



UNIVERSITAS WAHID HASYIM
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Menoreh Tengah X/22 Sampangan -- Semarang 50236 Telp. (024) 8505680-5805680 Fax.(024) 8505680

No : 78/K.02/UWH/III/2018

Semarang, 9 Maret 2018

Izin Penelitian

Kepada Yth :
 Kepala SD Tegal Sari 03
 di
 Tempat

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Segala puji bagi Allah SWT, shalawat serta salam semoga senantiasa dilimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, segenap keluarga, para sahabat dan kita semua. Amin.

Kami beritahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim Semarang (Unwahas) :

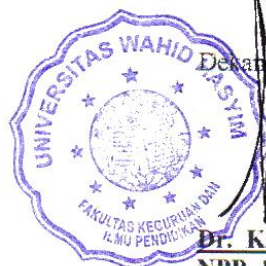
Nama : Moh. Khadis
 NIM : 138010433

Akan mengadakan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul :
"Metode Bermain Lompat Rintangan Dengan Media Tali untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas V SDN Tegal Sari 03 Semarang Tahun 2017"

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, kami mengharap Saudara berkenan memberi izin kepada yang bersangkutan untuk melaksanakan penelitian.

Demikian surat izin ini Kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasamanya, Kami ucapkan terimakasih.

Wallahul Muwaffiq Ila Aqwamith Thariq
 Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.



[Signature]
 Dr. Kartivono, M.Pd
 NPP. 10.11.1.0204

nam :
 Mahasiswa.
 Arsip.



PEMERINTAH KOTA SEMARANG
 DINAS PENDIDIKAN
 UPTD PENDIDIKAN KECAMATAN CANDISARI
 SD NEGERI TEGALSARI 03
 Jl. Genuk Krajan VII No. 1A Semarang

SURAT KETERANGAN

No. 421. 2 / 181 / 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Samsiar, S.Pd

NIP : 196503221988032004

Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan bahwa:

Nama : Moh. Khadis

NIM : 138010433

Jurusan : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Wahid Hasyim

Mahasiswa tersebut telah melaksanakan penelitian di sekolah kami pada bulan Januari 2017 dalam rangka menyusun skripsi yang berjudul "**Metode Bermain Lompat Rintangan Dengan Media Tali Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas V SDN Tegalsari 03 Semarang Tahun 2017**".

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, Januari 2017

Kepala Sekolah



Lampiran 3. Siklus I

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah : SDN Tegalsari 03
 Kelas/ Semester : V / II
 Tema : Kerukunan dalam Bermasyarakat
 Subtema : Cara Menjaga Kerukunan
 Pembelajaran ke- : 1
 Alokasi Waktu : 4 x 35 menit

A. Kompetensi Inti

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. Kompetensi Dasar dan IndikatorPJOK

Kompetensi dasar dan indikatornya :

- 3.3Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam atletik nomor lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.

3.3.1 Menjelaskan cara melompat mencapai sasaran dengan gaya yang benar.

4.3Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam atletik nomor lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.

4.3.1 Lompat mencapai sasaran dengan gaya yang benar.

C. Tujuan Pembelajaran



1. Siswa mampu melakukan gerakan awalan lompat jauh
2. Siswa mampu melakukan tumpuan pada lompat jauh
3. Siswa mampu melakukan gerakan melayang pada lompat jauh
4. Siswa mampu melakukan mendarat pada lompat jauh

D. Materi Pembelajaran

1. PJOK : Cara melompat mencapai sasaran dengan gaya yang benar, lompat mencapai sasaran dengan gaya yang benar.

E. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa berdoa bersama dipimpin salah satu siswa. (Religius) 2. Guru menyapa siswa dan menanyakan kabar. 3. Guru menyampaikan tema dan subtema yang akan dipelajari. 4. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran 5. Guru memberi motivasi kepada siswa agar semangat dalam mengikuti 	@15 menit

