



**MODIFIKASI PERMAINAN LARI DAN LOMPAT PADA GERAK DASAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK DI SDN 4 JANGKURANG**

Ani Kurniawati<sup>1</sup>, Z. Arifin<sup>2</sup>, Egi Ardiansyah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Pendidikan Jasmani, Fakultas Pendidikan Islam dan Keguruan, Universitas Garut, Indonesia

<p>Kata kunci: Modifikasi, Permainan lari dan lompat, Gerak dasar, Lompat Jauh, Gaya jongkok</p>	<p><b>ABSTRAK</b></p> <p>Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa melalui pendekatan bermain lompat kardus, dua bilah kayu dan ban bekas. Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 4 Jangkurang dengan jumlah total 25 siswa. Instrumen yang digunakan yaitu tes unjuk kerja lompat jauh. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dan kuantitatif. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa peningkatan hasil lompat jauh gaya jongkok melalui permainan melompati kardus, lompat garis dengan dua bilah kayu dan ban bekas pada siswa ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata siswa. Nilai rata-rata kemampuan lompat jauh siswa pada saat prasiklus dengan ketuntasan sebesar 36% . Kondisi tersebut bisa mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa pada siklus I yaitu dengan persentase ketuntasan sebesar 60%. Kemudian terjadi peningkatan lagi dengan nilai rata-rata siswa pada siklus II yaitu dengan persentase keberhasilan 84%. Hal tersebut bisa menunjukkan bahwa target yang telah ditentukan sebelumnya sudah tercapai sehingga penelitian di hentikan pada siklus ke II, proses pembelajaran lompat jauh menggunakan metode bermain berlangsung dengan baik dan menyenangkan.</p>		
<p>Keywords: Modifications, Jump and Run Games, Basic movement, Long jump, Sail style</p>	<p><b>ABSTRACT</b></p> <p><i>This study aims to improve student learning outcomes through the approach of playing with a cardboard box, two wooden planks and used tires. This research is a classroom action research. The subjects in this study were fifth grade students at Jangkurang 4 Public Elementary School with a total of 25 students. The instrument used is the long jump performance test. The data analysis technique used in this research is descriptive qualitative and quantitative. Based on the results of the study it can be concluded that the increase in the results of the squat style long jump through the game of jumping over boxes, jumping the line with two wooden planks and used tires for students is marked by an increase in the average value of students. The average value of students' long jump ability during pre-cycle with completeness is 36%. This condition can increase the average value of students in cycle I, namely with a completeness percentage of 60%. Then there was an increase again with the average value of students in cycle II, namely with a success percentage of 84%. This can show that the predetermined targets have been achieved so that the research is stopped in cycle II, the long jump learning process using the playing method goes well and is fun..</i></p>		
<p><b>Info Artikel</b></p>	<p>Diterima: 12 Mei 2023</p>	<p>Disetujui: 17 Juni 2023</p>	<p>Dipublikasikan: 20 Juni 2023</p>
<p><b>Korespondensi Penulis:</b> Ani Kurniawati Email : <a href="mailto:anikurniawati@uniga.ac.id">anikurniawati@uniga.ac.id</a></p>			

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah suatu wadah untuk memberikan ilmu kepada seseorang untuk mendapatkan pengalaman baru dan sebagai sarana pengembangan diri dalam berbagai aspek. Pendidikan jasmani mempunyai tujuan pendidikan sebagai (1) perkembangan organ organ tubuh untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, 2) perkembangan neuro muscular, 3) perkembangan mental emosional, 4) perkembangan sosial dan 5) perkembangan intelektual (S. Y. Bangun, 2016). Menurut Pendapat lain namun dalam ungkapan yang senada, Pendidikan jasmani memiliki ciri bermain dan olahraga, tetapi secara eksklusif bukanlah suatu kombinasi yang setara diantara istilah bermain dan olahraga. Pendidikan jasmani adalah aktivitas jasmani yang diarahkan untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani adalah aktivitas fisik dan juga aktivitas pendidikan, tetapi baik itu kegiatan bermain atau olahraga (sebagai sport), keduanya dapat dimanfaatkan untuk kegiatan proses kependidikan, hampir selalu pengalaman aktivitas jasmani dapat dimanfaatkan untuk pencapaian kepentingan pendidikan. Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan bagian dari kurikulum standar lembaga pendidikan dasar dan menengah (Abduljabar, 2011).

