

**MENINGKATKAN PEMBELAJARAN LEMPAR LEMBING
MELALUI PENERAPAN MODEL BERMAIN DI KELAS VIII-4
SMP NEGERI 2 BANYUASIN III**

Skripsi oleh

Puspo Gunarti

Nomor Induk Mahasiswa : 56071006063

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDERALAYA
2011**

S
372.5 07
pus
m
C-110137
2011

**MENINGKATKAN PEMBELAJARAN LEMPAR LEMBING
MELALUI PENERAPAN MODEL BERMAIN DI KELAS VIII-4
SMP NEGERI 2 BANYUASIN III**

Skripsi oleh

**Puspo Gunarti
Nomor Induk Mahasiswa 56071006063
Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDERALAYA
2011**

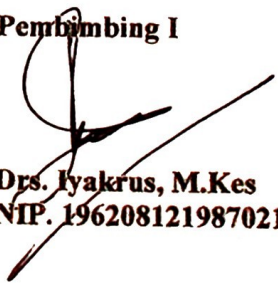
MENINGKATKAN PEMBELAJARAN LEMPAR LEMBING MELALUI PENERAPAN MODEL BERMAIN DI KELAS VIII-4 SMP NEGERI 2 BANYUASI III

Skripsi oleh

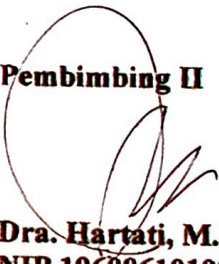
Puspo Gunarti
Nomor Induk Mahasiswa 56071006063
Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Disetujui

Pembimbing I


Drs. Iyakrus, M.Kes
NIP. 196208121987021002

Pembimbing II


Dra. Hartati, M.Kes
NIP.196006101985032006

Disahkan

Ketua Pelaksana FKIP Kampus Palembang


Dr. Sukirno
NIP.195508101983031005

Telah diuji dan lulus pada :

Hari : Jum'at

Tanggal : 21 Januari 2011

Tim Penguji :

Ketua : Drs. Iyakrus, M.Kes

Anggota : Dra. Hartati, M.Kes

Anggota : Drs. Muhaimin

Anggota : Drs. Syafarudin, M.Kes

Anggota : Drs. Maskur Ahmad, M.Kes



Palembang, Januari 2011
Diketahui oleh,
Program Studi Penjaskes



Drs. Waluyo, M.Pd
NIP. 195601241984031004

Dengan mengucapkan syukur alhamdulillah, kupersembahkan ini kepada orang-orang yang kucintai dan kusayangi :

- Kedua orang tuaku yang senantiasa mendoakan, membimbing, mendukung dan membesarkanku dengan penuh kesabaran dan kasih sayang.
- Suamiku tercinta Joni Muhtar yang senantiasa setia dan selalu mengharapkan keberhasilanku.
- Anak-anakku tersayang: Pradita Wedari, Dewintia Admayulanda, M.Satrio Handoko sebagai motivasi dan inspirasiku.
- Sahabat-sahabat seperjuangan yang selalu bersama dalam suka maupun duka, Yuliana, Eka Titi, Halimah, Ermawati, Iskandar, Endah, Dolimin, Samsul Komar, Gunawan, Restu Aldison, Rustam Efendi, Suratno, Ahyar, Suhatri, Jemakun, Topandi, Idris, Imlan, Andri, Rizal
- Saudara-saudaraku yang senantiasa memberikan semangat, terutama saudaraku Asmilah yang sudah memberikan banyak bantuan, dan teman-teman yang lain disekolah yang tidak bisa disebut satu persatu yang telah memberi motivasi.
- Almamaterku

Motto :

- ❖ "Dan beristigfarlah kepada Tuhanmu dan bertaubatlah kepadanya, niscaya dia akan berikan kepadamu kehidupan yang baik terus-menerus hingga waktu yang ditentukan". (QS Hud:3)
- ❖ "Sahabat itu bukan berjalan seperti gunting, meski lurus tapi memisahkan yang menyatu, tapi sahabat itu berjalan seperti jarum, meski menusuk dan menyakitkan tetapi menyatukan yang terpisah. Berahabat bukan hanya untuk bersenang-senang, tetapi harus saling menegur dan mengingatkan dengan tulus, agar sama-sama belajar.
- ❖ "Sungguhnyanya sifat malu dan keimanan adalah lakhsana teman karib, bila yang satu hilang maka akan hilang pula yang lainnya". (HR, Ahmad)

Ucapan Terima Kasih

Puji syukur kehadiran allah SWT, karena atas berkat rahmat dan hidayahnya-lah saya sebagai penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat waktu. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Universitas Sriwijaya.

