

## ABSTRAK

**DHARMA RISDIAN, Optimalisasi Hasil Belajar Tolak Peluru Gaya Menyamping Melalui Penerapan Metode VAK (*Visual, Auditori, Kinestetik*) Pada Siswa Kelas X SMA Swasta Muhammadiyah 8 Kisaran Tahun Ajaran 2016/2017.**

**(Pembimbing : (AGUNG SUNARNO )**

**Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2016.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan proses hasil belajar tolak peluru gaya menyamping dengan metode VAK (*Visual, Auditori, Kinestetik*) Pada Siswa Kelas X SMA Swasta Muhammadiyah 8 Kisaran Tahun Ajaran 2015/2016. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas X-2 yang menjadi subjek dengan jumlah siswa sebanyak 32 orang yang akan diberikan tindakan melalui penerapan metode VAK (*Visual, Auditori, Kinestetik*) terhadap proses belajar tolak peluru gaya menyamping. Metode yang dipakai pada penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Hasil penelitian menyimpulkan : (1) Dari data awal jumlah yang tuntas diperoleh sebanyak 8 orang siswa dengan nilai setelah dikonfersikan sebesar (25%) telah mencapai tingkat ketuntasan hasil belajar sedangkan 24 orang siswa (75%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar. Dengan nilai rata – rata hasil belajar setelah dikonfersikan adalah 58,1. (2) dari tes hasil belajar siklus I diperoleh sebanyak 17 orang siswa dengan nilai setelah dikonfersikan sebesar (53,2%) telah mencapai tingkat ketuntasan belajar sedangkan 15 orang siswa (46,8%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar. Dengan nilai rata – rata hasil belajar setelah dikonfersikan adalah 65,1. (3) dari tes hasil belajar siklus II diperoleh data sebanyak 26 orang siswa dengan nilai setelah dikonfersikan sebesar (81,3%) yang telah mencapai ketuntasan dalam belajar, sedangkan 6 orang (18,7%) masih belum tuntas. Dengan nilai rata – rata hasil belajar setelah dikonfersikan 75,8. Berdasarkan hasil analisis data dapat dikatakan bahwa dengan menggunakan metode VAK (*Visual Auditori Kinestetik*) dapat meningkatkan hasil belajar tolak peluru gaya menyamping pada siswa kelas X SMA Swasta Muhammadiyah 8 Kisaran Tahun Ajaran 2016/2017.