Pendidikan jasmani sekolah dasar merupakan kegiatan pendidikan yang mengajarkan aspek pola gerak dan teknik dasar kepada anak, juga akan lebih aktif dan sehat dikarenakan dengan adanya kegiatan belajar sambil bermain. Guru pendidikan jasmani di sekolah dasar adalah orang yang bertanggung jawab terhadap keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak ditinjau dari aspek pola gerak dasar (Raffly Henjilito et al., 2021). Pendidikan adalah upaya untuk mengembangkan potensi anak atau peserta didik ke arah pencapaian kedewasaan. Kedewasaan berarti kemandirian, bertanggung jawab dan berkembangnya potensi menjadi orang yang kreatif, produktif, inovatif serta dilandasi nilai-nilai rohaniah, jasmani, intelektual dan emosional (Pratiwi & Asri, 2020). Oleh karena itu, pengetahuan maupun keterampilan dalam mengajarkan aspek-aspek gerak dasar harus dimiliki oleh guru pendidikan jasmani di sekolah dasar.

Atletik merupakan salah satu pelajaran yang ada pada sekolah dasar atletik sangat penting diterapkan pada siswa sekolah dasar dan menjadi tanggung jawab sekolah untuk dapat memfasilitasi kebutuhan pada setiap nomor atletik seperti ; 1) nomor lari harus terdapat lintasan dan pendukung lainnya seperti gawang, 2) nomor lompat meliputi lompat jauh, lompat tinggi, dan lompat galah, dan lompat jingkat, 3) nomor lempar meliputi lempar lembing, tolak peluru, lempar cakram, dan lontar martil (Aditya et al., 2019). Atletik dapat dikatakan induk dari hampir semua cabang olahraga yang ada saat ini, khususnya olahraga yang mengandalkan aktifitas fisik. Atletik secara garis besar terbagi atas tiga nomor yaitu nomor lari, nomor lompat, dan nomor lempar (Putra & Riau, 2021).

Sarana dan prasarana PJOK merupakan salah satu alat dan tempat pembelajaran yang mempunyai peran penting dalam proses pembelajaran. Proses pembelajaran akan tersendat dan tidak dapat berjalan dengan maksimal apabila sarana dan prasarana yang tersedia tidak mencukupi atau tidak memenuhi persyaratan (Hendriadi, 2021). Sarana adalah suatu objek yang dipakai sebagai alat untuk menunjang suatu kegiatan untuk mencapai tujuan kegiatan pembelajaran dengan baik, efisien dan efektif. Prasarana merupakan penunjang yang secara tidak langsung menunjang untuk berjalanya suatu proses pendidikan sarana dan prasarana merupakan suatu alat atau bagian yang memiliki peran sangat penting bagi keberhasilan dan kelancaran suatu proses, termasuk juga dalam lingkup pendidikan (Sinta, 2019). Sarana dan prasarana adalah fasilitas yang mutlak dipenuhi untuk memberikan kemudahan dalam menyelenggarakan suatu kegiatan walaupun belum bisa memenuhi sarana dan prasarana dengan semestinya.

Pembelajaran di SDN 4 Jangkurang kelas V dengan populasi sebanyak 25 siswa yang terdiri dari 12 siswa laki-laki dan 13 perempuan dan berjalan dengan baik, akan tetapi hasil pembelajaran yang diharapkan kurang optimal ( Khusunya lompat jauh) Penyajian materi lompat jauh tanpa adanya sarana dan prasarana di sekolah yang menjadikan pembelajaran kurang dipahami. Setelah peneliti sadari pembelajaran dengan tanpa adanya penunjang pembelajaran sehingga siswa

merasa bosan dengan teknik gerak yang dilakukan berulang ulang tanpa ada variasi gerak dan alat bantu sementara pembelajaran berlangsung dalam waktu 3 x 35 menit.

