

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dan diajukan pada Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah saya pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan perbuatan plagiatisme atau mencontek karya tulis orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang saya terima ataupun sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 27 September 2016

Materai 6000

Siti Syarofah

122700452

ABSTRAK

NAMA: SITI SYAROFAH, NIM: 122700452, Judul Skripsi: Peningkatan Pembelajaran Pembelajaran Lompat Tinggi dengan Menggunakan Alat Bantu Karet Mata Pelajaran Penjaskes (PTK di Kelas IV MI Mathla'ul Anwar Kademangan Kota Tangerang Selatan).

Latar belakang penelitian ini adalah lemahnya kemampuan siswa MI Mathla'ul Anwar Kademangan pada proses lompat tinggi. Hal tersebut disebabkan oleh minimnya sarana dan prasarana di MI Mathla'ul Anwar Kademangan, pelaksanaan pembelajaran banyak dilakukan di kelas. Berdasarkan latar belakang di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah, 1) bagaimana penerapan alat bantu karet bisa meningkatkan hasil pembelajaran lompat tinggi di kelas IV MI Mathla'ul Anwar Kademangan? 2) bagaimana peningkatan hasil pembelajaran lompat tinggi dengan menggunakan alat bantu karet di kelas IV MI Mathla'ul Anwar Kademangan?

Alat bantu karet dalam pembelajaran bisa mempermudah siswa mempelajari materi karena lebih menarik dan tidak berbahaya dan membuat siswa merasa senang. Alat bantu karet juga sangat membantu guru untuk memperbaiki proses pembelajaran dan membuat anak semakin percaya diri dan berani.

Metode penelitian yang digunakan penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Peneliti memfokuskan pada siswa kelas IV MI Mathla'ul Anwar Kademangan. Penelitian Tindakan Kelas dilaksanakan dalam dua siklus, dimana setiap siklusnya terdiri dari rencana, tindakan, observasi, praktik. Analisis data penelitian ini secara deskriptif persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bentuk: 1) Penerapan alat bantu karet dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam lompat tinggi karena pada siklus mengalami peningkatan. Membuat anak berani untuk melakukan lompatan karena karet bersifat lentur, Dan adanya media baru yang baru mereka lihat bisa dijadikan alat bantu dalam pembelajaran. 2) Nilai praktik siswa mengalami peningkatan pada setiap siklusnya. Karena persentase ketuntasan dari prasiklus sampai siklus II mencapai 54,54%. Dengan nilai rata-rata prasiklus 48,48 dengan persentase ketuntasan 27,27%, siklus I nilai rata-rata 63,93 dengan persentase ketuntasan 51,51%, siklus II nilai rata-rata mencapai 76,36 dengan nilai persentase ketuntasan 81,81%. Jadi dari

prasiklus sampai kesiklus II pembelajaran lompat tinggi menggunakan alat bantu karet mengalami peningkatan sebesar 54,54%.



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SULTAN MAULANA HASANUDIN BANTEN**

Nomor : Nota Dinas
Lamp : Skripsi
Hal : **Ujian Munaqosah**
a.n. Siti Syarofah
NIM: 1122700452

Kepada Yth
Dekan Fakultas Tarbiyah dan
Keguruan
IAIN SMH Banten
Di -
Serang

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Dipermakluman dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi saudara *Siti Syarofah* NIM: *112700452*, Judul Skripsi: *Peningkatan Pembelajaran Lompat Tinggi Dengan Menggunakan Alat Bantu Karet Pada Mata Pelajaran Penjaskes. (PTK di Kelas IV MI Mathla'ul Anwar Kademangan Kota Tangerang Selatan)* diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Demikian, atas perhatian Bapak, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Serang, 27 September 2016

Pembimbing I,

Pembimbing II

H. Zaki Ghufron, B.Ed., M.A.
NIP.19771221 200501 1 004

Drs. Sabri, M.Pd.
NIP. 19641006 199403 1 004

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN LOMPAT TINGGI
DENGAN MENGGUNAKAN ALAT BANTU KARET MATA
PELAJARAN PENJASKES**

(PTK Di kelas IV MI Mathla'ul Anwar Kademangan Kota.

Tangerang)

Diajukan Oleh:

Siti Syarofah

122700452

Menyetujui:

Pembimbing I

Pembimbing II

H. Zaki Ghufron, B.Ed., M.A.

NIP.19771221 200501 1 004

Drs. Sabri, M.Pd.

