

MENINGKATKAN KETERAMPILAN HASIL BELAJAR GERAK TOLAK PELURU GAYA *O'BREIN* MELALUI METODE BERMAIN

Haerul anwar, Samsudin, Hernawan
(haerulanwar805@gmail.com)

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian tindakan ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar siswa SMK Al-Amanah Tangerang pada materi tolak peluru gaya *o'brien*. Selain itu, penelitian tindakan ini dilakukan untuk memperoleh informasi mendalam tentang pembelajaran tolak peluru gaya *o'brien* yang dilakukan dengan pengamatan siklus 1 dan siklus 2. Pada penelitian ini dilakukan pendekatan bermain untuk merangsang agar siswa semangat dalam mengikuti pembelajaran. Subyek dalam penelitian dan pengembangan ini adalah siswa-siswi SMK Al-Amanah yang terdiri dari 25 siswa.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian tindakan ini adalah angket dan instrumen tes tolak peluru gaya *o'brien* yang digunakan untuk mengumpulkan data, adapun tahapan dalam penelitian tindakan adalah sebagai berikut: (a) Perencanaan (b) Pelaksanaan (c) Observasi (d) Refleksi Tindakan. Siklus 1 pada pembelajaran tolak peluru gaya *o'brien* dilakukan *treatment* melalui pendekatan bermain kemudian dilakukan pengamatan dengan hasil atau nilai rata-rata sebesar 72,6. Kemudian untuk siklus 2 setelah dilakukan pengamatan terdapat nilai rata-rata sebesar 75,6. Maka melalui pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar tolak peluru gaya *o'brien*.

Berdasarkan data yang diperoleh, dari hasil penelitian yang terdiri dari validasi ahli, siklus 1 dan siklus 2 serta pembahasan dari hasil penelitian, maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa : 1) Meningkatkan Keterampilan hasil belajar gerak tolak peluru gaya *O'brein* melalui Metode Bermain dapat diterapkan dalam ekstrakurikuler untuk meningkatkan hasil belajar, 2) Metode bermain dapat menstimulasi hasil belajar tolak peluru gaya *O'brien*.

Kata kunci: Metode Bermain, Hasil Belajar Tolak Peluru Gaya *O'brien*.