
- Pilihlah salah satu jawaban dengan memberikan tanda centang (v) pada tempat yang telah di sediakan.

**A. Identitas pengisi angket**

Nama :

Nama sekolah :

**B. Pernyataan penelitian**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	<b>PSIKOLOGI</b>				
1	Permainan yang digunakan membuat siswa lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran.				
2	Memberi pujian terhadap siswa yang mampu menangkap materi dengan baik dalam proses pembelajaran.				
3	Guru memberikam motifasi terhadap aktifitas siswa.				
4	Memberikan rewored terhadap hasil siswa.				
	<b>FISIOLOGI</b>				
5	Panjang tungkai mempengaruhi lompatan dalam pembelajaran lompat jauh.				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
6	Permainan yang di gunakan dalam pembelajaran banyak melibatkan gerakan otot-otot tungkai.				
7	Kecepatan lari saat awalan mempengaruhi jauh dan dekatnya lompatan.				
8	Permainan yang digunakan dalam pembelajaran dapat melatih kekuatan otot-otot tungkai.				
	<b>LINGKUNGAN</b>				
9	Pembelajaran penjas orkes dilaksanakan dengan aktivitas praktek di luar kelas saja.				
10	Sekolah sudah menyediakan lahan dan fasilitas untuk pembelajaran lompat jauh.				
11	Permainan dilaksanakan di tempat yang aman untuk menghindari cedera anak.				
12	Lingkungan sekolah yang bersih berpengaruh positif terhadap kegiatan pembelajaran lompat jauh.				
13	Menggunakan permainan tradisional yang lazim dimainkan oleh masyarakat setempat.				
	<b>GURU</b>				
14	Melakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum materi inti berlangsung.				
15	Menyajikan materi pembelajaran dengan metode bermain.				
16	Materi lompat jauh lebih sulit di ajarkan pada siswa dibanding materi penjas orkes lainnya.				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
17	Menggunakan bentuk-bentuk permainan yang bervariasi agar siswa tidak bosan.				
18	Memberikan contoh lompatan yang benar kepada siswa sebelum menuju ke inti pembelajaran lompat jauh.				
19	Pembelajaran lompat jauh bisa dilaksanakan dengan metode yang lebih sederhana				
20	Menerapkan metode-metode pembelajaran dengan benar dalam menyajikan materi.				
21	Memodifikasi pembelajaran yang diperlukan guna memperlancar jalannya pembelajaran khususnya lompat jauh.				
22	Dengan metode yang tepat, siswa merasa senang mengikuti pembelajaran lompat jauh.				
23	Sebelum mengajarkan pada siswa, guru hendaknya sudah pernah mempraktekan sendiri materi yang hendak diajarkan pada siswa .				
24	Metode tanya jawab penting dilakukan untuk mengukur seberapa jauh pengetahuan siswa tentang lompat jauh.				
25	Hasil belajar lompat jauh sudah sesuai target KKM.				
26	Guru selalu berpenampilan baik di hadapan siswa.				
27	Sebelum pembelajaran selesai guru melakukan pendinginan.				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
28	Guru hendaknya kreatif dalam menciptakan permainan-permainan baru guna menunjang pembelajaran				
29	Guru menggunakan bahasa yang komunikatif saat menyampaikan materi pembelajaran.				
30	Saat pembelajaran, guru menggunakan nada suara yang lantang agar bisa didengar seluruh siswanya.				
	<b>SARANA PRASARANA</b>				
31	Sarana dan prasarana Pendidikan Jasmani perlu di lengkapi khususnya untuk lompat jauh.				
32	Sarana dan prasarana sangat penting bagi guru penjas orkes khususnya dalam pembelajaran lompat jauh.				
33	Dalam pembelajaran lompat jauh, bak lompat sangat diperlukan guna mempelancar pembelajaran.				
34	Dukungan sekolah dalam perawatan fasilitas sarana dan prasarana olahraga dirasa masih kurang memadai.				
35	Menggunakan alat / media pembelajaran yang dimodifikas untuk menunjang kelancaran pembelajaran.				