	pembelajaran yang akan dilaksanakan dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami.	
Inti	<ol style="list-style-type: none"> Siswa diminta mengamati gambar yang terdapat pada buku siswa  Siswa diminta untuk menjelaskan kegiatan yang terdapat pada gambar yang sedang diamati. Guru menstimulus pengetahuan siswa dengan memberikan pertanyaan pancingan, seperti: Apakah kamu suka melompat? Sebutkan olahraga yang menggunakan teknik melompat! Siswa diminta memberikan pendapat tentang gambar yang diamati Siswa diminta untuk melakukan lompatan yang meniru lompatan katak. Siswa diminta untuk melompat pada sasaran yang sudah disiapkan.  	105 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> Siswa bersama guru melakukan refleksi setelah melaksanakan kegiatan belajar hari ini. Siswa bersama guru membuat kesimpulan dari kegiatan yang telah 	20 menit

	dilaksanakan.	
	3. Guru melaksanakan evaluasi dari hasil pekerjaan siswa.	
	4. Siswa berdoa dipimpin salah satu siswa.	

F. Media, Alat, dan Sumber Pembelajaran

1. Media : Video lagu “arah mata angin”
2. Alat : Kompas, gambar arah mata angin dan lembar tugas
3. Sumber Belajar :
 - Heny Kusumawati, dkk. 2014. Buku Guru Kelas V Tema 3 “Kerukunan Dalam Bermasyarakat”. Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
 - Heny Kusumawati, dkk. 2014. Buku Siswa Kelas V Tema 3 “Kerukunan Dalam Bermasyarakat”. Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

G. Penilaian

Pembelajaran 2

1. Teknik Penilaian
 - a. Penilaian Sikap : toleransi, disiplin
 - b. Penilaian pengetahuan: tes tertulis
 - c. Penilaian keterampilan: praktik
2. Bentuk Instrumen Penilaian
 - a. Penilaian Sikap

No	Nama Siswa	Sikap Spiritual		Sikap Sosial	
		Toleransi		Disiplin	
		SB	PB	SB	PB
1.					
2.					

3.					
4.					
5.					

b. Penilaian Pengetahuan

- 1) Jelaskan cara melompat mencapai sasaran dengan gaya yang benar!

c. Penilaian Keterampilan

Rubrik Presentasi				
Kompetensi yang dinilai: <ul style="list-style-type: none"> • Pengetahuan siswa tentang materi yang disampaikan • Keterampilan siswa dalam menggunakan Bahasa Indonesia yang baik ketika presentasi • Sikap kesungguhan siswa dalam melakukan presentasi 				
Aspek	Baik Sekali 4	Baik 3	Cukup 2	Perlu Bimbingan 1
Tata bahasa	Presentasi disampaikan dengan menggunakan tata bahasa Indonesia yang baik dan baku	Terdapat satu atau dua kesalahan dalam tata bahasa Indonesia yang baik dan baku	Terdapat tiga atau empat kesalahan dalam tata bahasa Indonesia yang baik dan baku	Terdapat lebih dari empat kesalahan dalam tata bahasa Indonesia yang baik dan baku
Sikap	Seluruh anggota terlihat bersungguh-sungguh dalam mempersiapkan presentasi siswa	Beberapa anggota terlihat bersungguh-sungguh dalam mempersiapkan presentasi siswa	Siswa terlihat bermain-main namun masih mau memperlihatkan kerja keras mereka sekalipun dalam pengawasan guru	Siswa terus bermain-main sekalipun sudah berulang kali diperingatkan oleh guru
Keterampilan berbicara	Pengucapan dialog secara keseluruhan jelas, tidak mengumam, dan dapat dimengerti	Pengucapan dialog di beberapa bagian jelas dan dapat dimengerti	Pengucapan dialog tidak begitu jelas tapi masih bisa ditangkap maksudnya oleh pendengar	Pengucapan dialog secara keseluruhan betul-betul tidak jelas, mengumam, dan tidak dapat dimengerti

