

PENINGKATAN KETERAMPILAN PEMBELAJARAN TOLAK PELURU GAYA O'BRIEN DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA BOLA PERCA PADA SISWA KELAS VI SDN II TAMANAN KABUPATEN TULUNGAGUNG TAHUN PELAJARAN 2016

SKRIPSI

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



OLEH:

NOOR TJAHYO

NPM: 14.1.01.09.0406

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURURREPUBLIK INDONESIA
UNP KEDIRI

2016



Skripsi oleh:

NOOR TJAHYO NPM: 14.1.01.09.0406

Judul:

PENINGKATAN KETERAMPILAN PEMBELAJARAN TOLAK PELURU GAYA O'BRIEN MENGGUNAKAN MEDIA BOLA PERCA PADA SISWA KELAS VI SDN 02 TAMANAN KABUPATEN TULUNGAGUNG TAHUN PELAJARAN 2016

> Telah disetujui untuk diajukan Kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan PENJASKESREK FKIP UNP Kediri

> > Tanggal Pembimbing,

Wasis Himawanto, M.Or. NIDN, 0723128103 Rahman Diputra, M.Pd. NIDN, 0706048901



SKRIPSI

ATAS NAMA

NOOR TJAHYO

NIM: 14.1.01.09.0406

DENGAN JUDUL:

PENINGKATAN KETERAMPILAN PEMBELAJARAN TOLAK PELURU GAYA O'BRIEN MENGGUNAKAN MEDIA BOLA PERCA PADA SISWA KELAS VI SDN 02 TAMANAN KABUPATEN TULUNGAGUNG TAHUN PELAJARAN 2016

Telah Dipertahankan di depan Panitia Penguji

Pada Tanggal:

Dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan

Panitia Penguji

Ketua

: Wasis Himawanto, M.Or.

Penguji 1

: Nur Ahmad Muharram, M.Or.

Penguji 2

: Rahman Diputra, M.Pd.

Dr. Hi. Sri Panca Solvawati, M.Pd. NIDN. 0716046202



PENGARUH LATIHAN SKIPING DAN PUSH UP TERHADAP DAYA LEDAK OTOT LENGAN DAN TUNGKAI PADA AKURASI SHOOTING BOLA BASKET UNTUK SISWA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMAN 1 KAUMAN KABUPATEN TULUNGAGUNG TAHUN 2016

AGUS RIANTO
NPM. 11.1.01.09.1945
Fak .FKIP Prodi PENJASKESREK
Penjaskesrek.fkip@unpkediri.ac.id
Wasis Himawanto,M.Or. dan Puspodari, M.Pd.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Noor Tjahyo. Peningkatan Keterampilan Pembelajaran Tolak Peluru Gaya O'Brien Menggunakan Media Bola Perca Pada Siswa Kelas VI SDN 02 Tamanan Kabupaten Tulungagung Tahun Pelajaran 2016. Skripsi, Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2016.

Kata Kunci: Tolak Peluru

Penelitian ini merupakan jenis penelitian tindakan kelas dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Pelaksanaan tindakan kelas ini dilakukan melalui dua siklus dimana tiap siklus terdiri dari 4 tahap yaitu: (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan, (3) Observasi, (4) Refleksi. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VI SDN 02 Tamanan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi (pengamatan), dokumentasi, tes dan catatan lapangan..