NIP. 19641006 199403 1 004

Mengetahui

Dekan
Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan

Ketua Jurusan
Pendidikan Guru Madrasah
Ibtidaiyah

Dr. H. Subhan, M.Ed.
NIP.19680910 200003 1 001

H. M. Rifki Rijal, S.Si, M.M.Pd.
NIP. 19740731 199903 1 001

PENGESAHAN

Skripsi a.n. Siti Syarofah, NIM: 122700452 yang berjudul “Peningkatan Pembelajaran Lompat Tinggi Dengan Menggunakan Alat Bantu Karet Mata Pelajaran Penjaskes (*PTK di kelas IV MI Mathla’ul Anwar Kademangan Kota Tangerang Selatan*), telah diajukan dalam sidang Munaqosah Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, pada tanggal 19 oktober 2016

Skripsi tersebut telah disahkan dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 19 Oktober 2016

Sidang Munaqosah

Ketua Merangkap Anggota

Sekretaris Merangkap Anggota

H. M. Rifqi Rijal, S.Si.,M.M.Pd
NIP. 19740731 199903 1 001

Imroatun, S.Pd.I., M.Ag
NIP. 19780614 201011 2 006

Anggota

Penguji I

Penguji II

Akrom, S.Ag., M.Si
NIP.19750806 200501 1 005

Uyu Mu’awwanah M.Pd
NIP. 19790613 200604 2 002

Pembimbing I,

Pembimbing II,

H. Zaki Ghufron, B.Ed., M.A.
NIP. 19771221 200501 1004

Drs. Sabri, M.Pd
NIP. 19641006 199403 1 004

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil Alamin..

Rasa syukur berlimpah hanya kepada mu ya Allah ..

Walau penuh rintangan dan tantangan untuk menuliskarya ini. Aku tetap semangat demi membuat orangtuaku tersenyum bahagia.

Skripsi ini aku persembahkan untuk orangtuaku ..

Terimakasih ayahanda Muhibi dan ibunda Sumiyati yang selalu meluangkan waktunya untuk selalu mendo'akan ku setiap waktu. Aku percaya akan kekuatan do'a kalian wahai belahan jiwa.

Terimakasih juga untuk adikku,darah dagingku yang kupunya satu-satunya dalam hidup. Karena menatap nya adalah kekuatan untuk aku terus berjuang dan membahagiakannya kelak bersama kedua orangtuaku.

Semoga kita semua selalu diberikan kesehatan dan dipertemukan lagi ditempat yang diridhoi Allah swt.

MOTTO

فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ

“Maka berlomba-lombalah kalian dalam berbuat kebaikan”

RIWAYAT HIDUP



Penulis dilahirkan di Tangerang Selatan. Pada tanggal 15 Oktober 1994 tepatnya di Desa Kademangan Kec Setu Kota Tangerang Selatan. Penulis diberikan nama yaitu SITI SYAROFAH. Oleh orang tua penulis yang bernama Bapak Muhibi S.Pd. dan Ibu Sumiyati.

Adapun pendidikan formal yang pernah ditempuh oleh penulis diantaranya : MI Mathla'ul Anwar lulus tahun 2006 kemudian melanjutkan di Sekolah Tingkat Pertama di MTS Serpong lulus pada tahun 2009 dan melanjutkan Sekolah Tingkat Atas di MAN 1 Tangerang Selatan pada tahun 2012. Kemudian penulis melanjutkan ke pendidikan selanjutnya di perguruan tinggi IAIN SMH Banten pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI).

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allah swt atas ijin dan hidayahnya penulis bisa menulis skripsi ini dengan penuh kelancaran. Hambatan demi hambatan dapat terlewat dengan mudah bila di jalan dengan ikhlas dan sabar. Dan hanya dengan izinnyalah penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam semoga tercurah kepada baginda Nabibesar kita Muhammad SAW, keluarga, sahabat, dan pengikutnya sampai akhir zaman. Dengan pertolongan Allah SWT dan usaha yang sungguh-sungguh penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Peningkatan Pembelajaran Lompat Tinggi dengan Menggunakan Alat Bantu Karet Mata Pelajaran PenjasKes” (PTK Di Kelas IV MI Mathla’ul Anwar Kademangan Kota Tangerang Selatan)**.

Melalui kesimpulan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Fauzul Iman, MA., Rektor Institut Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah mengelola dan mengembangkan IAIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten lebih maju.
2. Bapak Dr. H. Subhan, M.Ed., Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang

telah memberikan persetujuan kepada penulis untuk menyusun kripsi.

3. Bapak H. M.RifqiRijal, S.Si,M.M.Pd. Ketua Jurusan PGMI Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah mengarahkan, mendidik, membermasukan, membermotivasi, memberkemudahan kepada penulis.
4. Bapak H. Zaki Ghufron, B.Ed., M.A. sebagai pembimbing 1, yang telah memberikan masukan, kritikan dan saran untuk membuat karya ini menjadi lebih baik.
5. Bapak Drs. Sabri, M.Pd. sebagai pembimbing 2, yang juga selalu memberikan arahan, masukan, saran agar karya ini bisa menjadi lebih baik.
6. Ayahanda H. Muhibi S.Pd.i dan ibunda Sumiyati yang telah memberikan motivasi dan semangatnya serta rela berjuang untuk memenuhi segala kebutuhan penulis.
7. Bapak dan Ibu Dosen IAIN “Sultan Maulana Hasanuddin Banten, terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah di IAIN “SMH” Banten.
8. Kepala Sekolah, serta seluruh Guru dan para siswa-siswi MI Mathla’ul Anwar Kademangan yang telah memberikan izin dan membantu penulis, serta memberikan penulis inspirasi.
9. Kepada seluruh teman-teman PGMI angkatan 2012 yang tak dapat penulis sebutkan satu persatu, terimakasih atas semua kenangan dan pengalaman saat kita bersama dalam 4 tahun ini. Berjuang bersama dan semoga kita bisa

dipertemukan kembali serta selalu terjalin silaturahmi yang baik.

