UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LEMPAR LEMBING MELALUI *MEDIA ROKET* BAGI SISWA KELAS IX DI MTS IBROHIMIYYAH BRUMBUNG MRANGGEN DEMAK TAHUN PELAJARAN 2017/2018

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

Kholilur Rohman

138010293

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS WAHID HASYIM
TAHUN 2019

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul : "UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LEMBING MELALUI MEDIA ROKET BAGI SISWA KELAS IX DI MTS IBROHIMIYYAH BRUMBUNG MRANGGEN DEMAK TAHUN PELAJARAN 2017/2018 ", yang disusun oleh :

Nama : Kholilur Rohman

NIM : 138010293

Telah disetujui oleh dosen pembimbing I dan Dosen Pembimbing II untuk diajukan pada **Dewan Penguji Skripsi**.

Semarang, 6 Agustus 2018

Dosen Pembimbing I	**Dosen Pembimbing II**
Lusiana, M.Pd	**Galuh Henditvo Wicaksono, M.Pd**
NPP. 10.11.1.0197	**NPP. 10.14.1.0299**

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi dengan judul : "Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Lembing Melalui Media Roket Bagi Siswa Kelas IX Di MTs Ibrohimiyyah Brumbung Mranggen Demak Tahun Pelajaran 2017/2018.", yang disusun :

Nama : Kholilur Rohman

NIM : 138010293

Program Studi : PJKR

Telah dipertahankan dalam Ujian Skripsi di depan dewan penguji Skripsi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim pada tanggal : 24 September 2018.

Dewan Penguji Skripsi

Ketua Penguji

Dr. Kardiyono, M.Pd
NPP. 10.11.1.0204

Penguji I

Liska Sukiyandari, M.Pd
NPP. 10.11.1.0208

Penguji II

Lusiana, M.Pd
NPP. 10.11.1.0197

Penguji III

Galuh Hendityo W., M.Pd
NPP. 10.14.1.0299

PERYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik sarjana, baik di Universitas Wahid Hasyim Semarng maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing dan Tim Penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau di publikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan atau tidak benar dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Wahid Hasyim Semarang.

Semarang, 6 Agustus 2018

Yang Membuat Pernyataan

METERAI TEMPEL
TGL. 30
46048AFF242073749
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Kholilur Rohman

NIM. 138010293

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"Maha Suci Engkau, tidak ada yang kami ketahui selain dari apa yang telah Engkau ajarkan kepada kami, sesungguhnya Engkaulah Yang Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana" (Q.S. Al Baqoroh : 32)

PERSEMBAHAN

Alhmdulillah puji syukur kepada Allah SWT. atas rahmat-Nya sehingga penulisan skripsi ini dapat terlaksana dengan lancar. Penulisan skripsi ini saya persembahkan kepada orang-orang yang bermakna di dalam hati penulis :

1. Kedua orang tua saya yang selalu membimbing, mendoakan dan membiayai pendidikan saya, kepada Bapak Nashoka dan Ibu Siti Aminah trima kasih.
2. Kepada kakakku dan adekku tercinta yang slalu mendukung dan mendoakan.
3. Kepada Marya Ulfa yang telah mensuport, mendoakan dan membantu saya dalam proses penulisan skripsi dari awal sampai akhir.

UNIVERSITAS WAHID HASYIM SEMARANG

ABSTRAK

Kholilur rohman, 2018. "*Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Lembing Melalui Media Roket Bagi Siswa Kelas IX Di MTs Ibrohimiyyah Brumbung Mranggen Demak Tahun 2017/2018".* Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasim Semarang. Dosen Pembimbing I Lusiana. M.Pd. Dosen Pembimbing II Galuh Hendityo Wicaksono. M.Pd.

Kata Kunci : Media Roket, Pembelajaran, Lempar lembing.

Masalah dalam penelitian ini adalah apakah melalui media Roket dapat meningkatkan hasil belajar lempar lembing? Bagaimana pelaksanaan pembelajaran melalui media Roket dalam upaya meningkatkan hasil belajar lempar lembing? Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil belajar siswa melalui media roket terhadap pembelajaran lempar lembing.

