



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo no. 1 Yogyakarta, Telp. (0274) 513092 psw 255

Nomor : 791 /H.34.16/PP/2012

24 April 2012

Lamp. : 1 Eksp

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
Yth. Cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda Provinsi DIY

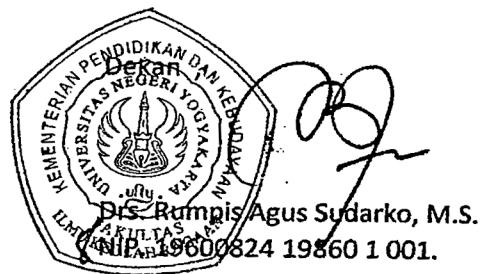
Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama Mahasiswa : Purjono
Nomor mahasiswa : 10604227059
Program Studi : PKS S-1 Pendidikan Jasmani

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Mei s/d Juni 2012
Tempat / Objek : SD N 2 Treko Mungkid Magelang
Judul Skripsi : "Upaya Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas IV SD N 2 Treko Mungkid Magelang".

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya .



Tembusan Yth :

1. Kepala Sekolah SD N 2 Treko Mungkid, Magelang
2. Dinas Dikpora Magelang
3. Koordinator PGSD FIK UNY
4. Pembimbing Tas
5. Mahasiswa Ybs.



**PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH**

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)
YOGYAKARTA 55213

Yogyakarta, 26 April 2012

Nomor : 070/4062/V/04/2012

Perihal : Ijin Penelitian

Kepada Yth.

Gubernur Provinsi Jawa Tengah
Cq. BakesbangPol dan Linmas
di -

Tempat

Menunjuk Surat :

Dari : Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
Nomor : 791/H34.16/PP/2012
Tanggal : 24 April 2012
Perihal : Ijin Penelitian

Setelah mempelajari proposal/desain riset/usulan penelitian yang diajukan, maka dapat diberikan surat keterangan untuk melaksanakan penelitian kepada

Nama : PURJONO
NIM / NIP : 10604227059
Alamat : JL KOLOMBO YOG
Judul : UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS IV SD N 2 TREKO MUNGKIT MAGELANG
Lokasi : - Kota/Kab. MAGELANG Prov. JAWA TENGAH
Waktu : Mulai Tanggal 26 April 2012 s/d 26 Juli 2012

Peneliti berkewajiban menghormati dan menaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di wilayah penelitian.

Kemudian harap menjadi maklum

A.n Sekretaris Daerah
Asisten Perekonomian dan Pembangunan

Ub.
Kepala Bid. Administrasi Pembangunan



Tembusan :

- I. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan);
- II. Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
- III. Yang Bersangkutan



BADAN KESATUAN BANGSA, POLITIK DAN PERLINDUNGAN MASYARAKAT

JI. A. YANI NO. 160 TELP. (024) 8454990 FAX. (024) 8414205, 8313122
SEMARANG - 50136

SURAT REKOMENDASI SURVEY / RISET.

Nomor : 070 / 1124 / 2012

- I. DASAR : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia. Nomor 64 Tahun 2011. Tanggal 20 Desember 2011.
2. Surat Edaran Gubernur Jawa Tengah. Nomor 070 / 265 / 2004. Tanggal 20 Februari 2004.
- II. MEMBACA : Surat dari Gubernur DIY. Nomor 070 / 4062 / V / 2012. Tanggal 26 April 2012.
- III. Pada Prinsipnya kami TIDAK KEBERATAN / Dapat Menerima atas Pelaksanaan Penelitian / Survey di Kabupaten Magelang.
- IV. Yang dilaksanakan oleh :
1. Nama : PURJONO..
2. Kebangsaan : Indonesia.
3. Alamat : Jl. Kolombo Yogyakarta..
4. Pekerjaan : Mahasiswa.
5. Penanggung Jawab : Agus Suhendartin S, M.Pd..
6. Judul Penelitian : Upaya Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas IV SD N 2 Treko Mungkid Magelang.
7. Lokasi : Kabupaten Magelang.

V. KETENTUAN SEBAGAI BERIKUT :

1. Sebelum melakukan kegiatan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Setempat / Lembaga Swasta yang akan dijadikan obyek lokasi untuk mendapatkan petunjuk seperlunya dengan menunjukkan Surat Pemberitahuan ini.
2. Pelaksanaan survey / riset tidak disalah gunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintahan. Untuk penelitian yang mendapat dukungan dana dari sponsor baik dari dalam negeri maupun luar negeri, agar dijelaskan pada saat mengajukan perijinan. Tidak membahas masalah Politik dan / atau agama yang dapat me-nimbulkan terganggunya stabilitas keamanan dan ketertiban.