Modifikasi merupakan bagian dari upaya guru untuk memastikan proses pembelajaran dilakukan secara optimal. Inti dari modifikasi adalah menganalisis dan mengembangkan bahan ajar dengan cara menyusunnya dalam bentuk kegiatan pembelajaran yang potensial sedemikian rupa sehingga memudahkan belajar bagi siswa. Dalam KBBI Modifikasi permainan adalah hasil perubahan dari keadaan semula dengan mengubah permainan yang telah ada atau membuat permainan yang belum ada (Masgumelar et al., 2019). Menurut ucapan yang sama dari peneliti lain menyatakan bahwa, Modifikasi dapat diartikan sebagai upaya melakukan perubahan dengan penyesuaian-penyesuaian baik dalam segi fisik material (fasilitas dan perlengkapan) maupun dalam tujuan dan cara (metoda, gaya, pendekatan, aturan serta penilaian) dari pernyataan diatas mengenai pengertian modifikasi, modifikasi merupakan suatu usaha perubahan yang dilakukan berupa penyesuaian- penyesuaian baik dalam bentuk fasilitas dan perlengkapan atau dalam metoda, gaya, pendekatan, aturan serta penilaian (M. W. A. Bangun, 2018).

Rubin Fein, Vandenberg (dalam Laely, 2019) telah meneliti apa yang berlangsung ketika anak bermain, mereka menemukan lima ciri yang menandai kegiatan bermain, yaitu: Motivasi bermain digagas atas keinginan pribadi berdasarkan pilihan anak menyenangkan dan dinikmati oleh pemain, nonliteral, karena tidak terikat pada suatu ketentuan yang baku, misalnya ketika anak berpura-pura, seseorang terlibat sepenuhnya dalam suatu kegiatan, baik secara fisik, psikologis maupun keduanya. Menurut Piaget (dalam Lestari, 2020) mengemukakan bahwa bermain memberikan kesempatan kepada anak untuk mengasimilasi kenyataan terhadap dirinya terhadap kenyataan.

Pendekatan bermain merupakan salah satu cara supaya pembelajaran yang dilaksanakan dalam bentuk permainan untuk mengimplementasikan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok yang ada di sekolah dasar menurut, pendekatan bermain merupakan salah satu pendekatan pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan pencapaian hasil belajar lompat jauh gaya jongkok (Prasetyo, 2016). Bermain dan permainan adalah suatu kegiatan yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan manusia. Setiap manusia pada dasarnya membutuhkan aktivitas bermain tidak hanya untuk meningkatkan perkembangan fisik, tetapi juga sosial, intelektual dan emosional (Djawa et al., 2017). Namun pencapaian hasil belajar tidak hanya dipengaruhi oleh pendekatan pembelajaran saja, masih ada faktor lain seperti kemampuan kondisi fisik siswa, motivasi, sarana dan prasarana dan lain-lain, maka dari itu Konsep pendekatan permainan adalah konsep pembelajaran dimana belajar menerapkan teknik permainan dalam pendekatan permainan dan menggunakan teknik dalam olahraga.

Pembelajaran pendidikan jasmani di SDN 4 Jangkurang berjalan dengan baik akan tetapi hasil yang diharapkan kurang optimal (khususnya lompat jauh gaya jongkok). Merujuk pada penelitian terdahulu yang pertama, dilaksanakan oleh Anggi Setia Lenka, 2018 yang berjudul "Kontribusi Belajar Lompat Katak Dan Engklek Terhadap Penampilan Teknik Lompat Jauh Gaya Jongkok Di Sekolah Dasar". Penelitian ini dilakukan untuk menjelaskan seberapa besarnya kontribusi antara belajar lompat katak, dan engklek baik secara sendiri, ataupun bersama terhadap penampilan teknik lompat jauh gaya jongkok.