Lampiran 6. Data Mentah Penelitian

FAKTOR PSIKOLOGI

NO.	SOAL ANGKET				SKOR TOTAL
	1	2	3	4	
	SKOR MENTAH				
1	4	4	4	4	16
2	3	4	4	3	14
3	4	3	4	3	14
4	4	3	2	3	12
5	4	3	4	4	15
6	3	4	1	1	9
7	3	3	2	4	12
8	3	4	3	2	12
9	4	3	2	2	11
10	4	3	4	4	15
11	3	3	2	4	12
12	3	4	4	2	13
13	3	4	4	2	13
14	4	2	3	3	12
15	4	4	3	3	14
16	3	4	4	4	15
17	3	4	3	2	12
18	3	2	1	4	10
19	3	4	4	2	13
20	4	3	4	2	13
21	3	2	1	1	7
22	4	3	1	1	9
23	4	3	4	4	15
24	3	4	2	2	11
25	3	4	3	1	11
26	4	4	2	4	14
27	1	4	4	2	11
28	3	2	2	4	11
29	4	3	2	4	13
30	4	3	4	4	15
31	3	4	2	2	11
32	4	3	2	2	11
33	2	4	4	2	12
34	4	3	4	4	15
35	4	3	2	2	11
36	4	3	4	4	15
37	3	4	2	4	13
38	4	3	2	4	13
39	4	3	2	3	12
40	4	3	4	4	15

### FAKTOR FISILOGI

NO.	SOAL ANGKET				SKOR TOTAL
	1	2	3	4	
	SKOR MENTAH				
1	3	4	4	3	14
2	3	4	3	4	14
3	3	4	4	3	14
4	4	3	3	4	14
5	4	3	3	4	14
6	2	3	3	1	9
7	3	4	3	4	14
8	3	4	3	2	12
9	3	4	3	2	12
10	3	4	4	4	15
11	3	3	2	4	12
12	4	2	3	4	13
13	3	2	4	4	13
14	2	3	2	3	10
15	4	3	3	4	14
16	4	3	4	3	14
17	4	3	3	2	12
18	2	4	3	2	11
19	4	3	4	4	15
20	4	2	2	4	12
21	4	3	3	2	12
22	3	4	3	1	11
23	3	4	3	4	14
24	3	4	2	4	13
25	2	3	4	2	11
26	3	4	4	4	15
27	3	2	2	4	11
28	2	4	4	2	12
29	2	3	3	4	12
30	2	4	4	3	13
31	4	3	4	3	14
32	4	3	2	3	12
33	3	2	2	4	11
34	3	4	3	2	12
35	4	2	3	2	11
36	3	4	4	2	13
37	4	3	3	2	12
38	3	4	3	4	14
39	4	4	2	4	14
40	3	4	2	3	12

### FAKTOR LINGKUNGAN

NO.	SOAL ANGKET					SKOR TOTAL
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	
	<i>SKOR MENTAH</i>					
1	4	3	4	4	3	18
2	4	3	4	3	4	18
3	4	3	3	4	3	17
4	4	3	4	3	3	17
5	3	4	3	4	3	17
6	2	4	2	3	4	15
7	3	1	2	3	4	13
8	3	4	4	3	3	17
9	4	3	2	3	4	16
10	4	2	4	4	4	18
11	3	2	3	4	2	14
12	3	2	4	2	4	15
13	3	1	2	4	2	12
14	2	4	2	3	4	15
15	3	4	3	4	4	18
16	4	4	3	4	4	19
17	3	4	2	3	2	14
18	4	3	4	3	2	16
19	3	4	2	4	3	16
20	2	4	3	4	2	15
21	1	4	2	3	4	14
22	1	3	1	2	4	11
23	2	4	2	2	4	14
24	4	3	4	2	2	15
25	3	1	4	1	3	12
26	4	2	4	4	3	17
27	4	4	3	2	3	16
28	3	4	2	3	4	16
29	1	3	1	4	2	11
30	2	4	1	4	4	15
31	3	2	3	3	3	14
32	4	2	3	1	4	14
33	3	2	4	3	4	16
34	4	4	3	2	3	16
35	4	2	3	4	3	16
36	4	2	4	3	4	17
37	4	3	2	4	3	16
38	3	4	4	4	3	18
39	3	4	2	4	4	17
40	4	1	2	3	4	14

