

PROSIDING

SNPO 2018

SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN OLAHRAGA

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN



Penyelenggara :
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Medan
Prodi Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING

SNPO 2018

Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

Narasumber :

Prof. Dr. Syawal Gultom, M.Pd. (Rektor Universitas Negeri Medan)
Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Kes. (Dekan FIK Universitas Negeri Semarang)
Dr. Phil. Ichwan Azhari, M.S. (Kepala PUSSIS Universitas Negeri Medan)
Dr. Ardi Nusri, M.Kes. AIFO. (Dosen FIK UNIMED)

THE
Character Building
UNIVERSITY



Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library, Universitas Negeri Medan

PROSIDING SNPO 2018 Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

**Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional**

Steering Comitee

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
Drs. Suharjo, M.Pd.
Dr. Albadi Sinulingga, M.Pd.
Dr. Syamsul Gultom, SKM., M.Kes.
Drs. Mesnan, M.Kes.
Akbar Khusyairi Rambe, S.Pd.
Nasiruddin Daulay, S.Pd.

Organizing Comitee

Abdul Harris Handoko, S.Pd., M.Pd
Togi Parulian Tambunan, S.Pd.
Akbar Zahriali, S.Pd.
Rian Handika, S.Pd.
Sri Astuti, S.Pd.
Alan Alfiansyah Putra Karo-karo, S.Pd.

Editor : Dr. Nurhayati Simatupang, M.Kes.
Dr. Imran Akhmad, M.Pd.

Reviewer :

Dr. Sabaruddin Yunis Bangun, M.Pd. (Unimed)
Dr. Sukendo, M.Kes. (UNJA)
Dr. Syahrudin, M.Kes. (UNM)
Dr. Rahma Dewi, M.Pd. (Unimed)
Dr. Amir Supriadi, M.Pd. (Unimed)

Penerbit :

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Jl. Willièm Iskandar Pasar V Medan Estate Medan
Telp: 061-6625972
E-mail: fik@unimed.ac.id
Website: fik.unimed.ac.id

ISBN 978-602-53100-0-3

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun
tanpa ijin tertulis dari penerbit



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018

FIK Unimed, 8 September 2018:

Digital Library , Universitas Negeri Medan

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah yang telah diberikan kepada kita semua, sehingga buku Prosiding hasil Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018 pada hari sabtu tanggal 08 September 2018 di Gedung Digital Library Universitas Negeri Medan dapat terwujud.

Buku ini memuat artikel dan hasil penelitian Bapak/Ibu guru / dosen / Mahasiswa Universitas Negeri Medan yang dikumpulkan dan ditata oleh tim dalam kepanitiaan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankan kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Medan, Bapak Prof. Dr. Syawal Gultom, M. Pd. yang telah memfasilitasi semua kegiatan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga ini.
2. Bapak/Ibu segenap panitia Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikirannya demi suksesnya kegiatan ini.
3. Bapak/Ibu guru, dosen dan mahasiswa penyumbang artikel dan hasil penelitian dalam kegiatan ini.

Semoga buku ini dapat memberi kemanfaatan bagi kita semua, untuk kepentingan peningkatan mutu guru dan pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga kesehatan berbasis penelitian nilai-nilai kearifan local guna mendukung prestasi olahraga nasional