Penelitian terdahulu yang ke dua oleh Deni Mudian, 2018 yang berjudul "Pengaruh Latihan Loncat Katak Dan Loncat Naik Turun Bangku Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok". Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada perbedaan pengaruh antara latihan loncat katak dan latihan loncat naik turun bangku terhadap kemampuan lompat jauh gaya jongkok siswa sekolah dasar. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa simpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh antara latihan loncat katak dan latihan loncat naik turun bangku terhadap kemampuan lompat jauh pada siswa.

Penelitian terdahulu yang ketiga oleh Hasan Basri, 2018 yang berjudul "Upaya Peningkatan Hasil Belajar Materi Gerak Dasar Lompat Jauh Melalui Modifikasi Alat Ban Sepeda Dan Kardus

Pada Siswa Kelas V Di Sdn Xvi Margahayu Bekasi” permasalahan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana hasil belajar materi gerak dasar lompat jauh melalui modifikasi alat ban sepeda dan kardus. Hasil dari peneliti menyatakan bahwa hasil belajar yang dicapai siswa dalam pembelajaran lompat jauh mengalami peningkatan presentase dari 8% menjadi 89%.

Setelah melihat penelitian terdahulu dan melihat bagaimana cara guru memberika materi terhadap siswa metode yang diberikan guru sangat berpengaruh terhadap keberlangsungan pembelajaran agar anak bisa menguasai lompat jauh gaya jongkok dengan baik, terlihat dari kemampuan gerak siswa yang masih rendah, sehingga nilai yang diperoleh masih belum maksimal. Selain hasil pembelajaran yang masih rendah, dalam pembelajaran lompat jauh banyak terjadi kesalahan yang dilakukan siswa antara lain pada saat melakukan awalan, tolakan maupun pendaratan dan guru pendidikan jasmani di sekolah pelaksanaannya hanya ke lapangan, lalu siswa diberikan materi teknik lompat jauh, kemudian siswa disuruh mempraktikkan secara berulang-ulang dan diukur hasilnya, pemebelajaran tanpa variasi menyebabkan anak cenderung merasa bosan. Peneliti mencoba memodifikasi permainan supaya mendapatkan hasil dan efektifitas dalam menunjang pembelajaran untuk membuat siswa tertarik mengikuti pembelajaran dan berharap hasil belajarnya akan meningkat tanpa bosan dengan gerakan yang berulang-ulang. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti berkeinginan meneliti tentang pengaruh modifikasi permaianan lari dan lompat terhadap gerak dasar lompat jauh gaya jongkok di SDN 4 Jangkurang.

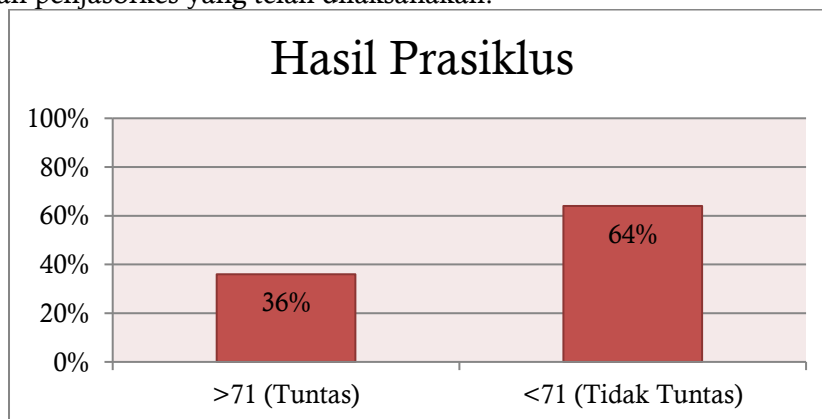
## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian tindak kelas (PTK). Terdapat empat tahapan penting dalam penelitian tindakan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SDN 4 Jangkurang yang berjumlah 25 siswa terdiri dari 12 laki-laki dan 13 siswa perempuan. Instrumen yang digunakan, yaitu lembar observasi lompat jauh. Teknik analisis data menggunakan dua rumus, meliputi: pertama, menggunakan rumus (X) ketuntasan hasil belajar individu sama dengan jumlag nilai perolehan siswa dari subjek yang dinilai dibagi dengan jumlah nilai keseluruhan aspek yang dinilai; kedua, menentukan hasik belajar keseluruhan klasikal sama dengan jumlah subjek berhasil dibagi subjek keseluruhan dibagi dengan jumlah subjek keseluruhan.

