

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah. 2016. *Model Pembelajaran Gerak Dasar Lempar Cakram Berbasis Permainan Dengan Modifikasi Alat Cakram*. Tesis Pascasarjana UNY.
- Abu Ahmad & Cholid Narbuko, 2007, *Metodologi Penelitian*. Bumi Aksara.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Adi, Winendra. 2008. *Seni Olahraga Atletik*. Yogyakarta: Pustaka Insan Madani.
- Arifah Luluk Hermin, (2014). *Pengaruh Permainan Lompat Terhadap Hasil Belajar Lompat jauh Gaya Jongkok Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*, Vol. 02. Nomor 03 2014. 680-684. Surabaya.
- A.Widya, Mochamad Djumidar, (2004). *Gerak-gerak Dasar Atletik dalam Bermain*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. Adisasmita, Yusuf.
- Ali Maksum. (2012). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa. University Press
- Aip Syarifudin . (1992). *Atletik*. Jakarta, *Depertemen Penelitian dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan*.
- Basri Hasan, (2018). *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*. Vol. IX No. 2. Juli 2018, 107-116, Bekasi.
- B.P. dan Alin Anggreni Ginting, (2016). *Buku Ajar ATLETIK*. Surabaya.
- Dimiyati. 2013. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Djumidar. (2007). *Dasar-Dasar Atletik*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Ghozali. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Harsono, (1988), *Coaching dan Aspek Aspek Psikologi Dalam Coaching*, Jakarta, CV.Kesuma

- Hartati, Sri (2012). *Peningkatan Hasil Belajar Ipa Melalui Penerapan Model Pembelajaran Student Teams Achievement Divisions (Stad) Bagi Siswa Kelas IV Sd Puri 01 Kecamatan Pati Kabupaten Pati tahun Pelajaran 2012/2013*. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Heri, (2017). *Lompat Jauh : Pengertian sejarah, lapangan dan teknik Dasar Lompat Jauh*, Tersedia pada <https://salamadian.com/lompat-jauh-pengertian-teknik/> Di akses tanggal 24 November 2020 pukul 07:22 WIB.
- Jafar Muhammad Jufri, (2019). *Peningkatan Kemampuan Lompat Jauh Metode Lompat Books Pada Murid Kelas V SDN No,82 Balangloe Sapanang Kabupaten Jeneponto*, Makassar: Skripsi.
- Kristiyandaru, Advendi. 2010. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Rusli Lutan. (2000). *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta DEPDIBUD
- Russeffendi, E.T. (2010). *Dasar-Dasar Penelitian Pendidikan dan Bidang Non-Eksakta Lainnya*. Bandung: Tarsito
- Mahardika, I Made Sriundy. 2010. *Pengantar Evaluasi Pengajaran*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maljum, (2017). *Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Sekolah Dasar Melalui Strategi Modifikasi*. Vol. 3 No. 3. September 2017. Kuantan Singingi.
- Prasetyo Koko, (2016). *Penerapan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar*, Vol. 6, No. 3, September 2016: 196-205. Sukoharjo.
- Ramadan Dwiky M, (2017). *Pengaruh Media Kardus Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok*. Vol. 05 Nomor 03 Tahun 2017. 939-943. Surabaya.
- Samsudin (2008:2) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan
- Sudrajat, Hari. 2004. *Manajemen Peningkatan mutu Berbasis Sekolah*. (Bandung: Cipta Cekas Grafika).

- Suherman. E. (2001). *Pembelajaran Matematika Kontemporer*. Bandung: JICA.
- Sinulingga. Andrew Rinaldi: Nova, Andi. (2018). *Pengaruh Model Pembelajaran Dan Motivasi Terhadap Hasil belajar Lompat Jauh*. Vol. 1 No. 1. 2018. 34-44. Hamparan Perak.
- Sugiyono, (2005). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono, (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sudarwo, R: Yohanes, (2011). *Model Pembelajaran Teknik Lompat Jangkit Dengan Metode Bermain di Sekolah Dasar*. Vol. 17, nomor 3, Mei 2011. Jakarta.
- Suryadi Ifan Mohammad, (2017). *Pengaruh Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Modifikasi Alat Pembelajaran Kardus Pada Siswa SMP PGRI 1 Kota Kediri Kelas VII Tahun Ajaran 2016/2017*, Vol. 01 No. 01 Tahun 2017. Kediri.
- Widhiarso, Wahyu, (2011) *Uji Hipotesis Komparatif*. Yogyakarta: FP UGM.

