

## ABSTRAK

HEZRON ROMAN S. NIM. 609112032. Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari Sprint Melalui Modifikasi Permainan Lari Bolak-balik Pada Siswa Kelas X-5 SMA Negeri 1 Pematangsiantar Tahun Ajaran 2014/2015.  
Pembimbing : AGUNG SUNARNO  
Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan Unimed 2015.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana peningkatan hasil belajar lari sprint melalui modifikasi permainan lari bolak-balik pada siswa kelas X-5 SMA Negeri 1 Pematangsiantar Tahun Ajaran 2014/2015.

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Pematangsiantar Tahun Ajaran 2014/2015, waktu penelitian pada bulan Januari 2015. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X-5 SMA Negeri 1 Pematangsiantar Tahun Ajaran 2014/2015 yang berjumlah 32 orang dan terdiri dari 14 orang siswa putra dan 18 orang siswa putri. Sedangkan Objek dalam penelitian ini adalah Modifikasi Permainan seperti: permainan lari bolak-balik memindahkan bola kasti kedalam kardus, lari bolak balik menyusun puzzle, lari bolak-balik memasukkan ban ke patok. Jenis dalam penelitian adalah menggunakan pendekatan PTK (Penelitian Tindakan Kelas). Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah lembar portofolio penilaian hasil belajar lari sprint.

Hasil penelitian dari 32 orang siswa yang menjadi subjek dalam tes awal penelitian ini, ternyata hanya 8 orang siswa (25%) yang sudah memiliki ketuntasan belajar, sedangkan selebihnya yaitu 24 orang siswa (75%) belum memiliki ketuntasan belajar. Nilai rata-rata kelas yang diperoleh hanya mencapai 57,28 (Tidak Tuntas). Hasil tes siklus I, dari 32 orang siswa telah ada 20 orang siswa (62,5%) sudah memiliki ketuntasan belajar, selebihnya 12 orang siswa (37,5%) yang belum memiliki ketuntasan belajar. Nilai rata-rata kelas yang diperoleh adalah 65,12 (Tidak Tuntas). Hasil tes siklus II, dari 32 orang siswa telah ada 28 orang siswa (87,5%) yang sudah memiliki ketuntasan belajar, hanya 4 orang siswa (12,5%) yang belum memiliki ketuntasan belajar. Nilai rata-rata kelas yang diperoleh telah mencapai 73,93 (Tuntas).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa melalui modifikasi permainan lari bolak-balik dapat meningkatkan hasil belajar lari sprint pada siswa kelas X-5 SMA Negeri 1 Pematangsiantar Tahun Ajaran 2014/2015.