

**HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN LOMPAT TEGAK DENGAN  
LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK KELAS V SD NEGERI  
ADISCUCIPTO 1 KECAMATAN DEPOK, KABUPATEN  
SLEMAN YOGYAKARTA TAHUN  
PELAJARAN 2011/2012**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta untuk  
Memenuhi sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan



**Oleh:  
Toni  
NIM 10604227218**

**PROGRAM STUDI S1 PKS PGSD PENDIDIKAN JASMANI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
OKTOBER 2012**

## PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN LOMPAT TEGAK DENGAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK KELAS V SD NEGERI ADISUCIPTO 1, KECAMATAN DEPOK, KABUPATEN SLEMAN YOGYAKARTA TAHUN PELAJARAN 2011/2012” ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Agustus 2012  
Dosen Pembimbing,




Dr. Sugeng Purwanto, M. Pd  
NIP. 19650325 200501 1 002

## **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, Agustus 2012  
Yang menyatakan,



Toni  
NIM. 10604227218

## PENGESAHAN


Skripsi dengan judul “HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN LOMPAT TEGAK DENGAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK KELAS V SD NEGERI ADISUCIPTO 1, KECAMATAN DEPOK, KABUPATEN SLEMAN YOGYAKARTA TAHUN PELAJARAN 2011/2012” ini telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 19 Oktober 2012 dan dinyatakan lulus

## DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tandatangan	Tanggal
Dr. Sugeng Purwanto, M. Pd	Ketua Penguji		2/11/2012
Nur Rohmah M, M.Pd	Sekretaris Penguji		2/11/2012
Agus Susworo DM M.Pd	Penguji I		2/11/2012
Sridadi, M.Pd	Penguji II		31/10/12

Yogyakarta, November 2012  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Dekan,



  
Drs. Rumpis Agus Sudarko, M. S.  
NIP. 19600824 198601 1 001

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua tercinta Ayah Kardi dan Ibu Alm. Barinah, terima kasih atas segala do'a, kasih sayang serta dukungannya.

## **MOTTO**

“ Sepiro gedhene sengsoro yen tinompo amung dhadi cubo ” ( seberapa besar masalah jika diterima dengan lapang/ikhlas hanya menjadi cobaan/ingan)  
( Ki Ageng Suryo Diwiryoyo )

“ Jika uang yang Anda cari maka Anda akan dipaksa mengusahakan pelayanan yang terbaik. Namun bila Anda mengusahakan yang terbaik maka uanglah yang akan mencari Anda ”  
(Mario Teguh)

**HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN LOMPAT TEGAK DENGAN  
LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK KELAS V SD NEGERI  
ADISUCIPTO 1 KECAMATAN DEPOK, KABUPATEN  
SLEMAN YOGYAKARTA TAHUN  
PELAJARAN 2011/2012**

**Oleh:  
Toni  
10604227218**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kemampuan lompat tegak dengan hasil lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas V SD Negeri Adisucipto 1, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman Yogyakarta Tahun Pelajaran 2011/2012

Populasi yang digunakan adalah siswa kelas V di SD Negeri Adisucipto 1, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman Yogyakarta yang berjumlah 71 siswa. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan bersyarat siswa yang ada pada waktu penelitian berjumlah 60 siswa sebagai sampel. kemudian diberi tes dan pengukuran pada masing-masing variabel. Teknik analisis data menggunakan analisis uji korelasional yang mengkorelasikan : kemampuan lompat tegak dengan lompat jauh gaya jongkok.

Dari hasil uji korelasi dapat diketahui ( $r_{hitung}$ ) sebesar 0,007, sedangkan  $r_{tabel}$  pada signifikansi 0,05 dan  $N=60$  sebesar 0,254 ( $r_{tabel}$ ). Melihat hasil tersebut berarti  $r_{hitung} 0,007 < r_{tabel} = 0,254$ . Hal ini berarti tidak ada hubungan yang signifikan kemampuan lompat tegak dengan lompat jauh gaya jongkok siswa kelas V SD Negeri Adisucipto 1, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman Yogyakarta. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa : kemampuan lompat tegak tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas V SD Negeri Adisucipto 1 Depok Sleman Yogyakarta. Dengan demikian hipotesis alternatif ditolak.