Lampiran 2 Berita Acara Bimbingan Skripsi



FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
Pendidikan Jasmani
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya
60234
Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234
<http://fpp.unpasby.ac.id>

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dwi Retno Aryaningtyas
NIM : 175900102
Program studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Pengaruh Modifikasi Pembelajaran Menggunakan Media Kardus Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas VI SD Negeri Sidomukti III Bojonegoro

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Pembimbing	
			I	II
1	29-10-20	Pengajuan Judul		
2	02-11-20	Konsultasi Matriks		
3	23-11-20	Bab I, II, dan III		
4	25-11-20	Revisi Bab I, II, dan III		
5	26-11-20	Konsultasi Ke Pembimbing II		
6	30-11-20	Revisi Bab I, II, dan III		
7	16-12-20	Pengarahan Bab IV		
8	28-01-21	Pengajuan Bab IV dan V		
9	05-02-21	Revisi Bab IV dan V		
10		ACC Skripsi		

Selesai bimbingan skripsi tanggal

Pembimbing I



Dr. Santika Renika Hadi., M.Kes
NIP. 0009026702

Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd.
NIP. 0712127502



FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PENDIDIKAN JASMANI
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60234
Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234
<http://fjpp.unpasby.ac.id>

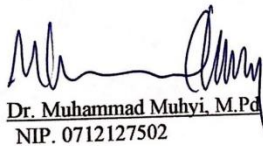
FORMAT REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dwi Retno Aryaningtyas
NIM : 175900102
Program studi : Pendidikan Jasmani
Tanggal Ujian Skripsi : 16 Februari 2021
Judul Skripsi : Pengaruh Modifikasi Pembelajaran Menggunakan Media Kardus Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas VI SD Negeri Sidomukti III Bojonegoro
Penguji I : Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd

No	Materi revisi
1	Tata Tulis & Dokumen Foto-Foto
2	
3	

Batas waktu revisi skripsi: 2 (dua) minggu terhitung dari waktu ujian skripsi

Dosen Penguji I,


Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd
NIP. 0712127502



FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
 PENDIDIKAN JASMANI
 UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
 Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya
 60234
 Kampus II : Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234
<http://fppp.unpasby.ac.id>

FORMAT REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dwi Retno Aryaningtyas
 NIM : 175900102
 Program studi : Pendidikan Jasmani
 Tanggal Ujian Skripsi : 16 Februari 2021
 Judul Skripsi : Pengaruh Modifikasi Pembelajaran
 Menggunakan Media Kardus Terhadap
 Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok
 Pada Siswa Kelas VI SD Negeri Sidomukti
 III Bojonegoro
 Penguji II : Yandika Fefrian Rosmi, S.Pd.,M.Or

No	Materi revisi
1	Berikan teori penguat hasil penelitian
2	Abstrak buat 1 halaman
3	

Batas waktu revisi skripsi: 2 (dua) minggu terhitung dari waktu ujian skripsi

Dosen Penguji II,

Yandika Fefrian Rosmi, S.Pd.,M.Or
 NIP. 0730018901



FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
 PENDIDIKAN JASMANI
 UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
 Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya
 60234
 Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234
<http://fpep.unpasby.ac.id>

FORMAT REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dwi Retno Aryaningtyas
 NIM : 175900102
 Program studi : Pendidikan Jasmani
 Tanggal Ujian Skripsi : 16 Februari 2021
 Judul Skripsi : Pengaruh Modifikasi Pembelajaran
 Menggunakan Media Kardus Terhadap
 Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok
 Pada Siswa Kelas VI SD Negeri Sidomukti
 III Bojonegoro
 Penguji III : Dr. Luqmanul Hakim, M.Pd.

