UPAYA PENINGKATAN HASIL PEMBELAJARAN LEMPAR LEMBING GAYA HOP MELALUI PEMBELAJARAN DENGAN PENDEKATAN BERMAIN

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Jurusan PENJASKESREK

OLEH:

DENI AGUSTIA PURBA PRASETYO
NPM: 11.1.01.09.0121

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UNP KEDIRI
2015

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh:

DENI AGUSTIA PURBA PRASETYO
NPM: 11.1.01.09.0121

Judul:

UPAYA PENINGKATAN HASIL PEMBELAJARAN LEMPAR LEMBING GAYA HOP MELALUI PEMBELAJARAN DENGAN PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS X SMK PGRI 2 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

Telah disetujui untuk diajukan Kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal :15April 2015

Pembimbing I	Pembimbing II
Wasis Himawanto, M.Or.	**Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.**
NIDN. 723128103	**NIDN. 15066801**

iii

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh:

DENI AGUSTIA PURBA PRASETYO
NPM: 11.1.01.09.0121

Judul:
UPAYA PENINGKATAN HASIL PEMBELAJARAN LEMPAR LEMBING GAYA HOP MELALUI PEMBELAJARAN DENGAN PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS X SMK PGRI 2 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan PENJASKESREK FKIP UNP Kediri
Pada tanggal: 25 September 2015

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd.
2. Penguji I : Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.
3. Penguji II : Wasis Himawanto, M.Or

Mengetahui,
Dekan FKIP
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
NIDN: 0716046202

iv

UPAYA PENINGKATAN HASIL PEMBELAJARAN LEMPAR LEMBING GAYA HOP MELALUI PEMBELAJARAN DENGAN PENDEKATAN BERMAIN

Deni Agustia Purba Prasetyo
11.1.01.09.0121
Fkip – Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi
Puerbadeni02@gmail.com
Wasis Himawanto, M.Or. dan Drs. Slamet Junaidi, M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Deni Agustia Purba Prasetyo. Upaya Peningkatan Hasil Pembelajaran Lempar Lembing Gaya Hop Melalui Pembelajaran Dengan Pendekatan Bermain, Skripsi, FKIP UNP Kediri, 2015.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lempar lembing gaya hop melalui pendekatan bermain.

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Sumber data penelitian ini berjumlah 34 orang yang terdiri atas 20 siswa putri dan 14 siswa putra. Teknik pengumpulan data dengan obeservasi dan penilaian hasil belajar lempar lembing gaya hop. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif yang didasarkan pada analisis kuantitatif dengan prosentase.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan bahwa: pembelajaran dengan pendekatan bermain, dapat meningkatkan hasil belajar lempar lembing gaya hop. Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari siklus I dan siklus II. hasil belajar lempar lembing gaya hop pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 47,04% jumlah siswa yang tuntas adalah 16 siswa. Pada siklus II terjadi peningkatan prosentase hasil belajar siswa dalam kategori tuntas sebesar 92,73%, sedangkan siswa yang tuntas 33 siswa.

I.Latar Belakang Masalah

Perkembangan olahraga di Indonesia dewasa ini mengalami peningkatan yang cukup signifikan, hal itu ditandai dengan prestasi olahraga Indonesia yang semakin meningkat serta semakin banyaknya aktifitas olahraga dalam semua golongan masyarakat. Olahraga sebagai bagian dari upaya kehidupan berperan mengingatkan bahwa tubuh manusia adalah alat yang utama bagi kehidupan. Hal itu telah disadari bersama, sehingga pada masa kini terlihat banyak manusia melakukan aktifitas olahraga. Setelah merasakan manfaatdari oktifitas olahraga yang dilakukan, olahraga menjadi kebutuhan hidup bagi setiap individu. Pentingnya olahraga sebagai suatu media bagi perkembangan fisik, motorik, mental, sosial, dan emosional. Begitu pula pentingnya olahraga dalam dunia pendidikan atau sering dikenal dengan pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan ketrampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Artinya, cakupan pendidikan jasmani tidak hanya pada aspek jasmani saja tetapi juga aspek kognitif, afektif, dan psikomotor selain itu pendidikan jasmani juga mencakup aspek mental, emosional, sosial, dan spiritual.

