

Lampiran 1 : SURAT IJIN PENELITIAN



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

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

Nomor : 343 /H.34.16/PP/2012
Lamp. : 1 Eksp
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

10 Mei 2012

Yth. : Bupati Purworejo
cq. Kepala KPPT Kab. Purworejo
Purworejo, Jateng

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 : Legiyam
NIM : 10604227320
Program Studi : S-1 PGSD Penjas (PKS)

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 14 Mei s/d 14 Juni 2012
Tempat/Obyek : SD N Semawung, Kec. Purworejo, Kab. Purworejo / Siswa
Judul Skripsi : Upaya Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas IV SD N Semawung Purworejo.

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



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 00

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD N Semawung, Kec. Purworejo
2. Koordinator PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.



PEMERINTAH KABUPATEN PURWOREJO
KANTOR PELAYANAN PERIZINAN TERPADU (KPPT)

Jl. Urip Sumoharjo No. 6 Telp/Fax. (0275) 325202 Purworejo 54111

IZIN RISET / SURVEY / PKL
NOMOR : 072/187/2012

- I. Dasar : Peraturan Daerah Kabupaten Purworejo Nomor 14 Tahun 2008 tentang Organisasi dan Tata Kerja Perangkat Daerah Kabupaten Purworejo (Lembaran Daerah Kabupaten Purworejo Tahun 2008 Nomor 11).
- II. Menunjuk : Surat Permohonan Ijin penelitian Dari Dekan FIK UNY No. 943/H.34.16/PP/2012 Tanggal 10 Mei 2012
- III. Bupati Purworejo memberi Izin untuk melaksanakan Riset/ Survey/ PKL dalam Wilayah Kabupaten Purworejo kepada :

❖ Nama	: Legiyam
❖ Pekerjaan	: PNS
❖ NIM/NIP/KTP/ dll.	: 10604227320
❖ Instansi / Univ/ Perg. Tinggi	: Universitas Negeri Yogyakarta
❖ Jurusan	: PGSD
❖ Program Studi	: S.1
❖ Alamat	: Desa Kemanukan Rt.002/005 Kec. Bagelen Purworejo
❖ No. Telp.	: 085228674426
❖ Penanggung Jawab	: Dapan , M.Kes
❖ Maksud / Tujuan	: Penelitian
❖ Judul	: Upaya Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Semawung
❖ Lokasi	: SDN Semawung
❖ Lama Penelitian	: 2 Bulan
❖ Jumlah Peserta	: -

Dengan ketentuan - ketentuan sebagai berikut :

- a. Pelaksanaan tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu stabilitas daerah.
- b. Sebelum langsung kepada responden maka terlebih dahulu melapor kepada :
 1. Kepala Kantor Kesbangpolinmas Kabupaten Purworejo
 2. Kepala Pemerintahan setempat (Camat, Kades / Lurah)
- c. Sesudah selesai mengadakan Penelitian supaya melaporkan hasilnya Kepada Yth. Bupati Purworejo Cq. Kepala KPPT, dengan tembusan BAPPEDA Kab. Purworejo

Surat Ijin ini berlaku tanggal 12 Mei 2012 sampai dengan tanggal 12 Juli 2012.

Tembusan , dikirim kepada Yth :

1. Ka. Bappeda Kab. Purworejo;
2. Ka. Kantor Kesbangpolinmas Kab. Purworejo;
3. Ka. Dinas P & K Kab. Purworejo
4. Ka. SDN Semawung;
5. Dekan FIK UNY.

Dikeluarkan : Purworejo
Pada Tanggal : 12 Mei 2012

a.n. BUPATI PURWOREJO
KEPALA KANTOR
PELAYANAN PERIZINAN TERPADU
KABUPATEN PURWOREJO


ATTJATUR-PRIO UTOMO, S.Sos
Pembina
NIP. 19640724 198611 1 001



PEMERINTAH KABUPATEN PURWOREJO
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UPT P DAK K PURWOREJO

SD NEGERI SEMAWUNG

Alamat : Desa Semawung Kecamatan Purworejo Kabupaten Purworejo

SURAT IJIN PENELITIAN

Nomor : 070/ /2012

- I. Dasar : 1. Permohonan Ijin Penelitian Dari FIK UNY Nomor :
943/H.34.16/PP/2012
2. Ijin riset/survey/PKL Dari KPPT Kab. Purworejo Nomor :
072/187/2012

II. Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah SD Negeri Semawung
Kecamatan Purworejo Kabupaten Purworejo memperhatikan hal tersebut di atas,
bahwa SD Negeri Semawung memberi ijin atas pelaksanaan penelitian oleh :

1. Nama : LEGIYAM
2. NIM : 10604227320
3. Pekerjaan : Guru Penjaskes
4. Judul Penelitian : Upaya Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh Gaya
Jongkok Dengan Pendekatan Bermain Pada Siswa
Kelas IV SD Negeri Semawung Purworejo
5. Lokasi : SD Negeri Semawung

III. Surat ijin penelitian ini berlaku dari tanggal 12 Mei 2012 s. d. 12 Juli 2012.

Purworejo, 14 Mei 2012

Kepala SD Negeri Semawung



Dra. NURHAYATI

NIP. 19660510 199307 2 001

Lampiran 2 : RPP

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)
Siklus I Pertemuan pertama**

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester : IV (empat) / 2 (dua)
Alkasi waktu : 2 X 35 menit
Hari, Tanggal : Rabu, 16 Mei 2012
Jumlah siswa : 38

Standar Kompetensi : 6. Mempraktikkan gerak dasar kedalam permainan dan olahraga, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar : 6.3. Mempraktikkan gerak dasar yang dimodifikasi : lompat, loncat dan lempar, dengan memperhatikan nilai-nilai pantang menyerah, sportifitas, percaya diri, dan kejujuran.

Indikator : Dapat melakukan lompat tali karet yang dibentangkan dengan semangat, senang tanpa kenal lelah.

A. Tujuan Pembelajaran :

1. Siswa memahami cara melakukan lompat tali karet yang dibentangkan melintang dengan benar.
2. Siswa mampu dan mau melakukan lompat tali karet yang dibentangkan dengan ketinggian 50 cm.
3. Siswa memiliki sikap percaya diri, kerja sama dan tanggung jawab dalam melakukan lompat tali karet yang dibentangkan melintang.

Unsur karakter yang diharapkan :

Disiplin, jujur, tanggung jawab, kerja sama, percaya diri, keberanian.

B. Materi Pembelajaran :

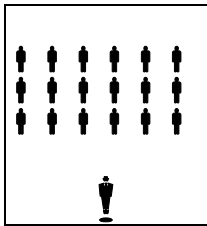
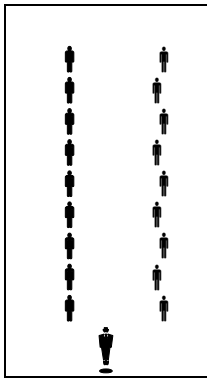
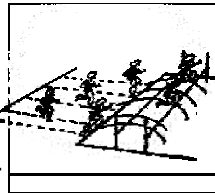
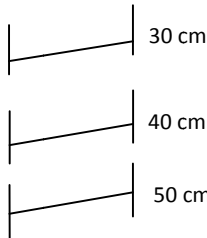
-Lompat Jauh

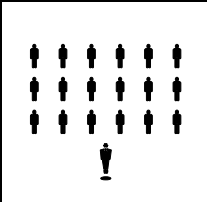
C. Metode Pembelajaran :

- Komando

- Demonstrasi
- Penugasan

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran :

No	URAIAN	GAMBAR	METODE	UNSUR KARAKTER
I	Kegiatan Awal Pendahuluan : (10 menit) -Siswa dibariskan menjadi 3 bersaf -berhitung, berdoa, presensi, apersepsi. Eksplorasi : Dilakukan dengan permainan “Kejar Injak”. -Siswa dibagi menjadi 2 kelompok/ barisan sama banyak, dilanjutkan tos. -Kelompok barisan yang menang masing - masing diberi tali rafia, dengan ukuran panjang 50 cm dan disematkan pada sepatu. -Kelompok yang kalah berusaha mengejar dan menginjak rafia. Apabila rafia terinjak maka permainan dilakukan bergantian.		Ceramah	Kedisiplinan
	Kegiatan Inti: (53 menit). Elaborasi: -Lompat tali yang dibentangkan melintang. -Tali karet dibentangkan melintang dengan ukuran panjang dan tinggi bervariasi. -Secara perorangan/berpasangan/ berkelompok anak melakukan gerakan melompat melewati tali karet yang telah dibentangkan melintang, tanpa menentukan tempat tumpuan. -Dilakukan dengan menggunakan awalan pendek.		Bermain	Menghargai sesama Kejujuran
II	Kegiatan Inti: (53 menit). Elaborasi: -Lompat tali yang dibentangkan melintang. -Tali karet dibentangkan melintang dengan ukuran panjang dan tinggi bervariasi. -Secara perorangan/berpasangan/ berkelompok anak melakukan gerakan melompat melewati tali karet yang telah dibentangkan melintang, tanpa menentukan tempat tumpuan. -Dilakukan dengan menggunakan awalan pendek.	 	Penugasan	Keberanian

III	-Bidang pendaratan diberi tanda, agar siswa dapat menjadikan tanda tersebut sebagai suatu tingkat keberhasilan dalam lompatan. Konfirmasi: - Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa - Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan Kegiatan Akhir: Penenangan: (7 menit) Diberikan dalam bentuk nyanyian. -Formasi siswa 3 bersaf, duduk selunjur. -Menyanyikan dan memperagakan lagu “Kepala Pundak Lutut Kaki.” -Diberi koreksi, masukan dan penugasan untuk latihan di rumah. Setelah selesai ditutup dengan berdoa dan dibubarkan.		Komando Penugasan	Kejujuran
-----	--	---	----------------------	-----------

E. Sarana/prasarana dan Sumber Belajar

Sarana/prasarana : -Peluit, tali gelang karet,petak spon, bilah bambu.

Sumber Belajar : -Silabus KTSP Penjas kelas IV.

-Sukrisno, (2005: 65-68). *Pendidikan Jasmani Untuk Sekolah Dasar Kelas IV*. Jakarta : Erlangga.

-Mochamad Djumidar A. Widya, (2004: 66-69). *Gerak-Gerak Dasar Atletik dalam Bermain*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

F. Penilaian : 1. Tes Unjuk kerja dan observasi.
2. Bentuk Penilaian : Tes Keterampilan.

Rubrik Penilaian :

No	Aspek	Kriteria	Skor
1	Pengetahuan	*Sangat baik *Baik *Sedang *Kurang	4 3 2 1
2	Praktek	*selalu aktif *sering aktif *kadang-kadang aktif *tidak aktif	4 3 2 1
3	Sikap	*Sangat baik *Baik *Sedang *Kurang	4 3 2 1

Nilai = $\frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 10$

Lembar Penilaian

No	Nama Siswa	Performan			Jumlah Skor	Nilai	Ket
		Pengetahuan	Praktik	Sikap			
1							
2							
3							
dst							



Purworejo, 14 Mei 2012

Mahasiswa

Legiyam
NIM 10604227320

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Siklus I Pertemuan kedua

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester : IV (empat) / 2 (dua)
Alkasi waktu : 2 X 35 menit
Hari, Tanggal : Sabtu, 19 Mei 2012
Jumlah siswa : 38

Standar Kompetensi : 6. Mempraktikkan gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dan nilai- nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar : 6.3. Mempraktikkan gerak dasar yang dimodifikasi : lompat, loncat dan lempar, dengan memperhatikan nilai-nilai pantang menyerah, sportifitas, percaya diri, dan kejujuran.

