

ABSTRAK

Abdul Muin Ahmad. NIM. 831 409 104. 2013. Peningkatan ketrampilan teknik dasar lari jarak pendek dengan menggunakan model pembelajaran langsung pada siswa kelas x smk negeri 1 limboto Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Limboto Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo. Skripsi. S1 Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan. Pembimbing I: Dra,Hj.Nurhayati.Liputo, M.Pd, Pembimbing II Edy Dharma Putra Duhe,M.Pd

Permasalahan dalam penelitian ini adalah; apakah teknik dasar lari jarak pendek siswa kelas X SMK Negeri 1 Limboto Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo dapat ditingkatkan dengan menggunakan model pembelajaran langsung? Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket observasi dan dokumentasi. Sedangkan teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran langsung dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar lari jarak pendek. Hipotesis penelitian telah terbukti yang dapat dilihat dari peningkatan kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar lari jarak pendek meja pada observasi awal hanya 40% yang dapat melakukan teknik dasar lari jarak pendek dengan kategori kurang sedangkan 60% berada pada kategori tidak baik. Pada siklus I kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar lari jarak pendek mengalami peningkatan menjadi 65% siswa dengan ketogori cukup dan 35% siswa dengan kategori kurang baik. Sedangkan pada siklus II meningkat menjadi 80% dengan kategori baik, bahkan terdapat 20 % siswa dengan kategori cukup.

Terkait hasil penelitian tersebut maka dapat disarankan hal-hal sebagai berikut:
1) Model Pembelajaran langsung dapat dijadikan sebagai salah satu rujukan dalam membelajarkan siswa tentang teknik dasar lari jarak pendek, 2) perlu dilakukan latihan secara kontinu untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melalukan teknik dasar lari jarak pendek, 3) penyediaan fasilitas yang memadai merupakan salah satu prasyarat untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar lari jarak pendek baik.

Kata Kunci: Teknik Dasar Lari Jarak Pendek, Model Pembelajaran Langsung