

ABSTRAK

Lukman HR. Suila. Nim. 831410121. “Meningkatkan keterampilan tolak Peluru gaya menyamping melalui metode bermain pada siswa kelas X^A MA AL-FALAH Kec.Limboto Barat Kab.Gorontalo ”. Program Studi S1 Penjaskesrek, Jurusan Pendidikan Keolahragaan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I Ibu Dr. Hj. Aisah R. Pomotahu, Dra, M.Kes, dan Pembimbing II Bapak Ucok Hasian Refiater, S.Pd, M.Pd.

Masalah dalam penelitian ini adalah hasil belajar keterampilan tolak Peluru siswa kelas X^A MA AL-FALAH Kec.Limboto barat Kab. Gorontalo. dalam melakukan tolak peluru gaya menyamping. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diterapkan metode bermain pada proses pembelajaran, yang implementasinya para siswa melakukan keterampilan tolak Peluru gaya menyamping dengan menggunakan metode bermain. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini, bertujuan untuk meningkatkan keterampilan tolak Peluru gaya menyamping pada siswa kelas X^A MA AL-FALAH Kec.Limboto Barat Kab.Gorontalo dalam cabang olahraga atletik. Adapun yang menjadi indikator kinerja dalam penelitian ini adalah apabila terjadi peningkatan keterampilan siswa dalam melakukan tolak peluru gaya menyamping pada cabang olahraga atletik sebesar 80%. Pengambilan data dilakukan dengan lembar pengamatan siswa yang telah disiapkan,serta data yang diperoleh di analisis baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Diperoleh data observasi awal 51,50% dan meningkat sebesar 17,64% sehingga menjadi 69,14% pada siklus I, dan dari siklus I ke siklus II mengalami peningkatan sebesar 12,63% sehingga menjadi 81,77% pada siklus II. Dapat diketahui pula selisih dari observasi awal sampai dengan siklus II sebesar 30,27%. Dan berdasarkan besarnya peningkatan keterampilan siswa kelas X^A MA AL-FALAH Kec.Limboto Barat Kab.Gorontalo yang diperoleh. Maka dengan demikian hipotesis tindakan berbunyi “Jika digunakan metode bermain maka keterampilan tolak Peluru siswa kelas X^A MA AL-FALAH Kec.Limboto Barat Kab. Gorontalo dapat ditingkatkan”, Dapat Terbukti

Kata Kunci : Keterampilan Tolak Peluru Gaya Menyamping, Metode Bermain