Indikator : - Melakukan gerakan lompat, dan mendarat pada lingkaran.

A. Tujuan Pembelajaran :

1. Siswa memahami cara melakukan lompat dan mendarat pada lingkaran dengan benar.
2. Siswa memiliki sikap percaya diri, kebersamaan dan tanggung jawab dalam melakukan lompatam dan mendarat pada lingkaran.
3. Siswa dapat melakukan lompat dengan mengatur kecepatan, hingga kedua kaki mampu mendarat pada lingkaran dengan jarak 1 meter.

Unsur karakter yang diharapkan : Disiplin, jujur, tanggungjawab, kerja sama, percaya diri, keberanian.

B. Materi Pembelajaran :

-Lompat Jauh.

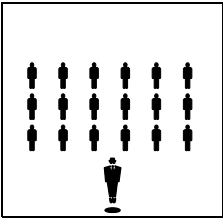
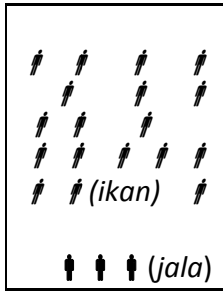
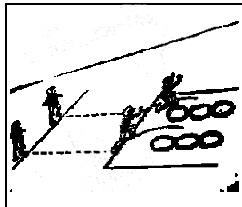
C. Metode Pembelajaran :

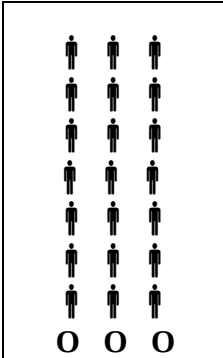
- Komando

- Demonstrasi

- Penugasan.

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran :

NO	URAIAN	GAMBAR	METODE	UNSUR KARAKTER
I	Kegiatan Awal Pendahuluan : (10 menit) Siswa dibariskan dalam formasi 3 bersaf. Berdoa, presensi, apersepsi Eksplorasi : Dilakukan dengan permainan “Menjala Ikan” -Guru menunjuk 3 anak sebagai jala, dan anak yang lain menjadi ikan berdiri bebas. -dengan aba-aba guru, jala memulai mencari/ mengejar ikan. -Anak/ ikan yang terjala bergabung menjadi jala (jala bertambah besar). -Permainan dilakukan sampai ikan-ikan terjala semua.	 	Komando Ceramah Bermain	Kedisiplinan Kerja sama Tanggung jawab
II	Kegiatan Inti: (53 menit). Elaborasi: Lompat pada lingkaran-lingkaran karet. -Siswa dibariskan dalam formasi 2 berbanjar. Jalannya permainan : -Lingkaran-lingkaran karet/gelastis disusun bervariasi. -Secara perorangan/berpasangan/		Komando Penugasan	Keberanian Menghargai sesama

III	berkelompok anak disuruh melompat dan mendarat pada lingkaran karet. -Dilakukan dengan menggunakan awalan bervariasi. Konfirmasi: - Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa. - Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan. Kegiatan Akhir: Penenangan: (7 menit) Dilakukan dengan penguluran bentuk <i>game</i>. -Formasi barisan 3 berbanjar. -Siswa yang berdiri terdepan diberi bola. -Dengan aba-aba dari guru, siswa terdepan memberikan bola pada teman belakangnya lewat atas kepala, samping badan,diantara 2 kaki, maupun variasi lainnya. -Regu yang tercepat memberikan bola pada anak yang berdiri paling belakang, itulah pemenangnya. -Siswa dibariskan kembali untuk diberikan koreksi masukan dan penugasan untuk latihan di rumah -Ditutup dengan doa dan dibubarkan.		Komando Demonstrasi Penugasan	Kerja sama Kejujuran
------------	---	--	--	---------------------------------

E. Sarana/prasarana dan Sumber Belajar

- Sarana/prasarana : -Peluit, ban sepeda, spon pembatas.
- Sumber Belajar : -Silabus KTSP Penjas kelas IV.

- Sukrisno, (2005: 65-68). *Pendidikan Jasmani Untuk Sekolah Dasar Kelas IV*. Jakarta : Erlangga.
- Mochamad Djumidar A. Widya, (2004: 66-69). *Gerak-Gerak Dasar Atletik dalam Bermain*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

F. Penilaian :

1. Tes Unjuk kerja dan observasi.
2. Bentuk Penilaian : Tes Keterampilan.

Rubrik Penilaian :

No	Aspek	Kriteria	Skor
	Pengetahuan	*Sangat baik	4
		*Baik	3
		*Sedang	2
		*Kurang	1
	Praktek	*selalu aktif	4
		*sering aktif	3
		*kadang-kadang aktif	2
		*tidak aktif	1
	Sikap	*Sangat baik	4
		*Baik	3
		*Sedang	2
		*Kurang	1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 10$$

Lembar Penilaian

No	Nama Siswa	Performan			Jumlah Skor	Nilai	Ket
		Pengetahuan	Praktik	Sikap			
1							
2							
3							
dst							



Purworejo, 16 Mei 2012
Mahasiswa

Legiyam
NIM 10604227320

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)
Siklus II Pertemuan pertama**

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester : IV (empat) / 2 (dua)
Alkasi waktu : 2 X 35 menit
Hari, Tanggal : Rabu, 23 Mei 2012
Jumlah siswa : 38

Standar Kompetensi : 6. Mempraktikkan gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dan nilai- nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar : 6.3. Mempraktikkan gerak dasar yang dimodifikasi : lompat, loncat dan lempar, dengan memperhatikan nilai-nilai pantang menyerah, sportifitas, percaya diri, dan kejujuran

Indikator : - Melakukan lompat berturut-turut melewati gawang/kardus.

A. Tujuan Pembelajaran :

1. Siswa memahami cara melakukan lompat gawang/kardus berturut-turut dengan benar.
2. Siswa memiliki sikap percayadiri, gembira dan sportifitas dalam melakukan lompat gawang dengan ketinggian 40 cm.
3. Siswa dapat melakukan lompat gawang/kardus, menolak dari awalan pendek dan memperbaiki sikap menolak.

Unsur karakter yang diharapkan : Disiplin, jujur, tanggungjawab, kerja sama, percaya diri, keberanian.

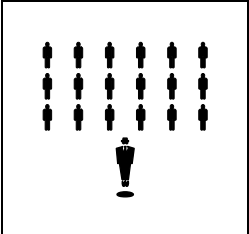
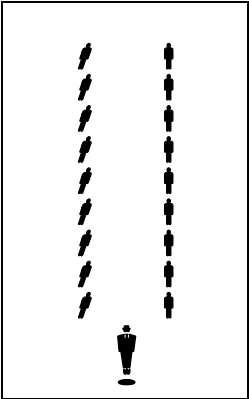
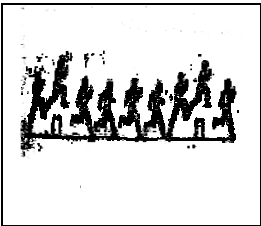
B. Materi Pembelajaran :

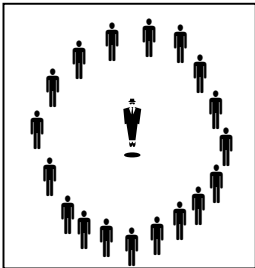
-Lompat Jauh.

C. Metode Pembelajaran :

- Komando
- Demonstrasi
- Penugasan

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran :

No	URAIAN	GAMBAR	METODE	UNSUR KARAKTER
I	Kegiatan Awal Pendahuluan : (10 menit) -Siswa dibariskan menjadi 3 bersaf berhitung, berdoa, presensi, apersepsi. Eksplorasi : Dilakukan dengan permainan “Hijau Hitam’. Pelaksanaannya: - Siswa dibagi menjadi 2 kelompok/ barisan sama banyak , dilanjutkan tos. - Masing - masing diberi tali rafia, dengan ukuran panjang 50 cm dan disematkan pada pinggang bagian belakang. - Setelah guru mengatakan hijau/hitam, maka regu yang disebut segera lari. -Regu yang lain segera mengejar dan berusaha merebut tali yang ada di pinggang lawan. - Apabila tali terebut/kena maka regu lawan menggendongnya menuju tempat semula.	 	Komando Komando. Demonstrasi. Bermain	Kedisiplinan Menghargai sesama
II	Kegiatan Inti: (53 menit). Elaborasi: Lompat gawang/kardus berturut- turut. Pelaksanaan : -gawang/kardus disusun dengan jarak 6-8 m, dengan ketinggian 30-40 cm. -Secara perorangan / berpasangan /		Penugasan	Keberanian

	berkelompok anak melakukan lompatan pada gawang/kardus yang telah diatur. -Dilakukan dengan menggunakan awalan pendek, dan mendarat dengan kaki depan/ayun. Konfirmasi: - Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa. - Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan.			
III	Kegiatan Akhir Penenangan: (7 menit) Diberikan dalam bentuk nyanyian. -Formasi duduk rileks membentuk lingkaran. -Bernyanyi sambil memindahkan bola secara urut berputar, bila peluit berbunyi, bola berhenti. -Siswa yang memegang bola diberi hukuman yang mendidik. -Diberi koreksi, masukan dan penugasan untuk latihan di rumah. Setelah selesai ditutup dengan berdoa dan dibubarkan.		Komando Penugasan	Kejujuran

E. Sarana/prasarana dan Sumber Belajar

Sarana/prasarana : -Peluit, kardus, spon pembatas.

Sumber Belajar : -Silabus KTSP Penjas kelas IV.

-Sukrisno, (2005: 65-68). *Pendidikan Jasmani Untuk Sekolah Dasar Kelas IV*. Jakarta : Erlangga.

-Mochamad Djumidar A. Widya, (2004: 66-69). *Gerak-
Gerak Dasar Atletik dalam Bermain*. Jakarta: PT Raja
Grafindo Persada.

F. Penilaian : 1. Tes Unjuk kerja dan observasi.
2. Bentuk Penilaian : Tes Keterampilan.

Rubrik Penilaian :

No	Aspek	Kriteria	Skor
1	Pengetahuan	*Sangat baik *Baik *Sedang *Kurang	4 3 2 1
2	Praktek	*selalu aktif *sering aktif *kadang-kadang aktif *tidak aktif	4 3 2 1
3	Sikap	*Sangat baik *Baik *Sedang *Kurang	4 3 2 1

Nilai = $\frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 10$

Lembar Penilaian

No	Nama Siswa	Performan			Jumlah Skor	Nilai	Ket
		Pengetahuan	Praktik	Sikap			
1							
2							
3							
dst							

Mengetahui
Kepala SD N Semawung
Dra. Nurhayati
NIP. 19660510 199307 2 001



Purworejo, 22 Mei 2012
Mahasiswa

Legiyam
NIM 10604227320

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)
Siklus II Pertemuan kedua**

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester : IV (empat) / 2 (dua)
Alkasi waktu : 2 X 35 menit
Hari, Tanggal : Sabtu, 26 Mei 2012
Jumlah siswa : 38

Standar Kompetensi : 6. Mempraktikkan gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dan nilai- nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar : 6.3. Mempraktikkan gerak dasar yang dimodifikasi lompat, loncat dan lempar, dengan memperhatikan nilai-nilai pantang menyerah, sportifitas, percaya diri, dan kejujuran.