3. Surat Rekomendasi dapat dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila pemegang Surat Rekomendasi ini tidak mentaati / mengindahkan peraturan yang berlaku atau obyek penelitian menolak untuk menerima Peneliti.
4. Setelah survey / riset selesai, supaya menyerahkan hasilnya kepada Badan Kesbangpol Dan Linmas Provinsi Jawa Tengah.

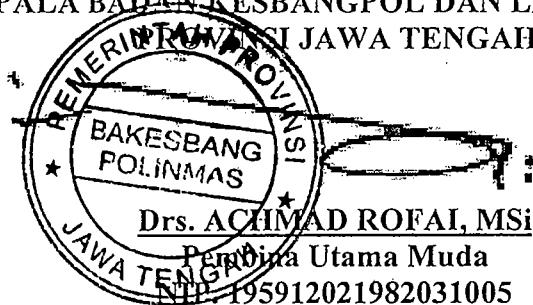
VI. . Surat Rekomendasi Penelitian / Riset ini berlaku dari :

Mei s.d Agustus 2012.

VII. Demikian harap menjadikan perhatian dan maklum.

Semarang, 01 Mei 2012.

an. GUBERNUR JAWA TENGAH
KEPALA BADAN KESBANGPOL DAN LINMAS
PROVINSI JAWA TENGAH





PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG

KANTOR KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jl. Letnan Tukiyat No. 8 (0293) 788616

KOTA MUNGKID 56511

Kota Mungkid, 2 Mei 2012

Nomor : 070 / 376 / 14 / 2012

Lampiran :-

Perihal : Rekomendasi.

Kepada :
Yth, Kepala Badan Penanaman Modal
dan Pelayanan Perijinan Terpadu
Kabupaten Magelang.

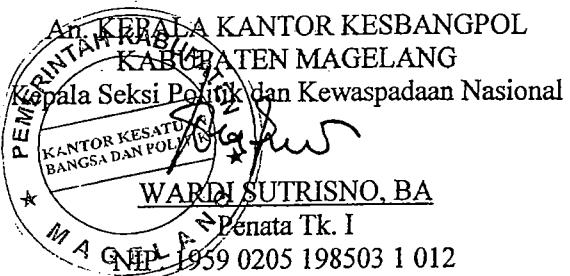
Di -
KOTA MUNGKID

1. Dasar : Badan Kesbangpol Dan Linmas Provinsi jawa Tengah
Nomor : 070/1124/2012
Tanggal : 01 Mei 2012
Tentang : Surat Rekomendasi Survey / Riset
2. Dengan hormat diberitahukan bahwa kami tidak keberatan atas pelaksanaan Penelitian / Riset / Survey / PKL di Kabupaten Magelang yang dilakukan oleh :
 - a. Nama : PURJONO
 - b. Pekerjaan : Mahasiswa
 - c. Alamat : Jl Kolombo Yogyakarta.
 - d. Penanggung Jawab : Agus Sumbendartin S, M.Pd
 - e. Lokasi : Kabupaten Magelang
 - f. Waktu : Mei s/d Agustus 2012
 - g. Tujuan : mengadakan penelitian dengan judul,

" UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS IV SD N 2 TREKO MUNGKID MAGELANG "

- 3 Sebelum melakukan kegiatan, terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Pemerintah setempat untuk mendapat petunjuk seperlunya.
- 4 Pelaksanaan Penelitian / survey / riset tidak disalah gunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Pemerintahan. Tidak membahas politik dan/atau agama yang dapat menimbulkan terganggunya stabilitas keamanan dan ketertiban.
- 5 Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan yang berlaku.
- 6 Setelah pelaksanaan selesai agar menyerahkan hasilnya kepada Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Magelang.
- 7 Surat Rekomendasi ini dapat dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila pemegang surat ini tidak mentaati / mengindahkan peraturan yang berlaku.

Demikian untuk menjadikan periksa dan guna seperlunya.