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini merupakan upaya untuk mengkaji apa yang terjadi dan telah dihasilkan atau belum tuntas pada langkah upaya sebelumnya. Hasil refleksi digunakan untuk mengambil langkah lebih lanjut dalam upaya mencapai tujuan penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX MTs Ibrohimiyyah Brumbung Mranggen Demak dengan jumlah 28 siswa yang terdiri dari 16 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui media Roket dapat meningkatkan kemampuan melempar lembing, pada pra-siklus atau sebelum diterapkannya alat bantu roket presentase kelulusan siswa hanya sebanyak 36% atau 10 siswa, pada siklus I kemampuan siswa meningkat 57 % atau 16 siswa dan siklus II mengalami peningkatan sebesar 82 % atau 23 siswa.

Jadi dapat disimpulkan bahwa penggunaaan media roket dalam mengajar dapat meningkatkan hasil belajar lempar lembing siswa kelas IX MTs Ibrohimiyyah Brumbun Mranggen Demak. Berdasarkan kesimpulan diatas, saya memberi saran untuk para pembaca bahwa penggunaan media roket dapat diaplikasikan pada pembelajaran lempar lembing untuk menambah ketertarikan maupun hasil belajar lempar lembing siswa.

ABSTRACT

Kholilur Rohman, 2018. “Efforts to Increase Javelin Throw Learning Result With Rocket Media for Nine Grade Student of MTs Ibrohimiyyah Brumbung Mranggen Demak 2017/2018 Academic Year”. Thesis of Physical Sport and Health Education Department Faculty of Educational Teacher University of Wahid Hasyim Semarang. The first advisor lecturer is Lusiana, M.Pd. and the second advisor lecturer is Galuh Hendityo Wicaksono, M.Pd.

Key words: Rocket media, learning, javelin throw

Problems in this research is can rocket media increase the student’s javelin throw learning result? How to do the learning process with rocket media in efforts to increase the student’s javelin throw learning result? The aim of this research is to know the student learning result with rocket media for javelin throw learning.

This classroom action research is an efforts to know what happen and already done or not really done at the previous efforts step. Reflection result use to take the next step to get the research result. The subject of this research is 28 students of nine grade student of MTs Ibrohimiyyah Brumbung Mranggen Demak consist of 16 boys and 12 girls.

The result of the research shows that using rocket media can increase the student ability of javelin throw, on pre-cycle or before using rocket media, only 36% or 10 students who pass the target score, on the first cycle the student ability increase 57% or 16 students, and on the second cycle it increase until 82% or 23 students.

So, it can be conclude that using rocket media in javelin throw learning can increase student’s learning result in nine grade student of MTs Ibrohimiyyah Brumbung Mranggen Demak. Consider to that conclusion, I suggest to all the readers that using rocket media can be apply to javelin throw learning to increase student’s interesting while student’s javelin throw learning result.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim.

Puji Syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, atas limpahan rahmat, taufiq, hidayah dan inayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Upaya Meningkatkan Hasil Belajar lempar lembing Melalui alat bantu roket Bagi Siswa Kelas IX Di MTs Ibrohimiyyah Brumbung Mranggen Demak Tahun Pelajaran 2017/2017 yang secara akademis menjadi syarat untuk memperoleh gelar Serjana S1 dalam Ilmu Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi.

Salawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad Saw. sebagai *uswatun hasanah* bagi semua umat, keluarga, sahabat, dan para pengikutnya. Di samping itu, apa yang telah tersaji ini juga tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga terutama kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Mahmutarom, SH. MH. selaku Rektor Universitas Wahid Hasyim Semarang.
2. Bapak Dr. Kardiyono, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Wahid Hasyim Semarang.
3. Ibu Liska Sukiyandari M.Pd selaku Kaprodi pjkr yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh studi di PJKR FKIP UNWAHAS.
4. Ibu Lusiana, M.Pd selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing penulis agar skripsi ini segera selesai.

5. Bapak Galuh Hendityo Wicaksono, M.Pd selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing penulis agar skripsi ini segera selesai.
6. Segenap sivitas akademika Universitas Wahid Hasyim Semarang.
7. Teman-teman seperjuangan Fakultas Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, terima kasih atas semangat kekeluargaan serta seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih atas bantuannya.

Sungguh kami tidak bisa memberikan balasan apapun kecuali do'a semoga Allah SWT. memberikan balasan pahala yang berlipat atas amal kebaikan yang telah diberikan.

Akhirnya, kami menyadari bahwa apa yang telah tersaji dalam penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan. Masih banyak hal-hal yang kurang sesuai dan yang perlu diperbaiki, karena hanya sebatas inilah yang dapat penulis persembahkan. Oleh karena itu, kami sangat mengharapkan segala bentuk kritik dan saran yang membangun demi mendapatkan kajian-kajian ilmiah yang lebih baik.