No	Materi revisi
1	Tata tulis di cek ulang biar tidak adalagi salah ketik, spasi, jenis huruf dll.
2	DP masih kurang minimal 20
3	Pembahasan bukan copy paste dari hasil tapi di hubungkan dengan teori-teori yang ada di BAB II

Batas waktu revisi skripsi: 2 (dua) minggu terhitung dari waktu ujian skripsi

Dosen Penguji III,

Dr. Luqmanul Hakim, M.Pd.
 NIP. 0712127502

SURAT IZIN PENELITIAN



FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60245
Kampus II : Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

Nomor : 108/Ak.1/FPP/XII/2020
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth. Bapak/Ibu Kepala/Ketua
SDN Negeri Sidomukti III Bojonegoro
Desa Sidomukti kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro
di Bojonegoro

Dengan hormat,

Sesuai dengan kurikulum Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, untuk penyelesaian akhir masa studi, mahasiswa diwajibkan menulis skripsi. Berkaitan dengan ini, mohon dengan hormat Bapak/Ibu Kepala/Ketua SDN Negeri Sidomukti III Bojonegoro berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa:

Nama : Dwi Retno Aryaningtyas
NIM : 175900102
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi
Judul Penelitian : Pengaruh Modifikasi Pembelajaran Menggunakan Media Kardus Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas VI SD Negeri Sidomukti III Bojonegoro

Demikian permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasama diucapkan terima kasih.

Surabaya, 8 Desember 2020



Wakil Dekan,

Dr. Rentika Hadi., M.Kes.
NIP. 196702091992031002

Tembusan :

1. Wakil Dekan I
2. Kaprodi

SURAT BALASAN IZIN PENELITIAN



**PEMERINTAH KABUPATEN BOJONEGORO
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH DASAR NEGERI SIDOMUKTI III No. 645**

Alamat : Desa Sidomukti Kec. Kepohbaru Kab. Bojonegoro (62194) Email: sdn.sidomukti3@gmail.com

KEPOHBARU

SURAT KETERANGAN

Nomor : 670/ 05/412.201.2.365/2021

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SDN Sidomukti III Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro :

Nama : **SARJONO, S.Pd.**
NIP : 19640730 198803 1 005
Pangkat, Gol/Ruang : Pembina Tk I, IV/b
Jabatan : Kepala SDN Sidomukti III
Unit Kerja : SDN SIDOMUKTI III Kec. Kepohbaru Kab. Bojonegoro

Menerangkan dengan sesungguhnya bawah:

Nama : **DWI RETNO ARYANINGTYAS**
NIM : 175900102
Universitas : Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
Jurusan/ Prodi : S-1 Pendidikan Jasmani
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi

Telah melaksanakan penelitian di SDN Sidomukti III Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro dengan judul **“Pengaruh Modifikasi Pembelajaran Menggunakan Media Kardus Terhadap Hasil belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas VI SDN Sidomukti III Bojonegoro”**.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sidomukti, 11 Januari 2021

Kepala SDN Sidomukti III

SARJONO, S.Pd.
NIP. 19640730 198803 1 005

Lampiran 1 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

I. IDENTITAS :

Nama Sekolah	: SDN SIDOMUKTI III BOJONEGORO
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan (PENJASKES)
Materi	: Atletik Dasar
Materi Pokok	: Permainan Lompat Jauh
Kelas/semester	: VI/2
Pertemuan minggu ke	: 1 dan 2
Alokasi waktu	: 1 X 30 menit
Metode	: Luring

II. STANDAR KOMPETENSI INTI :

K1 = Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya

K2 = Mengembangkan perilaku (jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong, kerja sama, cinta damai responsive dan proaktif) dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan bangsa dalam berinteraksi secara afektif dengan lingkungan social dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia

K3 = Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah

K4 = Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

III.