Rubrik Essay				
Kompetensi yang dinilai:				
<ul style="list-style-type: none"> • Pengetahuan siswa tentang topik materi • Keterampilan siswa dalam menguraikan jawaban • Sikap kemandirian dan tanggung jawab 				
Kriteria	Baik Sekali	Baik	Cukup	Butuh Bimbingan
	4	3	2	1
Pengetahuan	Siswa menunjukkan pemahaman materi dalam semua jawaban essay	Siswa menunjukkan pemahaman materi dalam hampir semua jawaban essay	Siswa menunjukkan pemahaman materi dalam beberapa jawaban essay	Siswa menunjukkan pemahaman materi hanya jawaban essay
	Siswa mampu memberikan alasan yang tepat pada semua jawaban	Siswa mampu memberikan alasan yang tepat hampir disemua jawaban	Siswa mampu memberikan alasan yang tepat pada beberapa jawaban	Siswa mampu memberikan alasan pada beberapa jawaban namun kurang tepat
Kemandirian & Manajemen Waktu (<i>attitude</i>)	Sangat mandiri mengerjakan tugas bahkan selesai sebelum waktunya.	Mandiri mengerjakan tugas 1 dan selesai tepat waktu	Masih perlu diingatkan sesekali untuk menyelesaikan tugas	Tidak menyelesaikan tugas tepat pada waktunya
Keterampilan	Siswa mampu memberikan contoh – contoh yang relevan pada semua jawaban	Siswa mampu memberikan contoh – contoh yang relevan pada hampir semua jawaban	Siswa mampu memberikan contoh – contoh yang relevan pada beberapa jawaban	Siswa mampu memberikan contoh – contoh pada beberapa jawaban namun kurang relevan

Rubrik Percobaan Membuat Kompas Sederhana				
Kompetensi yang dinilai:				
<ul style="list-style-type: none"> • Pengetahuan siswa tentang cara membuat kompas sederhana • Keterampilan siswa dalam merangkai kompas sederhana • Sikap kemandirian dan kedisiplinan siswa dalam melakukan percobaan 				
Kriteria	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Persiapan alat dan bahan	Sangat lengkap	Lengkap	Cukup lengkap	Beberapa bahan tidak ada
Merangkai alat percobaan cara membuat kompas sederhana	Rangkaian tepat sesuai petunjuk, waktu merangkai singkat	Rangkaian tepat, waktu merangkai lebih lama	Rangkaian tepat, waktu merangkai cukup lama	Rangkaian kurang tepat
Keterampilan melakukan dan mengamati percobaan	Menggunakan peralatan sesuai fungsi, tidak merusak alat, hasil percobaan benar	Menggunakan peralatan sesuai fungsi, tidak merusak alat, hasil percobaan kurang benar	Menggunakan peralatan sesuai fungsi, alat ada yang rusak	Menggunakan peralatan semauanya
Keterampilan	Sangat terampil dalam membuat kompas sederhana	Terampil dalam membuat kompas sederhana	Cukup terampil dalam membuat kompas sederhana	Kurang terampil dalam membuat kompas sederhana

Penilaian Pengetahuan

$$\frac{\text{Skor diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 4 = \text{skor akhir}$$

Semarang, Januari 2017

Mengetahui,
Kepala Sekolah



Samsiar, S.Pd
NIP. 196503221988032004

Guru Praktikan

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Moh. Khadis".

Moh. Khadis
NIM. 138010433



Lampiran 4. Siklus II

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah	: SDN Tegalsari 03
Kelas/ Semester	: V / II
Tema	: Kerukunan dalam Bermasyarakat
Subtema	: Cara Menjaga Kerukunan
Pembelajaran ke-	: 2
Alokasi Waktu	: 4 x 35 menit

A. Kompetensi Inti

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhlukciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. Kompetensi Dasar dan IndikatorPJOK

Kompetensi dasar dan indikatornya :

- 3.3Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam atletik nomor lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.

3.3.1 Menjelaskan cara melompat mencapai sasaran dengan gaya yang benar.

4.3Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam atletik nomor lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.

4.3.1 Lompat mencapai sasaran dengan gaya yang benar.

C. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu melakukan gerakan awalan lompat jauh
2. Siswa mampu melakukan tumpuan pada lompat jauh
3. Siswa mampu melakukan gerakan melayang pada lompat jauh
4. Siswa mampu melakukan mendarat pada lompat jauh

