

ABSTRAK

Melfa Br Nababan. NIM. 6103311147. " Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak SKSU Dengan Penerapan Desain Pembelajaran Model PPSI Pada Kelas VIII SMP Yayasan Pendidikan HKBP Sidorame Medan Tahun Ajaran 2014/2015 (Pembimbing : Afri Tantri)

Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan Unimed 2014

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui peningkatan kemampuan gerak senam kebugaran sumatera utara Dengan Penerapan Desain Pembelajaran Model PPSI Pada Kelas VIII SMP Yayasan Pendidikan HKBP Sidorame Medan Tahun Ajaran 2014/2015.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah PTK (Penelitian Tindakan Kelas). Yang terdiri dari 2 siklus. Sebelum dilakukan tindakan pada siklus I peneliti memberi *pree-test* untuk mengetahui kemampuan dan kesulitan belajar siswa. Dengan menggunakan Penerapan Desain Pembelajaran Model PPSI (Prosedur Pengembangan Sistem Instruksional) dimana siswa lebih aktif dalam pelaksanaan Senam kebugaran Sumatera Utara.

Subjek adalah siswa kelas VIII-1 dengan jumlah siswa 28 orang. Instrumen penelitian alat pengumpul data yang digunakan dalam tes ini adalah lembar fortfolio. Teknik analisis data yang digunakan dengan rata-rata dan persentase.

Dari anaisis data diperoleh nilai rata-rata hasil belajar siklus I diperoleh 18 siswa (64,28%) telah mencapai ketuntasan belajar sedangkan 10 siswa (35,71%) belum mencapai ketuntasan belajar. Nilai rata-rata kelas yang diperoleh hanya mencapai 66,07%. Namun belum memenuhi kriteria ketuntasan secara klasikal yang diharapkan yaitu 80%. Dari tes hasil belajar siklus II diperoleh data sebanyak 24 siswa (85,71%) yang telah mencapai ketuntasan belajar, sedangkan 4 siswa (14,28%) belum memenuhi ketuntasan belajar. Nilai rata-rata kelas yang diperoleh meningkat mencapai 87,71%.

Dari penelitian diatas menunjukkan adanya peningkatan pada pembelajaran dalam meningkatkan kemampuan gerak melalui Penerapan Desain Pembelajaran Model PPSI dapat meningkatkan hasil belajar pada pembelajaran Senam Kebugaran Sumatera Utara dari 64,20% pada siklus I dan meningkat pada siklus II yaitu 85,71%. Dengan Penerapan Desain Model Pembelajaran Model PPSI (Prosedur Pengembangan Sistem Instruksional) dapat dijadikan alternative untuk Meningkatkan Kemampuan Gerak Senam Kebugaran Sumatera Utara (SKSU).

