

ABSTRAK

Ubaidi. Muhammad Imron. 2016. *Pengaruh Permainan Tradisional Balap Karung dalam Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Lompat Jauh pada Siswa-Siswi Kelas X di SMAN 1 MENGANTI*. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing: Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd.

Kata Kunci : *Balap karung, Hasil Pembelajaran Lompat Jauh*

Mengingat lompat jauh adalah olahraga yang membutuhkan kekuatan kaki maka keterampilan dalam berolahraga lompat jauh perlu di tingkatkan, di latih secara khusus dengan secara terus menerus, untuk metode latihan yang akan digunakan, tetapi faktor yang berpengaruh terhadap kemampuan lompat jauh perlu di cari jawabannya.

Sampel dalam penelitian ini adalah pada Siswa-Siswi Kelas X di SMAN 1 MENGANTI sejumlah 36 siswa-siswi. Yang terdiri dari anak laki dan perempuan, Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen yaitu suatu perlakuan yang diberikan secara sengaja oleh peneliti. Perlakuan yang digunakan yaitu dengan menggunakan permainan tradisional balap karung secara individual maupun kelompok.

Dalam penelitian ini menjelaskan bahwa Terdapat pengaruh yang signifikan hasil *pretest* dan *posttest* terhadap pengaruh permainan tradisional balap karung dalam upaya meningkatkan hasil pembelajaran lompat jauh pada siswa-siswi kelas X di SMAN 1 MENGANTI. Hasil tersebut ditunjukkan dengan hasil data sebagai berikut: Hasil dianalisis menggunakan bantuan SPSS 21.0. ditemukan hasil uji t untuk nilai *siq (2-tailed)* $0.000 < 0.05$. bahwa ada pengaruh perlakuan yang diberikan terhadap sampel 36 siswa-siswi.

Maka hasil dari pengaruh permainan tradisional balap karung dalam upaya meningkatkan hasil pembelajaran lompat jauh, terdapat hasil yang signifikan atau perbedaan antara data *pretest* dan *posttest*.

ABSTRACT

Ubaidi. Muhammad Imron. 2016. *The Effect of Traditional Sack Race Game in an Effort to Improve Result of Long Jump Teaching in Class X Students at SMAN 1 MENGANTI.* Physical Education Department. Faculty of Teacher Training and Education. University of PGRI Adi Buana Surabaya. Advisor : Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd.

Keywords: Sack race, Result of Long Jump Teaching

Considering the long jump is a sport that needs leg strength, the ability in training long jump needs to improved, trained specifically and continuously, for the training method which used, but the factor that influence the ability of long jump need to look for answer.

The sample in this research was the Students of Class X in SMAN 1 MENGANTI a number of 36 students. Consist of boys and girls, this research was used an experimental design that was a treatment that had given intentionally by researcher. The treatment was used by using traditional sack race game individually or group.

In this research explained that there was a significant influence of the result of the pretest and posttest on the influence of the traditional race sack game in an effort to improve the result of long jump teaching in class X students at SMAN 1 MENGANTI. These result is indicated by the following data result: Result was analyzed by using SPSS 21.0. t test result was found for the siq (2-tailed) score of $0,000 < 0,05$. that there is an effect of the treatment have given on the sample of 36 students.

Then the result of the influence of the traditional race sack game in an effort to improve teaching result of long jump, there is significant result or differences between the pretest and posttest data.