D. Materi Pembelajaran

1. PJOK : Cara melompat mencapai sasaran dengan gaya yang benar, lompat mencapai sasaran dengan gaya yang benar.

E. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa berdoa bersama dipimpin salah satu siswa.(Religius) 2. Guru menyapa siswa dan menanyakan kabar. 3. Guru menyampaikan tema dan subtema yang akan dipelajari. 4. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran 5. Guru memberi motivasi kepada siswa agar semangat dalam mengikuti pembelajaran yang akan 	@15menit

	dilaksanakan dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami.	
Inti	<p>Pemanasan dengan permainan yang mengarah pada gerak dasar pembelajaran lompat jauh, Bermain Bola Tembak.</p> <p>- Cara bermain:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Satu siswa bertindak sebagai pemburu. Sambil membawa bola berada di luar garis batas bertindak sebagai pemburu. Teman yang lain menjadi kijang berada di dalam lapangan sambil terus berlari lari dan melompat lompat untuk menghindari tembakan dari sang pemburu. Jika kijang tertembak bola maka kijang keluar bertindak menjadi pemburu. Jadi pemburu selalu bertambah dan seterusnya hingga kijang habis 2. Guru menyiapkan alat pembelajaran berupa tali karet. 3. Guru membagi tali karet kepada siswa 1 tali karet untuk 4 siswa. 4. Masih dalam kelompoknya, 2 siswa memutar tali karet dan 2 siswa melompati tali karet. <p>Gerakan ini diulangi hingga semua siswa melakukan sebanyak 3x.</p>	105 menit

	<ol style="list-style-type: none">5. Masih dalam kelompok siswa melakukan lompat tali di tempat dengan mengayunkan tali sendiri secara bergantian dengan 3 kali pengulangan.6. Siswa melakukan lompat tali kedepan secara bolak balik dengan 3 kali pengulangan.7. Masih dalam kelompoknya siswa melakukan sirkuit lompat tali secara bergantian dengan jarak yang tidak ditentukan dengan masing masing siswa mengulangi 3 x Masih dalam kelompoknya siswa melakukan sirkuit lompat tali karet yang telah direntangkan dengan jarak bervariasi mulai dari 1 meter, 1,5 meter, dengan ketinggian tali karet juga bervariasi, masing masing siswa mengulang gerakan ini 3x.8. Siswa dikumpulkan untuk melakukan diskusi bagaimana cara melompat.9. Siswa di bawa ke lapangan lompat jauh yang sesungguhnya untuk melakukan lompat jauh10. Guru mencatat hasil lompatan, siswa yang berhasil dengan lompatan terjauh kepadanya diberikan penghargaan berupa	
--	--	--

	pujian 11. Senam pelemasan	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa bersama guru melakukan refleksi setelah melaksanakan kegiatan belajar hari ini. 2. Siswa bersama guru membuat kesimpulan dari kegiatan yang telah dilaksanakan. 3. Guru melaksanakan evaluasi dari hasil pekerjaan siswa. 4. Siswa berdoa dipimpin salah satu siswa. 	20 menit

F. Media, Alat, dan Sumber Pembelajaran

1. Media : Video lagu “arah mata angin”
2. Alat : Kompas, gambar arah mata angin dan lembar tugas
3. Sumber Belajar :
 - Heny Kusumawati, dkk. 2014. Buku Guru Kelas V Tema 3 “Kerukunan Dalam Bermasyarakat”. Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
 - Heny Kusumawati, dkk. 2014. Buku Siswa Kelas V Tema 3 “Kerukunan Dalam Bermasyarakat”. Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

G. Penilaian

Pembelajaran 2

1. Teknik Penilaian
 - a. Penilaian Sikap : toleransi, disiplin
 - b. Penilaian pengetahuan: tes tertulis

c. Penilaian keterampilan: praktik

2. Bentuk Instrumen Penilaian

a. Penilaian Sikap

No	Nama Siswa	Sikap Spiritual		Sikap Sosial	
		Toleransi		Disiplin	
		SB	PB	SB	PB
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

