

## **ABSTRAK**

### **ABAS M. ALI, NIM. 141 407 123 “ Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lempar Tangkap Bola Dalam Permainan Bola Tangan Melalui Metode Latihan Siswa Kelas V SDN I Ilotidea ”**

Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya hasil belajar gerak dasar lempar tangkap bola pada cabang olahraga bola tangan siswa kelas V SDN I Ilotidea.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar gerak menangkap bola pada cabang olahraga bola tangan siswa kelas V SDN I Ilotidea.

Penelitian dilaksanakan di kelas V SDN I Ilotidea dengan jumlah siswa 20 orang yang terdiri dari 9 orang laki-laki dan 11 orang perempuan. Penelitian ini dilaksanakan dalam tiga siklus. Adapun yang menjadi indikator keberhasilan dalam penelitian ini adalah jika 75 % siswa mampu melempar-tangkap bola dengan baik, maka penelitian telah dinyatakan berhasil.

Dari hasil kegiatan yang dilaksanakan dalam dua siklus terlihat bahwa capaian data awal 48,60 % atau terdapat 20 siswa yang memiliki kemampuan melempar-tangkap bola dengan kategori kurang. Pada siklus I 55,313 % atau terdapat 1 siswa yang memiliki kemampuan melempar-tangkap bola dengan kategori cukup dan 19 siswa yang masih dalam kategori kurang. Pada siklus II 65,5 % atau terdapat 0 siswa yang memiliki kemampuan melempar-tangkap bola dengan kategori baik dan 20 siswa yang masih dalam kategori cukup. Pada siklus III terjadi peningkatan mencapai 76,875 % atau terdapat 16 siswa yang memiliki kemampuan melempar-tangkap bola dengan kategori baik dan 4 siswa yang masih dalam kategori cukup. Secara keseluruhan mengalami peningkatan dari 48,60 % mencapai 76,875 %. Hasil analisis terdapat data yang tersebut menunjukkan bahwa indikator kinerja penelitian sebesar 75 % telah tercapai.

Simpulan dari penelitian ini adalah metode latihan dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar lempar tangkap bola pada cabang olahraga bola tangan siswa kelas V SDN I Ilotidea Kecamatan Tilango Kabupaten Gorontalo.

Kata Kunci :

- Ketepatan gerak dasar lempar tangkap bola dalam permainan bola tangan
- Metode latihan

Gorontalo, Juli 2012

Penulis