

**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK  
MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS VIII  
SMP NEGERI KARANG JAYA  
KABUPATEN MUSI RAWAS UTARA**

**ADI MANOPO**

adi\_manopo@yahoo.co.id

**ABSTRAK**

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada peningkatan hasil belajar lompat jauh melalui pendekatan media modifikasi alat. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat membantu memecahkan masalah yang dialami dan mendeskripsikan seberapa besar peningkatan hasil belajar lompat jauh melalui pendekatan bermain. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan (*Action reasert*). Populasi yang digunakan adalah siswa kelas VIII.1 Sekolah Menengah Pertama Negeri Karang Jaya kab Musi Rawas Utara, sampel penelitian ini berjumlah 32 orang. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan lembar pengamatan dan data hasil belajar peserta didik yang dilakukan melalui tes hasil belajar.

Hasil pengolahan dan analisis data menunjukkan adanya hasil belajar lompat jauh pada data awal sebesar 31,25% atau 10 siswa dari 32 siswa yang tuntas. sedangkan pada Siklus pertama dalam pembelajaran lompat jauh meningkat 59.36% atau 19 siswa dari 32 siswa namaun belum mencapai target yang ditentukan. pada siklus ke dua terjadi peningkatan yaitu 78.09% atau 25 siswa dari 32 siswa yang ada. Hal tersebut menunjukkan bahwa target yang telah ditetapkan sebelumnya sudah tercapai sehingga penelitian dihentikan pada siklus II. Proses pembelajaran lempar lembing berlangsung dinamis dan menyenangkan, Peserta didik aktif melaksanakan tugas dan mengamati gerakan teknik lompat jauh dan saling diskusi dengan teman. Kemampuan lompat jauh peserta didik meningkat dengan ditandai dengan peserta didik tuntas KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yaitu 75.

**Kata kunci: penelitian tindakan, media pendekatan bermain, hasil belajar lompat jauh**

**INCREASE OF LEARNING STYLES LONG JUMP SQUAT  
APPROACH THROUGH PLAY IN CLASS VIII  
STATE JUNIOR JAYA CORAL  
Musi Rawas REGENSI NORTH**

**ADI MANOPO**

adi\_manopo@yahoo.co.id

**ABSTRACT**

The purpose of this research is to find out if there is an increase in long jump malalui learning outcomes approach to media customization tools. Therefore, this research is expected to help solve problems encountered and describe how big the learning outcome long jump through play approach. The method used in this research is the method of action research (Action reasert) .Populasi used was grade VIII.1 Junior High School Musi Rawas district Karang Jaya Utara, samples of this study amounted to 32 people. Data collection instruments used in this research is by using observation and data sheets learning outcomes of students who performed by the achievement test.

The results of data processing and analysis indicate the presence of learning outcomes in the long jump preliminary data of 31.25% or 10 students out of 32 students who pass. while in the first cycle in the long jump learning increased 59.36% or 19 students from 32 students namaun not achieve specified targets. in the second cycle which increased 78.09% or 25 students out of 32 students. It shows that the targets set in advance has been reached so that the study was stopped in the second cycle. The learning process takes place javelin dynamic and fun, Learners active duty and observe the movement of the long jump technique and mutual discussion with friends. Long jump ability learners increased by learners thoroughly characterized by KKM (minimum completeness criteria) is 75.

**Keywords: action research, media approach to play, learning outcomes long jump**