b. Penilaian Pengetahuan

1. Jelaskan cara melompat mencapai sasaran dengan gaya yang benar!

c. Penilaian Keterampilan

Rubrik Presentasi				
Kompetensi yang dinilai:				
<ul style="list-style-type: none"> • Pengetahuan siswa tentang materi yang disampaikan • Keterampilan siswa dalam menggunakan Bahasa Indonesia yang baik ketika presentasi • Sikap kesungguhan siswa dalam melakukan presentasi 				
Aspek	Baik Sekali 4	Baik 3	Cukup 2	Perlu Bimbingan 1
Tata bahasa	Presentasi disampaikan dengan menggunakan tata bahasa Indonesia yang baik dan baku	Terdapat satu atau dua kesalahan dalam tata bahasa Indonesia yang baik dan baku	Terdapat tiga atau empat kesalahan dalam tata bahasa Indonesia yang baik dan baku	Terdapat lebih dari empat kesalahan dalam tata bahasa Indonesia yang baik dan baku
Sikap	Seluruh anggota terlihat bersungguh-sungguh dalam mempersiapkan presentasi siswa	Beberapa anggota terlihat bersungguh-sungguh dalam mempersiapkan presentasi siswa	Siswa terlihat bermain-main namun masih mau memperlihatkan kerja keras mereka sekalipun dalam pengawasan guru	Siswa terus bermain-main sekalipun sudah berulang kali diperingatkan oleh guru
Keterampilan berbicara	Pengucapan dialog secara keseluruhan jelas, tidak mengumam, dan dapat dimengerti	Pengucapan dialog di beberapa bagian jelas dan dapat dimengerti	Pengucapan dialog tidak begitu jelas tapi masih bisa ditangkap maksudnya oleh pendengar	Pengucapan dialog secara keseluruhan betul-betul tidak jelas, mengumam, dan tidak dapat dimengerti

Rubrik Essay				
Kompetensi yang dinilai:				
<ul style="list-style-type: none"> • Pengetahuan siswa tentang topik materi • Keterampilan siswa dalam menguraikan jawaban • Sikap kemandirian dan tanggung jawab 				
Kriteria	Baik Sekali	Baik	Cukup	Butuh Bimbingan
	4	3	2	1
Pengetahuan	Siswa menunjukkan pemahaman materi dalam semua jawaban essay	Siswa menunjukkan pemahaman materi dalam hampir semua jawaban essay	Siswa menunjukkan pemahaman materi dalam beberapa jawaban essay	Siswa menunjukkan pemahaman materi hanya jawaban essay
	Siswa mampu memberikan alasan yang tepat pada semua jawaban	Siswa mampu memberikan alasan yang tepat hampir disemua jawaban	Siswa mampu memberikan alasan yang tepat pada beberapa jawaban	Siswa mampu memberikan alasan pada beberapa jawaban namun kurang tepat
Kemandirian & Manajemen Waktu (<i>attitude</i>)	Sangat mandiri mengerjakan tugas bahkan selesai sebelum waktunya.	Mandiri mengerjakan tugas 1 dan selesai tepat waktu	Masih perlu diingatkan sesekali untuk menyelesaikan tugas	Tidak menyelesaikan tugas tepat pada waktunya
Keterampilan	Siswa mampu memberikan contoh – contoh yang relevan pada semua jawaban	Siswa mampu memberikan contoh - contoh yang relevan pada hampir semua jawaban	Siswa mampu memberikan contoh - contoh yang relevan pada beberapa jawaban	Siswa mampu memberikan contoh - contoh pada beberapa jawaban namun kurang relevan

Rubrik Percobaan Membuat Kompas Sederhana				
Kompetensi yang dinilai:				
<ul style="list-style-type: none"> • Pengetahuan siswa tentang cara membuat kompas sederhana • Keterampilan siswa dalam merangkai kompas sederhana • Sikap kemandirian dan kedisiplinan siswa dalam melakukan percobaan 				
Kriteria	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Persiapan alat dan bahan	Sangat lengkap	Lengkap	Cukup lengkap	Beberapa bahan tidak ada
Merangkai alat percobaan cara membuat kompas sederhana	Rangkaian tepat sesuai petunjuk, waktu merangkai singkat	Rangkaian tepat, waktu merangkai lebih lama	Rangkaian tepat, waktu merangkai cukup lama	Rangkaian kurang tepat
Keterampilan melakukan dan mengamati percobaan	Menggunakan peralatan sesuai fungsi, tidak merusak alat, hasil percobaan benar	Menggunakan peralatan sesuai fungsi, tidak merusak alat, hasil percobaan kurang benar	Menggunakan peralatan sesuai fungsi, alat ada yang rusak	Menggunakan peralatan semauanya
Keterampilan	Sangat terampil dalam membuat kompas sederhana	Terampil dalam membuat kompas sederhana	Cukup terampil dalam membuat kompas sederhana	Kurang terampil dalam membuat kompas sederhana

Penilaian Pengetahuan

$$\frac{\text{Skor diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 4 = \text{skor akhir}$$

Semarang, Januari 2017

Mengetahui,

Kepala Sekolah



Guru Praktikan

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Moh. Khadis".