Hasil tersebut menunjukan peningkatan terhadap penguasaan keterampilan tolak peluru gaya *O'Brien* yang terlihat dari perbandingan hasil *pre-test* yang dilaksanakan pada saat pra tindakan dengan hasil *post-test* yang diberikan pada akhir penerapan. Untuk hasil *post-test* siklus II juga menunjukkan peningkatan penguasaan keterampilan teknik tolak peluru gaya *O'Brien*. Dari 12 siswa yang belum memenuhi standar ketuntasan minimal yaitu 75 pada siklus 2 ini hanya tinggal 1 siswa saja yang belum memenuhi standar ketuntasan minimal. Selain hal tersebut diperoleh hasil persentasi keberhasilan sebagai berikut dari aspek cara memegang peluru sebanyak 100%, dari aspek awalan sebanyak 100% dari aspek gerakan sebelum tolakan sebanyak 91,89%, dari aspek tolakan sebanyak 91,89% dan dari aspek sikap akhir sebanyak 100%. Selain hasil persentasi mengenai teknik tolak peluru gaya *O'Brien*, diperoleh pula hasil dari pengamatan sikap siswa pada saat proses pembelajaran, pada siklus 1 siswa ada yang terlambat, siswa tidak berpakaian dengan lengkap, dan siswa tidak memperhatikan penjelasan guru saat guru menjelaskan materi. Namun pada siklus 2 sudah terlihat peningkatan yang cukup baik dibandingkan dengan siklus I, pada siklus 2



A. Latar Belakang

Dikalangan para siswa, ada kesan bahwa olahraga atletik hanya merupakan seperangkat gerak monoton dan bervariasi. Isinya meliputi gerak lari, lempar dan lompat yang di anggap kurang menuntut keterampilan yang tinggi namun melelahkan. Unsur keriangan dan kegembiraan tidak terungkap dalam pelaksanaan proses belajar mengajar. Oleh karena itu tidak heran apabila pelajaran atletik dalam pendidikan jasmani kurang mendapat perhatian dibanding dengan olahraga cabang permainan seperti: sepakbola, basket atau bolavoli.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasikan masalah sebagai berikut

- Kurang efektifnya pembelajaran tolak peluru gaya O'Brien di SDN 02 Tamanan Kabupaten Tulungagung
- Media yang tersedia kurang memenuhi standar yang diharapkan
- Diharapkan adanya peningkatan motivasi dalam pembelajaran tolak peluru gaya O'Brien dengan menggunakan bola plastik perca

C. Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini di titik beratkan pada materi pembelajaran Penjaskes khususnya nomer tolak peluru gaya O'Brien menggunakan medi bola perca di kelas VI SDN 02 Tamanan Kabupaten Tulungagung yang berjumlah 37 siswa sedangan materi yang lain tidak dibahas dalam penelitian ini

D. Rumusan Masalah

- Apakah dengan menggunakan media bola perca dapat meningkatkan siswa dalam pembelajaran tolak peluru gaya O'Brien di kelas VI SDN 02 Tamanan Kabupaten Tulungagung ?
- 2. Apakah dengan menggunakan media bola perca dapat meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran tolak peluru gaya O'Brien di kelas VI SDN 02 Tamanan Kabupaten Tulungagung ?
- 3. Apakah penerapan media bola perca dapat digunakan secara efektif dalam pembelajaran tolak peluru gaya O'Brien di kelas VI SDN 02 Tamanan Kabupaten Tulungagung ?

E. Tujuan Penelitian

- Untuk mendiskripsikan peningkatan siswa dalam pembelajaran tolak peluru gaya O'Brien dengan menggunakan media bola perca di kelas VI SDN 02 Tamanan Kabupaten Tulungagung.
- 2. Untuk mendiskripsikan peningkatan motivasi siswa dalam pembelajaran tolak peluru gaya O'Brien dengan



menggunakan media bola perca di kelas VI SDN 02 Tamanan Kabupaten Tulungagung.

 Untuk mendiskripsikan keefektifan penerapan media bola perca dalam pembelajaran tolak peluru gaya O'Brien di kelas VI SDN 02 Tamanan Kabupaten Tulungagung.

Kegunaan Penelitian

 Bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pengetahuan dan model pembelajaran tolak peluru yang sudah diperbaiki, sehingga tujuan pembelajaran sesuai yang diharapkan dapat tercapai.

2. Bagi Siswa

Bagi siswa, penelitian ini dapat digunakan sebagai panduan belajar bagi siswa yang akan melakukan olahraga tolak peluru.

3. Bagi sekolah

Dapat digunakan sebagai contoh Penelitian Tindakan Kelas untuk mata pelajaran pendidikan jasmani di SDN 02 Tamanan Kabupaten Tulungagung.