Tembusan,

1. Bp. Bupati Magelang (sebagai laporan).
2. Kepala Badan / Dinas / Kantor / Instansi Ybs.
(Tanpa Lampiran)



PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG
BADAN PENANAMAN MODAL
DAN PELAYANAN PERIZINAN TERPADU

Jl. Letnan Tukiyat No. 20 (0293) 788249
Kota Mungkid 56511

Kota Mungkid, 02 Mei 2012

Nomor : 070 / 189 / 59 / 2012
Sifat : Amat Segera
Perihal : Izin Penelitian

Kepada :
Yth. **P U R J O N O**
Dsn Kamal RT 001/004 Ds Pagersari
Kec. Mungkid Kab. Magelang
di

M U N G K I D

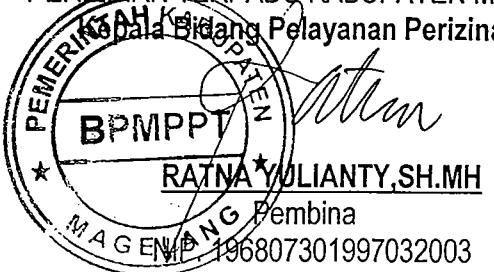
Dasar : Surat Kepala Kantor Kesatuan Bangsa Dan Politik Kabupaten Magelang Nomor : 070/376/14/2012 Tanggal 02 Mei 2012 Perihal Rekomendasi Penelitian.
Dengan ini kami tidak keberatan dan menyetujui atas pelaksanaan Penelitian/ Riset/ Survey di Kabupaten Magelang yang akan dilaksanakan oleh Saudara :

Nama	: P U R J O N O
Pekerjaan	: Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat	: Dsn Kamal RT 001/004 Ds Pagersari Kec. Mungkid Kab. Magelang
Penanggung Jawab	: AGUS SUMHENDATIN S, M.Pd
Pekerjaan	: Dosen
Lokasi	: SD Negeri 2 Treko Kec. Mungkid Kab. Magelang
Waktu	: Mei s/d Agustus 2012
Peserta	:
Tujuan	: Mengadakan Penelitian dengan Judul : " UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS IV SDN 2 TREKO MUNGKID MAGELANG "

Sebelum Melaksanakan Kegiatan Survey/ Penelitian agar Saudara Mengikuti ketentuan-ketentuan sebagai berikut :

1. Melapor kepada Pejabat Pemerintah setempat untuk mendapat petunjuk seperlunya.
 2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan yang berlaku.
 3. Surat izin dapat dicabut dan dinyatakan tidak berlaku, apabila pemegang surat ini tidak mentaati / mengindahkan peraturan yang berlaku.
- Demikian untuk menjadikan periksa dan guna seperlunya.

An. KEPALA BADAN PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN
PERIZINAN TERPADU KABUPATEN MAGELANG



TEMBUSAN :

1. Bupati Magelang
2. Kepala Badan/ Dinas.Kantor/Instansi terkait

Pembina

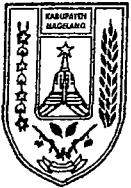
NIP. 196807301997032003

SURAT PERNYATAAN JUDGMENT

Setelah saya membaca dengan cermat instrumen penelitian dengan judul “UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS IV DI SD NEGERI 2 TREKO MUNGKID MAGELANG”. Saya menyatakan setuju dan tidak keberatan instrumen ini digunakan sebagai alat pengumpul data.

Yogyakarta, Mei 2012

—M. Husni Thamrin, M.Pd.—
NIP. 19491110 198103 1 001



PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
SEKOLAH DASAR NEGERI TREKO 2
KECAMATAN MUNGKID

Jl. Tembus No. 01 Ngroto Desa Treko Mungkid Magelang ☎56551

SURAT KETERANGAN
Nomor : 421.2 / 26 / 20.9.10.SD / 2012

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Khabib Asngari, S.Pd
NIP : 196111211983041003
Pangkat / Gol. Ruang : Pembina, IV/a
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SD Negeri Treko 2 Mungkid

Menerangkan bahwa :

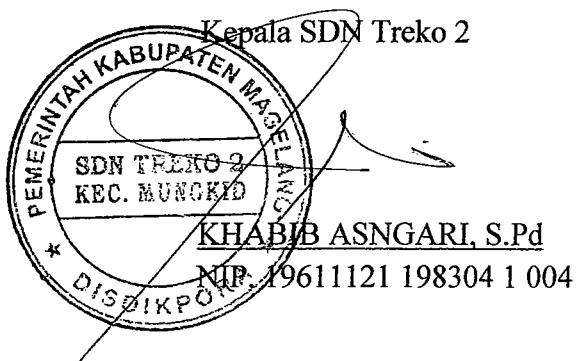
Nama : Purjono
NIM : 10604227059
Alamat : Kamal, Pagersari, Mungkid, Magelang

Benar – benar telah melaksanakan penelitian untuk penyusunan Tugas Akhir dengan judul “**UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS IV DI SD NEGERI 2 TREKO MUNGKID MAGELANG**” pada bulan Mei – Juni 2012 dengan hasil baik.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Mungkid, 30 Juni 2012

Kepala SDN Treko 2



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah	: SD Negeri 2 Treko Mungkid Magelang
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Kelas/Semester	: IV/ Genap
Materi Pokok	: Lompat Jauh
Alokasi Waktu	: 4 x 35 menit (2 kali pertemuan)

A. Standar Kompetensi

Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

Mempraktikkan teknik dasar atletik yang dimodifikasi serta nilai semangat, sportivitas, kerjasama, percaya diri dan kejujuran.

