

**PENINGKATAN KEMAMPUAN LOMPAT JAUH DENGAN  
MODIFIKASI PERMAINAN TRADISIONAL SONDAH  
PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 3 SUMPIUH  
SEMESTER II TAHUN 2011/2012**

Oleh  
Fajar Sudoyo  
NIM 10604227036

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah permainan tradisional sondah dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh pada siswa kelas V semester II SD Negeri 3 Sumpiuh Tahun Pelajaran 2011/2012.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas, dengan subyek seluruh siswa kelas V SD Negeri 3 Sumpiuh sejumlah 21 siswa. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik tes psikomotor dan tes kognitif. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian ini dapat diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: pada siklus I kemampuan lompat jauh siswa mencapai 73,17 , kemudian pada siklus II meningkat menjadi 83,33 dengan demikian maka dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh walaupun hanya 13,89%. Mudah-mudahan dengan penelitian tindakan kelas ini setiap siswa dapat meningkatkan kemampuan lompat jauh.

Kata kunci: *Peningkatan, kemampuan, lompat, jauh*