Indikator : - Melompat kardus yang disusun bervariasi.

A. Tujuan Pembelajaran :

1. Siswa memahami cara melakukan gerakan melompat kardus yang tersusun bervariasi dengan benar.
2. Siswa memiliki sikap percaya diri, gembira dan sportifitas dalam melakukan lompat kardus yang tersusun 3 saf ke depan.
3. Siswa dapat melompat melewati kardus untuk merasakan sikap melayang.

Unsur karakter yang diharapkan : Disiplin, jujur, kerja sama, percaya diri, keberanian.

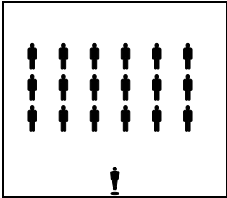
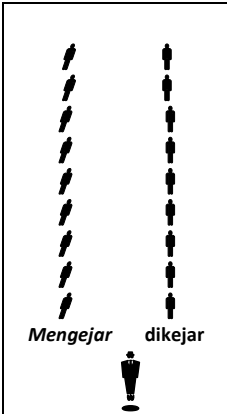
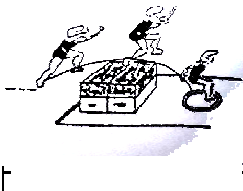
B. Materi Pembelajaran :

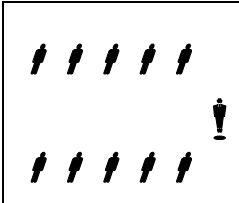
-Lompat Jauh.

C. Metode Pembelajaran :

- Komando
- Demonstrasi
- Penugasan

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran :

No	URAIAN	GAMBAR	METODE	UNSUR KARAKTER
I	Kegiatan Awal Pendahuluan : (10 menit) -Siswa dibariskan menjadi 3 bersaf berhitung, berdoa, presensi, apersepsi. Eksplorasi : Dilakukan dengan permainan “Kejar Tembak”. Pelaksanaannya: - Siswa dibagi menjadi 2 kelompok/ barisan sama banyak, dilanjutkan tos. - Anak dalam barisan kalah diberi bola plastik. - Setelah ada aba-aba dari guru, maka anak yang memegang bola segera lari mengejar dan berusaha menimpuk anak dalam barisan lain yang berlari. - Apabila kena, cara mainannya dilakukan bergantian.		Komando Penugasan	Kedisiplinan
			Bermain	Kejujuran
II	Kegiatan Inti: (53 menit). Elaborasi: Lompat kardus yang disusun bervariasi. Pelaksanaan : -Kardus disusun bervariasi kedepan dan ke atas. -Secara perorangan/berpasangan anak melakukan lompatan pada kardus yang telah disusun dan mendarat dengan aman.		Komando Demonstrasi Penugasan	Keberanian

III	-Dilakukan dengan awalan, jarak bervariasi, dengan tujuan untuk merasakan sikap melayang. Konfirmasi: - Bertanya jawab tentang hal- hal yang belum diketahui siswa. - Bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan Kegiatan Akhir Penenangan: (7 menit) Dilakukan dengan permainan tanya jawab, “sedang apa” -Formasi 2 kelompok duduk selunjur. -Dengan pimpinan guru, salah satu regu memulai dengan pertanyaan “sedang apa” -Pertanyaan harus dijawab regu lawan dengan dua suku kata. -Bagi regu yang tidak bisa menjawab pertanyaan akan mendapat hukuman. -Diberi koreksi, masukan dan penugasan untuk latihan di rumah. Setelah selesai ditutup dengan berdoa dan dibubarkan.		Komando Penugasan	Kejujuran Kerja sama
------------	--	---	------------------------------	---------------------------------

E. Sarana/prasarana dan Sumber Belajar.

Sarana/prasarana : -Peluit, kardus, spon pembatas.

Sumber Belajar : -Silabus KTSP Penjas kelas IV.

-Sukrisno, (2005: 65-68). *Pendidikan Jasmani Untuk Sekolah Dasar Kelas IV*. Jakarta : Erlangga.

-Mochamad Djumidar A. Widya, (2004: 66-69). *Gerak-*

Gerak Dasar Atletik dalam Bermain. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

F. Penilaian :

1. Tes Unjuk kerja dan observasi.
2. Bentuk Penilaian : Tes Keterampilan.

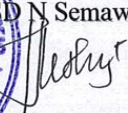
Rubrik Penilaian :

No	Aspek	Kriteria	Skor
1	Pengetahuan	*Sangat baik *Baik *Sedang *Kurang	4 3 2 1
2	Praktek	*selalu aktif *sering aktif *kadang-kadang aktif *tidak aktif	4 3 2 1
3	Sikap	*Sangat baik *Baik *Sedang *Kurang	4 3 2 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 10$$

Lembar Penilaian

No	Nama Siswa	Performan			Jumlah Skor	Nilai	Ket
		Pengetahuan	Praktik	Sikap			
1							
2							
3							
dst							

Mengetahui
Kepala SD N Semawung

Dra. Nurhayati
NIP. 19660510 199307 2 001



Purworejo, 25 Mei 2012
Mahasiswa

Legiyam
NIM 10604227320

Lampiran 3 : LEMBAR PENILAIAN

Lembar Penilaian Siklus I Pertemuan Pertama

No	Nama Siswa	Performan			Jumlah Skor	Nilai	Ket
		Pengetahuan	Praktik	Sikap			
1	Fitriyanto	2	3	2	7	58	TT
2	Azis Fajar Nur Rosyid	2	3	2	7	58	TT
3	Agung Sutriyoko	2	4	3	9	75	
4	Hanif Nur Fauzi	3	3	3	9	75	
5	Cahya Nur Fuad	2	3	3	8	67	TT
6	Ibnu Taufik	2	4	3	9	75	
7	Lukman Hakim	2	3	3	8	66	TT
8	M.Fahrur Rozi	3	3	3	9	75	
9	Alfin Maghfiroh	2	3	2	7	58	TT
10	Arif Setyo Aji	2	4	3	9	75	
11	Catur Budiyanto	3	4	3	10	83	
12	Chusnil Ulum	3	3	3	9	75	
13	Dimas Anggoro Seto	3	3	3	9	75	
14	E r i n	2	3	3	8	66	TT
15	Eksinta Navanda R.	2	3	3	8	66	TT
16	Feri Gunawan	3	4	3	10	83	
17	Ferry Sulistyawan	2	4	3	9	75	
18	Gebby Rita Antika	2	4	3	9	75	
19	Maftuch Wijaya	2	3	3	8	66	TT
20	M.Rodli Choirul Muna	2	3	3	8	66	TT
21	Murtafiah Mubarakah	3	3	2	8	66	TT
22	Murti Vika Wulandari	3	3	3	9	75	
23	Mutiara Rahmalina	3	4	2	9	75	
24	Nur Rochman S.	2	4	3	9	75	
25	Nurul Akhmal Hidayah	2	3	3	8	66	TT
26	Okta Permatasari	3	3	3	9	75	
27	Rendy Agustiyanto	3	3	3	9	75	
28	Ridwan Wijayanto	2	4	3	9	75	
29	Rr.Delfia Rosma F.	2	3	3	8	66	TT
30	Rif'at Naziah	3	3	3	9	75	
31	Saniatus Zahro	3	3	3	9	75	
32	Sri Rizki Mayarti	3	3	3	9	75	
33	Ulfah Nur Azizah	3	4	3	10	83	
34	Wisnu Rizki Wardana	3	4	3	10	83	
35	Yunifa Rochma R.	3	3	3	9	75	
36	Fernanda Hapsari P.	2	3	3	8	66	TT
37	Rifdo Fijanarko	3	3	3	9	75	
38	Ariyo Dwi P.	2	3	3	8	66	TT

Lembar Penilaian Siklus I Pertemuan Kedua

No	Nama Siswa	Performan			Jumlah Skor	Nilai	Ket
		Pengetahuan	Praktik	Sikap			
1	Fitriyanto	2	3	3	8	66	TT
2	Azis Fajar Nur Rosyid	2	3	3	8	66	TT
3	Agung Sutriyoko	3	4	3	10	83	
4	Hanif Nur Fauzi	2	4	3	9	75	
5	Cahaya Nur Fuad	2	4	3	9	75	
6	Ibnu Taufik	3	3	3	9	75	
7	Lukman Hakim	3	4	2	9	75	
8	M.Fahrur Rozi	3	3	3	9	75	
9	Alfin Maghfiroh	2	3	3	8	66	TT
10	Arif Setyo Aji	3	3	3	9	75	
11	Catur Budiyanto	3	4	3	10	83	
12	Chusnil Ulum	3	3	3	9	75	
13	Dimas Anggoro Seto	3	4	3	10	83	
14	E r i n	2	3	3	8	66	TT
15	Eksinta Navanda R.	3	3	3	9	75	
16	Feri Gunawan	3	4	3	10	83	
17	Ferry Sulistyawan	3	4	3	10	83	
18	Gebby Rita Antika	3	3	3	9	75	
19	Maftuch Wijaya	3	3	3	9	75	
20	M.Rodli Choirul Muna	2	3	3	8	66	TT
21	Murtafiah Mubarakah	2	3	3	8	66	TT
22	Murti Vika Wulandari	3	3	3	9	75	
23	Mutiara Rahmalina	3	3	3	9	75	
24	Nur Rochman S.	3	3	3	9	75	
25	Nurul Akhmal Hidayah	2	3	3	8	66	TT
26	Okta Permatasari	3	3	3	9	75	
27	Rendy Agustiyanto	3	3	3	9	75	
28	Ridwan Wijayanto	3	4	3	10	83	
29	Rr.Delfia Rosma F.	2	3	3	8	66	TT
30	Rif'at Naziah	3	3	3	9	75	
31	Saniatus Zahro	3	3	3	9	75	
32	Sri Rizki Mayarti	3	3	3	9	75	
33	Ulfah Nur Azizah	2	4	3	9	75	
34	Wisnu Rizki Wardana	3	4	3	10	83	
35	Yunifa Rochma R.	3	3	3	9	75	
36	Fernanda Hapsari P.	2	3	3	8	66	TT
37	Rifdo Fijanarko	2	4	3	9	75	
38	Ariyo Dwi P.	2	3	3	8	66	TT