Medan, September 2018
Dekan FIK UNIMED

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
NIP. 19660520 199102 1 001



Tahapan Perkembangan Gerak Refleks Pada Anak <i>Dody Yogaswara</i>	364
Hubungan Intelligence Quotient Dengan Kemampuan Melempar Bola Berumbai Pada Target <i>Dian Pertiwi, Marli Perangin-angin</i>	370
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Cakram Melalui Modifikasi Media Kayu <i>Eni Yusnita Pardede, Atikah Rahman</i>	378
Penilaian Perkembangan Anak Usia Dini <i>Mhd. Fazar Affandi, Muhammad Amin Syhaputra</i>	385
Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani <i>Alan Alfiansyah Putra Karo-Karo, Reza Wibowo</i>	386
Upaya Memperbaiki Hasil Belajar Lempar Lembing Melalui Penggunaan Media Yang Dimodifikasi <i>Iskandar Fahmi, Janner Sanjaya</i>	396
Model Pengembangan Gerak Dasar Manipulatif Pendidikan Anak Usia Dini (Paud) Lely <i>Nurul Fadhillah, Prima Nanda</i>	400
Profil Kondisi Fisik Atlet Atletik Kabupaten Langkat Persiapan Porprov Tahun 2014 <i>Mulia Romadi Harahap, Rian Handika</i>	404
Kepemimpinan Dalam Pendidikan Dan Pembelajaran Di Tinjau Dari Sudut Guru Dan Siswa <i>Ahmad Tarmizi, Risky Hasan</i>	408
Pembelajaran Tolak Peluru Gaya O'brien Menggunakan Media Modifikasi <i>Riki Prastian, Iswanta Ginting</i>	414
Penerapan Media Audio Visual Dalam Pembelajaran Pencak Silat Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas VII <i>Arian Juliardy</i>	420
Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Ikor FIK Unimed Tentang Standarisasi Sebagai Personal Trainer <i>Zulaini, Novita Sari Harahap, Rika Nailuvar Sinaga, Andhyka Eka Putra</i>	425
Pengaruh Metode Permainan Dan Minat Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Gerak Dasar Lari Sekolah Dasar Negeri 105345 <i>Edi Moerianto</i>	431



UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LEMPAR CAKRAM MELALUI MODIFIKASI MEDIA KAYU

Eni Yusnita Pardede, Atika Rahmad

Pascasarjana Universitas Negeri Medan

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lempar cakram pada siswa kelas VIII B SMP AKP (Awal Karya Pembangunan) Galang dengan menggunakan media yang dimodifikasi. Penelitian ini adalah siswa kelas VIII Byang menjadi sampel dengan jumlah 36 orang siswa yang akan diberikan tindakan menggunakan media yang dimodifikasi pada lempar cakram. Hasil penelitian menyimpulkan : (1) Dari tes hasil belajar siklus I diperoleh sebanyak 12 orang siswa dengan nilai setelah dikonfersikan sebesar (33,34%) telah mencapai tingkat ketuntasan belajar sedangkan 24 orang siswa (66,67%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar. Dengan nilai rata-rata hasil belajar setelah dikonfersikan adalah 68,92. (2) dari tes hasil belajar siklus II diperoleh data sebanyak 30 orang siswa dengan nilai setelah dikonfersikan sebesar (83,34%) yang telah mencapai ketuntasan dalam belajar 6 orang (16,67%) masih belum tuntas. Namun belum memenuhi kreteria ketuntasan secara klasikal yaitu 80% (Aqib Jainal :2006). Dengan nilai rata-rata hasil belajar setelah dikonfersikan 78,36%. Berdasarkan hasil analisis data dapat dikatakan bahwa menggunakan media yang dimodifikasi dapat meningkatkan hasil belajar lempar cakram pada siswa kelas VIII B SMP AKP (Awal karya Pembangunan) Galang Tahun Ajaran 2012/2013.

Kata kunci : Lempar Cakram, Menggunakan Media Yang Dimodifikasi

Pendahuluan

Keolahragaan merupakan upaya meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia secara jasmaniah, rohaniah, dan sosial dalam mengujudkan masyarakat yang maju, adil, makmur, sejahtera, dan demokratis, (UURI no 3 THN 2008) sistem keolahragan nasional. Pengembangan motorik dan keterampilan lainnya yang harus diajarkan dan ditanamkan dalam diri anak serta nilai-nilai olahraga yang positif. Semua hal itu dilaksanakan melalui pendidikan jasmani sekolah, dimana pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan gerak dasar anak, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-spritual-dan sosial), yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang.