Pendidikan jasmani dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting yaitu, memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang

terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

II.METODE

A. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah desfriptif kuantitatif. Menurut Sugianto (1994: 52), "penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan informasi mengenai fenomena-fenomena atau situasi yang aktual atau yang ada pada saat penelitian berlangsung". Penelitian dengan data kuantitatif memperoleh hasil perhitungan berupa angka-angka. Suharsimi Arikunto (1989: 244), pengukuran data kuantitatif dapat dilakukan dengan beberapa cara:

1. Dijumlahkan, dibandingkan dengan jumlah yang diharapkan dan diperoleh persentase
2. Dijumlahkan, diklasifikasikan sehingga merupakan suatu susunan urut data (*arrai*), untuk selanjutnya dibuat tabel, baik yang hanya berhenti sampai tabel saja, maupun yang diproses lebih lanjut menjadi perhitungan pengambilan kesimpulan ataupun untuk kepentingan visualiasi datanya.

B. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian adalah langkah-langkah yang harus dilalui oleh peneliti dalam menerapkan metode yang akan digunakan dalam penelitian. Langkah selanjutnya adalah menentukan banyaknya tindakan yang dilakukan dalam setiap siklus. Dalam Penelitian Tindakan Kelas ini akan dilaksanakan tindakan yang berlangsung secara terus menerus kepada subjek penelitian.

Langkah–langkah PTK secara prosedurnya dilaksanakan secara partisipatif atau kolaboratif antara (guru dengan tim lainya) bekerjasama, mulai dari tahap orientasi hingga penyusunan rencana tindakan dalam siklus pertama, diskusi yang bersifat analitik, kemudian dilanjutkan dengan refleksi – evaluatif atas kegiatan yang dilakukan pada siklus pertama, untuk

kemudian mempersiapkan rencana modifikasi, koreksi, atau pembetulan, dan penyempurnaan pada siklus berikutnya.

Untuk memperoleh hasil penelitian tindakan seperti yang diharapkan, prosedur penelitian secara keseluruhan meliputi tahap – tahap sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan Survey Awal

   Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah mengobservasi sekolah atau kelas yang akan dijadikan sebagai tempat Penelitian Tindakan Kelas. Meninjau sejauhmana pelaksanaan pembelajaran lempar lembing gaya hop diterapkan dalam sekolah tersebut.

2. Tahap Seleksi Informan, Penyiapan Instrumen, dan Alat

   Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini, adalah :

   a. Menentukan subjek penelitian
   b. Menyiapkan metode dan instrument penelitian serta evaluasi

3. Tahap Pengumpulan Data dan Tindakan

   Pada tahap ini dilakukan pengumpulan dan tabulasi data penelitian yang terdiri atas :

   a. Kepuasan siswa terhadap proses pembelajaran
   b. Pelaksanaan pembelajaran
   c. Semangat dan keaktifan siswa

4. Tahap Analisis Data

   Dalam tahap ini analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Teknik analisis tersebut dilakukan karena data yang terkumpul berupa uraian diskrptif tentang perkembangan belajar serta hasil test keterampilan lempar lembing gaya hop. Serta hasil test ketangkasan lempar lembing gaya hop siswa yang dideskriptifkan memalui hasil kuantitatif

5. Tahap Penyusunan Laporan

   Pada tahap ini disusun laporan pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas dari mulai awal survey hingga menganalisis data yang dilakukan dalam penelitian

Pada penelitian ini, metode yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research (CAR)*. Menurut Supadi (2008: 104) yakni penelitian tindakan yang diawali dengan perencanaan (*planning*), penerapan tidakan (*action*), mengobservasi dan mengevaluasi tindakan (*observation and evaluation*), dan melakukan refleksi (*reflecting*), dan seterusnya sampai perbaikan atau peningkatan yang diharapkan tercapai (*kriteria keberhasilan*). Penjelasan mengenai prosedur penelitian tindakan tersebut dipaparkan memalui penjelasan sebagai berikut :

1. Perencanaan *(Planing)* adalah tahap dimana dijelaskannya apa, mengapa, kapan, dimana, oleh siapa, dan bagaimana penelitian itu dilakukan.
2. Penerapan Tindakan *(Action)* adalah tahap implementasi atau pelaksanaan rencana yang telah disusun pada tahap perencanaan sebelumnya.
3. Observasi dan Evaluasi Tindakan *(Observation and Evaluation*) adalah tahap pengamatan dan evaluasi atas tindakan yang telah dilakukan selama penelitian berlangsung.
4. Refleksi *(Reflection*) adalah tahap pengungkapan kembali hasil observasi dan evaluasi dalam penerapan tindakan dalam diskusi, sehingga dapat digunakan untuk merancang program penelitian pada siklus berikutnya.