## HASIL PENELITIAN

### KONDISI AWAL/ PRA SIKLUS

Penelitian yang dilaksanakan di SDN 4 Jangkurang. Observasi ditujukan untuk mengetahui bagaimana cara guru mengajarkan lompat jauh dan bagaimana cara siswa melakukan gerakan lompat jauh. Berdasarkan hal tersebut, peneliti mengidentifikasi kekurangan pembelajaran pada mata pelajaran penjasorkes yang telah dilaksanakan.

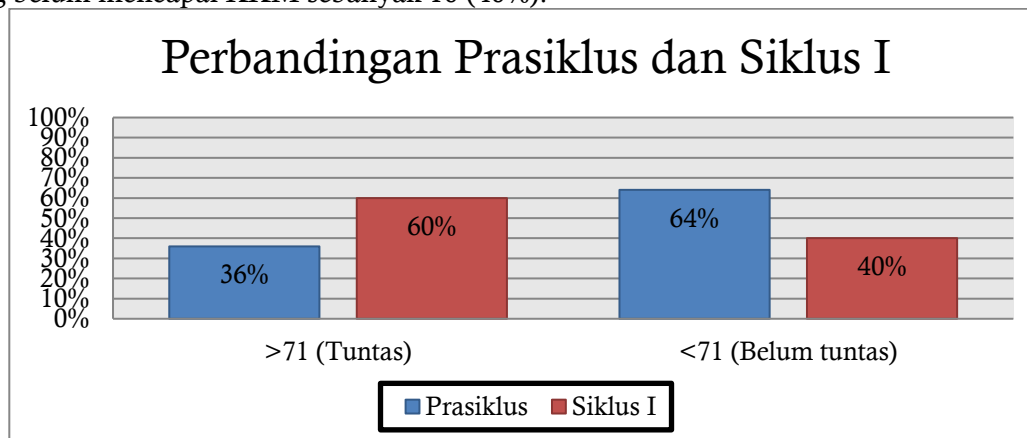


Bagan 1. Diagram Batang Prasiklus

Berdasarkan hasil tes pratindakan diperoleh nilai rata-rata sebesar 70,8. Jumlah siswa yang mencapai KKM hanya sebanyak 9 siswa (36%) dan siswa yang belum mencapai KKM sebanyak 16 siswa (60%). Hasil tes pratindakan yang dilakukan diketahui, bahwa masih ada beberapa siswa yang belum mampu melakukan gerakan lompat jauh dengan benar. Berdasarkan data hasil tes pratindakan tela, peneliti dan guru bermaksud untuk memperbaiki dan meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok melalui metode modifikasi permainan.

### SIKLUS I

Observasi aktivitas yang dilakukan siswa pada pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan permainan kardus dan ban pada siklus I, hasil tes pada siklus I diperoleh nilai rata-rata 73,3. Jumlah siswa yang mencapai KKM hanya sebanyak 15 (60%) dan siswa yang belum mencapai KKM sebanyak 10 (40%).