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Drs.Iyakrus, M.kes dan ibu Dra. Hartati, M.kes sebagai pembimbing yang telah dengan sabar memberikan bimbingannya selama penulisan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Prof.Drs Tatang Suhery. M.A, Ph.D, selaku Dekan FKIP Universitas Sriwijaya dan Bapak Drs. Waluyo M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi penulisan skripsi ini.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Drs. Muhaimin, Drs. Syafarudin, M.Kes dan Drs. Maskur Ahmad, M.Kes. anggota penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini.

Selanjutnya penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Mukhtar,S.pd selaku kepala SMP Negeri 2 banyuasin III, dan bapak Akmal Jambatan, S.pd, Bapak Syamsul Komar dan Bapak Gunawan selaku guru mata pelajaran penjaskes dan teman-teman yang telah membantu kelancaran dalam penulisan skripsi ini.

Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di Sekolah Menengah Pertama dan sebagai pengembangan ilmu pengetahuan.

Inderalaya, Januari 2011

Penulis,

Puspo Gunarti.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN TIM PENGUJI.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
Ucapan Terima Kasih.....	v
Daftar Isi.....	vi
Daftar Tabel.....	viii
Daftar Lampiran.....	ix
Abstrak.....	x
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2
1.3 Tujuan Penelitian.....	2
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
 BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	 4
2.1 Pengertian Pendidikan Jasmani.....	4
2.2 Tujuan Pembelajaran Penjaskes.....	4
2.3 Fungsi Pembelajaran Penjaskes.....	4
2.4 Pengertian Pembelajaran.....	5
2.5 Ciri-ciri Pembelajaran.....	7
2.6 Macam-macam Model Pembelajaran.....	7
2.7 Pembelajaran Lempar Lembing.....	9
2.8 Pengertian Metode Bermain.....	10
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 12
3.1 Jenis Penelitian.....	12
3.2 Lokasi Penelitian.....	12
3.3 Subjek Penelitian.....	12

3.4 Proses pelaksanaan Penelitian.....	12
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	16
3.5.1 Observasi.....	16
3.5.2 Wawancara.....	17
3.5.3 Angket.....	17
3.6 Teknik Analisa Data.....	17
3.6.1 Tahap Reduksi Data.....	17
3.6.2 Tahap Penyajian Data.....	17
3.6.3 Tahap Penarikan Kesimpulan.....	17
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	19
4.1 Hasil Penelitian.....	19
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	19
4.1.2 Data Awal.....	20
4.1.3 Data Hasil Penelitian.....	20
4.1.3.1 Siklus 1.....	20
4.1.3.2 Siklus 2.....	22
4.2 Pembahasan.....	22
4.2.1 Kemampuan Siswa Dalam Pembelajaran Lempar Lembing Sebelum Diberikan Model Bermain.....	22
4.2.2 Kemampuan Siswa Mengikuti Pelajaran Lempar Lembing Dengan Alat Yang Menyerupai Sebenarnya Dengan Menggunakan Model Bermain.....	23
4.2.3 Hasil Analisa Dan Pembahasan Data Angket.....	24
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	30
5.1 Kesimpulan.....	30
5.1.1 Siklus 1.....	30
5.1.2 Siklus 2.....	30
5.2 Saran.....	31
DAFTAR PUSTAKA.....	3
LAMPIRAN.....	31

