

## ABSTRAK

### PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR SENAM LANTAI LONCAT KANGKANG SISWA KELAS V SD GMT OEBELO

Elisabeth Hoar Klau<sup>1\*</sup>, Agustinus Jacob Nafie<sup>2\*</sup>, Melvianus Selan<sup>3\*</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia

email. [elisabethhoarklau@gmail.com](mailto:elisabethhoarklau@gmail.com)

**Latar Belakang:** Permasalahan dalam penelitian ini adalah proses pembelajaran teknik dasar senam lantai loncat kangkang siswa kelas V SD GMT Oebelo yang kurang efektif.

**Tujuan Penelitian:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “ Pembelajaran Teknik Dasar Senam Lantai Loncat Kangkang Pada Siswa Kelas V SD GMT Oebelo “

**Metode Penelitian:** Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif yang digunakan sebagai cara atau prosedur untuk memecahkan suatu masalah.

**Hasil dan Pembahasan:** Hasil Penelitian tentang pembelajaran teknik dasar senam lantai loncat kangkang siswa kelas V SD GMT Oebelo yang di kemukakan oleh guru pjok bahwa dalam proses pembelajaran guru harus mempunyai rencana pembelajaran, seperti menyiapkan RPP dan SILABUS. Guru pjok harus mampu memodifikasi sarana yang tidak ada di sekolah supaya peserta didik aktif dalam pembelajaran. Guru pjok juga harus tegas dalam pembinaan pembelajaran teknik dasar senam lantai loncat kangkang. Jika peserta didik kesulitan dalam pembelajaran loncat kangkang maka tugas guru adalah membimbing. Apabila pada awal pembelajaran siswa tidak dapat melakukan loncat kangkang dengan baik, maka sebagai guru harus dilakukan dengan praktek secara berulang-ulang kali sehingga peserta didik bisa paham dan mengerti dalam melakukan loncat kangkang. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran teknik dasar senam lantai loncat kangkang siswa kelas V SD GMT Oebelo dapat berlangsung dengan baik, peserta didik menjadi aktif dan mendapatkan hasil belajar yang maksimal

**Simpulan:** Penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran teknik dasar senam lantai loncat kangkang sudah sangat baik, namun ada beberapa siswa yang harus terus dilatih agar siswa mampu melakukan teknik dasar senam lantai loncat kangkang dengan baik.

**Kata Kunci:** *Pembelajaran, teknik dasar, senam lantai, loncat kangkang.*

## ABSTRACT

### LEARNING THE BASIC TECHNIQUES OF FLOOR JUMPING GYMNASTICS FOR CLASS V STUDENTS OF GMIT OEBELO PRIMARY SCHOOL

Elisabeth Hoar Klau<sup>1\*</sup>, Agustinus Jacob Nafie<sup>2\*</sup>, Melvianus Selan<sup>3\*</sup>

<sup>123</sup> Recreation, health and physic study program, teacher training faculty, Artha Wacana Christian University

email. [elisabethhoarklau@gmail.com](mailto:elisabethhoarklau@gmail.com)

**Background:** The problem in this research is that the process of learning the basic techniques of straddle jumping floor exercise for fifth grade students at GMIT Oebelo Elementary School is less effective.

**Research Objectives:** The purpose of this research is to determine "Learning the Basic Techniques of Floor Gymnastics, Straddle Jumping in Class V Students at GMIT Oebelo Elementary School."

**Research Method:** This research method uses a qualitative descriptive method which is used as a way or procedure to solve a problem.

**Results and Discussion:** Research results regarding learning the basic techniques of straddle jumping floor exercise for fifth grade students at SD GMIT Oebelo were put forward by the corner teacher that in the learning process the teacher must have a learning plan, such as preparing a lesson plan and syllabus. Corner teachers must be able to modify facilities that do not exist at school so that students are active in learning. Corner teachers must also be firm in fostering the learning of basic straddle jumping floor exercise techniques. If students have difficulty learning to jump, the teacher's job is to guide them. If at the beginning of the lesson students are not able to do the straddle jump well, then as a teacher this must be done by practicing repeatedly so that students can understand and understand how to do the straddle jump. Thus, it can be concluded that the learning of the basic techniques of straddle jumping floor exercise for class V students at GMIT Oebelo Elementary School can proceed well, students become active and get maximum learning results.

**Conclusion:** This research shows that learning the basic techniques of the straddle jumping floor exercise is very good, but there are some students who need to continue to be trained so that students are able to perform the basic techniques of the straddle jumping floor exercise well.

**Keywords:** *Learning, basic techniques, floor exercise, straddle jumping.*