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Maka pada penelitian ini variabel bebasnya adalah menggunakan media bola perca sedangkan variabel terikatnya adalah pembelajaran tolak peluru gaya o'brien.

B. Teknik dan Pendekatan Penelitian

- Pendekatan Penelitian (PTK)
- 2. Teknik Penelitian (Siklus)

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Pelaksanaan Penelitian bertempat di SDN 02 Tamanan yang beralamat di JI. Supriyadi No 87 Tulungagung 66217 Jawa Timur.

2. Waktu Penelitian

Pelaksanaan Penelitian ini dimulai pada tanggal 20 Juli sampai dengan 6 Agustus 2016 dimulai pukul 07.00 – 08.10.

D. Populasi

1. Populasi Penelitian

Siswa SDN 02 Tamanan berjumlah 234 siswa yang terdiri dari 6 rombel, dari kls 1 sampai kelas 6

2. Sampel

Sampel penelitian yaitu siswa kelas enam SDN 02 Tamanan dengan jumlah siswa sebanyak 37 orang dengan siswa laki-laki sebanyak 16 orang dan siswa perempuan 21

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Tes kemampuan awal (pre-test) dan Tes kemampuan akhir (post-test)

2. Teknik Pengumpulan Data



F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam peningkatan keterampilan tolak peluru gaya O'Brien pada siswa kelas VI SDN 02 Tamanan dengan menggunakan media bola plastik yaitu dengan memberi kode jawaban dan catatan pada lembar observasi. kemudian menganalisis data dengan menggunakan rumus persentase. Rumus untuk mengolah data menggunakan Uji Statistik Deskriptif Kuantitatif

$$P = f/N \times 100 \%$$

HASIL DAN SIMPULAN HASIL

Penggunaan media bola plastik dengan metode bermain dapat meningkatkan keterampilan tolak peluru gaya O'Brien pada siswa kelas VI SDN II Tamanan. Metode bermain yang digunakan yaitu permainan memimpin bola dengan menolak, permainan menolak melewati tali. permainan menolak mengenai sasaran, permainan memasukkan bola kelubang, permainan memasukkan bola kekeranjang.

SIMPULAN

Berdasarkan uraian di atas, saran yang dapat diberikan adalah: Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian yang sama, diharapkan dapat lebih mengembangkan lagi mengenai metode-metode mengajar untuk Pendidikan Jasmani.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdoellah, A. 1981. *Olahraga Untuk Perguruan Tinggi*. Yogyakarta : PT Sastra Hudaya
- Y. Adisasmita. Prinsip-prinsip 1989. Pendidikan Jasmani : Hakekat, Filsafat dan Peranan Pendidikan Jasmani dalam Masyarakat. Jakarta: Pendidikan Departemen Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Pendidikan.
- Arikunto, S. 2008. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikuto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi VI*:

 Jakarta: Rineka Cipta.
- Arsyad, A. 2002. *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- BSNP. 2006.Panduan Penyusunan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Jenjang Pendidikan Dasar dan Menengah. Jakarta :
 Badan Standar Nasional Pendidikan.
- Carr, G.A. 1997. *Atletik Untuk Sekolah*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Dwiyogo W.D. 2007. *Aplikasi Teknologi Pembelajaran*. Media Pembelajaran Penjas dan Olahraga.
- Furqon H,M. 2006. *Mendidik Anak dengan Bermain*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.



- Latuhera J. Media Pembelajaran dalam Proses Belajar Mengajar Masa Kini.
 Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Pendidikan.
- Rachman, S dkk. 2006. Penelitian Tindakan
 Kelas dan Penulisan Karya Ilmiah:
 Bahan Pelatihan Pengembangan
 Profesi Funsional Guru, Kepala
 Sekolah, dan Pengawas TK,
 SD/MI,SMP/MTS, SMA/MA, dan
 SMK. Surabaya: SIC
- Santyasa, W. 2007. Landasan Konseptual Media Pembelajaran.
- Setyawati, Atik. 2010. Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli pada siswa Kelas VII SMP Negeri Panggung Rejo Tahun Ajaran 2009/2010 dengan Metode Bermain.