Mengetahui
Kepala SD N Semawung
Dra. Nurhayati
NIP. 19660510 199307 2 001

Purworejo, 19 Mei 2012

Mahasiswa

Legiyam
NIM 10604227320

Lembar Penilaian Siklus II Pertemuan Pertama

No	Nama Siswa	Performan			Jumlah Skor	Nilai	Ket
		Pengetahuan	Praktik	Sikap			
1	Fitriyanto	2	3	3	8	66	TT
2	Azis Fajar Nur Rosyid	3	3	3	9	75	
3	Agung Sutriyoko	3	4	2	9	75	
4	Hanif Nur Fauzi	3	3	3	9	75	
5	Cahya Nur Fuad	3	3	3	9	75	
6	Ibnu Taufik	3	4	3	10	83	
7	Lukman Hakim	3	4	3	10	83	
8	M.Fahrur Rozi	3	3	3	9	75	
9	Alfin Maghfiroh	2	3	3	8	66	TT
10	Arif Setyo Aji	3	3	3	9	75	
11	Catur Budiyanto	3	4	3	10	83	
12	Chusnil Ulum	2	4	3	9	75	
13	Dimas Anggoro Seto	3	4	3	10	83	
14	E r i n	3	3	3	9	75	
15	Eksinta Navanda R.	3	3	3	9	75	
16	Feri Gunawan	3	4	3	10	83	
17	Ferry Sulistyawan	2	4	3	9	75	
18	Gebby Rita Antika	3	3	3	9	75	
19	Maftuch Wijaya	3	3	3	9	75	
20	M.Rodli Choirul Muna	2	3	3	8	66	TT
21	Murtafiah Mubarakah	3	3	3	9	75	
22	Murti Vika Wulandari	3	3	3	9	75	
23	Mutiara Rahmalina	3	3	3	9	75	
24	Nur Rochman S.	2	4	3	9	75	
25	Nurul Akhmal Hidayah	3	3	3	9	75	
26	Okta Permatasari	3	3	3	9	75	
27	Rendy Agustiyanto	2	4	3	9	75	
28	Ridwan Wijayanto	3	4	3	10	83	
29	Rr.Delfia Rosma F.	3	3	3	9	75	
30	Rif'at Naziah	3	3	3	9	75	
31	Saniatus Zahro	2	4	3	9	75	
32	Sri Rizki Mayarti	3	3	3	9	75	
33	Ulfah Nur Azizah	3	4	3	10	83	
34	Wisnu Rizki Wardana	3	4	3	10	83	
35	Yunifa Rochma R.	3	3	3	9	75	
36	Fernanda Hapsari P.	2	3	3	8	66	TT
37	Rifdo Fijanarko	2	4	3	9	75	
38	Ariyo Dwi P.	2	4	3	9	75	

Lembar Penilaian Siklus II Pertemuan Kedua

No	Nama Siswa	Performan			Jumlah Skor	Nilai	Ket
		Pengetahuan	Praktik	Sikap			
1	Fitriyanto	2	3	3	8	66	TT
2	Azis Fajar Nur Rosyid	3	3	3	9	75	
3	Agung Sutriyoko	3	4	3	10	83	
4	Hanif Nur Fauzi	2	4	3	9	75	
5	Cahaya Nur Fuad	3	3	3	9	75	
6	Ibnu Taufik	3	4	3	10	83	
7	Lukman Hakim	3	4	3	10	83	
8	M.Fahrur Rozi	3	3	3	9	75	
9	Alfin Maghfiroh	2	3	3	8	66	TT
10	Arif Setyo Aji	2	4	3	9	75	
11	Catur Budiyanto	3	4	3	10	83	
12	Chusnil Ulum	3	3	3	9	75	
13	Dimas Anggoro Seto	3	4	3	10	83	
14	E r i n	3	3	3	9	75	
15	Eksinta Navanda R.	3	3	3	9	75	
16	Feri Gunawan	3	4	3	10	83	
17	Ferry Sulistyawan	3	4	3	10	83	
18	Gebby Rita Antika	3	3	3	9	75	
19	Maftuch Wijaya	3	3	3	9	75	
20	M.Rodli Choirul Muna	2	3	3	8	66	TT
21	Murtafiah Mubarakah	3	3	3	9	75	
22	Murti Vika Wulandari	2	4	3	9	75	
23	Mutiara Rahmalina	2	4	3	9	75	
24	Nur Rochman S.	3	3	3	9	75	
25	Nurul Akhmal Hidayah	3	3	3	9	75	
26	Okta Permatasari	2	4	3	9	75	
27	Rendy Agustiyanto	3	3	3	9	75	
28	Ridwan Wijayanto	3	4	3	10	83	
29	Rr.Delfia Rosma F.	3	3	3	9	75	
30	Rif'at Naziah	3	3	3	9	75	
31	Saniatus Zahro	3	4	3	10	83	
32	Sri Rizki Mayarti	3	3	3	9	75	
33	Ulfah Nur Azizah	3	4	3	10	83	
34	Wisnu Rizki Wardana	3	4	3	10	83	
35	Yunifa Rochma R.	3	3	3	9	75	
36	Fernanda Hapsari P.	3	3	3	9	75	
37	Rifdo Fijanarko	2	4	3	9	75	
38	Ariyo Dwi P.	2	4	3	9	75	



Mengetahui

Kepala SD N Semawung

Mra. Nurhayati

NIP. 19660510 199307 2 001

Purworejo, 26 Mei 2012

Mahasiswa

Legiyam

NIM 10604227320

Lampiran 4: INSTRUMEN PENILAIAN

INSTRUMEN PENILAIAN PSIKOMOTOR LOMPAT JAUH

Sekolah : SD Negeri Semawung Pengamat : Legiyam
 Hari/Tanggal : 19 Mei 2012 Siklus : I
 Kelas/Smt : IV/ II Pertemuan : kedua

Aspek yang dinilai	Kriteria Penilaian	Rentang Skor	Skor
1. Awalan	a. Posisi badan siap lari. b. Lari kecil-kecil. c. Lari dengan kecepatan semaksimal mungkin d. Tempatkan posisi kaki yang terkuat Penentuan Skor: 1) Jika 4 kriteria terpenuhi 2) Jika 3 kriteria terpenuhi 3) Jika 2 kriteria terpenuhi 4) Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi sama sekali	1 - 4	4 3 2 1
2. Tolakan /Tumpuan	a. Menjatuhkan posisi kaki yang tepat. b. Tolakan kaki yang paling kuat. c. Badan condong ke depan. d. Melompat setinggi-tingginya. Penentuan Skor: 1) Jika 4 kriteria terpenuhi 2) Jika 3 kriteria terpenuhi 3) Jika 2 kriteria terpenuhi 4) Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi sama sekali	1-4	4 3 2 1
3. Melayang	a. Kaki berjalan diudara b. Badan tegak. c. Tangan ayunkan ke atas d. Sebelum mendarat kaki di luruskan ke depan Penentuan Skor: 1) Jika 4 kriteria terpenuhi 2) Jika 3 kriteria terpenuhi 3) Jika 2 kriteria terpenuhi 4) Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi sama sekali	1 - 4	4 3 2 1

4.Pendaratan	a. Tumpuan kaki kedepan b. Badan jatuhkan ke depan c. Tangan menahan jatuhnya badan kedepan d. Dilanjutkan dengan berjalan kedepan Penentuan Skor: 1) Jika 4 kriteria terpenuhi 2) Jika 3 kriteria terpenuhi 3) Jika 2 kriteria terpenuhi 4) Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi sama sekali	1 - 4	4 3 2 1
--------------	---	-------	------------------

Keterangan :

1. Kualitatif

- Skor 4 – 6 berarti kemampuan Lompat Jauh siswa masih rendah atau kurang.
- Skor 7 – 10 berarti kemampuan Lompat Jauh siswa sedang atau cukup baik.
- Skor 11 – 16 berarti kemampuan Lompat Jauh siswa tinggi atau baik.

2. Kuantitatif :

Nilai = (Skor x 100) : Skor Maksimum

**PENILAIAN PROSES PEMBELAJARAN AKHIR SIKLUS I LOMPAT JAUH
KELAS IV SDN SEMAWUNG**

No	Nama	Awalan				Tolakan/ Tumpuan				Melayang				Mendarat				Jml	Nilai	Ket	
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			T	TT
1	Fitriyanto			✓				✓					✓		✓			12	75	✓	
2	Azis Fajar Nur Rosyid				✓			✓				✓			✓			12	75	✓	
3	Agung Sutriyoko			✓					✓			✓				✓		13	82	✓	
4	Hanif Nur Fauzi			✓				✓				✓					✓	13	82	✓	
5	Cahya Nur Fuad			✓				✓			✓						✓	12	75	✓	
6	Ibnu Taufik			✓				✓				✓					✓	13	82	✓	
7	Lukman Hakim				✓			✓				✓				✓		13	82	✓	
8	M.Fahrur Rozi				✓			✓			✓					✓		12	75	✓	
9	Alfin Maghfiroh			✓			✓				✓					✓		10	63		✓
10	Arif Setyo Aji				✓			✓			✓					✓		12	75	✓	
11	Catur Budiyanto				✓			✓				✓				✓		12	82	✓	
12	Chusnil Ulum			✓				✓				✓					✓	12	75	✓	
13	Dimas Anggoro Seto			✓				✓					✓			✓		13	82	✓	
14	E r i n			✓				✓			✓						✓	12	75	✓	
15	Eksinta Navanda R.			✓				✓			✓					✓		12	75	✓	
16	Feri Gunawan				✓			✓				✓				✓		13	82	✓	
17	Ferry Sulistyawan			✓					✓			✓				✓		13	82	✓	
18	Gebby Rita Antika				✓			✓				✓				✓		13	82	✓	
19	Maftuch Wijaya				✓			✓				✓			✓			12	75	✓	
20	M.Rodli Choirul Muna			✓				✓			✓					✓		11	69		✓
21	Murtafiah Mubarakah			✓					✓		✓					✓		12	75	✓	
22	Murti Vika Wulandari			✓			✓					✓					✓	12	75	✓	
23	Mutiara Rahmalina				✓			✓				✓				✓		13	82	✓	
24	Nur Rochman S.			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
25	Nurul Akhmal Hidayah			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
26	Okta Permatasari			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
27	Rendy Agustiyanto				✓			✓			✓					✓		12	75	✓	
28	Ridwan Wijayanto			✓					✓			✓				✓		13	82	✓	
29	Rr.Delfia Rosma F.			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
30	Rif'at Naziah				✓			✓			✓					✓		12	75	✓	
31	Saniatus Zahro			✓					✓		✓						✓	13	82	✓	
32	Sri Rizki Mayarti			✓				✓			✓						✓	12	75	✓	
33	Ulfah Nur Azizah				✓			✓				✓				✓		13	82	✓	
34	Wisnu Rizki Wardana			✓				✓				✓					✓	13	82	✓	
35	Yunifa Rochma R.			✓				✓			✓						✓	12	75	✓	
36	Fernanda Hapsari P.			✓			✓				✓					✓		10	63		✓
37	Rifdo Fijanarko			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
38	Ariyo Dwi P.				✓			✓			✓					✓		12	75	✓	
Jumlah Nilai																		2.918			
Nilai Tertinggi																		82			
Nilai Terendah																		63			
N Rata-rata																		76,78			

Kriteria Penilaian :
 Unjuk kerja Lompat Jauh
 -Awalan : 1 – 4
 -Tumpuan : 1 – 4
 -Melayang : 1 – 4
 -Mendarat : 1 – 4
 Skor Maksimal : 100

