

ABSTRAK

Muhammad Ruslan Sawedi / 831 410 052, Skripsi 2014. “Meningkatkan Teknik Dasar Senam Lantai Guling Depan Dengan menggunakan Metode *explicit instruction* pada siswa kelas VII SMP N 1 Telaga.” Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan. (Pembimbing I Drs. Ahmad Lamusu, S.Pd, M.Pd, dan Pembimbing II Zulkifli Lamusu, S.Pd, M.Pd).

Adapun yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini Apakah dengan penggunaan metode *explicit instruction* dapat meningkatkan teknik dasar guling depan pada senam lantai pada siswa kelas VII SMP N 1 Telaga.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK), yang bertujuan untuk meningkatkan teknik dasar senam lantai guling depan pada siswa kelas VII SMP N 1 Telaga dengan menggunakan metode *Explicit Instruction*, dengan indikator kinerja apabila mencapai 85% siswa telah menunjukkan peningkatan dalam melakukan guling depan dengan kategori nilai 80%-100%. Adapun yang menjadi subjek penelitian adalah siswa SMP N 1 Telaga yang berjumlah 20 orang siswa (laki-laki 12 Orang dan perempuan 8 orang).

Berdasarkan hasil observasi awal, ternyata kemampuan siswa SMP N 1 Telaga baru mencapai 45% sehingga dilaksanakan siklus I. Setelah diberikan tindakan maka mengalami peningkatan yakni mencapai 63,5% akan tetapi belum mencapai target yang diharapkan yakni 80%-100% sehingga di lanjutkan ke siklus II. Dengan diberikan tindakan dan memperbaiki serta menyempurnakan kembali proses pembelajaran maka target yang di harapkan telah tercapai yakni meningkat 85,5% sehingga penelitian ini dinyatakan tuntas.

Berdasarkan hasil penelitian maka di tarik kesimpulan bahwa penggunaan metode *Explicit Instruction* dapat meningkatkan keterampilan guling depan pada siswa SMP N 1 Telaga.

Dengan demikian dapat di sarankan bahwa metode *Explicit Instruction* sangat tepat digunakan dalam proses pembelajaran dalam meningkatkan keterampilan guling depan dalam senam lantai.

Gorontalo, Oktober 2014

Peneliti

ABSTRACT

Muhammad Ruslan Sawedi / 831 410 052, Skripsi 2014. “Increase gymnastic Base Tech Floor Rolls Front By Use Of explicit instruction method on students of class VII SMP N 1 Telaga”. Physical Education and health majors and Recreation, Hygiene faculty and to an's sport. (Counsellor I Drs. Ahmad Lamusu, S. Pd, M. Pd, and Counsellor II. Zulkifli Lamusu, S. Pd, M. Pd).

There is even that as about problem in this research What with purpose methodics explicit instruction can increase basic tech rolls front on gymnastic floor on student brazes VII SMP N 1 Telaga.

This research constitute action research brazes (PTK), one that intent for Increase gymnastic basic tech floor rolls front on student brazes VII SMP n 1 Lake by use of method *Explicit Instruction*, with performance indicator if up to 85% students have points step-ups in do front rolling with appreciative category 80%-100%. There is even that as subjek research is student SMP N 1 Telaga total one 20 students (male 12 Orang and females 8 person).

Base early observation result, apparently student ability SMP N 1 Telaga new up to 45% so executed cycles I. After been given action therefore experience step-up namely reaches 63,5% but then haven't reached expected target namely 80% 100% so at go-ahead goes to cycle II. With given by action and fixing and perfects learning process back therefore target which at expects was reached namely increases 85,5% so observational it is declared for complete.

Base observational result therefore at gleans from that purpose methodics *Explicit Instruction* can increase front rolling skill on student SMP N 1 Telaga.

Thus can at suggests that method *Explicit Instruction* felicitous being utilized deep learning process in increase front rolling skill in gymnastic floor.

Gorontalo, Oktober 2014

Researcher