

ABSTRAK

UPAYA MENINGKATKAN GERAK DASAR ROLL BELAKANG MELALUI METODE KELOMPOK SISWA KELAS V SDN 2 TAMBAH REJO GADINGREJO PRENGSEWU

Oleh

KASIRUN

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 roll belakang metode kelompok pada siswa kelas V SDN 2 Tambah Rejo Gading Rejo Prengsewu 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 melakukan roll belakang secara berpasangan dan membagi siswa menjadi 6 kelompok.

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa V SDN 2 Tambah Rejo Gading Rejo Prengsewu Tahun Pelajaran 2011/2012 yang berjumlah 25 siswa. Pengumpulan data diambil dari tes berupa pengamatan keterampilan gerak dasar roll belakang yang meliputi sikap awal, pelaksanaan, dan sikap akhir.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan keterampilan gerak dasar roll belakang melalui penggunaan metode kelompok pada setiap siklusnya, adapun peningkatan pada setiap siklus adalah sebagai berikut siklus pertama sebesar 60,00 %, siklus kedua sebesar 88,00 %.

Dengan demikian dapat di simpulkan bahwa dengan menggunakan alat bantu siswa - siswi kelas siswa V SDN 2 Tambah Rejo Gading Rejo Prengsewu lebih berani untuk melakukan sikap lilin dengan adanya matras dan di bantu juga oleh teman sehingga dapat membuat penyemangat anak untuk melakukan olahraga.