Rumus :
 (Skor Perolehan X 100) : Skor Maksimal
 atau

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor} \times 100}{16}$$

**PENILAIAN PROSES PEMBELAJARAN AKHIR SIKLUS II LOMPAT JAUH
KELAS IV SDN SEMAWUNG**

No	Nama	Awalan				Tolakan/ Tumpuan				Melayang				Mendarat				Jml	Nilai	Ket	
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			T	TT
1	Fitriyanto			✓				✓			✓						✓	12	75	✓	
2	Azis Fajar Nur Rosyid			✓				✓			✓					✓		12	75	✓	
3	Agung Sutriyoko				✓			✓				✓				✓		13	82	✓	
4	Hanif Nur Fauzi			✓				✓				✓					✓	13	82	✓	
5	Cahya Nur Fuad			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
6	Ibnu Taufik				✓			✓				✓				✓		13	82	✓	
7	Lukman Hakim			✓				✓				✓					✓	13	82	✓	
8	M.Fahrur Rozi			✓					✓			✓				✓		12	75	✓	
9	Alfin Maghfiroh			✓				✓			✓					✓		11	69		✓
10	Arif Setyo Aji			✓				✓			✓						✓	12	75	✓	
11	Catur Budiyanto			✓				✓				✓				✓		13	82	✓	
12	Chusnil Ulum				✓			✓				✓				✓		13	82	✓	
13	Dimas Anggoro Seto			✓				✓				✓				✓		13	82	✓	
14	E r i n			✓				✓			✓						✓	12	75	✓	
15	Eksinta Navanda R.			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
16	Feri Gunawan				✓			✓				✓				✓		13	82	✓	
17	Ferry Sulistyawan			✓					✓			✓				✓		13	82	✓	
18	Gebby Rita Antika			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
19	Maftuch Wijaya			✓					✓		✓					✓		12	75	✓	
20	M.Rodli Choirul Muna			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
21	Murtafiah Mubarakah			✓					✓			✓					✓	12	75	✓	
22	Murti Vika Wulandari			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
23	Mutiara Rahmalina				✓			✓				✓				✓		13	82	✓	
24	Nur Rochman S.				✓			✓			✓					✓		12	75	✓	
25	Nurul Akhmal Hidayah			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
26	Okta Permatasari			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
27	Rendy Agustiyanto				✓			✓				✓				✓		13	82	✓	
28	Ridwan Wijayanto			✓					✓			✓				✓		13	82	✓	
29	Rr.Delfia Rosma F.			✓					✓			✓				✓		13	82	✓	
30	Rif'at Naziah			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
31	Saniatus Zahro			✓					✓			✓				✓		13	82	✓	
32	Sri Rizki Mayarti			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
33	Ulfah Nur Azizah			✓				✓				✓					✓	13	82	✓	
34	Wisnu Rizki Wardana				✓			✓				✓				✓		13	82	✓	
35	Yunifa Rochma R.			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
36	Fernanda Hapsari P.		✓					✓				✓				✓		11	69		✓
37	Rifdo Fijanarko			✓				✓				✓				✓		12	75	✓	
38	Ariyo Dwi P.				✓			✓			✓						✓	13	82	✓	
Jumlah Nilai																		2.950			
Nilai Tertinggi																		82			
Nilai Terendah																		69			
N Rata-rata																		77,63			

Kriteria Penilaian :
 Unjuk kerja Lompat Jauh
 -Awalan : 1 – 4
 -Tumpuan : 1 – 4
 -Melayang : 1 – 4
 -Mendarat : 1 – 4
 Skor Maksimal : 16
 Nilai Maksimal: 100

Rumus :
 (Skor Perolehan X Nilai Maksimal) : Skor Maksimal
 atau

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor} \times 100}{16}$$

Lampiran 5: TABEL

Tabel 1. Angket Indikator Tanggapan Siswa terhadap Proses Pembelajaran.

NO	Pertanyaan Tanggapan Siswa	Ya		Tidak	
		Jumlah	Persentase	Jumlah	Persentase
1	Cara mengajar guru penjas menyenangkan.				
2	Guru penjas menjelaskan dengan baik				
3	Pembelajaran penjas bentuknya menyenangkan				
4	Suasana pembelajaran menjemukan				
5	Waktu pembelajaran penjas terasa pendek				
6	Banyak kesempatan melakukan				
7	Alat yang digunakan dimodifikasi				
8.	Alat peraga yang digunakan bervariasi				

Tabel 2. Tabel Pedoman Observasi Kolaborator/Guru Terhadap Motivasi, Kerjasama dan Perkembangan Gerak Lompat Jauh.

Nama siswa	Motivasi			Kerja Sama			Perkembangan gerak lompat jauh		
	B	C	K	B	C	K	B	C	K
1.									
2.									
3.									
dst									

Tabel 3. Hasil Observasi Peneliti pada Siklus I Pertemuan Pertama

No Siswa	Motivasi			Kerja sama			Perkembangan gerak lompat jauh		
	B	C	K	B	C	K	B	C	K
1			√		√			√	
2			√		√			√	
3	√				√		√		
4	√			√			√		
5		√		√			√		
6	√			√			√		
7		√		√			√		
8	√					√	√		
9		√		√				√	
10				√				√	
11	√			√			√		
12	√			√			√		
13	√			√			√		
14		√		√				√	
15		√		√			√		
16	√			√			√		
17	√			√			√		
18	√				√		√		
19	√			√			√		
20		√		√				√	
21		√		√			√		
22	√			√				√	
23	√			√			√		
24	√				√		√		
25		√		√			√		
26	√			√			√		
27	√			√			√		
28	√			√			√		
29		√		√			√		
30	√			√			√		
31	√			√			√		
32	√				√		√		
33	√			√			√		
34	√			√			√		
35	√			√			√		
36			√	√				√	
37	√			√			√		
38	√					√	√		
Jumlah	25	10	3	30	6	2	30	8	-
Persentase	66%	26%	8%	79%	16%	5%	79%	21%	-

Tabel 4. Hasil Observasi Kolaborator pada Siklus I Pertemuan Pertama.

No Siswa	Motivasi			Kerja sama			Perkembangan gerak lompat jauh		
	B	C	K	B	C	K	B	C	K
1			√		√			√	
2			√		√			√	
3	√				√		√		
4	√			√			√		
5	√	√		√			√		
6	√			√			√		
7		√		√			√		
8	√			√		√	√		
9		√		√				√	
10				√				√	
11	√			√			√		
12	√			√			√		
13	√			√			√		
14		√		√				√	
15		√		√			√		
16	√			√			√		
17	√			√			√		
18	√				√		√		
19	√			√			√		
20		√		√				√	
21		√		√			√		
22	√			√				√	
23	√			√			√		
24	√				√		√		
25		√		√			√		
26	√			√			√		
27	√			√			√		
28	√			√			√		
29		√		√			√		
30	√			√			√		
31	√			√			√		
32	√				√		√		
33	√			√			√		
34	√			√			√		
35	√			√			√		
36		√	√	√				√	
37	√			√			√		
38	√			√		√	√		
Jumlah	25	10	3	30	6	2	30	8	-
Persentase	66	26	8	79	16	5	79	21	-

Tabel 5. Angket Indikator Tanggapan Siswa terhadap Proses Pembelajaran Siklus I Pertemuan Pertama.

NO	Pertanyaan Tanggapan Siswa	Ya		Tidak	
		Jumlah	Persentase	Jumlah	Persentase
1	Cara mengajar guru penjas menyenangkan.	37	97%	1	3%
2	Guru penjas menjelaskan dengan baik	38	100%	0	0%
3	Pembelajaran penjas bentuknya menyenangkan	30	79%	8	21%
4	Suasana pembelajaran menjemukan	6	16%	32	84%
5	Waktu pembelajaran penjas terasa pendek	21	55%	17	45%
6	Banyak kesempatan melakukan	31	82%	7	18%
7	Alat yang digunakan dimodifikasi	38	100%	0	0%
8.	Alat peraga yang digunakan bervariasi	38	100%	0	0%

Tabel 6 . Hasil Observasi Peneliti pada Siklus I Pertemuan Kedua

No Siswa	Motivasi			Kerja sama			Perkembangan gerak lompat jauh		
	B	C	K	B	C	K	B	C	K
1	√				√		√		
2		√			√		√		
3	√			√			√		
4	√			√			√		
5	√			√			√		
6	√			√			√		
7	√			√			√		
8	√			√			√		
9		√		√				√	
10	√			√			√		
11	√			√			√		
12	√			√			√		
13	√			√			√		
14	√			√				√	
15	√			√			√		
16	√			√			√		
17	√			√			√		
18	√			√			√		
19	√			√			√		
20		√		√			√		
21	√			√			√		
22	√			√			√		
23	√			√			√		
24	√			√			√		
25		√		√			√		
26	√			√			√		
27	√			√			√		
28	√			√			√		
29		√		√			√		
30	√			√			√		
31	√			√			√		
32	√			√			√		
33	√			√			√		
34	√			√			√		
35	√			√			√		
36		√		√			√	√	
37	√			√			√		
38	√				√		√		
Jumlah	32	6		35	3		35	3	
Persentase	84%	16%		92%	8%		92%	8%	

Tabel 7 . Hasil Observasi Kolaborator pada Siklus I Pertemuan Kedua.

No Siswa	Motivasi			Kerja sama			Perkembangan gerak lompat jauh		
	B	C	K	B	C	K	B	C	K
1	√				√		√		
2		√			√		√		
3	√			√			√		
4	√			√			√		
5	√			√			√		
6	√			√			√		
7	√			√			√		
8	√			√			√		
9		√		√				√	
10	√			√			√		
11	√			√			√		
12	√			√			√		
13	√			√			√		
14	√			√				√	
15	√			√			√		
16	√			√			√		
17	√			√			√		
18	√			√			√		
19	√			√			√		
20		√		√			√		
21	√			√			√		
22	√			√			√		
23	√			√			√		
24	√			√			√		
25		√		√			√		
26	√			√			√		
27	√			√			√		
28	√			√			√		
29		√		√			√		
30	√			√			√		
31	√			√			√		
32	√			√			√		
33	√			√			√		
34	√			√			√		
35	√			√			√		
36		√		√			√	√	
37	√			√			√		
38	√			√			√		
Jumlah	32	6		35	3		35	3	
Persentase	84	16		92	8		92	8	

Tabel 8. Angket Indikator Tanggapan Siswa terhadap Proses Pembelajaran Siklus I Pertemuan Kedua.

NO	Pertanyaan Tanggapan Siswa	Ya		Tidak	
		Jumlah	Persentase	Jumlah	Persentase
1	Cara mengajar guru penjas menyenangkan.	38	100%	0	0%
2	Guru penjas menjelaskan dengan baik	38	100%	0	0%
3	Pembelajaran penjas bentuknya menyenangkan	35	92%	3	8%
4	Suasana pembelajaran menjemukan	2	5%	36	95%
5	Waktu pembelajaran penjas terasa pendek	28	74%	10	26%
6	Banyak kesempatan melakukan	32	84%	6	16%
7	Alat yang digunakan dimodifikasi	38	100%	0	0%
8.	Alat peraga yang digunakan bervariasi	38	100%	0	0%

Tabel 9. Hasil Observasi Peneliti pada Siklus II Pertemuan Pertama

No Siswa	Motivasi			Kerja sama			Perkembangan gerak lompat jauh		
	B	C	K	B	C	K	B	C	K
1	√				√		√		
2		√		√			√		
3	√			√			√		
4	√			√			√		
5	√			√			√		
6	√			√			√		
7	√			√			√		
8	√			√			√		
9	√			√				√	
10	√			√			√		
11	√			√			√		
12	√			√			√		
13	√			√			√		
14	√			√			√		
15	√			√			√		
16	√			√			√		
17	√			√			√		
18	√			√			√		
19	√			√			√		
20	√			√			√		
21	√			√			√		
22	√			√			√		
23	√			√			√		
24	√			√			√		
25		√		√			√		
26	√			√			√		
27	√			√			√		
28	√			√			√		
29	√			√			√		
30	√			√			√		
31	√			√			√		
32	√			√			√		
33	√			√			√		
34	√			√			√		
35	√			√			√		
36		√		√				√	
37	√			√			√		
38	√			√			√		
Jumlah	35	3		36	2		36	2	
Persentase	92%	8%		95%	5%		95%	5%	

Tabel 10. Hasil Observasi Kolaborator pada Siklus II Pertemuan Pertama.

