

# MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LEMPAR LEMBING MELALUI PENDEKATAN BERMAIN

Penelitian Tindakan pada siswa kelas VIII SMPN 1 Pulau Rimau

ANGGAKUSUMAH FITRIANSYAH  
[anggakf@gmail.com](mailto:anggakf@gmail.com)

## ABSTRAK

Kemampuan lempar siswa dari cara memegang Lembing, teknik awalan melempar Lembing, teknik melempar Lembing, dan gerakan pemulihan setelah melempar Lembing masih kurang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan proses pembelajaran lempar lembing dengan metode pendekatan bermain pada siswa kelas VIII SMPN 1 Pulau Rimau. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (*Action research*). Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII.D di SMPN 1 Pulau Rimau yang berjumlah 32 siswa. Instrumen yang digunakan yaitu tes unjuk kerja lempar lembing. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dan kuantitatif dengan bentuk persentase.

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa peningkatan hasil lempar lembing melalui metode pendekatan bermain ditandai pula dengan peningkatan nilai rata-rata siswa. Nilai rata-rata siswa pada kondisi awal sebesar 64,49 dengan persentase ketuntasan sebesar 31,25%. Kondisi tersebut mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa pada siklus I yaitu sebesar 79,08 dan persentase ketuntasan sebesar 71,88%. Namun, peningkatan tersebut masih belum mencapai target yang ditetapkan sebelumnya. Kemudian setelah melanjutkan ke siklus II nilai rata-rata kemampuan lempar lembing siswa kembali mengalami peningkatan sebesar 85,97 dengan persentase ketuntasan sebesar 87,50%. Hal tersebut menunjukkan bahwa target yang telah ditetapkan sebelumnya sudah tercapai sehingga penelitian dihentikan pada siklus II. Proses pembelajaran lempar lembing berlangsung dinamis dan menyenangkan, Peserta didik aktif melaksanakan tugas dan mengamati gerakan teknik lempar lembing dan saling diskusi dengan teman. Kemampuan lempar lembing peserta didik meningkat dengan ditandai dengan peserta didik tuntas KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yaitu 80.

**Kata Kunci:** *penelitian tindakan, pendekatan bermain, hasil belajar lempar lembing.*

## IMPROVING LEARNING OUTCOMES JAVELIN APPROACH THROUGH PLAY IN CLASS VIII SMPN 1 PULAU RIMAU

ANGGAKUSUMAH FITRIANSYAH  
[anggakf@gmail.com](mailto:anggakf@gmail.com)

### ABSTRACT

*Throwing ability students of how to hold the javelin, throwing javelin prefix technique, technique javelin throw, and javelin throwing motion after the recovery is still not good. This study aimed to describe the learning process javelin with methods of approach play on VIII.D grade students of SMPN 1 Pulau Rimau. This study is a class action (Action research). Subjects in this study were students VIII.D at SMPN 1 Pulau Rimau totaling 32 students. The instrument used is the test performance of the javelin. Data analysis techniques used in this research is descriptive qualitative and quantitative percentages.*

*Based on the results of the study it can be concluded that the increase results javelin through play approach is characterized by an increase the value of the average student. The average value of students in the initial conditions of 64.49 with the percentage of completeness of 31.25%. Such conditions increase the average value of students in the first cycle is equal to the percentage of completeness of 79.08 and 71.88%. However, the increase has yet to reach its target. Then, after proceeding to the second cycle of the average value of students' ability javelin throwing back an increase of 85.97 with the percentage of completeness of 87.50%. It shows that the targets set in advance has been reached so that the study was stopped in the second cycle. The learning process takes place javelin dynamic and fun, Learners active duty and observe the movement of the javelin technique and mutual discussion with friends. The ability of the javelin with a marked increase learners with learners complete KKM (minimum completeness criteria) is 80.*

**Keywords:** *Action reseach, approach to play , learning outcomes javelin*