Materi Pokok	Kompetensi Dasar	Indikator
Atletik Lompat Jauh	3,3Menganalisis keterampilan lompat jauh untuk menghasilkan gerak yang efektif	3.3.1 Mengidentifikasi bentuk latihan dalam lompat jauh 3.3.2 Menganalisis gerak teknik dasar pada lompat jauh 3.3.3 Menganalisis peraturan pada lompat jauh
	4,3Mempraktikkan hasil analisis keterampilan lompat untuk menghasilkan gerak yang efektif	4.4.1 Peserta didik mampu melakukan bentuk latihan dalam lompat jauh 4.4.2 Peserta didik mampu melakukan teknik dasar pada lompat jauh 4.4.3 Peserta didik mampu mengerti dan memahami peraturan pada lompat jauh

IV. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

1. Menjelaskan tentang keterampilan bentuk latihan dalam permainan lompat jauh
2. Menjelaskan tentang teknik dasar dalam permainan lompat jauh

3. Menjelaskan peraturan pada permainan lompat jauh
4. Melakukan keterampilan gerak lompat jauh ke dalam permainan sederhana

V. Metode Pembelajaran

1. Ceramah
2. Demonstrasi

VI. Alat / media

- LAPANGAN LINTASAN
- PAPAN TOLAKAN
- BAK LOMPAT/PASIR
- BENDERA
- PITA PENGUKUR / ALAT PENGUKUR
- CONE

VII. STRATEGI PEMBELAJARAN / KEGIATAN BELAJAR

No	Kegiatan Belajar	Waktu (Menit)	Aspek <i>Life Skill</i> yang Dikembangkan
1	Pendahuluan a) Siswa berbaris dipimpin oleh guru b) Siswa berdoa dipimpin oleh guru c) Guru melakukan presensi d) Guru melakukan apersepsi, motivasi, dan	15 menit	a) Disiplin b) Kerjasama c) ketrampilan

	<p>penjelasan tujuan pembelajaran kepada siswa</p> <p>e) Siswa memimpin pemanasan secara umum</p> <p>f) Siswa berlari mengelilingi lapangan 3 kali</p>		
2	<p>Kegiatan Inti</p> <p>a) guru menjelaskan pengertian tentang lompat jauh</p> <p>b) guru menjelaskan bentuk latihan pada permainan lompat jauh</p> <p>c) siswa melakukan latihan (bentuk latihan pada</p>	20 menit	<p>a) kerjasama</p> <p>b) kesungguhan</p> <p>c) disiplin</p>

	<p>permainan lompat jauh)</p> <p>d) guru menjelaskan cara melakukan atau teknik dasar dalam melakukan lompat jauh</p> <p>e) siswa melakukan teknik teknik dasar dalam melakukan lompat jauh</p> <p>f) guru menjelaskan peraturan dalam permainan lompat jauh</p> <p>g) siswa melakukan permainan lompat jauh dengan mencoba semua bentuk latihan</p>		
--	--	--	--

	dengan melakukan teknik dasar yang benar		
3	<p>Penutup</p> <p>a) siswa melakukan pendinginan</p> <p>b) guru memberikan evaluasi, diskusi, dan tanya jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari</p> <p>c) guru memberikan pesan</p> <p>d) siswa berbaris dan berdoa dipimpin oleh guru</p>	10 menit	a) pengendalian diri

VIII. PENILAIAN DAN TINDAK LANJUT :

1. Kognitif

No	Nama Siswa	Soal no 1 (1,2,3)	Soal no 2 (1,2,3)	Soal no 3 (1,2,3)	Soal no 4 (1,2,3)	Soal no 5 (1,2,3)	E (Total)	Nilai Akhir
1								
2								
3								
4								
5								

Contoh format penilaian pembelajaran Atletik Dasar

Jumlah Skor Maksimal (nilai kognitif) = 20

Nilai = $\frac{\text{Skor} \times 100\%}{\text{Skor max}}$

Skor max

Catatan skor :

1. Kurang
2. Cukup
3. Baik

Contoh pertanyaan

No	Butir pertanyaan
1	Jelaskan apa yang dimaksud dengan bentuk latihan gaya jongkok?
2	Jelaskan apa yang dimaksud dengan bentuk latihan gaya menggantung?
3	Jelaskan apa yang dimaksud dengan bentuk latihan gaya berjalan diudara?
4	Jelaskan ada berapa macam teknik dasar pada

	permainan lompat jauh?
5	Jelaskan dan beri contoh salah bentuk latihan yang menurut anda paling mudah untuk dilakukan ? berikan alasannya !

