

**UPAYA MENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH MELALUI  
METODE DEMONSTRASI PADA SISWA KELAS IV MI BAITUL  
MUTTAQIN KECAMATAN WATES KABUPATEN KEDIRI SEMESTER  
I TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Penulisan Skripsi Guna Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)  
Pada Prodi PENJAS FIKS UN PGRI Kediri



Oleh :

**FARHAN AZIZ ABDULLAH**  
NPM: 17.1.01.09.0043

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)  
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA  
UNP KEDIRI  
2021**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang diajarkan di sekolah dasar mempunyai peranan yang sangat penting , yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan bagian yang tak terpisahkan dari pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial dan emosional.

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan, dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.(dalam Permendiknas,No.22 Tahun 2006 Tentang Standar Isi)

Untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dapat melalui berbagai aktivitas jasmani yang sesuai dengan ruang lingkup pendidikan jasmani yang meliputi permainan dan gerak dasar olahraga. Salah satu ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di sekolah dasar adalah cabang olahraga atletik.

Nomor-nomor yang diperlombakan dalam atletik meliputi jalan, lari, lompat, dan lempar. Cabang atletik yang diajarkan di sekolah dasar kelas V , salah satunya adalah lompat jauh. Tujuan dari lompat jauh adalah melompat dengan sejauh-jauhnya dengan teknik lompatan yang benar meliputi :

1. Awalan.
2. Tolakan/Tumpuan.
3. Melayang di udara.
4. Mendarat.

Hasil observasi pada siswa kelas IV MI Baitul Muttaqin Kecamatan Wates kabupaten Kediri semester I tahun pelajaran 2013/2014 menunjukkan bahwa siswa-siswi di kelas IV memiliki minat dan motivasi yang kurang terhadap pelajaran pendidikan jasmani khususnya materi lompat jauh, siswa lebih menyukai pelajaran jasmani hanya pada permainan sepak bola .

Dari permasalahan yang dihadapi guru penjas dalam menyampaikan materi khususnya lompat jauh, maka peneliti sebagai guru penjas merasa tertarik untuk melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) pada siswa kelas IV MI Baitul Muttaqin Kecamatan Wates kabupaten Kediri semester I tahun pelajaran 2020/2021 dengan judul ”Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Metode Demonstrasi Pada Siswa Kelas IV MI Baitul Muttaqin Kecamatan Wates Kabupaten Kediri Semester I Tahun Pelajaran 2020/2021.”

## **B. Identifikasi Masalah**

Dalam penelitian ini peneliti mengidentifikasi masalah berdasarkan latar belakang masalah yaitu :

1. Masih kurangnya pemahaman terkait dengan nomor lompat jauh
2. Anak-anak kurang berani melakukan gerakan lompat jauh
3. Teknik lompat jauh dirasa masih sulit dilaksanakan oleh siswa

### **C. Batasan Masalah**

Penelitian ini dilakukan pada mata pelajaran pendidikan jasmani, dan olah raga dalam materi pelajaran lompat jauh pada siswa kelas IV MI Baitul Muttaqin Kemamatan Wates kabupaten Kediri semester I tahun pelajaran 2020/2021 dengan jumlah siswa 28 siswa.

### **D. Rumusan Masalah.**

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a) Bagaimanakah penerapan metode demonstrasi pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dengan pokok bahasan lompat jauh pada siswa kelas IV MI Baitul Muttaqin Kemamatan Wates Kabupaten Kediri semester I tahun pelajaran 2020/2021?
- b) Sejauh manakah peningkatan kemampuan lompat jauh siswa melalui metode demonstrasi pada siswa kelas IV MI Baitul Muttaqin Kemamatan Wates Kabupaten Kediri semester I tahun pelajaran 2020/2021 ?

### **E. Cara Pemecahan Masalah**

Cara pemecahan masalah dalam penelitian ini adalah melalui penelitian tindakan sebanyak dua siklus dengan tiga kali pertemuan dalam

setiap siklusnya. Sedangkan metode pembelajaran dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode demonstrasi.

#### **F. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan permasalahan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui penerapan metode demonstrasi pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga pada materi lompat jauh siswa kelas IV MI Baitul Muttaqin Kemamatan Wates Kabupaten Kediri semester I tahun pelajaran 2020/2021.
2. Untuk mengetahui peningkatan kemampuan lompat jauh siswa melalui metode demonstrasi pada siswa kelas IV MI Baitul Muttaqin Kemamatan Wates Kabupaten Kediri semester I tahun pelajaran 2020/2021.

#### **G. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dalam penelitian tindakan kelas ini diharapkan dapat memberikan perbaikan dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan hasil

belajar siswa. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### **1. Bagi Siswa.**

Menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan dan meningkatkan peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes, serta meningkatkan hasil belajar gerak lompat jauh, dan dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh dengan benar sesuai teknik yang diajarkan oleh guru penjas

## 2. Bagi Guru.

Guru mendapatkan pengalaman mengajar yang lebih memudahkan siswa dalam memahami materi pembelajaran yaitu dengan memberi kesempatan siswa untuk melakukan lompat jauh dengan benar.

## 3. Bagi Peneliti lainnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti lain dengan objek penelitian yang sama.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifudin .2007.*Azaz dan Falsafah Penjaskes*.Jakarta: Universitas Terbuka.
- Bismo Suryatmo, dkk. 2006. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk kelas V. Jakarta:PT. Widya Utama.
- Bungin, Burhan. 2005. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Prenada Media.
- Hadi, Sutrisno. 1987. *Methodologi Researc I*. Yogyakarta : YDEP. UGM.
- Hamdani. 2011. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung : CV Pustaka Setia
- Sudjana, Nana. 1990. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- .....2010. *Pendidikan Penjas Orkês SD/MI Kelas V*. Jakarta. Kemendiknas
- Permendiknas RI No.22 Tahun 2006. *Tentang Standra Isi Untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta : DEPDIKNAS
- Sanjaya, Wina. 2008. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Kencana Prenad Media Group.