III.HASIL DAN KESIMPULAN

Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas X. SMK PGRI 2 Kediri dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah diungkapkan pada BAB IV, diperoleh simpulan bahwa:

Pembelajaran dengan pendekatan bermain, dapat meningkatkan hasil pembelajaran lempar lembing gaya hop pada siswa kelas X SMK PGRI 2 Kediri. Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari siklus I dan siklus II. hasil belajar lempar lembing gaya hop pada

siklus I dalam kategori tuntas adalah 47,04% jumlah siswa yang tuntas adalah 16 siswa. Pada siklus II terjadi peningkatan prosentase hasil belajar siswa dalam kategori tuntas sebesar 92,73%, sedangkan siswa yang tuntas 33 siswa.

IV.DAFTAR PUSTAKA

Adang Suherman. 2000. *Dasar – Dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar Dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III

Agus mahendra. 2004. *Azas Dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar Dan Menengah Direktorat Tenaga Kependidikan. Bagian Proyek Pengendalian Dan Peningkatan Mutu Guru Penjas Dikdasmen.

Aip Syarifuddin. 1922. *Atletik*. Jakarta: Depdikbud. Dirjendikti. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

_____. 1992. *Pendidikan Jasmanidan Kesehatan*. Jakarta: Dekdikbud.

Depdiknas. 2007/2008. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Standart Kompetensi Dan Kompetensi Dasar Pendidikan Jasmani. Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas.

Dewi Sakma Prawiradilaga. 2007. *Prinsip Desain Pembelajaran*. UNJ. Jakarta.

Dimyati dan Mudjiono. 2006. *Belajar Dan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Djumidar. 2007. *Belajar Berlatih Gerak Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain.* Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

HE.Mulyasa. 2009. *Penelitian Tindakan Sekolah.Bandung*: PT.Remaja Rosdakarya.

H.J. Gino, Suwarni, Sucipto, Maryanto Dan Sutijan. 1998. *Belajar Dan Pembelajaran II.* Surakarta: UNS Press.

Hibana S. Rahman. 2002. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini.* Yogyakarta:

Galah

Joyoatmojo. 2003. *Upaya Peningkatan Kualitas Lulusan Menuju Penyediaan Sumber Daya Insani Yang Unggul.* Surakarta: UNS Press

M. Furqon Hidayatullah. 2008. *Mendidik Anak Dengan Bemain*. Surakarta: UNS press.

Mulyono Biyakto Atmojo. 2007. *Tes & Pengukuran Pendidikan Jasmani/Olahraga.* Surakarta: UNS Press

Soenarjo Basoeki. 2003. *Atletik II*. Surakarta: CV Masa Baru

Soepraptono, 2000. *sarana dan prasarana olahraga*. Jakarta: Depdikbud.

Soetarno Joyoatmojo. 2003. *Pembelajaran Efektif Upaya Peningkatan Kualitas Lulusan Menuju Penyediaan Sumber Daya Insani Yang Unggul*. Surakarta: UNS Press.

Sugiyanto. 1994. *Perumusan Permasalahan Dan Studi Pustaka Pelatihan Metodologi Penelitian Sosial Dasar*. Yogyakarta: biro pengolahan data UGM.

Suharno HP. 1993. *Metodologi Pelatihan.* Yogyakarta: IKIP yogyakarta.

Suharsimi Arikunto. 1989. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek.* Jakarta: PT. Rineka cipta.

Sukintaka. 2004. *Teori Pendidikan Jasmani Filosofi Pembelajaran Dan Masa Depan.* Bandung: Yayasan Nuansa Cendekia.

Yudha M. Saputra. 2001. *Dasar – Dasar Keterampilan Atletik Pendekatan Bermain Untuk Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama (SLTP).* Jakarta: Depdiknas.

Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar & Menengah. Bekerjasama dengan Direktorat Jenderal Olahraga.

Yoyo Bahagia, Ucup Yusup, Andang Suherman. 2000. *Atletik*. Jakarta: Depdikbud.