## FAKTOR GURU

No	SOAL ANGKET																	SKOR TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
	SKOR MENTAH																	
1	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	58
2	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	2	3	2	56
3	2	4	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	4	4	2	58
4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	58
5	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	57
6	1	3	4	2	3	3	1	4	3	3	4	2	4	3	1	1	1	43
7	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	4	3	1	4	4	3	3	54
8	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	55
9	2	3	4	2	3	2	3	4	2	3	2	2	2	4	2	1	2	43
10	4	2	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	2	4	3	2	57
11	2	3	2	4	3	2	3	2	4	3	4	3	2	4	3	2	2	48
12	4	2	3	4	2	4	2	4	1	3	2	1	4	1	2	1	1	41
13	3	4	4	4	1	1	4	4	2	3	4	2	1	4	2	1	1	45
14	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	4	2	3	2	3	2	3	45
15	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	59
16	4	3	4	3	2	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	1	1	55
17	4	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	54
18	3	4	3	2	4	1	3	1	3	4	1	3	1	3	1	1	1	39
19	2	4	3	2	4	4	1	4	3	4	4	2	2	4	3	4	2	52
20	4	2	3	4	2	2	4	3	2	4	3	2	4	2	3	4	2	50
21	2	3	4	1	3	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	1	3	47
22	3	1	3	2	3	3	1	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3	44
23	3	1	4	2	1	4	2	4	2	4	4	3	4	1	1	4	1	45
24	2	4	3	2	4	2	4	3	2	4	4	2	4	2	4	2	2	50
25	1	4	3	4	1	1	4	3	1	4	2	4	1	4	3	1	4	45
26	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	2	4	2	57
27	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	1	4	4	58
28	2	4	3	4	2	4	3	4	2	4	3	4	2	3	4	3	4	55
29	3	1	4	1	3	3	1	3	3	4	3	2	1	3	1	3	3	42
30	3	4	2	4	2	2	2	4	1	2	4	1	4	1	4	1	1	42
31	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	58
32	3	4	2	3	4	2	3	3	4	3	4	2	1	1	3	2	1	45
33	2	4	2	3	4	4	3	4	2	3	4	2	4	3	4	1	3	52
34	4	4	3	2	3	2	4	2	4	4	4	4	1	4	4	1	4	54
35	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3	55
36	2	4	2	4	2	2	4	2	4	3	4	2	4	1	4	1	4	49
37	2	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	2	2	56
38	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	63
39	3	4	3	4	3	1	3	4	2	1	4	3	4	2	4	2	1	48
40	2	2	4	3	4	2	2	4	4	4	3	2	4	2	4	4	2	52

### FAKTOR SARANA PRASARANA

NO.	SOAL ANGKET					SKOR TOTAL
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	
	<i>SKOR MENTAH</i>					
1	4	3	4	3	2	16
2	1	2	3	1	1	8
3	4	4	3	2	4	17
4	4	3	4	4	4	19
5	2	4	2	4	1	13
6	3	1	4	3	1	12
7	4	3	1	3	4	15
8	3	4	3	3	4	17
9	2	2	3	2	2	11
10	2	2	3	1	1	9
11	3	1	3	4	3	14
12	3	4	3	4	1	15
13	1	4	2	4	2	13
14	3	4	3	2	3	15
15	3	4	4	3	3	17
16	1	1	3	2	1	8
17	4	3	4	3	4	18
18	3	2	4	1	3	13
19	4	3	4	3	4	18
20	4	3	4	3	4	18
21	3	4	3	1	3	14
22	4	3	2	3	3	15
23	4	2	4	2	1	13
24	4	3	4	4	4	19
25	1	4	3	4	2	14
26	4	1	4	1	4	14
27	4	3	4	3	4	18
28	2	4	2	4	1	13
29	3	4	3	3	4	17
30	4	1	4	2	4	15
31	4	3	4	3	4	18
32	4	3	2	4	3	16
33	4	3	1	4	3	15
34	4	3	4	2	4	17
35	2	4	3	2	3	14
36	1	4	3	1	4	13
37	4	4	3	1	3	15
38	4	2	4	2	4	16
39	1	2	4	1	3	11
40	2	2	3	4	4	15

Lampiran 7. Deskriptif Hasil Penelitian

```
GET
DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.
FREQUENCIES VARIABLES=psikologis fisiologi lingkungan guru sarpras
seluruh
  /STATISTICS=STDDEV VARIANCE RANGE MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN
MODE SUM
  /ORDER=ANALYSIS.
```

**Frequencies**

		Statistics					
		psikologis	fisiologi	lingkungan	guru	sarpras	seluruh
N	Valid	40	40	40	40	40	40
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		12.5500	12.6750	15.4750	51.1000	14.7000	106.5000
Median		12.5000	12.5000	16.0000	52.0000	15.0000	108.0000
Mode		11.00 <sup>a</sup>	12.00 <sup>a</sup>	16.00	45.00 <sup>a</sup>	15.00	108.00 <sup>a</sup>
Std. Deviation		1.98649	1.43915	1.96100	6.21743	2.77535	9.93311
Variance		3.946	2.071	3.846	38.656	7.703	98.667
Range		9.00	6.00	8.00	24.00	11.00	36.00
Minimum		7.00	9.00	11.00	39.00	8.00	88.00
Maximum		16.00	15.00	19.00	63.00	19.00	124.00
Sum		502.00	507.00	619.00	2044.00	588.00	4260.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

