

ABSTRAK

Rinto Musa. 2013. “Meningkatkan Keterampilan Teknik Lari 100 Meter Melalui Metode Demonstrasi Di Kelas VII SMP Negeri 6 SATAP Bongomeme”. Skripsi. Jurusan Penjaskes Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan dan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing: **(1) Risna Podungge, S.Pd M.Pd** **(2) Marsal Lie Tumbal, S.Pd M.Pd**

Permasalahan dalam penelitian ini apakah metode demonstrasi dapat meningkatkan Keterampilan Teknik Lari 100 Meter Siswa di Kelas VII SMPN 6 SATAP Bongomeme Kabupaten Gorontalo?. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan Keterampilan Teknik Lari 100 Meter Siswa di Kelas VII SMPN 6 SATAP Bongomeme Kabupaten Gorontalo melalui metode demonstrasi.

Hasil analisis data menunjukkan ada peningkatan keterampilan siswa kelas VII dalam melakukan teknik lari 100 meter melalui metode demonstrasi dari observasi awal dan siklus ke siklus. Pada Observasi awal yaitu terdapat 14 orang atau 39% telah memiliki keterampilan sebagaimana yang diharapkan dengan daya serap sekitar 60,83%. Hal ini kemudian meningkat setelah diberikan tindakan pada siklus I melalui metode demonstrasi yaitu dari 36 orang keseluruhan jumlah siswa, terdapat 17 siswa yang memperoleh nilai 75 ke atas atau sebanyak 47,22% dengan daya serap siswa mencapai 62,78%. Pada siklus II sudah mengalami peningkatan yakni yang memperoleh nilai 75 ke atas berjumlah 34 orang dengan persentasenya 94,44% dengan daya serap siswa mencapai 85,17%. Dengan demikian, hal ini sudah membuktikan hipotesis tindakan dalam penelitian ini yaitu jika dalam materi teknik lari 100 meter, guru menggunakan metode demonstrasi maka keterampilan siswa di kelas VII SMP Negeri 6 SATAP Bongomeme Kabupaten Gorontalo pada materi tersebut akan meningkat.

Simpulan dari Penelitian ini adalah metode demonstrasi sangat baik digunakan dalam pembelajaran Penjaskes materi teknik lari 100 meter di kelas VII SMP Negeri 6 SATAP Bongomeme Kabupaten Gorontalo khususnya peningkatan keterampilan siswa dalam melakukan berbagai teknik lari 100 meter. Adapun saran yang bisa diajukan yaitu Diharapkan kepada guru Penjaskes agar dapat menggunakan metode demonstrasi sebagai langkah efektif dalam meningkatkan keterampilan siswa

Kata Kunci: Keterampilan Teknik Lari siswa dan Metode Demonstrasi

ABSTRACT

Rinto Musa. 2013. “Increasing Tech skill Runs 100 Meter Pass Through To Methodic Demonstrasi at class VII SMP Negeri 6 SATAP Bongomeme”. Skripsi. Jurusan Penjaskes

Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan dan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing: **(1) Risna Podungge, S.Pd M.Pd** **(2) Marsal Lie Tumbal, S.Pd M.Pd**

About problem in this research what methodics demonstration can increase Tech skill Runs 100 Student Meter at class VII SMPN 6 SATAP Bongomeme kabupaten Gorontalo?. There is aim even this research is subject to be increase Tech skill Runs 100 Student Meter at class VII SMPN 6 SATAP Bongomeme kabupaten Gorontalo passes through to methodic demonstrations.

Analisis's result date there is student skill step-up brazes VII deep do tech runs 100 meter pass through to methodic demonstrations of startup and cycle observation goes to cycle. On early Observation which is available 14 person or 39% have had skills as it were that expected with surrounding absorbing power 60,83%. It then worked up afters given by action on i. cycle via methodics demonstration which is of 36 overalls total students, available 17 one student get to assess 75 onto or as much 47,22%% with student absorbing power reaches 62,78%. On cycle II. have experienced step-up namely which get point 75 onto total 34 person with its percentage 94,44% by student absorbing power reach 85,17%. Thus, it has proven action hypothesis in observational it which is if in tech material runs 100 meters, teacher utilizes to methodic demostrasi therefore student skill at brazes VII SMP Country 6 SATAP Bongomeme kabupaten Gorontalo on that material will increase.

Of this Research is pretty good demonstration method be utilized deep Penjasorkes's learning tech material runs 100 meters at class VII SMP Country 6 SATAP Bongomeme kabupaten Gorontalo in particular student skill step-ups in does various tech run 100 meters. There is tips even that can be proposed which is is expected to learn Penjasorkes to be able to utilize demonstration method as staged as effective deep increase student skill

Keywords: Student learning outcomes and methods Work assignments