

ABSTRAK

UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK LEMPAR LEMBING DENGAN MODIFIKASI ALAT PADA SISWA KELAS VIII B SMP AL AZHAR 3 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2014/2015.

ERIK WIDIYANTO

Penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan proses pembelajaran gerak dasar lempar lembing pada siswa kelas VIII B SMP AL AZHAR 3 Bandar Lampung. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) dengan menggunakan dua siklus. Sedangkan subjek penelitian adalah siswa kelas VIII B SMP AL AZHAR 3 34 siswa/siswi, terdiri dari 16 siswa putra dan 18 siswa putri. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan skala observasi penilaian gerak lempar lembing.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penilaian siklus pertama dengan penggunaan metode pembelajaran gerak dasar lempar lembing modifikasi dari bola kasti yang diberi ekor diperoleh persentase keberhasilan ketuntasan belajar 35,24%, sedangkan tingkat efektivitas 35,42% itu berarti tindakan belum efektif. Pada siklus kedua dengan metode pembelajaran gerak lempar modifikasi lembing yang terbuat dari bambu diperoleh persentase keberhasilan ketuntasan belajar 88,24%, sedangkan tingkat efektivitas 64,58% itu berarti tindakan efektif. Dari hasil penelitian ini disimpulkan bahwa pembelajaran atletik khususnya materi gerak lempar lembing dengan modifikasi alat dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak lempar lembing pada Siswa Kelas VIII B SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung 2014-2015.

Kata kunci : gerak lempar lembing, modifikasi lembing bola kasti, lembing bambu.