

**MODIFIKASI ALAT PEMBELAJARAN POKOK BAHASAN TOLAK
PELURU UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR
PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN
SISWA KELAS VII SMPN 5 BANDA ACEH
TAHUN AJARAN 2017/2018**

SKRIPSI

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan
Memenuhi Syarat-Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh:
ARDI SAPUTRA
NIM. 1311040005



**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
BINA BANGSA GETSEMPENA
BANDA ACEH
TAHUN 2019**

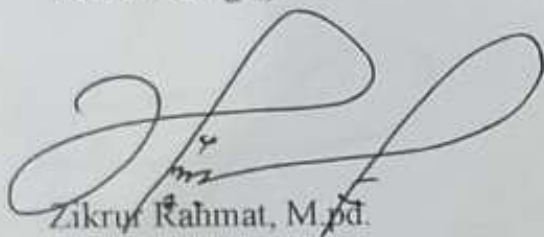
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama	Ardi Saputra
NIM	1311040005
Program studi	Penjas
Judul skripsi	Modifikasi alat pembelajaran pokok bahasan tolak peluru untuk meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani dan kesehatan siswa kelas VIII SMP 5 BANDA ACEH TAHUN AJARAN 2017/2018

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan pada ujian skripsi program sarjana .

Banda Aceh, 13 Oktober 2021

Pembimbing I,



Zikrur Rahmat, M.Pd.
NIDN 0131078402

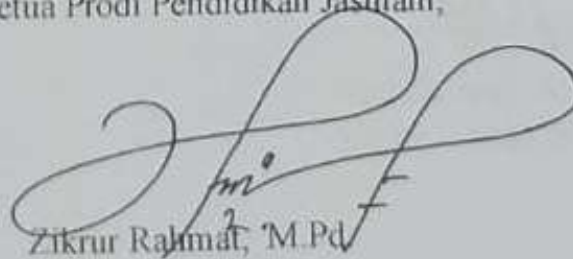
Pembimbing II,



Irfandi, M.Or.
NIDN 0120128601

Mengetahui ,

Ketua Prodi Pendidikan Jasmani,



Zikrur Rahmat, M.Pd.
NIDN 0131078402

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR.....	i
ABSTRAK.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	v
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Rumusan Masalah.....	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.5 Manfaat Penelitian.....	5
1.6 Definisi Operasional	6
BAB II LANDASAN TEORITIS	8
2.1 Modifikasi Alat Pembelajaran	8
2.2 Hakikat Tolak Peluru.....	12
2.3 Teknik Dasar Tolak Peluru	15
2.4 Hal-hal yang Perlu Diperhatikan dalam Teknik Tolak Peluru	20
2.5 Lapangan Tolak Peluru.....	21
2.6 Modifikasi Pembelajaran.....	22
2.7 Pengertian Hasil Belajar.....	23
2.8 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil belajar.....	24
2.9 Pembelajaran Tolak Peluru dengan Permainan Modifikasi	29
2.9.1 Permainan Menolak Secara Berpasangan.....	30
2.9.2 Permainan Menolak Melewati Net.....	31
2.9.3 Permainan Memasukkan Bola.....	31
2.9.4 SpesifikasiPeluruyangdigunakan.....	32
2.10. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	33
BAB III METODELOGI PENELITIAN.....	35
3.1 Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	35
3.2 Rancangan Penelitian	35
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	36
3.4.1 Populasi.....	36
3.4.2 Sampel.....	36
3.4 Instrumen Penelitian	36
3.5 Metode Pengumpulan Data.....	36
3.6 Tehnik Analisis Data.....	36
3.7 Tempat dan Waktu Penelitian	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELTIAN.....	38
4.1 .Hasil dan Temuan Penelitian.....	39
4.2. Pembahasan.....	41
4.3. Temuan Penelitian.....	42

BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	43
5.1. Simpulan.....	43
5.2. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA.....	44
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	50



BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara alamiah, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional. Dalam pendidikan jasmani, pendidik harus dapat mengerjakan pada peserta didik berbagai keterampilan gerak dasar, teknik, strategi permainan, nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani sportivitas, jujur, saling bekerja sama, disiplin dan pembiasaan hidup sehat (Suherman, 2008).

