

ABSTRAK

Destyaning Dwi Ichsani, Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Tendangan *Mae-geri* Melalui Metode Bermain Pada Siswa Ekstrakurikuler SD Elfatih Kota Serang. Skripsi: Jakarta: Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Olahraga Prestasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Januari 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk mengupayakan peningkatan teknik dasar Tendangan *Mae-geri* pada Siswa ekstrakurikuler SD Elfatih Kota Serang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: Peningkatan teknik dasar siswa khususnya pada Tendangan *Mae-geri*.

Pengambilan data dilaksanakan di SD Elfatih Kota Serang Banten pada bulan November sampai Desember. Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan (*Action Research*), yaitu dengan memberikan perlakuan khusus kepada siswa untuk meningkatkan Teknik Dasar Tendangan *Mae-geri* pada Siswa Ekstrakurikuler SD Elfatih Kota Serang. Instrumen penelitian yang digunakan berupa angket, dengan indikator: Tahap Persiapan, Tahap Awal, Tahap Menendang dan Tahap Akhir.

Berdasarkan Hasil penelitian, dapat diperoleh kesimpulan yaitu dengan penelitian *Action Research* melalui metode bermain dalam setiap pertemuannya, dapat meningkatkan teknik dasar Tendangan *Mae-geri* pada Siswa Ekstrakurikuler SD Elfatih Kota Serang, dengan satu siklus penelitian tindakan. Dari 20 siswa yang mengikuti tes awal dengan rata-rata 69.68 setelah diberikan tindakan dengan metode bermain mendapat hasil tes akhir 77.43. sehingga dapat disimpulkan bahwa metode ini dapat meningkatkan teknik dasar Tendangan *mae-geri* pada Siswa Ekstrakurikuler SD Elfatih Kota Serang.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Puji dan Syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan Karunia-Nya yang telah diberikan kepada Peneliti, sehingga dapat menyelesaikan Penyusunan Skripsi yang berjudul: **“Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Tendangan *Mae-geri* melalui Metode Bermain Pada Siswa Ekstrakurikuler SD Elfatih Kota Serang.** Skripsi ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan skripsi untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Khususnya jurusan Olahraga Prestasi pada Program S1 Universitas Negeri Jakarta (UNJ)

Secara khusus peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada: Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Dr. Abdul Sukur, M.Si. Ketua Program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga sekaligus Pembimbing Skripsi II Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd, SE, M.Si. Dr. Johansyah Lubis, M.Pd sebagai Pembimbing Skripsi I dan saya ucapkan terimakasih kepada Dr. Achmad Sofyan Hanif, M.Pd sebagai Pembimbing Akademik yang telah bersedia membimbing dan mengarahkan peneliti dalam penyusunan skripsi ini.

Peneliti juga berterimakasih kepada seluruh jajarannya yang telah berupaya meningkatkan pendidikan olahraga khususnya program S1 Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) UNJ. Demikian juga Peneliti menyampaikan terimakasih kepada seluruh Dosen dan staf Administrasi FIK UNJ, dan teman-teman mahasiswa S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga Angkatan 2011 yang telah memberikan semangat dan bantuan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti juga mengucapkan terimakasih banyak kepada Bapak, Ibu, Keluarga Besar dirumah, keluarga besar karate, dan keluarga besar *cricket*

yang telah memberikan dukungan moral, doa dan semangat kepada saya untuk menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi perkembangan olahraga diajang Nasional dan Internasional. Amin

Jakarta, Januari 2016

DESTYANING DWI ICHSANI

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	4
C. Perumusan Masalah	4
D. Kegunaan Penelitian	4
BAB II KAJIAN TEORITIK	5
A. Konsep Penelitian Tindakan	5
B. Konsep Model Tindakan	8
C. Kerangka Teoritik	12
1. Teori belajar	12
2. Teknik Dasar Tendangan <i>Mae-geri</i>	13
3. Hakikat Metode Bermain	20
4. Karakter Anak Usia Sekolah Dasar	24
5. Hakikat kegiatan Ekstrakurikuler	26
D. Kerangka Berfikir	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	34
A. Tujuan Penelitian	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian	34
C. Metode Penelitian	34

D. Prosedur Penelitian Tindakan	35
E. Kriteria Keberhasilan Tindakan	53
F. Sumber Data	62
G. Teknik Pengumpulan Data	63
H. Validasi Data	63
BAB IV HASIL PENELITIAN	65
A. Deskripsi Hasil Penelitian	65
1. Deskripsi Awal	65
2. Pelaksanaan Tindakan	67
B. Deskripsi Akhir	79
1. Hasil Pengamatan Siklus	80
2. Pengamatan Kolaborator	83
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, SARAN	85
A. Kesimpulan	85
B. Implikasi	85
C. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	87

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Prosedur dasar Penelitian Tindakan Kelas	11
Gambar 2.2. Teknik tendangan <i>mae-geri</i>	17
Gambar 3.3. Permainan perlombaan siapa cepat sampai	37
Gambar 3.4. Permainan perlombaan berlari satu kaki	38
Gambar 3.5. Teknik tendangan <i>mae-geri</i>	39
Gambar 3.6. Permainan menendang balon berpasangan	40
Gambar 3.7. Permainan perlombaan balon berantai	41
Gambar 3.8. Teknik tendangan <i>mae-geri</i>	42
Gambar 3.9. Permainan 123	43
Gambar 3.10. Permainan berhadapan atau berbelakangan	44
Gambar 3.11. Permainan menendang balon berpasangan	45
Gambar 3.12. Permainan perlombaan balon berantai	46
Gambar 3.13. Teknik tendangan <i>mae-geri</i>	47
Gambar 3.14. Permainan 123	48
Gambar 3.15. Permainan berhadapan atau berbelakangan	49
Gambar 3.16. Teknik tendangan <i>mae-geri</i>	50
Gambar 3.17. Permainan perlombaan siapa cepat sampai	51
Gambar 3.18. Permainan perlombaan berlari satu kaki	52
Gambar 3.19. Teknik tendangan <i>mae-geri</i>	53
Gambar 4.20. Diagram histogram tes awal	67
Gambar 4.21. Teknik tendangan <i>mae-geri</i>	68

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Pedoman penilaian tendangan <i>mae-geri</i>	53
Tabel 4.2. Daftar hasil tes awal	66
Tabel 4.3. Daftar hasil tes akhir	81
Tabel 4.4. Daftar hasil peningkatan tes awal dan tes akhir	83

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Nilai tes awal tendangan <i>mae-geri</i>	89
Lampiran 2. Nilai tes akhir tendangan <i>mae-geri</i>	90
Lampiran 3. Dokumentasi penelitian	91

