

**UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN LARI DENGAN PENDEKATAN  
BERMAIN PADA SISWA KELAS IV SEKOLAH DASAR NEGERI  
JEPARA WETAN 02 KABUPATEN CILACAP**

Oleh  
Hastomo Eko Waluyo  
NIM 10604227243

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain pada siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Jepara Wetan 02 Cilacap.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua (2) siklus, setiap siklus dua kali pertemuan dan setiap pertemuan 70 menit. Kelas yang di teliti yaitu siswa kelas IV SD Negeri Jepara Wetan 02 Cilacap yang berjumlah 14 anak. Variabel yang di teliti adalah motivasi dan kemampuan gerak lari. Data penelitian diambil sebelum pembelajaran, waktu pembelajaran dan sesudah pembelajaran oleh peneliti bersama kolaborator dengan empat tahapan PTK (rencana, tindakan, observasi dan refleksi). Instrumen pengumpulan data untuk proses pembelajaran menggunakan lembar observasi dan pendapat siswa yang berupa angket. Sedangkan instrumen untuk hasil belajar siswa adalah tes ketrampilan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran yang dilakukan dengan pendekatan bermain pada siswa kelas IV SD Negeri Jepara Wetan 02 Cilacap dapat meningkatkan motivasi anak hingga 100% kategori baik dan kemampuan gerak lari siswa 13 anak nilai mencapai KKM, 1 siswa nilainya kurang dari KKM dan nilai rata – rata kelas 80, sehingga upaya peningkatan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain dapat dikatakan berhasil dengan baik.

Kata kunci: *pembelajaran, lari, bermain*