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Jawaban siswa dari pertanyaan Nomor 1.....	25
Tabel 2 Jawaban siswa dari pertanyaan Nomor 2.....	25
Tabel 3 Jawaban siswa dari pertanyaan Nomor 3.....	26
Tabel 4 Jawaban siswa dari pertanyaan Nomor 4.....	26
Tabel 5 Jawaban siswa dari pertanyaan Nomor 5.....	27
Tabel 6 Jawaban siswa dari pertanyaan Nomor 6.....	27
Tabel Tingkat Aktivitas Belajar Siswa.....	27
Diagram Aktivitas Siswa Dalam Pengamatan Menggunakan Lembar Observasi....	28
Diagram Presentase Ketuntasan Belajar.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 RPP Siklus 1.....	31
Lampiran 2 RPP Siklus 2.....	48
Lampiran 3 Tabel I Data Awal Siswa Melakukan Lempar Lembing.....	49
Lampiran 4 Tabel II Daftar Observasi Siklus 1.....	50
Lampiran 5 Tabel III Daftar Observasi Siklus 2.....	51
Lampiran 6 Lembar Observasi Pertemuan Siklus 1.....	52
Lampiran 7 Lembar Observasi Pertemuan Siklus 2.....	53
Lampiran 8 Soal Angket.....	54
Lampiran 9 Gambar Foto Pelaksanaan Penelitian.....	55
Lampiran 10 Usul Judul Skripsi.....	63
Lampiran 11 SK Penunjukkan Pembimbing.....	64
Lampiran 12 Surat Izin Penelitian dari Prodi.....	65
Lampiran 13 Surat Izin Penelitian dari Fakultas.....	66
Lampiran 14 Surat Izin Penelitian dari Dinas Kabupaten.....	67
Lampiran 15 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari SMP Negeri 2 Banyausin III.....	68
Lampiran 16 Kartu Bimbingan Skripsi.....	69

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hasil siswa pada pembelajaran penjaskes di kelas VIII-4 SMP Negeri 2 Banyuasin III melalui model pembelajaran bermain. Diharapkan dari pembelajaran lempar lembing model bermain, siswa lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran yang dilaksanakan. Jenis penelitian yang dilakukan ini adalah jenis penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus, yang setiap siklus dimulai dengan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Sedangkan yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII-4 SMP Negeri 2 Banyuassin III yang berjumlah 36 orang. Data yang dikumpulkan berasal dari observasi, wawancara, dan angket. Dan data hasil siswa dilaksanakan setelah akhir siklus. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus. Hasil penelitian menunjukkan telah terjadi peningkatan dari siklus satu ke siklus dua, yang mana pada siklus satu dari 36 siswa, yang dapat melakukan lemparan baru 20 orang siswa atau hanya 55% yang berhasil mengikuti pembelajaran lempar lembing. Pada siklus yang kedua siswa yang berhasil melakukan pembelajaran lempar lembing meningkat menjadi 31 orang dari 36 orang siswa atau meningkat menjadi sebesar 86% yang berhasil melakukan lemparan lembing. Berdasarkan hasil yang diperoleh, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa pembelajaran lempar lembing dengan menggunakan model bermain dapat meningkatkan hasil pembelajaran, dan sebagai dampaknya nilai hasil belajar juga meningkat.

Kata Kunci : Model bermain meningkatkan pembelajaran lempar lembing.



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan suatu upaya pendidikan yang dilakukan terhadap anak-anak, agar mereka dapat belajar, bergerak, dan belajar melalui gerak, serta berkepribadian yang tangguh, sehat jasmani dan rohani. Dalam proses pembelajaran penjas di sekolah, siswa merupakan subyek dan sekaligus merupakan titik sentral yang harus mendapatkan perhatian sungguh-sungguh (Ibrahim,2001:1).

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Tujuan pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir, stabilitas emosional juga mendorong perkembangan motorik dan kemampuan fisik. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan individu secara organik, neomusculer, intelektual, dan emosional melalui aktifitas jasmani (Syarifuddin1972:2). Pendidikan jasmani di sekolah berisi materi yang dapat di kelompokkan menjadi aktifitas pengembangan diri, ritmik, senam, akuatik dan pendidikan luar sekolah. Dalam materi pembelajaran atletik yang terdiri dari lari, lempar, lompat, jalan, bagi siswa yang kurang berprestasi sangat tdak menggembirakan bahkan sangat kurang meyenangi pembelajaran atletik khususnya nomor lempar lembing.

