

ABSTRAK

HARTATI SABIHI /:831413248: "Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar Start Jongkok Melalui Metode Bagian-Keseluruhan pada Siswa Kelas V SDN 71 Kota Timur Kota Gorontalo".

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan teknik dasar start jongkok pada siswa kelas V SDN No 71 Kota Timur Kota Gorontalo. Untuk memecahkan masalah tersebut digunakan metode bagian-keseluruhan. Implementasi metode bagian-keseluruhan dilakukan dengan cara guru menjelaskan, mempraktikkan cara start jongkok, dan akhirnya memberikan tes praktik kepada siswa. Sebagai hasil, siswa akan memperoleh pengalaman belajar langsung setelah melihat, melakukan dan merasakan sendiri. Tujuan dari metode bagian-keseluruhan yang dikombinasikan dengan praktik adalah membuat perubahan pada ranah keterampilan.

Tujuan penelitian tindakan kelas ini adalah untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar start jongkok pada atletik melalui metode bagian-keseluruhan siswa kelas V SDN No 71 Kota Timur Kota Gorontalo. Hipotesis tindakan yakni “ Jika menggunakan metode bagian-keseluruhan dalam pembelajaran maka kemampuan teknik dasar start jongkok pada lari jarak pendek kelas V SDN No 71 Kota Timur Kota Gorontalo akan meningkat”. Indikator kinerja jika rata-rata terjadi peningkatan kemampuan dasar start jongkok pada lari jarak pendek siswa kelas V SDN No 71 Kota Timur Kota Gorontalo mencapai klasifikasi nilai sebesar 75-89 % maka penelitian ini selesai serta dinyatakan berhasil.

Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan lembar pengamatan kegiatan siswa dan guru, serta evaluasi terhadap materi yang diajarkan pada setiap siklus kemudian dianalisis baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Berdasarkan analisis data diketahui terjadi peningkatan rata-rata kemampuan dasar start jongkok pada lari jarak pendek yakni : pada observasi awal rata-rata kemampuan start jongkok pada lari jarak pendek sebesar 57,7. Setelah diadakan tindakan siklus I terjadi peningkatan 15,4% menjadi 73,1 dan pada tindakan siklus II diperoleh hasil capaian sebesar 87,2 atau terjadi peningkatan sebesar 14,1% dengan demikian rata-rata peningkatan dari observasi awal sampai pada siklus II sebesar 29,5%. Kesimpulan, jika menggunakan metode bagian-keseluruhan maka kemampuan teknik dasar start jongkok, siswa kelas V SDN No 71 Kota Timur Kota Gorontalo akan meningkat, dapat diterima.

Kata Kunci: Start jongkok, metode bagian-keseluruhan.