2. Afektif

Contoh penilaian afektif

No	Nama Siswa	1 Kerjasama (1,2,3)	2 Kejujuran (1,2,3)	3 Menghargai (1,2,3)	4 Semangat (1,2,3)	5 Percaya diri (1,2,3)	E (Total)	Nilai Akhir
1								
2								
3								
4								
5								

Jumlah Skor Maksimal (nilai kognitif) = 20

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor} \times 100\%}{\text{Skor max}}$$

Catatan skor :

1. Kurang
2. Cukup
3. Baik

3. Psikomotor

Contoh penilaian psikomotor Atletik Dasar pada Permainan lompat jauh

N o	Na ma sisw a	Awal an (1,2, 3)	Tump uan (1,2,3)	Melay ang (1,2,3)	Menda rat (1,2,3)	Juml ah	Nil a Akh ir
1							
2							
3							
4							
5							

Jumlah Skor Maksimal (nilai kognitif) = 12

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor} \times 100\%}{\text{Skor max}}$$

Catatan skor :

1. Kurang
2. Cukup
3. Baik

Mengetahui
Kepala Sekolah
SDN SIDOMUKTI III

Surabaya, 21 Desember 2020

Guru PENJASKES

SARJONO, SP,d,
NIP, 196407301988031005

Dwi Retno Aryaningtyas
NIM 175900102

Lampiran 2 Hasil Tes Keterampilan Lompat Jauh Gaya Jongkok

a. *Pretest* Keterampilan Lompat Jauh Gaya Jongkok

No	Nama	Aspek Yang Dinilai				Jumlah Skor	Butir Skor
		Awalan	Tumpuan	Melayang	Mendarat		
		Teknik Dasar	Teknik Dasar	Posisi Tubuh	Teknik Dasar		
1	AV	2	2	3	2	9	2.25
2	BB	1	2	1	2	6	1.5
3	DS	1	1	1	1	4	1
4	DA	1	1	1	1	4	1
5	SD	2	2	2	2	8	2
6	ER	1	1	1	2	5	1.25
7	FD	2	2	2	2	8	2
8	WE	1	2	2	2	7	1.75
9	GH	2	3	3	2	10	2.5
10	JH	2	2	2	2	8	2
11	HH	2	1	2	2	7	1.75
12	NG	1	1	3	1	6	1.5
13	KL	2	3	2	2	9	2.25
14	DS	3	1	1	2	7	1.75
15	FL	1	1	1	1	4	1
16	KU	1	2	1	2	6	1.5
17	OK	2	2	2	2	8	2
18	UH	2	1	1	1	5	1.25
19	TH	2	1	2	1	6	1.5
20	RE	1	1	2	2	6	1.5

b. *Posttest* Lompat Jauh Gaya Jongkok Kelompok Eksperimen

No	Nama	Aspek Yang Dinilai				Jumlah Skor	Butir Skor
		Awalan	Tumpuan	Melayang	Mendarat		
		Teknik Dasar	Teknik Dasar	Posisi Tubuh	Teknik Dasar		
1	AV	3	2	3	3	11	2.75
2	BB	3	3	3	3	12	3
3	DS	2	3	2	3	10	2.5
4	DA	3	3	3	2	11	2.75
5	SD	3	3	3	3	12	3
6	ER	3	3	3	2	11	2.75
7	FD	3	3	3	3	12	3
8	WE	3	3	2	2	10	2.5
9	GH	2	3	3	2	10	2.5
10	JH	2	3	3	2	10	2.5

c. *Posttest* Lompat Jauh Gaya Jongkok Kelompok Kontrol

No	Nama	Aspek Yang Dinilai				Jumlah Skor	Butir Skor
		Awalan	Tumpuan	Melayang	Mendarat		
		Teknik Dasar	Teknik Dasar	Posisi Tubuh	Teknik Dasar		
1	HH	2	3	3	2	10	2.5
2	NG	3	1	2	2	8	2
3	KL	2	2	1	2	7	1.75
4	DS	3	2	3	2	10	2.5
5	FL	2	2	3	2	9	2.25
6	KU	1	3	2	2	8	2
7	OK	2	2	2	2	8	2
8	UH	1	2	2	2	7	1.75
9	TH	2	2	3	2	9	2.25
10	RE	3	1	1	2	7	1.75