**Frequency Table**

		psikologis			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7.00	1	2.5	2.5	2.5
	9.00	2	5.0	5.0	7.5
	10.00	1	2.5	2.5	10.0
	11.00	8	20.0	20.0	30.0
	12.00	8	20.0	20.0	50.0
	13.00	7	17.5	17.5	67.5
	14.00	4	10.0	10.0	77.5
	15.00	8	20.0	20.0	97.5

16.00	1	2.5	2.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

**fisologi**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
9.00	1	2.5	2.5	2.5
10.00	1	2.5	2.5	5.0
11.00	6	15.0	15.0	20.0
12.00	12	30.0	30.0	50.0
13.00	5	12.5	12.5	62.5
14.00	12	30.0	30.0	92.5
15.00	3	7.5	7.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

**lingkungan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
11.00	2	5.0	5.0	5.0
12.00	2	5.0	5.0	10.0
13.00	1	2.5	2.5	12.5
14.00	7	17.5	17.5	30.0
15.00	6	15.0	15.0	45.0
16.00	9	22.5	22.5	67.5
17.00	7	17.5	17.5	85.0
18.00	5	12.5	12.5	97.5
19.00	1	2.5	2.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

**guru**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
39.00	1	2.5	2.5	2.5
41.00	1	2.5	2.5	5.0
42.00	2	5.0	5.0	10.0

43.00	2	5.0	5.0	15.0
44.00	1	2.5	2.5	17.5
45.00	5	12.5	12.5	30.0
47.00	1	2.5	2.5	32.5
48.00	2	5.0	5.0	37.5
49.00	1	2.5	2.5	40.0
50.00	2	5.0	5.0	45.0
52.00	3	7.5	7.5	52.5
54.00	3	7.5	7.5	60.0
55.00	4	10.0	10.0	70.0
56.00	2	5.0	5.0	75.0
57.00	3	7.5	7.5	82.5
58.00	5	12.5	12.5	95.0
59.00	1	2.5	2.5	97.5
63.00	1	2.5	2.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

**sarpras**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
8.00	2	5.0	5.0	5.0
9.00	1	2.5	2.5	7.5
11.00	2	5.0	5.0	12.5
12.00	1	2.5	2.5	15.0
13.00	6	15.0	15.0	30.0
14.00	5	12.5	12.5	42.5
15.00	8	20.0	20.0	62.5
16.00	3	7.5	7.5	70.0
17.00	5	12.5	12.5	82.5
18.00	5	12.5	12.5	95.0
19.00	2	5.0	5.0	100.0
Total	40	100.0	100.0	

seluruh

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
88.00	1	2.5	2.5	2.5
89.00	1	2.5	2.5	5.0
90.00	1	2.5	2.5	7.5
93.00	2	5.0	5.0	12.5
94.00	1	2.5	2.5	15.0
95.00	1	2.5	2.5	17.5
96.00	1	2.5	2.5	20.0
97.00	2	5.0	5.0	25.0
98.00	1	2.5	2.5	27.5
100.00	2	5.0	5.0	32.5
101.00	1	2.5	2.5	35.0
102.00	1	2.5	2.5	37.5
106.00	1	2.5	2.5	40.0
Valid 107.00	3	7.5	7.5	47.5
108.00	4	10.0	10.0	57.5
110.00	2	5.0	5.0	62.5
111.00	1	2.5	2.5	65.0
112.00	1	2.5	2.5	67.5
113.00	1	2.5	2.5	70.0
114.00	4	10.0	10.0	80.0
115.00	1	2.5	2.5	82.5
116.00	1	2.5	2.5	85.0
117.00	1	2.5	2.5	87.5
120.00	2	5.0	5.0	92.5
122.00	2	5.0	5.0	97.5
124.00	1	2.5	2.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 8. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN PURBALINGGA**  
**UPT DINAS PENDIDIKAN KECAMATAN MREBET**  
Alamat : Jalan,raya Mrebet, Kab. Purbalingga, Telp.02812914755, Kode Pos :  
53352

**SURAT KETERANGAN**  
**TELAH MELAKUKAN PENELITIAN**  
NOMOR : 421.2/38/2013

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Yogyakarta  
Di Tempat

Assalamu alaikum, Wr. Wb.  
Kami yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mahyono S.Pd.  
Instansi : UPTD Kecamatan Mrebet  
Jabatan\ : Ketua KKG PENJAS

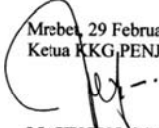
Menerangkan bahwa mahasiswa berikut ini telah melakukan penelitian di instansi kami selama dua bulan, dari januari hingga februari 2013.