Pada pembelajaran jasmani tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, oleh sebab itu guru masih menggunakan yang bersifat olahraga dan menekankan pada aspek teknik saja, oleh karena itu guru harus mampu memodifikasi pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan siswa dalam situasi kompetisi. Hal itu dapat diartikan bahwa titik berat dalam modifikasi yang dilakukan dalam pembelajaran adalah agar anak menyenangkan dan gembira terhadap materi yang diajarkan. Dengan demikian anak akan semakin termotivasi dan mau memperkaya gerakan-gerakan yang dikuasai sehingga tercapainya tujuan belajar yang maksimal. Modifikasi dianggap sebagai salah satu hal yang dapat membantu guru selama proses pembelajaran dengan keterbatasan yang dimiliki oleh sekolah Seperti yang dinyatakan Bahagia dan Suherman (2008:

1) bahwa:

Penyelenggaraan pendidikan jasmani hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu *Development Appropriate Practice* artinya tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan membantu mendorong perubahan tersebut.

Pendidikan jasmani juga memiliki peranan yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar melalui proses pembelajaran pendidikan jasmani dengan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportivitas, kejujuran, kerja sama, dan sebagainya). Pelaksanaannya bukan melalui pembelajaran di dalam kelas saja yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktifitas yang diberikan dalam pengajaran harus dapat sentuhan psikologis, sehingga aktifitas yang diberikan dapat mencapai tujuan pengajaran.

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara umum, merupakan salah satu dari sub sistem pendidikan. Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerak fisik. Maka pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus diutamakan mempunyai tujuan yang penting dalam pengembangan pembelajaran. Banyak yang menganggap kurang penting

mengikuti mata pelajaran jasmani, dikarenakan belum mengerti peran dan fungsi pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani di sekolah harus mempunyai tujuan yang mengarah kepada tujuan pendidikan. Yaitu meningkatkan kesegaran jasmani dan daya tahan tubuh siswa, dengan bugarnya kondisi siswa akan mempengaruhi tingkat belajar yang melibatkan aktivitas fisik, demikian juga dalam belajar tolak peluru. Salah satu dalam pendidikan jasmani di sekolah- sekolah, kondisi rendahnya kualitas pengajaran pendidikan disekolah lanjut telah dikemukakan didalam berbagai forum oleh beberapa pengamat. Hal ini di pengaruhi oleh beberapa factor diantaranya itu ialah antara lain terbatasnya terbatasnya alat atau media pembelajaran serta sumber- sumber yang digunakan untuk mendukung proses pengajaran pendidikan jasmani. Sarana dan prasarana merupakan salah satu bagian yang strategis dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Dengan kata lain lengkap dan tidak lengkapnya sarana prasarana pembelajaran. Sarana yang lengkap dapat memudahkan seorang guru pendidikan jasmani untuk mengejar target-target tertentu yang menjadi tujuan pembelajarannya.

Berdasarkan hasil observasi dan data yang diperoleh di sekolah SMPN 5 Banda Aceh kelas VII tahun ajaran 2017/2018 pada pembelajaran pokok bahasan tolak peluru, terlihat bahwa masih minimnya peluru untuk latihan yaitu hanya 2 buah peluru standar, sedangkan jumlah siswa dalam satu kelas yaitu berjumlah 24 orang, sehingga berdampak tidak maksimal dalam latihan baik latihan yang dilakukan secara individu maupun berkelompok. Disamping itu peluru standar tersebut tergolong berat untuk digunakan oleh siswa kelas VII.1

yang beratnya 4 kg untuk putri dan 5 kg untuk putra. Sehingga untuk mencapai kompetensi dan indikator pencapaian kompetensi pada materi tolak peluru yaitu tidak efektif. Hal ini berpengaruh pada hasil belajar siswa kelas VII SMPN 5 Banda Aceh, sehingga sebanyak 11 orang siswa dari 24 orang siswa memperoleh nilai dibawah kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang ditetapkan untuk mata pelajaran pendidikan jasmani yaitu 71.

Berdasarkan hasil permasalahan di atas, maka peneliti dapat merumuskan judul penelitian: **"Modifikasi Alat Pembelajaran Pokok Bahasan Tolak Peluru Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan siswa Kelas VII SMPN 5 Banda Aceh TahunAjaran 2017/2018.**

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan permasalahan yang diperoleh melalui observasi disekolah maka dapat penulis identifikasikan masalah sebagai berikut:

- a. Bahwa di SMPN 5 Banda Aceh, masih minimnya peluru untuk latihan yaitu hanya 2 buah peluru standar, sedangkan jumlah siswa dalam satu kelas yaitu berjumlah 24 orang, sehingga berdampak tidak maksimal dalam latihan, maka perlu adanya modifikasi alat yang dibutuhkan guru dalam proses kegiatan belajar mengajar. Dengan melakukan modifikasi alat dari bola kasti atau bola karet tersebut, maka semua siswa lebih efektif dan efisien dalam latihannya dan juga guru penjas akan menyajikan materi pelajaran yang sulit menjadi lebih mudah dengan memperbanyak alat peluru tersebut. Kemudian siswa akan lebih leluasa bergerak dalam berbagai situasi dan kondisi yang dimodifikasi.
- b. Disamping minimnya peluru standar di SMPN 5 Banda Aceh, peluru tersebut

tergolong berat untuk digunakan oleh siswa kelas VII. yang beratnya 4 kg untuk putri dan 5 kg untuk putra. Sehingga untuk mencapai kompetensi dan indikator pencapaian kompetensi pada materi tolak peluru yaitu tidak efektif. Hal ini berpengaruh pada hasil belajar siswa kelas VII SMPN 5 Banda Aceh. Dengan disederhanakan alat tersebut maka anak akan lebih leluasa bergerak dalam berbagai situasi dan kondisi yang dimodifikasi tanpa harus mengurangi makna dari salah satu alternatif pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Karena pendekatan model modifikasi alat ini mempertimbangkan tahap-tahap perkembangan dan karakteristik siswa, sehingga siswa akan mengikuti pelajaran pendidikan jasmani dengan senang dan gembira.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimanakah Hasil Belajar Siswa dengan Modifikasi Alat Pembelajaran Pada Pokok Bahasan Tolak Peluru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan siswa Kelas VII SMPN 5 Banda Aceh Tahun Ajaran 2017/2018?

1.4. Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Hasil Belajar Siswa Dengan Modifikasi Alat Pembelajaran Pada Pokok Bahasan Tolak Peluru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan siswa Kelas VII SMPN 5 Banda Aceh Tahun Ajaran 2017/2018?

1.5. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang diharapkan dari penelitian ini adalah

sebagai berikut:

4.1. Bagi peneliti

Untuk dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan penulis tentang modifikasi alat olahraga dalam salah satu cabang olahraga atletik dalam meningkatkan hasil belajar siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

4.2. Bagi Guru

Untuk menjadi masukan dan informasi bagi guru penjas kes agar menerapkan modifikasi alat pembelajaran pokok bahasan tolak peluru dalam peningkatan hasil belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

4.3. Bagi Kepala Sekolah

Hasil penelitian dapat dijadikan pertimbangan kepala sekolah tentang pentingnya pengadaan alat atau media pembelajaran olahraga disekolah sehingga perlu adanya modifikasi alat pembelajaran atletik yang diterapkan guru penjas kes atas kekurangan alat olahraga untuk peningkatan hasil belajar siswa pada mata pelajaran penjas kes disekolah.

4.4. Bagi Kampus

Menjadi bahan masukan bagi segenap civitas akademik di perguruan tinggi untuk melatih dan mengembangkan metode modifikasi alat olahraga untuk meningkatkan kreatifitas mahasiswa dalam penggunaan dan pemanfaatan alat atau media olahraga dalam meningkatkan kualitas pendidikan jasmani dan kesehatan disekolah.

4.5. Bagi pembaca dan penulis

Untuk mengungkapkan dan untuk menentukan pengetahuan yang baru yang dapat dipergunakan sebagai pedoman yang berhubungan dengan kemajuan dan cara memodifikasikan alat pembelajaran olahraga atletik pokok bahasan tolak peluru dalam meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai calon guru penjasorkes.

1.6. Definisi Operasional

Definisi operasional dicantumkan dalam penelitian supaya tidak terjadi kesalahpahaman berkaitan dengan penelitian ini, di antaranya:

1. Alat Modifikasi Pembelajaran

Alat atau Media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat menyalurkan pesan, dapat merangsang pikiran, perasaan, dan kemauan peserta didik sehingga dapat mendorong terciptanya proses belajar pada diri peserta didik. dalam penelitian ini media pembelajaran yang dimaksud adalah media pembelajaran yang digunakan di SMP Negeri 5 Banda Aceh dalam proses pembelajaran penjasorkes.

2. Atletik

Atletik adalah cabang olahraga yang mendasari dari semua cabang olahraga yang lain, Atletik mempunyai karakteristik gerakan yang paling dasar yang menjadi kebiasaan kita sehari-hari seperti contoh: Berjalan, berlari, melompat dan melempar. Gerakan-gerakan tersebut adalah gerakan alami