Kata Kunci : *kemampuan lompat tegak, lompat jauh gaya jongkok*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke Hadirat Allah SWT, atas segala Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini berjudul “hubungan antara kemampuan lompat tegak dengan hasil lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas V SD Negeri Adisucipto 1, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman Yogyakarta Tahun Pelajaran 2011/2012”

Skripsi ini dapat selesai berkat bantuan, bimbingan, serta dorongan semangat dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan melanjutkan studi di FIK UNY.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Koordinator Program S1 PGSD Penjas FIK UNY yang telah memberikan masukan-masukan dalam penulisan skripsi.
4. Dr. Sugeng Purwanto, M. Pd, selaku Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dukungan dan motivasi selama penyusunan skripsi.
5. Herka Maya Jatmika, M. Pd, selaku Penasehat akademik yang telah memberi masukan dan motivasi.
6. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.



7. Bapak dan Ibu Karyawan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan bantuannya.
8. Drs Daryono, selaku Kepala Sekolah SD Negeri Adisucipto 1, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman Yogyakarta yang telah memberikaan ijin penelitian.
9. Rekan-rekan Mahasiswa PKS FIK angkatan 2010 yang telah memberi dukungan dan motifasi dalam penelitian ini.
10. Siswa kelas V SD Negeri Adisucipto 1, Kecamatan Depok, Kabupaaten Sleman Yogyakarta yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.
11. Orang tuaku dan kakak-kakakku tercinta yang telah memberikan dukungan dan Motivasi dalam Menyusun Skripsi
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari sepenuh hati, bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Penulis berharap semoga hasil skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya dan bagi semua pihak pada umumnya. Dan penulis berharap skripsi ini mampu menjadi salah satu bahan bacaan untuk acuan pembuatan skripsi selanjutnya agar menjadi lebih baik.

Yogyakarta, Oktober 2012

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Deskripsi teori .....	8
1. Hakikat Lompat Jauh Gaya Jongkok .....	8
2. Teknik Lompat Jauh Gaya Jongkok .....	10
3. Kemampuan Lompat Tegak.....	15
4. Hakikat <i>power</i> tungkai atau daya ledak otot tungkai .....	17
5. Hakikat otot tungkai .....	18
B. Kerangka Berfikir.....	19
C. Penelitian yang Relevan .....	21
D. Hipotesis.....	23
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian.....	24
B. Definisi oprasional variabel penelitian .....	24
C. Deskripsi Populasi dan Sampel .....	26
D. Lokasi Penelitian.....	26
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Analisis Data.....	27
F. Metode Analisis Data .....	29
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	32
B. Deskripsi Data Penelitian .....	32
C. Hasil Analisis Data .....	35
D. Uji Hipotesis .....	38
E. Pembahasan.....	39
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	41
B. Keterbatasan Penelitian .....	41
C. Saran-saran .....	41

DAFTAR PUSTAKA .....	43
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	45

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Analisis Statistik Deskriptif Kemampuan Lompat Tegak .....	33
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemampuan Lompat Tegak .....	34
Tabel 3. Analisis Statistik Deskriptif Lompat Jauh Gaya jongkok.....	34
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Lompat Jauh Gaya jongkok.....	35
Tabel 5. Hasil Uji Normalitas .....	36
Tabel 6. Hasil Uji Linearitas .....	37
Tabel 7. Hasil Koefisien Korelasi .....	39

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kemampuan Biomotorik .....	9
Gambar 2. Tahap Melayang Gaya Jongkok .....	10
Gambar 3. Papan Tumpu .....	12
Gambar 4. Latihan <i>Polimetrik Vertical Jump</i> .....	17
Gambar 5. Diagram Batang Kemampuan Lompat Tegak .....	34
Gambar 5. Diagram Batang Lompat Jauh Gaya Jongkok .....	35

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian .....	45
Lampiran 2. Surat dari Balaimetrologi .....	49
Lampiran 3. Data Penelitian .....	51
Lampiran 4. Distribusi Frekuensi .....	54
Lampiran 5. Uji Normalitas .....	56
Lampiran 6. Uji Lineritas .....	58
Lampiran 7. Uji Regresi dan Korelasi .....	59