Lampiran 3 Hasil Uji Analisis Data Menggunakan SPSS 22.0

1. Deskripsi Data Kelompok Eksperimen

Statistics

		Pretest	Posttest	D
N	Valid	10	10	10
	Missing	0	0	0
Mean		1.8500	2.7000	.8500
Median		1.8750	2.7500	.8750
Mode		1.50	2.50 ^a	1.00
Std. Deviation		.48876	.25820	.52967
Variance		.239	.067	.281
Range		1.50	.75	1.75
Minimum		1.00	2.25	.25
Maximum		2.50	3.00	2.00
Sum		18.50	27.00	8.50

2. Deskripsi Data Kelompok Kontrol

Statistics

		Pretest	Posttest	D
N	Valid	10	10	10
	Missing	0	0	0
Mean		1.5000	2.0750	.5750
Median		1.5000	2.0000	.5000
Mode		1.00 ^a	1.75 ^a	.25
Std. Deviation		.37268	.28988	.33437
Variance		.139	.084	.112
Range		1.00	.75	.75
Minimum		1.00	1.75	.25
Maximum		2.00	2.50	1.00
Sum		15.00	20.75	5.75

3. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pretest Eksperimen	Posttest Eksperimen	Pretest Kontrol	Posttest Kontrol
N		10	10	10	10
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	1.8500	2.7000	1.5000	2.0750
	Std. Deviation	.48876	.25820	.37268	.28988
Most Extreme Differences	Absolute	.163	.181	.149	.202
	Positive	.163	.181	.149	.202
	Negative	-.137	-.177	-.149	-.131
Test Statistic		.163	.181	.149	.202
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}

4. Uji Homogenitas

a. Kelompok Eksperimen

Test of Homogeneity of Variances

Eksperimen

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.143	2	4	.871

b. Kelompok Kontrol

Test of Homogeneity of Variances

Kontrol

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.600	3	6	.285

5. Uji-t nilai Rata-rata masing-masing kelompok (*Paired Samples Test*)

		Paired Differences				T	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Eksperimen	.85000	.52967	.16750	.47109	1.22891	5.075	9	.000
Kontrol	.57500	.33437	.10574	.33580	.81420	5.438	9	.000

6. Uji-t nilai Rata-rata Sampel Berpasangan Eksperimen dan Kontrol (*Independent Samples Test*)

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Lompat_Jauh_Gaya_Jongkok	Equal variances assumed	.239	.631	5.091	18	.000	.62500	.12276	.36710	.88290
	Equal variances not assumed			5.091	18	.000	.62500	.12276	.36685	.88315

Lampiran 4 Tabel Uji-t (Ttabel)

dua sisi	20%	10%	5%	2%	1%	0,2%	0,1%
satu sisi	10%	5%	2,5%	1%	0,5%	0,1%	0,05%
1	3,078	6,314	12,706	31,821	63,657	318,309	636,619
2	1,886	2,920	4,303	6,965	9,925	22,327	31,599
3	1,638	2,353	3,182	4,541	5,841	10,215	12,924
4	1,533	2,132	2,776	3,747	4,604	7,173	8,610
5	1,476	2,015	2,571	3,365	4,032	5,893	6,869
6	1,440	1,943	2,447	3,143	3,707	5,208	5,959
7	1,415	1,895	2,365	2,998	3,499	4,785	5,408
8	1,397	1,860	2,306	2,896	3,355	4,501	5,041
9	1,383	1,833	2,262	2,821	3,250	4,297	4,781
10	1,372	1,812	2,228	2,764	3,169	4,144	4,587
11	1,363	1,796	2,201	2,718	3,106	4,025	4,437
12	1,356	1,782	2,179	2,681	3,055	3,930	4,318
13	1,350	1,771	2,160	2,650	3,012	3,852	4,221
14	1,345	1,761	2,145	2,624	2,977	3,787	4,140
15	1,341	1,753	2,131	2,602	2,947	3,733	4,073
16	1,337	1,746	2,120	2,583	2,921	3,686	4,015
17	1,333	1,740	2,110	2,567	2,898	3,646	3,965
18	1,330	1,734	2,101	2,552	2,878	3,610	3,922
19	1,328	1,729	2,093	2,539	2,861	3,579	3,883
20	1,325	1,725	2,086	2,528	2,845	3,552	3,850
21	1,323	1,721	2,080	2,518	2,831	3,527	3,819
22	1,321	1,717	2,074	2,508	2,819	3,505	3,792
23	1,319	1,714	2,069	2,500	2,807	3,485	3,768
24	1,318	1,711	2,064	2,492	2,797	3,467	3,745
25	1,316	1,708	2,060	2,485	2,787	3,450	3,725
26	1,315	1,706	2,056	2,479	2,779	3,435	3,707
27	1,314	1,703	2,052	2,473	2,771	3,421	3,690
28	1,313	1,701	2,048	2,467	2,763	3,408	3,674
29	1,311	1,699	2,045	2,462	2,756	3,396	3,659
30	1,310	1,697	2,042	2,457	2,750	3,385	3,646
31	1,309	1,696	2,040	2,453	2,744	3,375	3,633
32	1,309	1,694	2,037	2,449	2,738	3,365	3,622
33	1,308	1,692	2,035	2,445	2,733	3,356	3,611
34	1,307	1,691	2,032	2,441	2,728	3,348	3,601

