

## ABSTRAK

**DEASY EMELIA SIREGAR, NIM 081266110062. Upaya Peningkatan Hasil Belajar Lari Jarak Menengah 800 Meter Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 5 Tanjung Balai Tahun Ajaran 2011/2012**  
**Pembimbing : Sugiono**  
**Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2012**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lari jarak menengah 800 Meter melalui pendekatan bermain pada siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Tanjung Balai Tahun Ajaran 2011/2012.

Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas. Untuk memperoleh data dalam penelitian ini maka dilakukan Tes Hasil Belajar sebelum menggunakan pembelajaran pendekatan bermain (*pre-tes*) lalu dilakukan pembelajaran dengan pendekatan bermain yang dilakukan Tes Hasil Belajar I dan Tes Hasil Belajar II yang berbentuk aplikasi teknik dasar lari jarak menengah 800 Meter sebanyak 2 kali pertemuan.

Setelah data terkumpul akan dilakukan analisis: (1) dari tes hasil belajar sebelum menggunakan pendekatan bermain (*pre-tes*) diperoleh 9 siswa (30%) yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 21 siswa (70%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar, dengan nilai rata-rata 59,16. Kemudian dilakukan pembelajaran menggunakan pendekatan bermain. (2) dari tes hasil belajar menggunakan pendekatan bermain disiklus I diperoleh 18 siswa (60%) yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 12 siswa (40%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar, dengan nilai rata-rata 79,44. Kemudian dilakukan kembali pendekatan bermain dengan variasi. (3) dari tes hasil belajar II disiklus II diperoleh 26 siswa (86,66%) yang mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 4 siswa (13,33%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar, dengan nilai rata-rata 83,60. Dalam hal ini dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan nilai rata-rata hasil belajar siklus I ke siklus II. Berdasarkan hasil analisis data dikatakan bahwa melalui pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar lari jarak menengah 800 meter pada siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Tanjung Balai Tahun Ajaran 2011/2012.

## ABSTRACT

**DEASY Emelia SIREGAR, NIM 081 266 110 062. Improving Learning Outcomes 800 Meter Run Intermediate Distance Approach Playing In Class VIII students of SMP Negeri 5 Tanjung Balai Academic Year 2011/2012 Mentors:Sugiono**

Final Field: School of Sport Science UNIMED 2012

This study aims to determine the improvement of learning outcomes medium distance running 800 Meter bermainpada approach graders VIII SMP 5 Tanjung Balai Affairs Academic Year 2011/2012.

The research method used was Classroom Action Research. To obtain the data in this study is carried out using the test results before learning approach to learning to play (pre-test) and made learning approach undertaken play Test Results Test Results Study I and Study II, which form the basis of engineering applications running middle distance 800 meters by 2 meetings.

After the data collected will be analyzed: (1) of the test results before using this approach to learning to play (pre-test) obtained by 9 students (30%) who have attained mastery learning, while 21 students (70%) have not reached the level of mastery learning, with an average value of 59.16. Then do the learning approach play. (2) of test results to learn to use pendekatanbermain disiklus I gained 18 students (60%) who have attained mastery learning, while 12 students (40%) have not reached the level of mastery learning, with an average value of 79.44. Then do the approach play with variations. (3) of the test results of study II disiklus II gained 26 students (86.66%), which reached the level of mastery learning, while 4 students (13.33%) have not reached the level of mastery learning, with an average value of 83.60. In this case it can be seen that an increase in the average value of learning outcomes cycle I to cycle II. Based on the analysis of data to say that the approach bermain dapat improve learning outcomes medium distance running 800 meters in the eighth grade students of SMP Negeri 5 Tanjung Balai Academic Year 2011/2012.