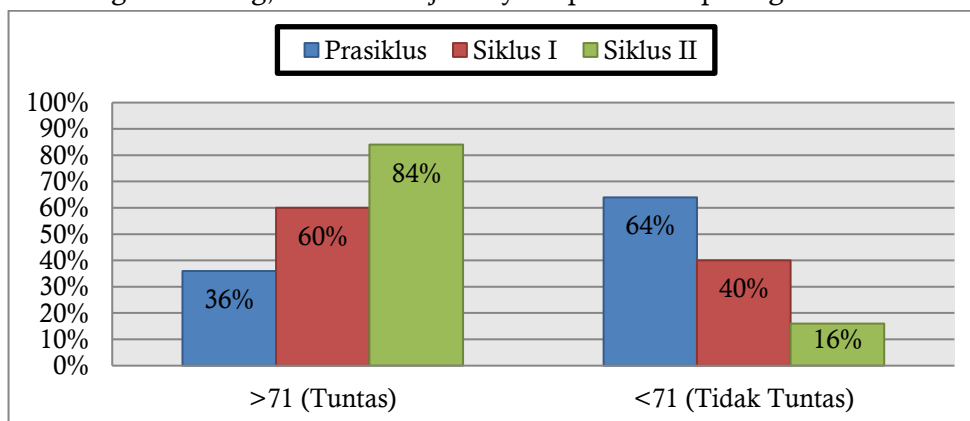


Bagan 2. Diagram Batang Pada Kegiatan Pratindakan Dan Siklus I

Berdasarkan gambar di atas siswa yang tuntas saat prasiklus hanya 36% dan setelah siklus I siswa yang tuntas mencapai 60% dan yang belum tuntas saat prasiklus mencapai 60% sedangkan setelah siklus I mengalami penurunan dengan 40%, walaupun nilai siswa meningkat namun nilai klasikal masih dibawah KKM yaitu 60% siswa yang tuntas, maka peneliti melanjutkan pada siklus II.

### SIKLUS II

Hasil tes lompat jauh siswa kelas V SDN 4 Jangkurang pada kegiatan siklus II disajikan dalam bentuk diagram batang, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Bagan 3. Peningkatan Hasil Tes Pratindakan, Siklus I, dan Siklus II

Berdasarkan hasil tes siklus II diperoleh nilai rata-rata sebesar 77,8. Jumlah siswa yang mencapai KKM hanya sebanyak 21 siswa (84%) dan siswa yang belum mencapai KKM sebanyak 4 siswa (16%). Berdasarkan hasil tersebut, siswa sudah memenuhi ketercapaian KKM, yaitu sebesar 75% siswa yang tuntas, maka penelitian dianggap berhasil dan tidak dilanjutkan ke siklus III.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian hasil lompat jauh siswa kelas V SDN 4 Jangkurang dari pratindakan, siklus I, dan siklus II disajikan pada tabel dibawah ini:

**Tabel 1.** Peningkatan Hasil Tes Pratindakan, Siklus I, dan Siklus II

NO	Aspek	Pratindakan	Siklus I	Siklus II
1	Jumlah nilai	1768,75	1831,25	1943,75
2	Nilai rata-rata	70,8	73,3	77,8
3	Persentase ketuntasan	36%	60%	84%

Pada siklus I dilakukan pembelajaran dengan melaksanakan lompat jauh dalam bentuk bermain melompati kardus dan modifikasi bola kecil. Permainan ini menekankan pada masalah teknik awalan, tumpuan, melayang, dan mendarat. Pada siklus I ini guru peneliti sudah melaksanakan pembelajaran sesuai dengan RPP, akan tetapi siswa masih ragu-ragu dan belum terbiasa melakukan kegiatan permainan melompati kardus dan modifikasi bola kecil. Pada pelaksanaan tindakan ternyata siswa belum terbiasa mengambil kesimpulan dari kegiatan yang telah dilaksanakan, pada saat pembelajaran lompat jauh melalui permainan dan berdiskusi juga masih didominasi oleh satu atau dua orang siswa yang mampu mengerti dan dapat melaksanakan dengan sesuai arahan dari guru.