Nama : Arif Setiyawan  
Nomor Mahasiswa : 10604227073  
Prodi./Fak./Univ. : PGSD S1/Ilmu Keolahragaan/UNY  
Judul Penelitian : Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Dengan Metode Bermain se- Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga.

Selanjutnya, hasil penelitian ini akan kami gunakan sebagai salah satu masukan bagi pengembangan instansi kami. Oleh karena itu, kami mohon perkenan Bapak agar salinan hasil penelitian ini disampaikan kepada kami, Demikian surat keterangan ini kami sampaikan. Atas kerja sama dan perkenan Bapak, kami ucapkan terima kasih.

























Wassalamu alaikum Wr.Wb.

Mrebet, 29 Februari 2013  
Ketua KKG, PENJAS Kecamatan Mrebet

  
**MAHYONO S.Pd**  
NIP. 19670901 198702 1 001


Lampiran 9. Daftar hadir subyek peneliti

**DAFTAR HADIR PESERTA KKG  
KECAMATAN MREBET KABUPATEN PURBALINGGA**

NO	NAMA	TEMPAT MENGAJAR	PARAF
1	Mahyono	SD N 1 Karangturi	1. 
2	Warhan	SD N 2 Karangturi	2. 
3	Aziz N.	SD N 1 Mangunegara	3. 
4	Abas	SD N 2 Mangunegara	4. 
5	Sugeng S.	SD N 1 Onje	5. 
6	Catur H.	SD N 2 Onje	6. 
7	Subroto	SD N 1 Selaganggeng	7. 
8	Arif	SD N 2 Selaganggeng	8. 
9	Mutobik	SD N 1 Cipaku	9. 
10	Zaena B.	SD N 2 Cipaku	10. 
11	Sutardi	SD N 3 Cipaku	11. 
12	Eva Maria	SD N 4 Cipaku	12. 
13	Nur Saeful	SD N 1 Binangun	13. 
14	Angkat Wardo	SD N 2 Binangun	14. 
15	Sukrisnan	SD N 1 Karangnangka	15. 
16	Asep A.	SD N 2 Karangnangka	16. 
17	Iskandar	SD N 1 Sindang	17. 
18	Agung P.	SD N 2 Sindang	18. 
19	Kukuh S.	SD N 1 Tangkisan	19. 
20	Imam S.	SD N 2 Tangkisan	20. 
21	Haryatin	SD N 3 Tangkisan	21. 
22	Said Mundiri	SD N 1 Kradenan	22. 
23	Untung P.	SD N 1 Bojong	23. 
24	Arif P.	SD N 1 Lambur	24. 

25	Sajadik	SD N 1 SerayuLarangan	25. 
26	Suryaci T.	SD N 2 SerayuLarangan	26. 
27	Sumadi	SD N 1 SerayuKaranganyar	27. 
28	Sumbodo	SD N 2 SerayuKaranganyar	28. 
29	Karsidi	SD N 1 Sangkanayu	29. 
30	Luna H	SD N 2 Sangkanayu	30. 
31	Eni Suryati	SD N 1 Mrebet	31. 
32	Purno P.	SD N 2 Mrebet	32. 
33	Sutaryo	SD N 1 Campakoah	33. 
34	Laela Fardiani	SD N 2 Campakoah	34. 
35	Yani F.	SD N 1 Pengalusan	35. 
36	Luly	SD N 2 Pengalusan	36. 
37	Pujianto	SD N 3 Pengalusan	37. 
38	Istiqomah	SD N 4 Pengalusan	38. 
39	Ari	SD N 1 Pagerandong	39. 
40	Agus P.	SD N 2 Pagerandong	40. 

Mrebet, 6 Februari 2013  
Ketua KKG PENJAS Kecamatan Mrebet

  
**MAHYONO S.Pd**  
NIP. 19670901 198702 1 001

Lampiran 10. Dokumentasi penelitian