10. Kepada sahabat, wanita kostan, teman, saudara, yang membantuku memberikan semangat dan motivasi yang tiada henti sehingga aku terus berjuang dan semangat untuk menulis karya ini.

Atas segala bantuan yang telah diberikan, penulis berharap semoga Allah SWT membalasnyadengan pahala yang berlimpah. Aamiin.

Penulis juga sangat menyadari bahwa kripsi ini masih jauh dari kesempurnaan baik dari segi isi maupun metodologi penulisannya. Untuk itu, kritik dan saran dari pembaca sangat penulis harapkan agar dapat diperbaiki selanjutnya.

Akhirnya hanya kepada Allah penulis berharap semoga kripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Serang, 27 September 2016

Penulis

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	i
ABSTRAK.....	ii
SURAT PENGANTAR PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN PEMBIMBING	iv
PENGESAHAN SIDANG MUNAQOSAH	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR GRAFIK	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. LatarBelakangMasalah.....	1
B. PerumusanMasalah	7
C. TujuanMasalah.....	7
D. ManfaatPenelitian	7
E. SistematikaPembahasan	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Pengertian Pembelajaran.....	10
1. Pengertian Pembelajaran.....	10
2. Jenis-jenis Strategi Pembelajaran.....	13
3. Keterampilan mengadakan variasi pembelajaran	13

4. Faktor yang Mempengaruhi Proses Pembelajaran Di Kelas	14
5. Pengertian Hasil Belajar.....	16
B. Hakikat Pembelajaran Jasmani dan Kesehatan	17
1. Pengertian Penjas.....	17
C. Alat Bantu Karet	19
1. Pengertian Alat Bantu Karet	19
2. Tujuan Alat Bantu Karet.....	22
D. Materi Penjaskes Di Kelas IV	22
1. Dasar Lompat.....	22
E. Lompat Tinggi	23
1. Sejarah Lompat Tinggi	23
2. Teknik-teknik Dasar Lompat Tinggi	24
3. Tujuan Lompat Tinggi	25
F. Kerangka Berfikir	25
G. Hipotesis	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	27
A. Pendekatan Penelitian	27
B. Rancangan Penelitian.....	29
C. Instrumen Penelitian Tindakan Kelas	31
D. Subjek Penelitian	32
E. Pengumpulan Data	32
1. Sumber Data.....	32
2. Teknik Pengumpulan Data	32
3. Instrumen Pengumpulan Data	34
4. Analisis Data.....	35

5. Prosedur Penelitian	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	40
A. Hasil Penelitian	40
B. Deskripsi Penelitian	40
1. PraSiklus	40
2. Siklus I	44
3. Siklus II.....	56
C. Pembahasan Hasil Penelitian	67
D. HipotesisTindakan	72
BAB V PENUTUP	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pedoman Penilaian Aktivitas Siswa	33
Tabel 3.2 Pedoman Penilaian Aktivitas Guru	34
Tabel 4.1 Hasil Proses Pembelajaran Lompat Tinggi Pra Siklus ...	41
Tabel 4.2 Klasifikasi Proses Pembelajaran.....	42
Tabel 4.3 Pedoman Penilaian Aktivitas Guru Siklus I	46
Tabel 4.4 Pedoman Penilaian Aktivitas Siswa Siklus I.....	49
Tabel 4.5 Hasil Proses Pembelajaran Lompat Tinggi Siklus I	51
Tabel 4.6 Klasifikasi Proses Pembelajaran Siklus II	53
Tabel 4.7 Pedoman Penilaian Aktivitas Guru Siklus II.....	58
Tabel 4.8 Penilaian Aktivitas Siswa Siklus II	61
Tabel 4.9 Hasil Proses Pembelajaran Lompat Tinggi Siklus II.....	64
Tabel 4.10 Klasifikasi Proses Pembelajaran Siklus II.....	65
Tabel 4.11 Perbandingan Data Rata-rata Proses Pembelajaran Lompat Tinggi	68
Tabel 4.12 Rekapitulasi Persentase Ketuntasan Hasil Proses Pembelajaran	70

DAFTAR GAMBAR

3.1 Model Kemmis dan Mc. Taggart.....	30
---------------------------------------	----

DAFTAR GRAFIK

Grafik4.1 Hasil Proses Pembelajaran Pra Siklus	43
Grafik 4.2 Hasil Proses Pembelajaran Siklus I	54
Grafik 4.3 Hasil Proses Pembelajaran Siklus II	66
Grafik 4.4 Nilai Rata-rata Hasil Proses Pembelajaran	70
Grafik 4.5 Rekapitulasi Persentase Ketuntasan Hasil Proses Pembelajaran	71