Pelajaran lempar lembing memang terasa baru bagi siswa, tetapi setelah mereka melakukan lempar lembing dn banyak dari siswa yang kurang berhasil dalam melakukan lemparan, membuat siswa kurang beminat dalam mengikuti pelajaran lempar lembing, termasuk nilai yang di capai masih rendah dn guru harus banyak memberikan perhatian dan dorongan untuk dapat melakukan gerakan lempar lembing yang baik dan benar.

Berdasarkan pengalaman selama melaksanakan proses pembelajaran penjaskes di kelas VIII-4 SMP Negeri 2 BanyuAsin III pada materi pokok Atletik yaitu, lempar lembing, masih banyak siswa yang belum mampu melakukan lempar lembing dengan benar. Hal ini dapat di lihat dari proses

pembelajaran, masih banyak siswa yang melakukan lempar lembing yang kurang benar. Selain itu banyak juga dari siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan lemparan. Padahal dalam proses pembelajaran, sebelum melakukan lemparan diberikan contoh terlebih dahulu tentang teknik lemparan. Faktor lain yang menjadi kendala adalah kurangnya minat dalam melakukan lempar lembing. Berdasarkan ulangan praktek, dari 36 orang siswa, sebanyak 14 siswa yang mendapat nilai 65 keatas. Adapun skor ketuntasan minimal yang penulis tetapkan yaitu 65,0. Ini berarti masih ada 22 orang siswa yang belum tuntas sesuai dengan standar kriteria ketuntasan minimal.

Berdasarkan data awal, maka peneliti dapat melihat bahwa rendahnya nilai hasil ulangan harian praktek penjaskes pada materi lempar lembing di kelas VIII-4. Hal ini disebabkan karena siswa belum menguasai teknik dasar lempar lembing serta belum menemukan metode yang cocok dalam melakukan lemparan. Melalui penerapan model pembelajaran dengan menggunakan metode bermain, diharapkan siswa dapat meningkatkan kemampuan lempar lembing. sehingga akan berpengaruh pada hasil belajar siswa dalam pembelajaran lempar lembing. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Meningkatkan Pembelajaran Lempar Lembing Melalui Penerapan Metode Bermain di kelas VIII-4 SMP Negeri 2 BanyuAsin III.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan pada pendahuluan, maka rumusan masalah sebagai berikut :

1.2.1 Adakah peningkatan pembelajaran lempar lembing melalui penerapan metode bermain ?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, maka tujuan penelitian ini adalah :

1.3.1 Ingin meningkatkan hasil pembelajaran lempar lembing siswa melalui model bermain. Ingin mengetahui dan memotivasi siswa dalam pembelajaran lempar lembing melalui model bermain.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah :

1.4.1 Bagi siswa:

- Meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran
- Meningkatkan kemampuan bekerjasama
- Menumbuhkan rasa kebersamaan pada siswa

1.4.2 Bagi guru :

- Meningkatkan kemampuan guru untuk memecahkan permasalahan yang muncul dari siswa
- Untuk memperbaiki pembelajaran

1.4.3 Bagi sekolah :

- memberi sumbangan terhadap kemajuan sekolah

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2007. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- Daryanto. 2009. *Panduan Proses Pembelajaran Kreatif dan Inovatif*. Jakarta : AV Publisier.
- Depdikbud. 1993. *Petunjuk Tehknis Materi Pembelajaran Penjas SMP*. Jakarta.
- Depdikbud. 1996. *Petunjuk Tehknis Skor Ketuntasan Minimal*.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2006. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Djumidar. 2002. *Belajar Berlatih Gerak-gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*. Jakarta : CV. Gramada Offset.
- Hamalik, Oemar. 2008. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- Ibrahim, Rusli. 2001. *Landasan Psikologis Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Jakarta : Dirjen Olahraga Depdiknas.
- Sardiman. 2008. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Saputra, Yudha. 2001. *Dasar-dasar Keterampilan Atletik : Pendekatan Bermain untuk SLTP*. Jakarta Pusat : Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas.
- Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor- Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Suherman, Adang. 2001. *Asesmen Belajar Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Direktorat Jendral Olahraga
- Supriatna dan Koswara. 1995. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung : Ganeca Exact Bandung.
- Syarifudin, Aip. 1997. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : PT. Grafindo.
- Trianto. 2009. *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif Progresif*. Jakarta : Kencana.
- Uji Kompetensi, 2005. *Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Epsilon Grup.