No Siswa	Motivasi			Kerja sama			Perkembangan gerak lompat jauh		
	B	C	K	B	C	K	B	C	K
1	√				√		√		
2		√		√			√		
3	√			√			√		
4	√			√			√		
5	√			√			√		
6	√			√			√		
7	√			√			√		
8	√			√			√		
9	√			√				√	
10	√			√			√		
11	√			√			√		
12	√			√			√		
13	√			√			√		
14	√			√			√		
15	√			√			√		
16	√			√			√		
17	√			√			√		
18	√			√			√		
19	√			√			√		
20	√			√			√		
21	√			√			√		
22	√			√			√		
23	√			√			√		
24	√			√			√		
25		√		√			√		
26	√			√			√		
27	√			√			√		
28	√			√			√		
29	√			√			√		
30	√			√			√		
31	√			√			√		
32	√			√			√		
33	√			√			√		
34	√			√			√		
35	√			√			√		
36		√		√				√	
37	√			√			√		
38	√			√			√		
Jumlah	35	3		36	2		36	2	
Persentase	92	8		95	5		95	5	

Tabel 11. Angket Indikator Tanggapan Siswa terhadap Proses Pembelajaran Siklus II Pertemuan Pertama.

NO	Pertanyaan Tanggapan Siswa	Ya		Tidak	
		Jumlah	Persentase	Jumlah	Persentase
1	Cara mengajar guru penjas menyenangkan.	38	100%	0	0%
2	Guru penjas menjelaskan dengan baik	38	100%	0	0%
3	Pembelajaran penjas bentuknya menyenangkan	38	100%	0	0%
4	Suasana pembelajaran menjemukan	0	0%	38	100%
5	Waktu pembelajaran penjas terasa pendek	30	79%	8	21%
6	Banyak kesempatan melakukan	38	100%	0	0%
7	Alat yang digunakan dimodifikasi	38	100%	0	0%
8.	Alat peraga yang digunakan bervariasi	38	100%	0	0%

Tabel 12. Hasil Observasi Peneliti pada Siklus II Pertemuan Kedua

No Siswa	Motivasi			Kerja sama			Perkembangan gerak lompat jauh		
	B	C	K	B	C	K	B	C	K
1	√				√		√		
2	√			√			√		
3	√			√			√		
4	√			√			√		
5	√			√			√		
6	√			√			√		
7	√			√			√		
8	√			√			√		
9	√			√				√	
10	√			√			√		
11	√			√			√		
12	√			√			√		
13	√			√			√		
14	√			√			√		
15	√			√			√		
16	√			√			√		
17	√			√			√		
18	√			√			√		
19	√			√			√		
20	√			√			√		
21	√			√			√		
22	√			√			√		
23	√			√			√		
24	√			√			√		
25	√			√			√		
26	√			√			√		
27	√			√			√		
28	√			√			√		
29	√			√			√		
30	√			√			√		
31	√			√			√		
32	√			√			√		
33	√			√			√		
34	√			√			√		
35	√			√			√		
36	√			√				√	
37	√			√			√		
38	√			√			√		
Jumlah	38			37	1		36	2	
Persentase	100%			97%	3%		95%	5%	

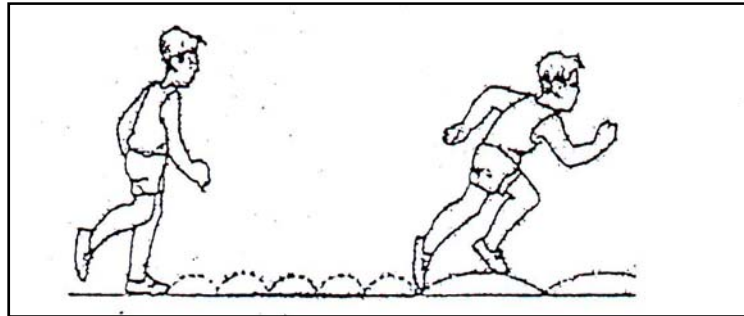
Tabel 13. Hasil Observasi Kolaborator pada Siklus II Pertemuan Kedua.

No Siswa	Motivasi			Kerja sama			Perkembangan gerak lompat jauh		
	B	C	K	B	C	K	B	C	K
1	√				√		√		
2	√			√			√		
3	√			√			√		
4	√			√			√		
5	√			√			√		
6	√			√			√		
7	√			√			√		
8	√			√			√		
9	√			√				√	
10	√			√			√		
11	√			√			√		
12	√			√			√		
13	√			√			√		
14	√			√			√		
15	√			√			√		
16	√			√			√		
17	√			√			√		
18	√			√			√		
19	√			√			√		
20	√			√			√		
21	√			√			√		
22	√			√			√		
23	√			√			√		
24	√			√			√		
25	√			√			√		
26	√			√			√		
27	√			√			√		
28	√			√			√		
29	√			√			√		
30	√			√			√		
31	√			√			√		
32	√			√			√		
33	√			√			√		
34	√			√			√		
35	√			√			√		
36	√			√				√	
37	√			√			√		
38	√			√			√		
Jumlah	38			37	1		36	2	
Persentase	100			97	3		95	5	

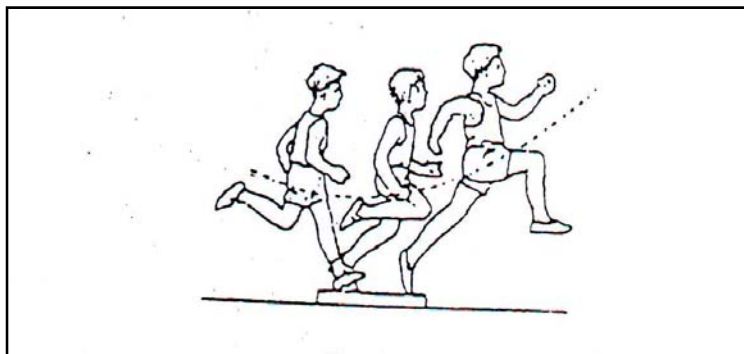
Tabel 14. Angket Indikator Tanggapan Siswa terhadap Proses Pembelajaran Siklus II Pertemuan Kedua.

NO	Pertanyaan Tanggapan Siswa	Ya		Tidak	
		Jumlah	Persentase	Jumlah	Persentase
1	Cara mengajar guru penjas menyenangkan.	38	100%	0	0%
2	Guru penjas menjelaskan dengan baik	38	100%	0	0%
3	Pembelajaran penjas bentuknya menyenangkan	38	100%	0	0%
4	Suasana pembelajaran menjemukan	0	0%	38	100%
5	Waktu pembelajaran penjas terasa pendek	32	84%	6	16%
6	Banyak kesempatan melakukan	38	100%	0	0%
7	Alat yang digunakan dimodifikasi	38	100%	0	0%
8.	Alat peraga yang digunakan bervariasi	38	100%	0	0%

Lampiran 6 : GAMBAR



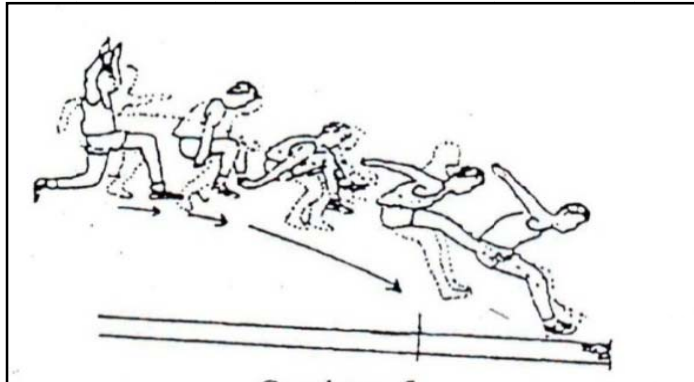
Gambar 1: Lari Awalan Lompat Jauh Gaya Jongkok
Sumber: Roji (1989: 15)



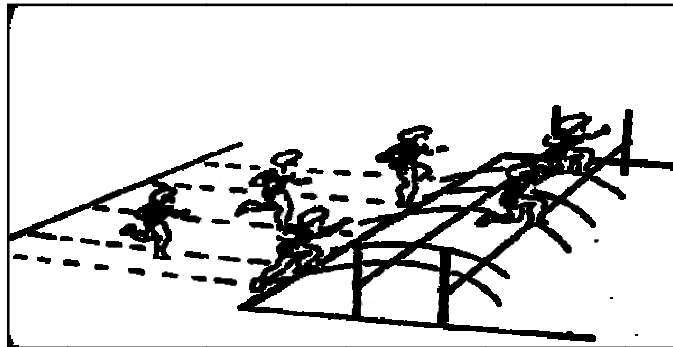
Gambar 2: Tumpuan / Tolakan dalam Lompat Jauh
Gaya Jongkok.
Sumber: Roji (1989: 15)



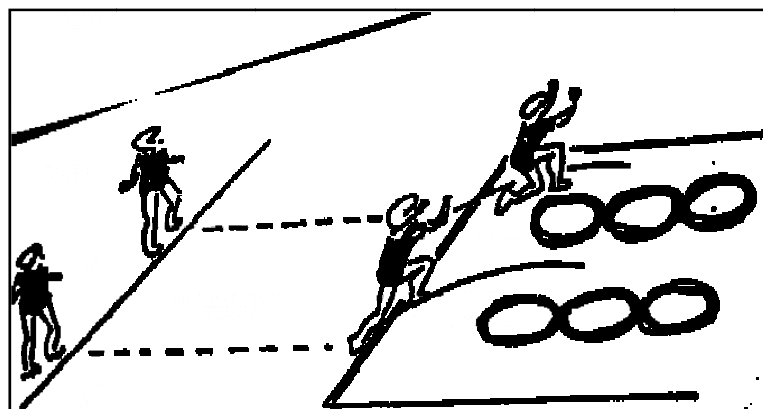
Gambar 3: Sikap Badan di Udara Gaya Jongkok
Sumber: Roji, (1989: 7)



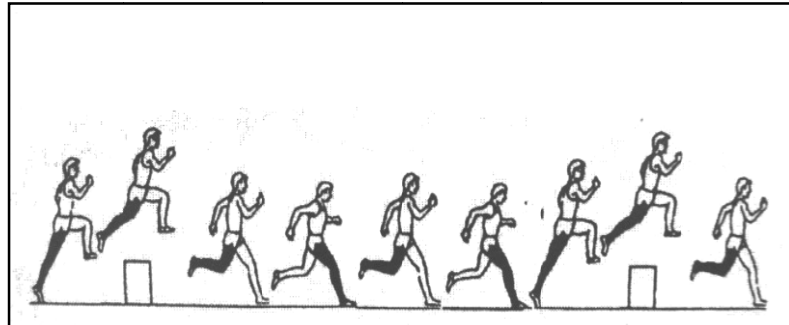
Gambar 4: Teknik Mendarat Lompat Jauh Gaya Jongkok
Sumber: Engkos Kosasih (1985 : 69)



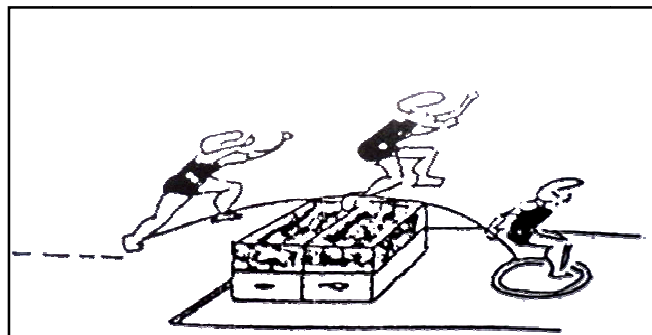
Gambar 5 : Lompat Tali Karet Dibentangkan Melintang
Sumber : Mochamad Djumidar A.Widya (2004:66)