C. Indikator

1. Siswa dapat melakukan tahap awalan dengan benar dengan rasa senang, penuh semangat, percaya diri, dan mampu bekerjasama..
2. Siswa dapat melakukan tahap tolakan dengan benar dengan rasa senang, penuh semangat, percaya diri, dan mampu bekerjasama
3. Siswa dapat melakukan tahap melayang dengan benar dengan rasa senang, penuh semangat, dan percaya diri.
4. Siswa dapat melakukan tahap mendarat dengan benar dengan rasa senang, penuh semangat, dan percaya diri.

D. Tujuan Pembelajaran.

1. Siswa dapat melakukan tahap awalan dengan permainan memindahkan kardus dengan rasa senang, penuh semangat, percaya diri, dan mampu bekerjasama.
2. Siswa dapat melakukan tahap awalan dengan lari cepat dengan semangat.
3. Siswa dapat melakukan tahap tolakan dengan permainan meloncati kardus dengan rasa senang, penuh semangat, percaya diri, dan bekerjasama.
4. Siswa dapat melakukan tahap tolakan dengan benar dan penuh semangat .
5. Siswa dapat melakukan tahap tolakan diatas kotak/box dengan rasa senang dan percaya diri.
6. Siswa dapat melakukan tahap melayang dengan permainan meloncati kardus dan percaya diri, serta mampu bekerjasama.
7. Siswa dapat melakukan tahap melayang gaya jongkok awalan pendek.
8. Siswa dapat melakukan tahap pendaratan dengan permainan loncat katak dengan rasa senang dan percaya diri.
9. Siswa dapat melakukan tahap pendaratan dengan benar dan penuh semangat.

10. Siswa dapat melakukan teknik lompat jauh dari secara benar dan penuh semangat.

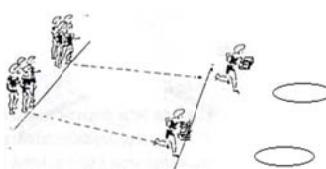
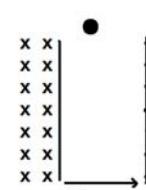
E. Materi Pembelajaran

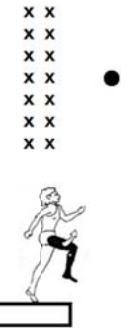
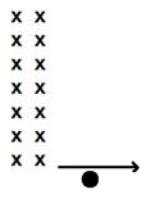
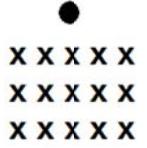
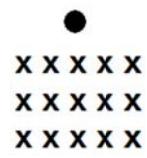
1. Lompat jauh gaya jongkok

F. Model Pembelajaran

Pendekatan Bermain

G. Langkah-langkah Pembelajaran

Gambar	Kegiatan	Alat	Waktu
  	<p>B. Pertemuan Pertama</p> <p>1. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru membariskan dan menyiapkan siswa. Guru memimpin doa. Guru mengabsen siswa Guru memimpin pemanasan berupa peregangan tangan, kaki, badan dan leher. <p>2. Inti</p> <ol style="list-style-type: none"> Eksplorasi Dibawah pengawasan guru anak secara bebas melakukan: <ol style="list-style-type: none"> 1) Permainan memindahkan kardus. 2) Permainan melompati kardus 1. <p>b. Elaborasi</p> <ol style="list-style-type: none"> Dalam kgiatan elaborasi, guru menjelaskan dan mendemonstrasikan lari cepat jarak 10 meter dengan mengambil bola. Tahap tolakan Sikap awal berdiri tegak hitungan pertama kaki kiri ke depan, hitungan kedua kaki kanan ke depan. Bersamaan lutut 	Kardus	10'
		Kardus	5'
		Bola kecil/ bola tenis	7'
			10'

