

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

**PENGARUH METODE BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK
DASAR LARI JARAK PENDEK PADA SISWA KELAS VII
SMP NEGERI 1 TELAGA**

Oleh:

SOFYAN MAHMUD
NIM : 831 416 077

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

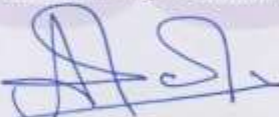
Pembimbing I

Pembimbing II


Drs. H. Ahmad Lamusu, S.Pd, M.Pd
NIP. 19581219 198203 1 002


Risna Podungge, S.Pd, M.Pd
NIP. 19710721 200212 2 001

Mengetahui,
**Ketua Jurusan Pendidikan Keolahragaan
Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Negeri Gorontalo**



Drs. Aswan Dai, M.Pd
NIP. 19610221 198603 1 002

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

SKRIPSI

PENGARUH METODE BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK
DASAR LARI JARAK PENDEK PADA SISWA KELAS VII
SMP NEGERI 1 TELAGA

Oleh:

SOFYAN MAHMUD
NIM : 831 416 077

Telah dipertahankan didepan dewan penguji pada :

Hari/tanggal : Sabtu, 08 Agustus 2020

Pukul : 09.00 s/d selesai

Dosen Penguji :

Nama	Tanda Tangan
1. <u>Prof. Dr. H. Hariadi Said, M.S</u> NIP. 19610316 198702 1 001	
2. <u>Rosbin Pakava, S.Pd, M.Pd</u> NIP. 19850323 201504 1 003	
3. <u>Drs. H. Ahmad Lamusu, S.Pd, M.Pd</u> NIP. 19581219 198203 1 002	
4. <u>Risna Podungge, S.Pd, M.Pd</u> NIP. 19710721 200212 2 001	

Gorontalo, Agustus 2020

Mengetahui,

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Negeri Gorontalo



Dr. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes
NIP. 19631001 198803 2 002

ABSTRAK

Sofyan Mahmud, Nim 831 416 077 “Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Lari Jarak Pendek Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga”. Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Keolahragaan, Fakultas olahraga dan kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo dibawah bimbingan Bapak Drs, Ahmad Lamusu, S.Pd, M.Pd dan Ibu Risna Podungge, S.Pd, M.Pd .

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Lari Jarak Pendek Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga. Hipotesis dalam penelitian ini yakni “Terdapat Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Lari Jarak Pendek Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga. Metode penelitian yang digunakan adalah metode Penelitian eksperimen. Dengan desain terdiri atas 2 variabel penelitian yaitu Variabel X (Metode Bermain) dengan Variabel Y (Kemampuan Teknik Dasar Lari Jarak Pendek), dengan prosedur penelitian “*Pre Test (X₁)*, *Treatmen (T)*, dan *Post Test (X₂)*. Adapun sampel dalam penelitian yang ditetapkan adalah keseluruhan dari populasi sebanyak 21 siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga yang diambil secara *Purposive Sampling*. Uji statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah Uji *t*, dan Dari hasil pengujian hasil pre-test dan post-test menunjukkan harga t_{hitung} sebesar 57.44. Sedangkan dari daftar distribusi diperoleh harga t_{daftar} atau $t_{(0,995)(20)} = 2.84$. Ternyata harga t_{hitung} telah berada di dalam daerah penerimaan H_A . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_A diterima dan tidak dapat menerima H_0 . Jadi dapat disimpulkan bahwa Metode Bermain dapat meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar Lari Jarak Pendek Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga.

Kata Kunci : Metode Bermain, Kemampuan Teknik Dasar Lari Jarak Pendek

ABSTRACT

Mahmud, Sofyan. Student ID 831 416 077 "The Effect of Playing Methods on the Basic Technique Skill of Short Distance Running in Class VII Students of SMP 1 Telaga State Junior High School". Bachelor Study Program Physical Education, Health, and Recreation, Department of Sports Education, Faculty of Sports and Health, Universitas Negeri Gorontalo. Principal Supervisor: Drs, Ahmad Lamusu, S.Pd, M.Pd. Co-supervisor: Ibu Risna Podungge, S.Pd, M.Pd.

This study aimed to find out the effect of playing methods on the basic technique skills of short distance running in class VII students of SMP 1 Telaga State Junior High School. The hypothesis in this study was "There was an influence of playing methods on the basic technique skill of short distance running in Class VII Students of SMP 1 Telaga State Junior High School." The study employed an experimental research method with two research variables; variable X (playing method) and variable Y (basic technique skill of short distance running). The research procedures consisted of "Pre-Test (X_1), Treatments (T), and Post-Test (X_2)."

Moreover, as many as 21 students of the aforementioned area were taken as the samples by purposive sampling; T-test statistical test was used to test the hypothesis. The results of the pre-test and post-test revealed that the t_{count} value was 57.44, while the t_{table} or $t_{(0.995)(20)} = 2.84$. As the results, the t_{count} value was in the acceptance area of H_A ; meaning that H_A was accepted and H_0 was rejected. All in all, the playing method can improve the basic technique skill of short distance running in the research site.

Keywords: Playing Method, Basic Technique Ability of Short Distance Running