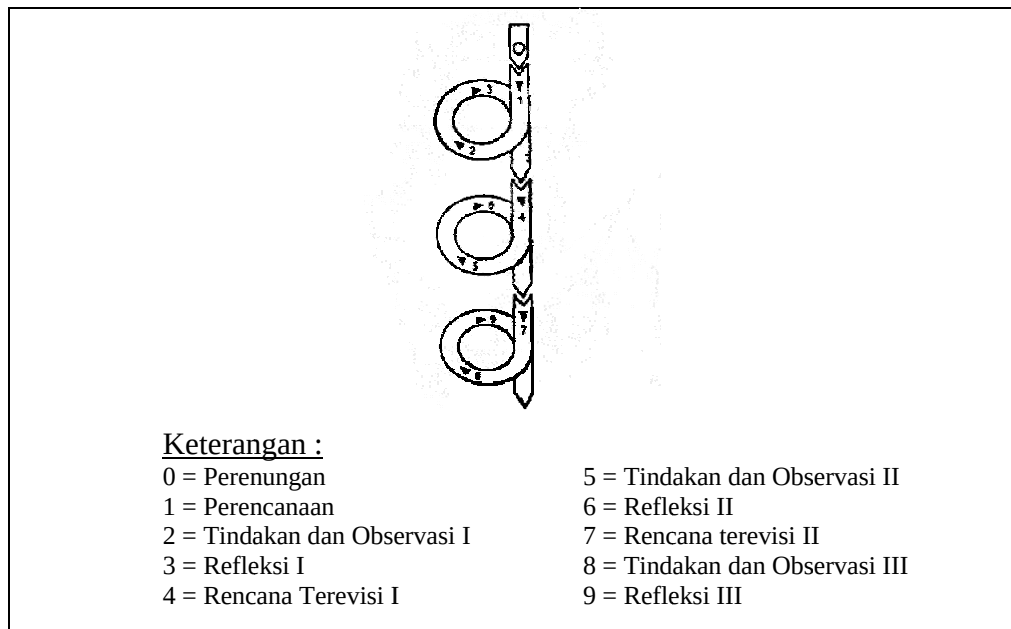
Gambar 6 : Lompat pada Lingkaran-Lingkaran Karet
Sumber : Eddy Purnomo dan Dapan, (2011:99)



Gambar 7 : Lompat Berturut-turut Melewati Gawang/Kardus
Sumber : Eddy Purnomo dan Dapan (2011:100)



Gambar 8 : Melompati Gawang/Kardus
Sumber : Mochamad Djumidar A.Widya (2004:68)



Gambar 9 : Skema Proses Penelitian Tindakan
Sumber : Suwarsih Madya (1994: 25)



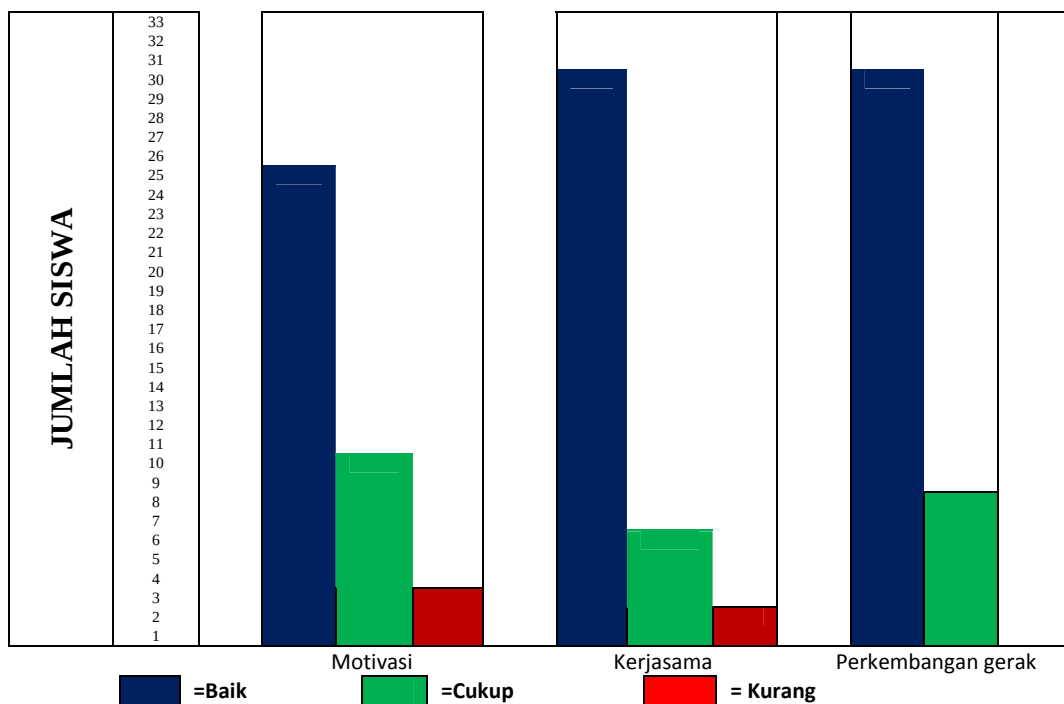
Gambar 10 : Suasana Siswa dalam Permainan “Kejar Injak”



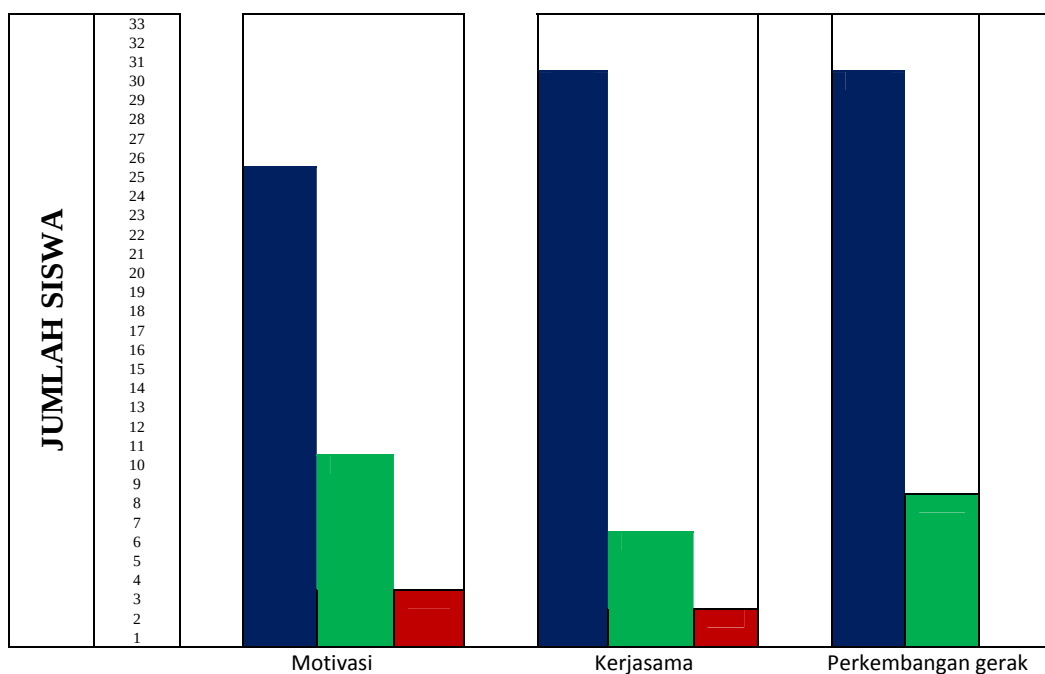
Gambar 11 : Lompat Tali Karet Yang Dibentangkan Melintang



Gambar 12 : Suasana Siswa Saat Penenangan Dengan Nyanyian
“Kepala Pundak Lutut Kaki”



Gambar 13 : Grafik Hasil Observasi Peneliti Siklus I Pertemuan Pertama



Gambar 14 : Grafik Hasil Observasi Kolaborator Siklus I Pertemuan Pertama



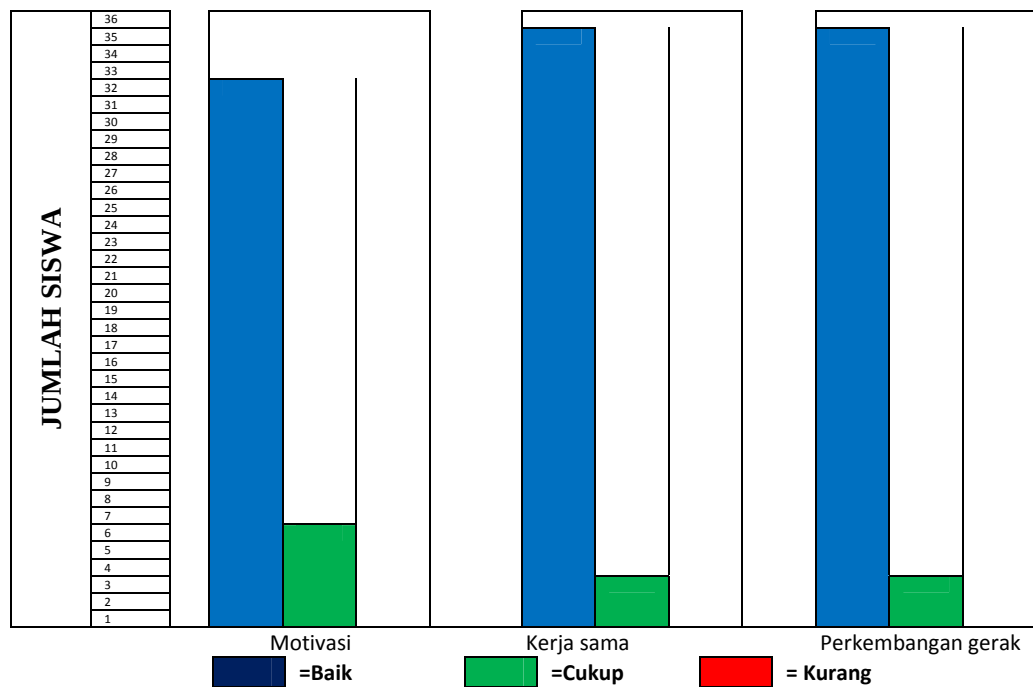
Gambar 15 : Suasana Permainan “Menjala Ikan”



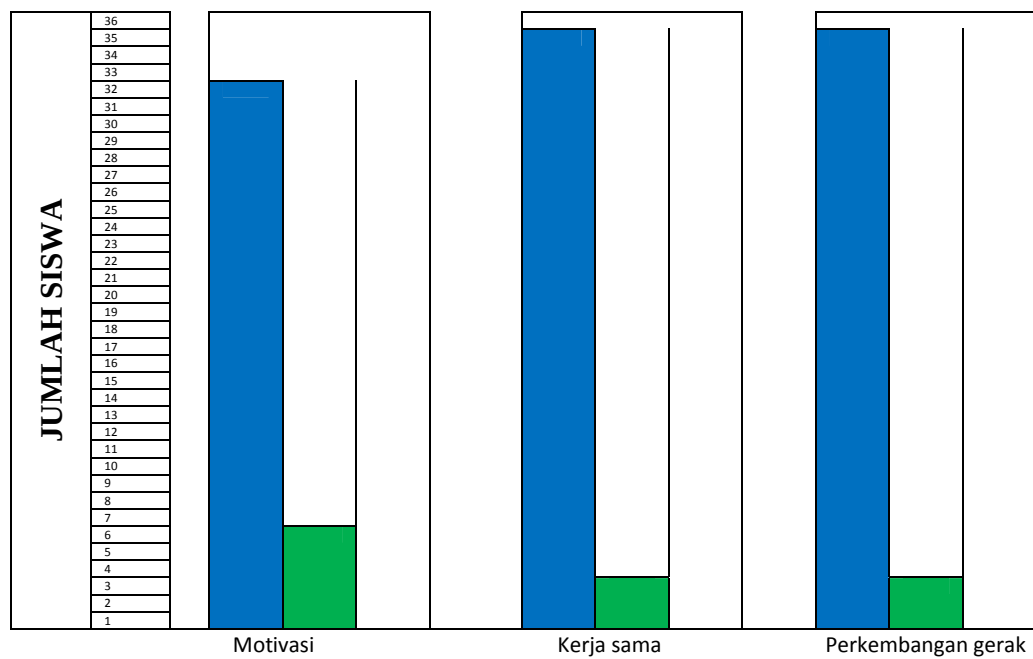
Gambar 16 : Melompat Dan Mendarat Pada Lingkaran Karet.