Moh. Khadis

NIM. 138010433



SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Moh. Khadis
 NIM : 138010433
 Prodi : SI PGSD Penjas
 Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
 Universitas : Universitas Wahid Hasyim

Menerangkan bahwa

Nama : Ganto
 NIP : 196601141987021004
 Tempat Mengajar : SDN Tegalsari 03

Merupakan teman sejawat yang bertugas sebagai kolaborator yang membantu dalam pengambilan data Penelitian Tindakan Kelas yang berjudul “ Metode Bermain Lompat Rintangan Dengan Media Tali Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas V SDN Tegalsari 03 Semarang Tahun 2017” yang merupakan tugas akhir skripsi.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Kolaborator



Ganto
 NIP. 196601141987021004

Semarang, Januari 2017

Yang Menyatakan
 Mahasiswa



Moh. Khadis
 NIM. 138010433

DAFTAR HADIR KOLABORATOR

No.	Nama Kolaborator	Tanggal Pelaksanaan			
		Siklus I		Siklus II	
		Pertemuan Pertama	Pertemuan Kedua	Pertemuan Pertama	Pertemuan Kedua
1.	Ganto	21 Januari 2017	4 Februari 2017	11 Februari 2017	18 Februari 2017

Semarang, 25 Februari 2017

Kepala SDN Tegalsari 03



Samsiar, S.Pd

NIP.196503221988032004

Lampiran 7. Hasil Observasi kolaborator pada siklus I pertemuan pertama

No Siswa	Suasana kelas			Lompat jauh								
	Aktif			Awalan			Tolakan			Mendarat		
	B	C	K	B	C	K	B	C	K	B	C	K
1	√			√			√			√		
2	√			√			√			√		
3	√			√			√				√	
4	√				√		√			√		
5			√	√				√		√		
6	√			√			√					√
7	√			√			√			√		
8	√			√			√			√		
9		√		√			√			√		
10	√			√			√				√	
11	√			√			√			√		
12		√		√			√			√		
13	√				√			√		√		
14	√				√		√			√		
15		√		√			√				√	
16	√			√				√		√		
17	√			√			√			√		
18		√		√			√			√		
19	√				√		√					√
20	√			√				√		√		
21	√				√		√			√		
22		√		√					√	√		
23	√			√			√			√		
24	√				√		√				√	
25			√	√					√	√		
26	√			√			√			√		
27	√				√		√				√	
28			√	√					√	√		
29	√			√			√			√		
30	√				√		√			√		
31	√				√		√				√	
32		√		√				√		√		
33		√		√			√				√	
34			√	√					√	√		
Jumlah	23	7	4	25	9	0	25	5	4	25	7	2
Persentase	68	21	11	74	26	0	74	15	11	74	21	5

Lampiran 8. Hasil Observasi kolaborator pada siklus pertama pertemuan kedua

No Siawa	Suasana kelas			Lompat jauh								
	Aktif			Awalan			Tolakan			Mendarat		
	B	C	K	B	C	K	B	C	K	B	C	K
1	√			√			√			√		
2	√			√			√			√		
3	√			√			√				√	
4	√				√		√			√		
5			√	√				√		√		
6	√			√			√				√	
7	√			√			√			√		
8	√			√			√			√		
9		√		√			√			√		
10	√			√			√				√	
11	√			√			√			√		
12		√		√			√			√		
13	√				√			√		√		
14	√				√		√			√		
15		√		√			√				√	
16	√			√				√		√		
17	√			√			√			√		
18		√		√			√			√		
19	√				√		√				√	
20	√			√				√		√		
21	√				√		√			√		
22		√		√					√	√		
23	√			√			√			√		
24	√			√			√				√	
25		√		√			√			√		
26	√			√			√			√		
27	√			√			√				√	
28		√		√			√			√		
29	√			√			√			√		
30	√			√			√			√		
31	√			√			√				√	
32		√		√				√		√		
33		√		√			√				√	
34			√	√					√	√		
Jumlah	23	9	2	29	5	0	27	5	2	25	9	0
Persentase	68	26	6	85	15	0	79	15	6	74	26	0

