

## ABSTRAK

**Royimin Olli. 2014.** Meningkatkan hasil belajar tolak peluru dengan metode modifikasi media pembelajaran pada siswa kelas VII SMP Negeri 7 Anggrek. Jurusan Pendidikan Keolahragaan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan. Pembimbing I Dra Hj Nurhayati Liputo M.Pd dan pembimbing II Mirdayani Pauweni S.Pd, M.Pd.

Pelaksanaan penelitian ini didasarkan pada tujuan penelitian untuk meningkatkan proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan menggunakan metode pembelajaran modifikasi yang meningkatkan hasil belajar tolak peluru yang di ajarkan oleh guru di sekolah setempat agar siswa bisa menerima pembelajaran dengan baik dan bukan untuk mengukur jarak suatu tolakan.

Metode yang dipakai dalam penelitian tindakan kelas. Penelitian ini dilaksanakan dalam bentuk siklus yang terdiri dari 4 tahap, tahap persiapan, tahap pelaksanaan tindakan, tahap pemantauan dan evaluasi, tahap analisis dan refleksi.

Adapun kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa dari dua kali tindakan yang dilaksanakan terjadi peningkatan disetiap tindakan. Dan diawali dengan observasi awal sebagai dasar pelaksanaan tindakan selanjutnya tanpa keterampilan dasar tolak peluru di SMP Negeri 7 Anggrek menunjukkan kriteria yang kurang dengan skor rata-rata keseluruhan 46,25%. Pada siklus I keterampilan belajar tolak peluru yaitu cara memegang peluru, meletakan di bahu, menolak peluru, dan gerakan lanjutan. Keseluruhan gerak ini dilakukan dengan praktek dan mencapai keseluruhan rata-rata memperoleh sebanyak 70,25% artinya masih berada pada kategori cukup. Dan pada siklus II mengalami peningkatan yaitu cara memegang peluru, meletakan di bahu, menolak peluru, dan gerakan lanjutan. Keseluruhan gerakan dilakukan dengan praktek dan mencapai keseluruhan rata-rata memperoleh sebanyak 79% artinya telah berada pada kategori baik.

Dengan demikian hasil belajar tolak peluru perlu menggunakan metode modifikasi media pembelajaran.

**Kata Kunci:** Tolak Peluru, Modifikasi

## **ABSTRACT**

**Royimin Olli.** 2014. Improving learning outcomes shot put with a modified method of learning media in the grade students of VII SMP Negeri 7 Anggrek. Sport Education Department, Faculty of Health Sciences and Sports. Supervisor I, Dra Hj nurhayati Liputo Pd and Supervisor II Mirdayani Pauweni S.Pd, M.Pd.

Implementation of this research is based on the research objectives to improve the learning process of physical education and health exercise using a modified learning methods that improve learning outcomes are in the shot put taught by a teacher at the local school so that students can receive good teaching and not to measure the distance of a repulsion.

The method used in the classroom action research. This study was conducted in the form of a cycle that consists of 4 stages, the preparation phase, the implementation phase of action, monitoring and evaluation stages, stages of analysis and reflection.

The conclusion from this study is that of the double act performed an increase in every action. And begins with the initial observation as the basis for the implementation of further measures without basic skills in the shot put at SMP Negeri 7 Anggrek show less criteria with an average overall score of 46.25%. In the cycle 1 of learning skill shot put is how to hold the bullet, put on his shoulders, refusing bullets, and continued movement. Overall this motion is done with practice and achieve the overall average gain as much as 70.25% indicating that they are in the category enough. And the cycle II increased namely how to hold the bullet, put on his shoulders, refusing bullets, and continued movement. Overall movement is done with practice and achieve an average overall gain as much as 79% meaning that it has to be in either category.

Thus the shot put learning outcomes need to use a modified method of learning media.

**Key words:** Shot Put, Modifications

## KATA PENGANTAR



Puji syukur kita panjatkan kehadirat Tuhan yang Maha Esa, karena dengan izin dan rahmat Nyalah dapat melakukan penelitian yakni Meningkatkan Hasil Belajar Tolak Peluru Dengan Metode Modifikasi Media Pembelajaran Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 7 Anggrek..

Tak lupa pula disampaikan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam hal kritikan maupun saran, dan tak lupa juga dengan penuh hormat peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Dr. H. Syamsu Qamar Badu, M.Pd Selaku Rektor Universitas Negeri Gorontalo dan pembantu rektor.
2. Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes, Selaku dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan.
3. Risna Podungge S.Pd, M.Pd, selaku pembantu dekan I Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan
4. dr. Zuhriana K. Yusuf. M.Kes selaku pembantu dekan II Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan
5. Ruslan, S.Pd, M.Pd selaku pembantu dekan III Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan.
6. Drs Sarjan Mile, Ms selaku ketua jurusan pendidikan keolahragaan
7. Drs. Ahmad Lamusu, M.Pd selaku sekretaris jurusan pendidikan keolahragaan
8. Dra Hj Nurhayati Liputo M.Pd, dan Mirdayani Pauweni S.Pd, M.Pd selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah meluangkan waktu dan

kesempatan dalam membimbing serta mengarahkan peneliti dalam menyusun skripsi ini.