35	1,306	1,690	2,030	2,438	2,724	3,340	3,591
36	1,306	1,688	2,028	2,434	2,719	3,333	3,582
37	1,305	1,687	2,026	2,431	2,715	3,326	3,574
38	1,304	1,686	2,024	2,429	2,712	3,319	3,566
39	1,304	1,685	2,023	2,426	2,708	3,313	3,558
40	1,303	1,684	2,021	2,423	2,704	3,307	3,551
41	1,303	1,683	2,020	2,421	2,701	3,301	3,544
42	1,302	1,682	2,018	2,418	2,698	3,296	3,538
43	1,302	1,681	2,017	2,416	2,695	3,291	3,532
44	1,301	1,680	2,015	2,414	2,692	3,286	3,526
45	1,301	1,679	2,014	2,412	2,690	3,281	3,520
46	1,300	1,679	2,013	2,410	2,687	3,277	3,515
47	1,300	1,678	2,012	2,408	2,685	3,273	3,510
48	1,299	1,677	2,011	2,407	2,682	3,269	3,505
49	1,299	1,677	2,010	2,405	2,680	3,265	3,500
50	1,299	1,676	2,009	2,403	2,678	3,261	3,496
51	1,298	1,675	2,008	2,402	2,676	3,258	3,492
52	1,298	1,675	2,007	2,400	2,674	3,255	3,488
53	1,298	1,674	2,006	2,399	2,672	3,251	3,484
54	1,297	1,674	2,005	2,397	2,670	3,248	3,480
55	1,297	1,673	2,004	2,396	2,668	3,245	3,476
56	1,297	1,673	2,003	2,395	2,667	3,242	3,473
57	1,297	1,672	2,002	2,394	2,665	3,239	3,470
58	1,296	1,672	2,002	2,392	2,663	3,237	3,466
59	1,296	1,671	2,001	2,391	2,662	3,234	3,463
60	1,296	1,671	2,000	2,390	2,660	3,232	3,460
61	1,296	1,670	2,000	2,389	2,659	3,229	3,457
62	1,295	1,670	1,999	2,388	2,657	3,227	3,454
63	1,295	1,669	1,998	2,387	2,656	3,225	3,452
64	1,295	1,669	1,998	2,386	2,655	3,223	3,449
65	1,295	1,669	1,997	2,385	2,654	3,220	3,447
66	1,295	1,668	1,997	2,384	2,652	3,218	3,444
67	1,294	1,668	1,996	2,383	2,651	3,216	3,442
68	1,294	1,668	1,995	2,382	2,650	3,214	3,439
69	1,294	1,667	1,995	2,382	2,649	3,213	3,437
70	1,294	1,667	1,994	2,381	2,648	3,211	3,435
71	1,294	1,667	1,994	2,380	2,647	3,209	3,433
72	1,293	1,666	1,993	2,379	2,646	3,207	3,431
73	1,293	1,666	1,993	2,379	2,645	3,206	3,429
74	1,293	1,666	1,993	2,378	2,644	3,204	3,427