  	<p>kedua kaki ditekuk. Dilakukan berulang-ulang 4-5 gerakan.</p> <p>3) Sikap awalan seperti no 1) tetapi gerakkan 3-5 langkah kebelakang.</p> <p>4) Tahap tolakan di atas peti/box</p> <p>c. Konfirmasi</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru menyuruh siswa yang belum bisa untuk melatih gerakan yang diajarkan. Kemudian guru berperan sebagai pengamat dalam latihan siswa untuk menilai semua gerakan yang dilakukan siswa. Guru mengevaluasi tiap siswa. <p>3. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru menyuruh siswa untuk melakukan pendinginan. Guru menyuruh siswa yang belum menguasai untuk belajar dirumah dengan bimbingan dari teman yang sudah mampu melakukan lompat jauh gaya jongkok dengan benar atau membaca buku yang ada. Guru menutup pelajaran dengan berdoa Guru membubarkan siswa untuk kembali ke kelas. 	Kotak/box	10'
	<p>C. Pertemuan Kedua</p> <p>1. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru membariskan dan menyiapkan siswa. Guru memimpin doa. Guru mengabsen siswa Guru memimpin pemanasan berupa peregangan tangan, kaki, badan dan leher. Guru menyampaikan materi pembelajaran selanjutnya. 	10'	5'

	2. Inti a. Eksplorasi Dibawah pengawasan guru anak secara bebas melakukan: 1) Permainan melompati kardus. Tujuan latihan melayang 2) Permainanlompat katak. Tujuan untuk melatih pendaratan dengan kedua kaki.	Kardus	10'
	b. Elaborasi Dalam kegiatan elaborasi, guru menjelaskan dan mendemonstrasikan. 1) Latihan tumpuan dengan 1 kaki dan melompat di atas peti dengan kedua kaki 2) Gerakan dilakukan berulang-ulang.	Kotak/ Box	10'
	3) Latihan mendarat dengan lari terlebih dahulu sejauh 3 langkah dari balok tumpuan dan melompat menggunakan satu kaki yang terkuat, kemudian mendarat dengan kedua kaki 4) Gerakan dilakukan berulang-ulang.	Kotak/ Box	10'
	c. Konfirmasi 1) Guru menyuruh siswa yang belum bisa untuk melatih gerakan yang diajarkan. Kemudian guru berperan sebagai pengamat dalam latihan siswa untuk menilai semua gerakan yang dilakukan siswa. 2) Gurumengevaluasi tiap siswa.	Kotak/ Box	15'
	3) Penutup a. Guru menyuruh siswa untuk melakukan pendinginan. b. Guru menyuruh siswa yang belum menguasai untuk belajar dirumah dengan bimbingan dari teman yang	Kotak/ Box	10'

	<p>sudah mampu melakukan lompat jauh gaya jongkok dengan benar atau membaca buku yang ada.</p> <p>c. Guru menutup pelajaran dengan berdoa</p> <p>d. Guru membubarkan siswa untuk kembali ke kelas.</p>		
--	--	--	--

H. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat : Kardus dan Kotak
2. Sumber : Buku Mata Pelajaran Penjasorkes Kelas IV

I. Penilaian

1. Bentuk Instrumen : Unjuk Kerja (penilaian proses)
2. Jenis Tagihan : Tes Pelaksanaan
3. Butir Instrumen : Lompat Jauh Gaya Jongkok (terlampir).

Contoh Instrumen Penilaian

Aspek yang dinilai	Kriteria Penilaian	Rentang Skor
3. Awalan	e. Posisi badan siap lari. f. Lari kecil-kecil. g. Lari dengan kecepatan semaksimal mungkin h. Tempatkan posisi kaki yang terkuat	1 – 4
4. Tolakan	e. Menjatuhkan posisi kaki yang tepat. f. Tolakan kaki yang paling kuat. g. Badan condong ke depan. h. Melompat sejauh-jauhnya.	1 – 4
3. Melayang	e. Kaki tolakan dirapatkan dengan kaki yang satunya f. Sikap badan adalah jongkok. g. Tangan ayunkan ke atas kemudian di ayunkan kebelakang h. Sebelum mendarat kaki di luruskan ke depan	1 – 4
4. Pendaratan	e. Tumpuan kedua kaki kedepan f. Badan dibengkokkan ke depan g. Tangan menahan jatuhnya badan kedepan h. Dilanjutkan dengan berjalan kedepan	1 – 4

Suyono D. 2000. *Pedoman Mengajar Lari, Lompat, Lempar*. Jakarta: IAAF RDC

Keterangan :

1. Penentuan Skor.
 - a. Jika 4 kriteria terpenuhi
 - b. Jika 3 kriteria terpenuhi
 - c. Jika 2 kriteria terpenuhi
 - d. Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi sama sekali
2. Kualitatif

- a. Skor 4 – 6 berarti kemampuan LompatJauh peserta didik masih rendah atau kurang
- b. Skor 7 – 10 berarti kemampuan LompatJauh peserta didik sedang atau cukup baik
- c. Skor 11 – 16 berarti kemampuan LompatJauh peserta didik tinggi atau baik