Semarang, 24 september 2018

Penulis

Kholilur Rohman

NIM 138010293

UNIVERSITAS WAHID HASYIM SEMARANG

DAFTAR ISI

Halaman

PERSETUJUAN PEMBIMBING ii

PENGESAHAN KELULUSAN iii

PERNYATAAN KEASLIAN iv

MOTTO DAN PERSEMBAHAN v

ABSTRAK vi

ABSTRACT vii

KATA PENGANTAR viii

DAFTAR ISI x

DAFTAR TABEL xiii

DAFTAR GAMBAR xiv

DAFTAR LAMPIRAN xv

BAB I PENDAHULUAN 1

1.1. Latar Belakang 1

1.2. Identifikasi Masalah 4

1.3. Pembatasan Masalah 5

1.4. Rumusan Masalah 5

1.5. Tujuan Penelitian 5

1.6. Manfaat Penelitian 6

BAB II LANDASAN TEORI 7

2.1. Hasil Belajar Lempar Lembing 7

UNIVERSITAS WAHID HASYIM SEMARANG

2.1.1. Pengertian Belajar 7

2.1.2. Pengertian Hasil Belajar Mengajar 8

2.1.3. Faktor yang Mempengaruhi Hasil Pembelajaran 10

2.1.4. Pentingnya Belajar Melempar Dalam Lempar Lembing 11

2.1.5. Penggunaan Media Dalam Pembelajaran Lempar Lembing... 19

2.1.6. Prinsip Dasar Pemilihan dan Penggunaan media 21

2.1.7. Karakteristik Siswa 23

2.2. Kajian Penelitian yang Relevan 25

2.3. Kerangka Berpikir 27

2.4. Hipotesis Tindakan 28

BAB III METODE PENELITIAN 29

3.1. Pendekatan Penelitian 29

3.2. Subyek/Lokasi Penelitian 32

3.3. Waktu Penelitian dan Tempat Penelitian 32

3.4. Langkah-langkah dalam Penelitian Tindakan 33

3.5. Teknik dan Alat Pengumpulan Data 35

3.6. Sumber Data 37

3.7. Teknik Pengumpulan Data 37

3.8. Teknik Analisis Data 38

3.9. Indikator Keberhasilan 40

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 41

4.1. Hasil Penelitian 41

4.2. Pembahasan 60

UNIVERSITAS WAHID HASYIM SEMARANG

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 63

5.1. Kesimpulan 63

5.2. Saran 63

DAFTAR PUSTAKA 64

LAMPIRAN 66

UNIVERSITAS WAHID HASYIM SEMARANG

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

2.1. Kajian Penelitian yang Relevan 25

3.1. Teknik dan Alat Pengumpulan Data 37

3.2. Instrumen Penilaian kemampuan siswa 39

4.1. Hasil pre-test siswa 41

4.2. presentase ketuntasan hasil belajar siswa siklus I 45

4.3. Hasil belajar pada siklus I 47

4.4. Presentase ketuntasan hasil belajar siswa siklus II 56

4.5. Hasil belajar pada siklus II 57

4.6. Rekapitulasi Ketuntasan Belajar Siswa 61

UNIVERSITAS WAHID HASYIM SEMARANG

DAFTAR GAMBAR

Gambar halaman

2.1. Memegang lembing cara Amerika 13

2.2. Memegang lembing cara Finlandia 14

2.3. Memegang lembing cara ‘U’ 15

2.4. Membawa lembing diatas pundak..... 16

2.5. Membawa lembing di bawah 16

2.6. Membawa lembing di depan dada..... 17

2.7. Gerakan lempar lembing keseluruhan..... 18

2.8. Lapangan lempar lembing..... 19

2.9. Dimensi lembing..... 19

2.10. Gambar roket..... 23

2.11. Skema kerangka berfikir 28

3.1. Tahap-tahap penelitian tindakan kelas 31

4.1. Diagram Ketuntasan Belajar Siswa Siklus I 50

4.2. Diagram Ketuntasan Belajar Siswa Siklus II 60

UNIVERSITAS WAHID HASYIM SEMARANG

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Surat Keputusan Pengangkatan Dosen Pembimbing 66
2. Surat Penelitian 67
3. Surat Telah Melaksanakan Penelitian 68
4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran 69
5. Hasil Nilai Pre-test Siswa..... 93
6. Hasil nilai siklus I 94
7. Hasil nilai siklus II 95
8. Dokumentasi Penelitian 96

UNIVERSITAS WAHID HASYIM SEMARANG