75	1,293	1,665	1,992	2,377	2,643	3,202	3,425
76	1,293	1,665	1,992	2,376	2,642	3,201	3,423
77	1,293	1,665	1,991	2,376	2,641	3,199	3,421
78	1,292	1,665	1,991	2,375	2,640	3,198	3,420
79	1,292	1,664	1,990	2,374	2,640	3,197	3,418
80	1,292	1,664	1,990	2,374	2,639	3,195	3,416
81	1,292	1,664	1,990	2,373	2,638	3,194	3,415
82	1,292	1,664	1,989	2,373	2,637	3,193	3,413
83	1,292	1,663	1,989	2,372	2,636	3,191	3,412
84	1,292	1,663	1,989	2,372	2,636	3,190	3,410
85	1,292	1,663	1,988	2,371	2,635	3,189	3,409
86	1,291	1,663	1,988	2,370	2,634	3,188	3,407
87	1,291	1,663	1,988	2,370	2,634	3,187	3,406
88	1,291	1,662	1,987	2,369	2,633	3,185	3,405
89	1,291	1,662	1,987	2,369	2,632	3,184	3,403
90	1,291	1,662	1,987	2,368	2,632	3,183	3,402
91	1,291	1,662	1,986	2,368	2,631	3,182	3,401
92	1,291	1,662	1,986	2,368	2,630	3,181	3,399
93	1,291	1,661	1,986	2,367	2,630	3,180	3,398
94	1,291	1,661	1,986	2,367	2,629	3,179	3,397
95	1,291	1,661	1,985	2,366	2,629	3,178	3,396
96	1,290	1,661	1,985	2,366	2,628	3,177	3,395
97	1,290	1,661	1,985	2,365	2,627	3,176	3,394
98	1,290	1,661	1,984	2,365	2,627	3,175	3,393
99	1,290	1,660	1,984	2,365	2,626	3,175	3,392
100	1,290	1,660	1,984	2,364	2,626	3,174	

Lampiran 5 Jadwal Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN BOJONEGORO
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH DASAR NEGERI SIDOMUKTI III No. 645

Alamat : Desa Sidomukti Kec. Kepohbaru Kab. Bojonegoro (62194) Email: sdn.sidomukti.5@gmail.com

KEPOHBARU

SURAT KETERANGAN

Nomor : 670/ 05/412.201.2.365/2021

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SDN Sidomukti III Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro :

Nama : **SARJONO, S.Pd.**
NIP : 19640730 198803 1 005
Pangkat, Gol/Ruang : Pembina Tk I, IV/b
Jabatan : Kepala SDN Sidomukti III
Unit Kerja : SDN SIDOMUKTI III Kec. Kepohbaru Kab. Bojonegoro

Menerangkan dengan sesungguhnya bawah:

Nama : **DWI RETNO ARYANINGTYAS**
NIM : 175900102
Universitas : Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
Jurusan/ Prodi : S-1 Pendidikan Jasmani
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi
Tanggal Penelitian : 11 s/d 26 Januari 2021

Telah melaksanakan penelitian di SDN Sidomukti III Kecamatan Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro dengan judul "**Pengaruh Modifikasi Pembelajaran Menggunakan Media Kardus Terhadap Hasil belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas VI SDN Sidomukti III Bojonegoro**".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sidomukti, 11 Januari 2021
Kepala SDN Sidomukti III

SARJONO, S.Pd.
NIP. 19640730 198803 1 005

Lampiran 6 Dokumentasi



Subjek : Siswa kelas VI SDN SIDOMUKTI III
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Subjek : Siswa kelas VI SDN SIDOMUKTI III
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Subjek : Siswa kelas VI SDN SIDOMUKTI III
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Subjek : Siswa kelas VI SDN SIDOMUKTI III
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Subjek : Siswa kelas VI SDN SIDOMUKTI III
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Subjek : Siswa kelas VI SDN SIDOMUKTI III
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Subjek : Siswa kelas VI SDN SIDOMUKTI III
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Subjek : Siswa kelas VI SDN SIDOMUKTI III
Sumber : Dokumentasi Pribadi