3. Kuantitatif

Nilai = (skor x 100) : nilai maksimum

atau 

Contoh Penilaian Lompat Jauh

No	Nama	Awalan				Tolakan				Melayang				Pendaratan				Jml	Nilai
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	E-1			3				3				3					4	13	81.3
2	E-2			3					4			3					3	13	81.3

Magelang, 22 Mei 2012

Kepala Sekolah

Peneliti

Khabib Asngari, S.Pd
NIP. 19611121 198304 1 004

Purjono
NIM. 10604227059

Lampiran 9

LEMBAR PENGAMATAN GURU

Sekolah :
Kelas/ Smt :
Siklus :

Hari,tanggal :
Pengamat :

Kriteria Penilaian

- 1) Skor 4, Sangat Baik (SB)
- 2) Skor 3, Baik (B)
- 3) Skor 2, Cukup Baik (CB)
- 4) Skor 1, Tidak Baik (TB)

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Membuka pelajaran meliputi:memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar				
2	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami				
3	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas				
4	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,				
5	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.				
6	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.				
7	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi				
8	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan				

Sumber: Nurkamid (2010). "Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh melalui Pendekatan Bermain pada Siswa Kelas V di SD Negeri Tamanagung 1 Kecamatan Muntilan Kabupaten Magelang ". Skripsi. UNY: FIK

Keterangan:

- 1) Skor 8 – 16 , Pelaksanaan pembelajaran berlangsung kurang baik
- 2) Skor 17 – 24 , Pelaksanaan pembelajaran berlangsung cukup baik
- 3) Skor 25 - 32 , Pelaksanaan pembelajaran berlangsung dengan baik

Lampiran 10

PENGAMATAN UNTUK GURU

Sekolah : SD 2 Treko Hari,tanggal : Selsas, 22 Mei 2012
 Kelas/ Smt : IV/2 Pengamat : **Yuliyati, S.Pd.**
 Peretmuhan : 1

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Membuka pelajaran meliputi:memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	√			
2	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami	√			
3	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas	√			
4	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,		√		
5	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.	√			
6	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.	√			
7	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi	√			
8	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan	√			
	JUMLAH SKOR	31			

Pengamat,

Yuliyati, S.Pd.
 NIP.19710831 200801 2 005

PENGAMATAN UNTUK GURU

Sekolah : SD 2 Treko
Kelas/ Smt : IV/2
Pertemuan : 1

Hari,tanggal : Selasa, 22 Mei 2012
Pengamat : **Amin Wahyuni, S.Pd**

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Membuka pelajaran meliputi: memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	✓			
2	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami	✓			
3	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas	✓			
4	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,	✓			
5	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.	✓			
6	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.	✓			
7	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi	✓			
8	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan	✓			
	JUMLAH SKOR				31

Pengamat,

Amin Wahyuni, S.Pd
NIP.1965030 198608 2 005

Lampiran 11

PENGAMATAN UNTUK GURU

Sekolah : SD 2 Treko Hari,tanggal : Selasa, 29 Mei 2012
 Kelas/ Smt : IV/2 Pengamat : **Yuliyati, S.Pd.**
 Pertemuan : 2

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Membuka pelajaran meliputi:memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	√			
2	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematik dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami	√			
3	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas	√			
4	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,	√			
5	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.	√			
6	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.	√			
7	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi	√			
8	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan	√			
	JUMLAH SKOR	32			

Pengamat,

Yuliyati, S.Pd.
 NIP.19710831 200801 2 005

PENGAMATAN UNTUK GURU

Sekolah : SD 2 Treko
Kelas/ Smt : IV/2
Pertemuan : 2

Hari,tanggal : Selasa, 29 Mei 2012
Pengamat : **Amin Wahyuni, S.Pd**

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Membuka pelajaran meliputi: memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	✓			
2	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami	✓			
3	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas	✓			
4	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,	✓			
5	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.	✓			
6	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.	✓			
7	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi	✓			
8	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan	✓			
	JUMLAH SKOR				32

Pengamat,

Amin Wahyuni, S.Pd
NIP.1965030 198608 2 005

INSTRUMEN PENILAIAN LOMPAT JAUH

Sekolah :
 Kelas/Smt : IV/ II
 Pertemuan :

Hari/Tanggal:
 Pengamat :

