

ABSTRAK

WIWIN T. LUAWO/831 409 038 “MENINGKATKAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR LARI JARAK PENDEK MELALUI METODE *DRILL* PADA SISWA KELAS VII¹ SMP NEGERI 1 TAPA ” Dengan Pembimbing 1 Drs. Ahmad Lamusu S.Pd, M.Pd dan dosen pembimbing 2 Syarif Hidayat M.or.

Masalah dalam penelitian ini adalah, kurang terampilnya siswa dalam melakukan teknik dasar lari jarak pendek.

Tujuan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah : untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar lari jarak pendek melalui metode *Drill* pada siswa kelas VII¹ SMP Negeri 1 Tapa..”Hipotesis tindakan yakni “Jika guru menerapkan metode latihan *drill*. Maka kemampuan teknik dasar lari jarak pendek siswa kelas VII SMP Negeri 1 Tapa Dapat ditingkatkan”. Indikator kinerja. apabila kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar lari jarak pendek rata-rata meningkat sesuai dengan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) dengan minimal 80 keatas. Maka penelitian dikatakan berhasil.

Hasil yang diperoleh dari penelitian yang diadakan di SMP Negeri 1 Tapa Dengan Subyek penelitian ini adalah siswa kelas VII¹ SMP Negeri 1 Tapa dengan jumlah siswa 20 orang, putri berjumlah 9 orang dan putra berjumlah 11 orang. Pengambilan data dapat dilakukan dengan menggunakan lembar pengamatan kegiatan siswa dan guru, serta evaluasi terhadap materi yang di ajarkan pada setiap siklus kemudian dianalisis baik secara kualitatif maupun secara kuantitatif, berdasarkan analisis data diketahui terjadi peningkatan rata-rata kemampuan teknik dasar lari jarak pendek yakni: pada observasi awal rata-rata kemampuan keterampilan dasar lari jarak pendek sebesar 54.58%. Setelah diadakan tindakan siklus I terjadi peningkatan 65.41% dan pada tindakan siklus II diperoleh hasil capaian sebesar 80.83%,

Kesimpulan dari hasil yang diperoleh pada evaluasi siklus II bahwa rata-rata siswa telah mencapai indikator yang ditentukan, maka penelitian tersebut dikatakan berhasil. Jadi hipotesis yang dinyatakan: “Jika guru menerapkan metode latihan *drill*. Maka keterampilan teknik dasar lari jarak pendek siswa kelas VII SMP Negeri 1 Tapa Dapat ditingkatkan” dapat diterima.

Kata Kunci: Keterampilan. Lari Jarak Pendek. metode, Latihan *Drill*. Siswa SMP.

ABSTRACT

WIWIN T. LUAWO / 831 409 038 "IMPROVING BASIC SKILLS THROUGH THE METHOD OF SHORT DISTANCE RUN DRILL IN CLASS VIII SMP Negeri 1 TAPA" With Supervisor 1 Drs. Lamusu Ahmad S. Pd, M. Pd and supervisor 2 Syarif Hidayat M.or.

Problems in this study is, less skilled students in the basic techniques sprint. The goal in this classroom action research are: to meningkatkan basic engineering skills to run a short distance through the method Drill VIII grade students of SMP Negeri 1 Tapa .. "action hypothesis that" If teachers use drill training methods. The ability of the basic technique sprint seventh grade students of SMP Negeri 1 Tapa Can be improved ". Performance indicators. if the student's ability to perform the basic technique sprint on average increased in accordance with the minimum completeness criteria (KKM) with a minimum of 80 and above. Then the research is successful.

Results obtained from studies conducted in SMP Negeri 1 Tapa With this research subject is VIII grade students of SMP Negeri 1 Tapa the number of students 20 people, a daughter and son amounted to 9 total of 11 people. Data retrieval can be done using observation sheet activities of students and teachers, as well as an evaluation of the material taught in each cycle were analyzed both qualitatively and quantitatively, based on data analysis diketahui an increase in the average basic technical capability to run a short distance namely: on the average initial observation capability of basic skills sprint at 54.58%. After the first cycle of actions held increased 65.41% and in the second cycle of the achievements obtained results of 80.83%,

Conclusions from the results obtained in the evaluation of the second cycle that the average student has achieved the indicator is specified, then the research is successful. So the hypothesis which states: "If teachers use drill training methods. Then the basic engineering skills sprint seventh grade students of SMP Negeri 1 Tapa Can be improved "unacceptable.

Keywords: Skills. Short Run. methods, Exercise Drill. Junior high school students.