Lampiran 9. Hasil Observasi Kolaborator pada siklus II pertemuan pertama

No Siswa	Suasana kelas			Lompat jauh								
	Aktif			Awalan			Tolakan			Mendarat		
	B	C	K	B	C	K	B	C	K	B	C	K
1	√			√			√			√		
2	√			√			√			√		
3	√			√			√				√	
4	√				√		√			√		
5	√			√				√		√		
6	√			√			√			√		
7	√			√			√			√		
8	√			√			√			√		
9	√			√			√			√		
10	√			√			√				√	
11	√			√			√			√		
12		√		√			√			√		
13	√				√			√		√		
14	√			√			√			√		
15	√			√			√				√	
16	√			√				√		√		
17	√			√			√			√		
18	√			√			√			√		
19	√			√			√			√		
20	√			√				√		√		
21	√				√		√			√		
22		√		√			√			√		
23	√			√			√			√		
24	√			√			√				√	
25	√			√			√			√		
26	√			√			√			√		
27	√				√		√				√	
28	√			√			√			√		
29	√			√			√			√		
30	√			√			√			√		
31	√			√			√				√	
32	√			√				√		√		
33	√			√			√				√	
34	√			√			√			√		
Jumlah	32	2	0	30	4	0	29	5	0	27	7	0
Persentase	94	6	0	88	12	0	85	15	0	79	21	0

Lampiran 10. Hasil Observasi Kolaborator pada siklus II pertemuan kedua

No siswa	Suasana kelas			Lompat jauh								
	Aktif			Awalan			Tolakan			Mendarat		
	B	C	K	B	C	K	B	C	K	B	C	K
1	√			√			√			√		
2	√			√			√			√		
3	√			√			√				√	
4	√				√			√		√		
5	√			√			√			√		
6	√			√			√			√		
7	√			√			√			√		
8	√			√			√			√		
9	√			√			√			√		
10	√			√			√			√		
11	√			√			√			√		
12	√			√			√			√		
13	√				√			√			√	
14	√			√			√			√		
15	√			√			√			√		
16	√			√			√			√		
17	√			√			√			√		
18	√			√			√			√		
19	√			√			√			√		
20	√			√			√				√	
21	√			√			√			√		
22	√			√			√			√		
23	√			√			√			√		
24	√			√			√			√		
25	√			√			√			√		
26	√			√			√			√		
27	√			√			√			√		
28	√			√			√			√		
29	√			√			√			√		
30	√			√			√			√		
31	√			√			√				√	
32	√			√			√			√		
33	√			√			√			√		
34	√			√					√	√		
Jumlah	34	0	0	32	2	0	31	2	1	30	4	0
Persentase	100	0	0	94	6	0	91	6	3	88	12	0,00

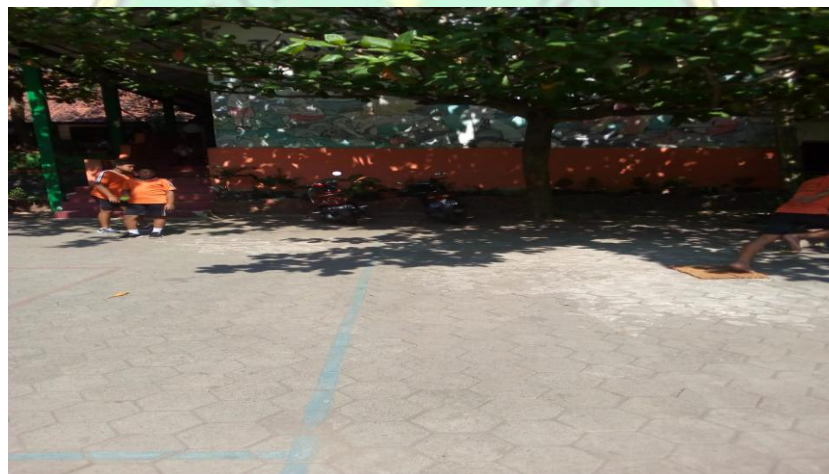
Lampiran 11. Pendahuluan



Lampiran 12. Pemanasan



Lampiran 13. Kegiatan Inti



Lampiran 14. Pendinginan