Aspek yang dinilai	Kriteria Penilaian	Rentang Skor
5. Awalan	i. Posisi badan siap lari. j. Lari kecil-kecil. k. Lari dengan kecepatan semaksimal mungkin l. Tempatkan posisi kaki yang terkuat	1 – 4
6. Tolakan	i. Menjatuhkan posisi kaki yang tepat. j. Tolakan kaki yang paling kuat. k. Badan condong ke depan. l. Melompat sejauh-jauhnya.	1 – 4
3. Melayang	i. Kaki tolakan dirapatkan dengan kaki yang satunya j. Sikap badan adalah jongkok. k. Tangan ayunkan ke atas kemudian di ayunkan kebelakang l. Sebelum mendarat kaki di luruskan ke depan	1 – 4
4. Pendaratan	i. Tumpuan kedua kaki kedepan j. Badan dibengkokkan ke depan k. Tangan menahan jatuhnya badan kedepan l. Dilanjutkan dengan berjalan kedepan	1 – 4

Suyono D. 2000. *Pedoman Mengajar Lari, Lompat, Lempar*. Jakarta: IAAF RDC

Keterangan :

4. Penentuan Skor.
 - e. Jika 4 kriteria terpenuhi
 - f. Jika 3 kriteria terpenuhi
 - g. Jika 2 kriteria terpenuhi
 - h. Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi sama sekali
5. Kualitatif
 - d. Skor 4 – 6 berarti kemampuan LompatJauh peserta didik masih rendah atau kurang
 - e. Skor 7 – 10 berarti kemampuan LompatJauh peserta didik sedang atau cukup baik
 - f. Skor 11 – 16 berarti kemampuan LompatJauh peserta didik tinggi atau baik
6. Kuantitatif

Nilai = $(\text{skor} \times 100) : \text{nilai maksimum}$

atau  — 

Lampiran 13

PENILAIAN AWAL LOMPAT JAUH

No	Nama	Awalan				Tolakan				Melayang				Pendaratan				Jml	Nilai
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	E-1			3				3				3				3		12	75
2	E-2			3				3				3				3		12	75
3	E-3			3				3				3				3		12	75
4	E-4			3		2				2				2				9	56.3
5	E-5			3				3				3				3		12	75
6	E-6		2					3				3			2			10	62.5
7	E-7		2			2				2				2				8	50
8	E-8			3				3				3				3		12	75
9	E-9			3				3				3				3		12	75
10	E-10		2					3				3				3		11	68.8
11	E-11			3				3				3				3		12	75
12	E-12			3				3				3				3		12	75
13	E-13			3		2				2				2				9	56.3
14	E-14		2			2				2				2				8	50
15	E-15			3				3				3				3		12	75
16	E-16		2			2				2				2				8	50
17	E-17			3				3				2				2		10	62.5
18	E-18			3				3				3				3		12	75
19	E-19			3				3				3				3		12	75
20	E-20			3				3				3				3		12	75
21	E-21			3		2				2						3		10	62.5
Rata-Rata Kelas																		67.6	
Persentase Ketuntasan Klasikal																		57	

Magelang, 15 Mei 2012

Kepala Sekolah

Petugas

Khabib Asngari, S.Pd.
NIP. 19611121 198304 1 004

Purjono
NIP. 19670302 198806 1 001

PENILAIAN AKHIR LOMPAT JAUH

No	Nama	Awalan				Tolakan				Melayang				Pendaratan				Jml	Nilai
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	E-1			3				3				3					4	13	81.3
2	E-2			3				4			3					3		13	81.3
3	E-3			3				3			3					3		12	75
4	E-4			3				3			3						4	13	81.3
5	E-5			3				3			3						4	13	81.3
6	E-6			3				3			3					3		11	75
7	E-7				4				4			3				3		14	87.5
8	E-8			3				3			3					3		12	75
9	E-9			3					4			3				3		13	81.3
10	E-10				4			3			3					3		13	81.3
11	E-11			3				4			3					3		13	81.3
12	E-12			3					4			3				3		13	81.3
13	E-13			3					4		2					3		12	75
14	E-14			3				3			3					3		10	75
15	E-15			3				3			3					3		12	75
16	E-16				4				4			3				3		14	87.5
17	E-17			3				3			3					3		10	75
18	E-18			3					4			3				3		13	81.3
19	E-19			3					4			3				3		13	81.3
20	E-20			3				3			3					3		12	75
21	E-21			3					4			3				3		13	81.3
Rata-Rata Kelas																		79,76	
Persentase Ketuntasan Klasikal																		100	

Magelang, 29 Mei 2012

Kepala Sekolah

Petugas

Khabib Asngari, S.Pd.
NIP. 19611121 198304 1 004

Amin Wahyuni, S.Pd
NIP. 19650830 198608 2 005

Lampiran 15

**ANGKET PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH MELALUI
PENDEKATAN BERMAIN**

Sekolah : Pertemuan :