Gambar 17 : Permainan “Memindahkan Bola” lewat Atas Kepala.



Gambar 18 : Grafik Hasil Observasi Peneliti Siklus I Pertemuan Kedua



Gambar 19 : Grafik Hasil Observasi Kolaborator Siklus I Pertemuan Kedua



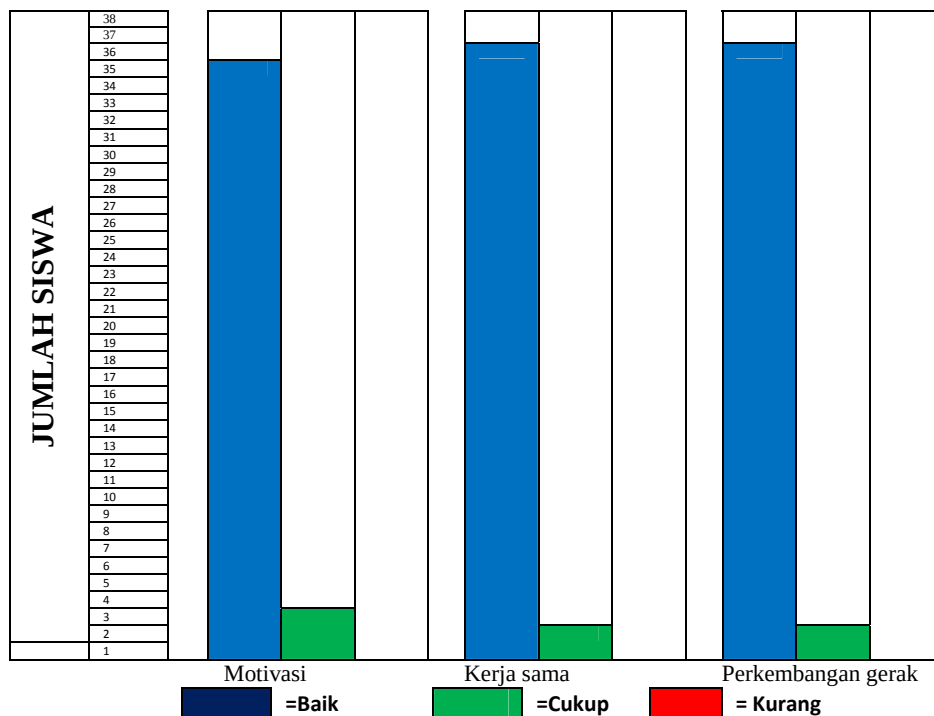
Gambar 20 : Permainan “Hijau Hitam”



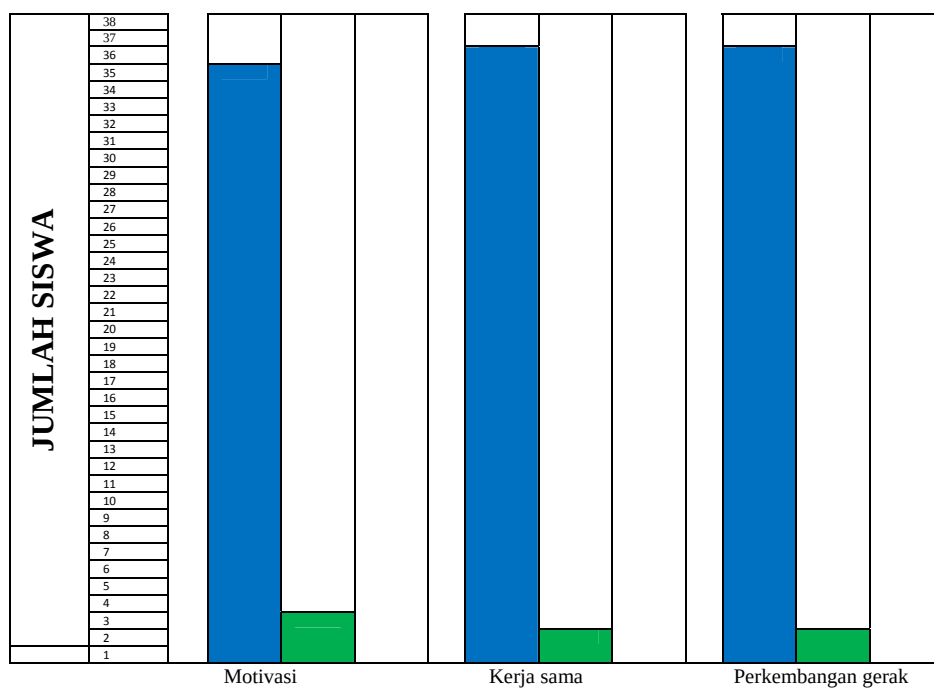
Gambar 21 : Melompati Gawang Aman



Gambar 22 : Suasana Siswa Saat Penenangan
(Permainan “Bola Beranting”)



Gambar 23 : Grafik Hasil Observasi Peneliti Siklus II Pertemuan Pertama



Gambar 24 : Grafik Hasil Observasi Kolaborator Siklus II Pertemuan Pertama



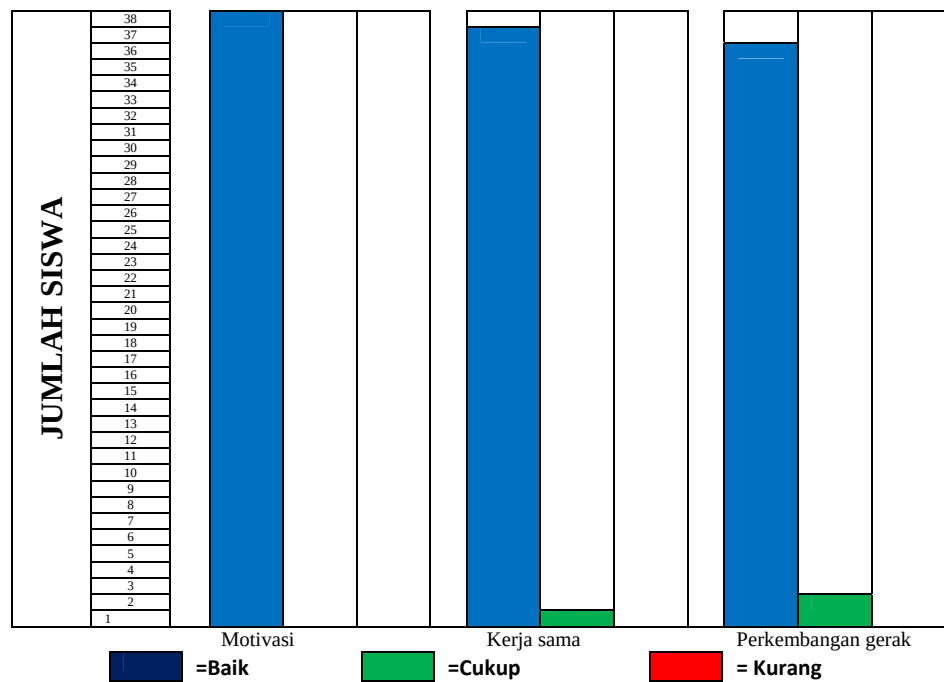
Gambar 25 : Permainan “Kejar Tembak”



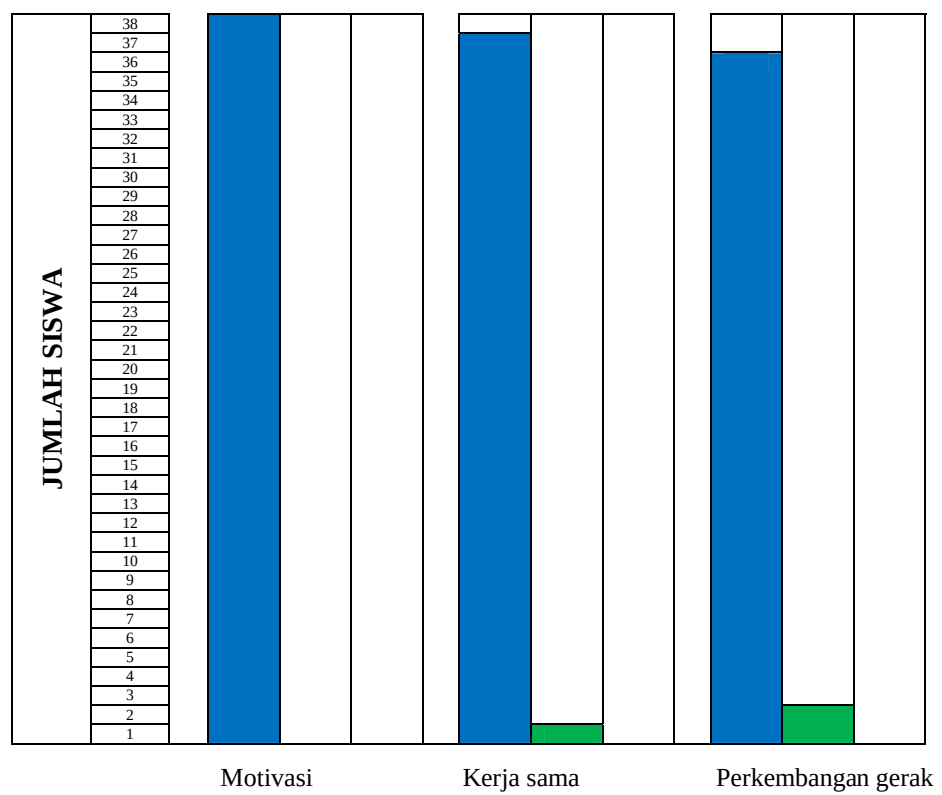
Gambar 26 : Melompati Gawang Kardus



Gambar 27 : Permainan/Nyanyian “Sedang Apa”



Gambar 28 : Grafik Hasil Observasi Peneliti Siklus II Pertemuan Kedua



Gambar 29 : Grafik Hasil Observasi Kolaborator Siklus II Pertemuan Kedua