Pada siklus II dilakukan pembelajaran lompat jauh dengan pendekatan permainan melompati ban sepeda bekas, kardus dan dua bilah kayu sesuai dengan refleksi pada siklus I, proses pembelajaran berlangsung dengan baik dan menyenangkan. Guru dan siswa melaksanakan pembelajaran dengan antusiasme yang sangat baik murid lebih aktif dan senang saat kegiatan pembelajaran berlangsung. Siswa aktif melakukan kegiatan permainan dan saling bertukar pikiran dengan siswa lainnya dengan sharing untuk melakukan kegiatan yang akan dilakukan. Pada pelaksanaan siklus II, diketahui siswa sudah dapat melakukan kegiatan permainan melompati ban sepeda bekas, kardus dan bilah dua kayu dengan gembira dan penuh semangat dengan peningkatan aktivitas yang efektif dengan ditandai adanya peningkatan hasil belajar siswa dengan ketuntasan mencapai 84%. Dari jumlah siswa kelas V SDN 4 Jangkurang sebanyak 25 dan ada 21 orang telah mencapai KKM yang telah ditentukan yaitu 70 sesuai dengan kurikulum yang ada di sekolah.

Setelah dilakukan penelitian tindakan selama 2 siklus dan setiap siklus dilakukan tes untuk memperoleh hasil belajar lompat jauh, maka diperoleh data sebagai berikut: Dari hasil refleksi diketahui bahwa pada siklus I siswa masih belum bisa memahami pembelajaran lompat jauh dengan permainan melompati kardus dan modifikasi bola kecil. Pelaksanaan pembelajaran belum maksimal masih ada siswa yang tidak memperhatikan pembelajaran dan ada beberapa materi yang belum dikuasai oleh beberapa siswa. Walaupun guru sudah melakukan sesuai dengan perencanaan dan model pembelajaran sudah tepat, secara keseluruhan tujuan pembelajaran belum tercapai sesuai dengan apa yang direncanakan.

Dari hasil sharing dengan kolaborator tentang pelaksanaan proses pembelajaran dan hasil belajar pada siklus II diperoleh hasil refleksi: siswa sudah mulai terbiasa dengan pembelajaran yang menggunakan permainan melompati ban sepeda bekas, kardus dan dua bilah kayu siswa lebih semangat aktif dan kreatif dalam proses pembelajaran. Guru peneliti semakin mengerti

kelemahannya dan terus mencari pemecahan proses pembelajaran sudah sesuai dengan RPP dan guru sudah melakukan perannya sesuai dengan model pembelajaran yang ditetapkan secara keseluruhan tujuan pembelajaran sudah tercapai sesuai dengan rencana setelah dilakukan tindakan siklus II yang merupakan refleksi dari siklus I pada siklus II hasil pembelajaran lompat jauh siswa mengalami peningkatan hingga 21 siswa (84%) mendapat nilai di atas batas KKM dan dinyatakan tuntas.

Upaya peningkatan hasil belajar lompat jauh berhasil dengan baik karena jika dilihat dari peningkatan pada tiap siklus yang rata-rata mencapai ketuntasan pada setiap tindakan siklus dapat meningkatkan hasil belajar yang paling besar terjadi pada pelaksanaan siklus ke II, hal ini terjadi karena siswa sudah mulai memahami konsep pembelajaran lompat jauh dengan permainan melompati ban bekas, kardus dan dua bilah kayu siswa sangat antusias dan merasa bergembira dalam mengikuti pembelajaran sehingga hasil yang diperoleh siswa dapat meningkat dan proses pembelajaran sudah berjalan sesuai dengan rencana dan mendapat hasil sesuai dengan yang diharapkan.

Dari hasil penelitian terdapat 4 siswa (16%) yang belum memenuhi batas KKM atau belum tuntas. Hal ini dikarenakan pada saat pelaksanaan penelitian ada satu siswa terlihat kurang maksimal dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh dengan metode bermain melompati ban sepeda bekas, kardus dan dua bilah kayu. Dikarenakan siswa tersebut memang begitu kurang aktif di setiap pembelajaran bukan hanya saat pembelajaran pendidikan jasmani namun saat di kelaspun, dua diantaranya mempunyai keterbatasan saat melakukan pembelajaran maupun itu pembelajaran di kelas ataupun di luar kelas.