9. Seluruh dosen dan staf pengajar program studi penjaskesrek, Jurusan Pendidikan Keolahragaan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo
10. Kepada rekan-rekan angkatan 2010 yang senasib dan seperjuangan dan menuntut ilmu di prodi penjaskesrek.
11. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian studi ku.

Skripsi ini masih banyak kekurangan dan kelemahan dalam penulisannya terutama dalam bentuk sistematika oleh sebab itu, diharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan dimasa yang akan datang, dan semoga Tuhan Yang Maha Esa selalu memberikan Ridho dan Taufiknya kepada mereka yang membantu penulisan dalam penyusunan Skripsi ini. Semoga arahan, bimbingan dan partisipasi dari semua pihak akan memperoleh balasan yang berlipat ganda dari Tuhan Yang Maha Esa, Amin.

Gorontalo, 13 Desember 2014

Penulis

Royimin Oliy

<b>DAFTAR ISI</b>	
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING</b>	
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Cara Memecahkan Masalah.....	3
1.4 Tujuan Penelitian .....	4
1.5 Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II KAJIAN TEORITIS DAN HIPOTESIS TINDAKAN .....</b>	<b>6</b>
2.1 Kajian Teori Teoritis.....	6
2.1.1 Hakikat tolak peluru.....	6
2.1.2 Hasil Belajar Tolak Peluru .....	12
2.1.3 Modifikasi Media Pembelajaran Dalam Penjaskes .....	13
2.1.4 Modifikasi Media Pembelajaran Tolak Peluru.....	15
2.1.5 Hakikat Media Pembelajaran.....	18
2.1.6 Manfaat Media Pembelajaran .....	19
2.1.7 Pembelajaran tolak peluru dengan media modifikasi.....	21
2.2 Kajian Penelitian Yang Relefan .....	21
2.3 Hipotesis Tindakan.....	25
2.4 Indikator Kinerja .....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>26</b>
3.1 Latar Dan Karakteristik Subjek Dan Penelitian.....	26
3.1.1 Latar Penelitian .....	26
3.1.2 Karakteristik Subjek Penelitian .....	26
3.2 Variabel Penelitian .....	26
3.2.1 Variabel Input.....	26
3.2.2 Variabel Proses .....	26
3.2.3 Variabel output.....	27

3.3	Prosedur Penelitian.....	27
3.3.1	Persiapan.....	27
3.3.2	Pelaksanaan Tindakan.....	27
3.3.3	Pemantauan Dan Evaluasi.....	28
3.3.4	Analisis Dan Refleksi.....	28
3.4	Teknik Pengumpulan Data .....	28
3.5	Teknik Analisis Data .....	29
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>30</b>
4.1	Deskripsi Hasil Penelitian.....	30
4.1.1	Observasi Awal .....	30
4.1.2	Hasil Pengamatan Kegiatan Pembelajaran .....	31
4.1.3	Pelaksanaan Tindakan Siklus I.....	33
4.1.4	Pelaksanaan Tindakan Siklus II .....	38
4.2	Pembahasan.....	40
<b>BAB V</b>	<b>PENUTUP.....</b>	<b>43</b>
5.1	Simpulan.....	43
5.2	Saran.....	43
	<b>Daftar Pustaka .....</b>	<b>45</b>
	<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>47</b>
	<b>CURICULUM VITAE</b>	

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1. Data Kemampuan Siswa Pada Observasi Awal.....	29
Tabel 3. Persentasi Kemampuan Siswa Pada Siklus I.....	32
Tabel 5. Persentasi Kemampuan Siswa Pada Siklus II.....	37

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Surat Izin Meneliti Fakultas FIKK.....	1
Surat Izin Meneliti Dinas Pendidikan .....	2
Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Di SMP N 7 Anggrek.....	3
Lampiran 1. Jadwal Penelitian .....	4
Lampiran 2. RPP Observasi Awal .....	5
Lampiran 3. Hasil Oservasi Awal .....	6
Lampiran 4. RPP Siklus I.....	7
Lampiran 5. Hasil Penelitian Siklus I .....	8
Lampiran 6. RPP Siklus II .....	9
Lampiran 7. Hasil Penelitian Siklus II.....	10

## **DOKUMENTASI PENELITIAN**

## **CURRICULUM VITAE**



## CURRICULUM VITAE



### A. IDENTITAS

1. Nama Lengkap : Royimin Oliy
2. Nim : 831 410 092
3. Tempat Tanggal Lahir : Ilangata 31 Desember 1991
4. Agama : Islam
5. Alamat : kecamatan Anggerk
6. Jurusan/Prodi : Pendidikan Keolahragaan
7. Fakultas : Ilmu-Ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan
8. Angkatan : 2010/2011

### B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. Lulusan SD Negeri 1 Ilangata, Tahun Tamat 2004
2. Lulusan SMP Negeri 1 Anggrek, Tahun Tamat 2007
3. Lulusan SMA Negeri 1 Anggrek, Tahun Tamat 2010
4. Mengikuti Pembinaan Belajar Kampus (PBK) Pada Fakultas Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan Tahun 2010
5. Peserta Kuliah (KKS) di Desa Tolite jaya , Kec. Tolinggula, Kab. Gorut 2013
6. Peserta Program Praktek Lapangan (PPLII) di SD Negeri 3 Tolinggula Tenga 2013
7. Melakukan Penelitian Tindakan Kelas Di SMP Negeri 7 Anggrek 2013