Nama : Hari/Tanggal :

Kelas :

Petunjuk pengisian angket

- Bacalah pertanyaan-pertanyaan berikut ini, kemudian pilih jawaban yang telah disediakan sesuai dengan pendapat, situasi, dan keadaan yang sebenarnya.
- Berikan tanda silang (x) pada kolom sesuai dengan pilihan pendapatmu
- Setelah angket ini selesai diisi, dikumpulkan kepada guru.
- Kriteria Penilaian
 - 1) Skor 4, Sangat Senang (SS)
 - 2) Skor 3, Senang (S)
 - 3) Skor 2, Kurang Senang (KS)
 - 4) Skor 1, Tidak Senang (TS)

No	FAKTOR YANG DINILAI	ALTERNATIF JAWABAN			
		4	3	2	1
1	Saya merasa pembelajaran yang diberikan guru menyenangkan.				
2	Saya merasa tertarik untuk bisa lompat jauh.				
3	Saya kecewa seandainya pelajaran ini kosong.				
4	Saya selalu memperhatikan pembelajaran lompat jauh yang diberikan oleh guru.				
5	Saya suka dan senang olahraga lompat jauh, walaupun teman-teman tidak menyukainya.				
6	Saya suka pembelajaran lompat jauh, jika dalam pembelajarannya ada permainan.				
7	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh yang diadakan di sekolah.				
8	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh dengan sungguh-sungguh.				
9	Saya selalu mengawali aktivitas lompat jauh dengan				

	pemanasan terlebih dahulu.			
10	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh.			
11	Saya dapat memahami penjelasan dari guru			
12	Saya menemukan hal-hal baru yang menyenangkan selama pelajaran			
13	Saya selalu menyenangi lompat jauh dari pada pembelajaran pendidikan jasmani lainnya			
14	Saya dapat melakukan test evaluasi yang diberikan guru			
15	Saya dapat melihat nilai test evaluasi.			

Sumber: Nurkamid (2010). "Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh melalui Pendekatan Bermain pada Siswa Kelas V di SD Negeri Tamanagung 1 Kecamatan Muntilan Kabupaten Magelang ". Skripsi. UNY: FIK

Keterangan Jumlah Skor:

- 1) Skor 15 – 30, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung tidak menyenangkan
- 2) Skor 31 – 45, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung menyenangkan
- 3) Skor 46 - 60 , Pelaksanaan pembelajaran berlangsung sangat menyenangkan

Lampiran 16

**HASIL ANGKET PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH MELALUI
PENDEKATAN BERMAIN**

No	FAKTOR YANG DINILAI	ALTERNATIF JAWABAN			
		4	3	2	1
1	Saya merasa pembelajaran yang diberikan guru menyenangkan.	21	0	0	0
2	Saya merasa tertarik untuk bisa lompat jauh.	20	1	0	0
3	Saya kecewa seandainya pelajaran ini kosong.	19	2	0	0
4	Saya selalu memperhatikan pembelajaran lompat jauh yang diberikan oleh guru.	18	3	0	0
5	Saya suka dan senang olahraga lompat jauh, walaupun teman-teman tidak menyukainya.	16	5	0	0
6	Saya suka pembelajaran lompat jauh, jika dalam pembelajarannya ada permainan.	19	2	0	0
7	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh yang diadakan di sekolah.	19	2	0	0
8	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh dengan sungguh-sungguh.	20	1	0	0
9	Saya selalu mengawali aktivitas lompat jauh dengan pemanasan terlebih dahulu.	21	0	0	0
10	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh.	14	7	0	0
11	Saya dapat memahami penjelasan dari guru	21	0	0	0
12	Saya menemukan hal-hal baru yang menyenangkan selama pelajaran	17	4	0	0
13	Saya selalu menyenangi lompat jauh dari pada pembelajaran pendidikan jasmani lainnya	9	5	5	0
14	Saya dapat melakukan test evaluasi yang diberikan guru	18	3	0	0
15	Saya dapat melihat nilai test evaluasi.	21	0	0	0

HASIL DOKUMENTASI



Gambar 1. Permianan memindahkan kardus pertemuan 1



Gambar 2. Latihan Tolakan di atas Peti pertemuan 1



Gambar 3.Siswa mencoba melakukan gerakan lompat jauh pertemuan 1



Gambar 4. Diskusi dengan Kolabolator pada pertemuan 1



Gambar 5.Pemanasan pada pertemuan 2



Gambar 6. Permainan lompat kardus pertemuan 2



Gambar 7. Lompat Katak



Gambar 8.Tolakan di atas papan



Gambar 9. Pembagian angket kepada siswa