## **KESIMPULAN**

Dalam penelitian ini menyatakan bahwa hasil dari penerapan modifikasi permainan yaitu pada siklus I yaitu dengan persentase ketuntasan sebesar 60%. Kemudian terjadi peningkatan lagi dengan nilai rata-rata siswa pada siklus II yaitu dengan persentase keberhasilan 84%. Hal tersebut bisa menunjukkan bahwa target yang telah ditentukan sebelumnya sudah tercapai sehingga penelitian di hentikan pada siklus ke II. Proses pembelajaran lompat jauh menggunakan metode permainan berlangsung dengan baik dan menyenangkan. Peserta didik aktif saat melakukan pembelajaran dilapangan dan memperhatikan temanya saat melakukan permainan sehingga siswa yang lain dapat melakukan sesuai dengan apa yang diinstruksikan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abduljabar, B. (2011). Pengertian pendidikan jasmani. *Ilmu Pendidikan*, 1991, 36. [http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR.\\_PEND.\\_OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG\\_ABDULJABAR/Pengertian\\_Penjas.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG_ABDULJABAR/Pengertian_Penjas.pdf)
- Aditya, R., Helmi, B., & Usman, K. (2019). Pengembangan Peralatan Modifikasi Atletik Pada Pembelajaran PJOK tingkat Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna Medan*, 7(1), 1–7. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JSBG/article/view/162/153>
- Bangun, M. W. A. (2018). Pemanfaatan Hasil Modifikasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Slb-Ypac Cabang Medan. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 2(2), 97. <https://doi.org/10.24114/pjkr.v2i2.9553>
- Bangun, S. Y. (2016). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Kajian Pustaka & Pembahasan. *Jurnal Publikasi Pendidikan | Volume VI No 3 Oktober 2016 | 157, VI(1)*, 156–167.
- Djawa, B., Jasmani, S. P., Rekreasi, K., & Keolahragaan, F. I. (2017). Penerapan Permainan Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya JongkoK. 445–450.
- Hendriadi, I. G. O. (2021). Ketersediaan Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 9(2), 68.

- <https://doi.org/10.23887/jiku.v9i2.30878>
- Laely, T. A. dan W. A. (2019). Pengembangan Keterampilan Berbahasa Lisan Anak Tunarungu Melalui Terapi Bermain di TK Masyitoh Talang Tegal. *Annual Conference on Islamic Early Childhood Education*, 4, 319–326.
- Lestari, L. D. (2020). Pentingnya mendidik problem solving pada anak melalui bermain. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(2), 100–108. <https://doi.org/10.21831/jpa.v9i2.32034>
- Masgumelar, N. K., Dwiyoogo, W. D., & Nurrochmah, S. (2019). Modifikasi Permainan menggunakan Blended Learning Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 4(7), 979. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v4i7.12645>
- Prasetyo, K. (2016). *Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar Koko Prasetyo Program Studi PGSD, FKIP, Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo*. 6, 196–205.
- Pratiwi, E., & Asri, N. (2020). *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani Untuk Guru Sekolah Dasar*. [http://eprints.uniska-bjm.ac.id/5823/1/B5\\_DASAR\\_PENDIDIKAN\\_JASMANI\\_GURU\\_SD-1.pdf](http://eprints.uniska-bjm.ac.id/5823/1/B5_DASAR_PENDIDIKAN_JASMANI_GURU_SD-1.pdf)
- Putra, R. I., & Riau, U. I. (2021). *Journal athletics and sport nutrition*. 1(1), 23–29.
- Raffly Henjilito, Jatra, R., Zulkifli, D., & Aridho, R. (2021). *Pelatihan Atletik Dasar Bagi Guru-Guru*. 4(1).
- Sinta, I. M. (2019). Manajemen Sarana Dan Prasarana. *Jurnal Isema: Islamic Educational Management*, 4(1), 77–92. <https://doi.org/10.15575/isema.v4i1.5645>
- Tokan, A. (2019). Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V Sdk Lewoloba Kabupaten Flores Timur. *Undikma*, 6(September), 67–75.