

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR LARI
MELALUI AKTIVITAS PERLOMBAAN PADA SISWA KELAS V
SD NGABLAK PIYUNGAN BANTUL
TAHUN AJARAN 2011/2012**

Oleh
Sunaryati
NIM 10604227134

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran gerak dasar lari siswa kelas V SD Ngablak Piyungan Bantul melalui aktivitas perlombaan, serta bagaimana proses peningkatan pembelajaran gerak dasar lari siswa kelas V SD Ngablak Piyungan Bantul.

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas kolaboratif yaitu kerjasama antara guru dan peneliti untuk meningkatkan pembelajaran gerak dasar lari siswa kelas V SD Ngablak Piyungan Bantul. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V di SD Ngablak Piyungan Bantul. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan observasi, dan tes. Instrumen dalam penelitian ini adalah lembar pengamatan dan tes, sedangkan teknik analisis data berupa deskriptif kualitatif dan persentase. Analisis data dalam penelitian ini diwakili oleh momen refleksi putaran satu tindakan. Penelitian ini hanya dilakukan satu siklus, dengan dua kali tindakan. Setiap siklus terdapat 4 tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi tindakan.

Pembelajaran materi gerak dasar lari melalui aktivitas perlombaan pada siswa kelas V SD Ngablak Piyungan selama 1 siklus dengan 2 kali pertemuan dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar lari. Siswa menjadi aktif dan lebih bersemangat dalam pembelajaran gerak dasar lari. Siswa tidak bosan dalam melakukan kegiatan karena disajikan dalam bentuk perlombaan dan menggunakan alat bantu yang beraneka ragam serta dengan bentuk latihan yang bervariasi sehingga menarik minat siswa untuk bergerak. Siswa tidak merasa bahwa permainan yang mereka lakukan adalah pembelajaran atletik, khususnya gerak dasar lari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan hasil gerak dasar lari. Hasil yang diperoleh pada prasiklus, siswa yang tuntas ada 13 siswa (40,63%) dan siswa yang belum tuntas ada 19 siswa (59,37%). Pertemuan I siswa yang tuntas ada 20 siswa (62,50%) dan siswa yang belum tuntas ada 12 siswa (37,50%). Pertemuan II siswa yang tuntas ada 31 siswa (96,87%) dan siswa yang belum tuntas adalah 1 siswa (3,13%).

Kata kunci: pembelajaran gerak dasar lari, aktivitas perlombaan