

ABSTRAK

PENINGKATAN KETERAMPILAN GERAK DASAR GULING LENTING DENGAN MENGGUNAKAN ALAT BANTU BAGI SISWA KELAS V SD N SUKOWANGI PRINGSEWU

Oleh

IRIANSYAH

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan hidup aktif serta sikap sportif melalui kegiatan pendidikan jasmani. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar gerak dasar guling lenting dengan metode pembelajaran modifikasi alat bantu pada siswa kelas V SD N Sukowangi Pringsewu Tahun Pelajaran 2011/2012.

Metode yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas (*Class room Action Reserch*), dengan Dua siklus, dimana pada setiap siklus menggunakan tindakan yang berbeda-beda. Siklus pertama dengan penggunaan latihan guling lenting secara berpasangan, dan siklus kedua dengan penggunaan bentuk latihan guling lenting dengan bantuan dua teman.

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa V SD N Sukowangi Pringsewu Tahun Pelajaran 2011/2012 yang berjumlah 25 siswa. Pengumpulan data diambil dari tes berupa pengamatan keterampilan gerak dasar guling lenting yang meliputi posisi awalan, pelaksanaan, dan sikap akhir.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan keterampilan gerak dasar guling lenting melalui penggunaan modifikasi alat bantu pada setiap siklusnya, adapun peningkatan pada setiap siklus adalah sebagai berikut siklus pertama sebesar 60,00 %, siklus kedua sebesar 88,00 %.

Dengan adanya penggunaan alat modifikasi dalam melakukan gerak dasar guling lenting dapat menembah keberanian terhadap siswa kelas V SD N Sukowangi Pringsewu dan sebagai acuan di masa depan.