Pendidikan merupakan upaya untuk mengembangkan potensi - potensi manusiawi yang ada pada peserta didik baik potensi fisik, potensi cipta, rasa, maupun karsanya, agar potensi itu menjadi nyata dan dapat berfungsi dalam perjalanan hidupnya Imran Akmad (2018). Akhmad Syiroj, Agung Sunarno, Rahma Dewi (2017). gaya mengajar adalah kemampuan menggunakan berbagai cara untuk menyiasati sistem pengajaran sehingga tujuan proses belajar mengajar dapat tercapai dengan efektif dan efisien.



Disinilah pentingnya peranan seorang guru dalam proses belajar siswa. Sebagaimana Sardiman A.M (2008 : 125) mengemukakan “ Guru adalah salah satu komponen manusiawi dalam proses belajar-mengajar, yang ikut berperan dalam usaha pembentukan sumber daya manusia yang potensial dibidang pembangunan. Oleh karena itu, guru yang merupakan salah satu unsur dibidang kependidikan harus berperan serta secara aktif dan menetapkan kedudukannya sebagai tenaga profesional, sesuai dengan tuntutan masyarakat yang semakin berkembang. Dalam arti khusus dapat dikatakan bahwa pada setiap diri guru itu terletak tanggung jawab untuk membawa para siswanya pada suatu kedewasaan atau taraf kematangan tertentu. Dalam rangka ini guru tidak semata-mata sebagai “ pengajar” yang melakukan, tetapi juga sebagai “pendidik” yang melakukan dan sekaligus sebagai “pembimbing” yang memberikan pengarahan dan menuntun siswa dalam belajar. Berkaitan dengan ini, sebenarnya guru memiliki peranan yang unik dan sangat kompleks didalam proses belajar-mengajar, dalam usahanya untuk mengatarkan siswa/siswi anak didik ke taraf yang dicita-citakan. Oleh karena itu, setiap rencana kegiatan guru harus dapat didudukkan dan dibenarkan semata-mata demi kepentingan anak didik, sesuai dengan profesi dan tanggung jawabnya.

Atletik merupakan cabang olah raga yang paling tua usianya, dan atletik sering disebut *mother of sport* atau ibu dari segala cabang olahraga. Kerena gerakan-gerakan pada atletik terdiri dari: jalan, lari, lompat dan lempar. Atletik merupakan salah satu cabang olah raga yang sangat penting karena mengandung gerakan-gerakan dasar dari hampir semua olahraga. Gerakan-gerakan atletik tersebut berupa menjadi suatu kegiatan atau aktivitas yang diperlombakan dan digunakan untuk meningkatkan kesegaran jasmani. Dalam kegiatan olahraga ini bukan saja bermanfaat untuk peningkatan kemampuan jasmani tetapi juga pembinaan rohani yang mencangkup kesehatan mental dan keluhuran budi. Aspek rohani yang dapat dikembangkan pada manusia: kejujuran, disiplin, pantang menyerah, semangat, saling menghormati dan percaya pada diri sendiri. Pada cabang atletik terdiri dari beberapa nomor perlombaan, salah satu nomor tersebut adalah lempar cakram.

Yang menjadi utama untuk modifikasi media adalah nomor lempar cakram. Hal ini terjadi pada pembelajaran lempar cakram di SMP AKP (awal karya pembangunan) Galang. Kondisi nyata disekolah, setelah penelitian melakukan survey disekolah tersebut bahwa media lempar cakram hanya tersedia 1 buah. Sementara rata-rata siswa di SMP AKP (awal karya pembangunan) Galang berjumlah 36 orang. Jelas dari gambaran tersebut bahwa proses pembelajaran lempar cakram menjadi tidak meningkat, dan akibatnya bahwa terget kurikulum menjadi sangat rendah hal ini dapat dilihat pada hasil belajar siswa yaitu rendahnya nilai-nilai siswa yang terlihat pada kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang ditetapkan sekolah untuk mata pelajaran pendidikan jasmani adalah 75. Namun masih banyak siswa yang mempunyai nilai dibawah rata-rata dibawah 75 yaitu dikelas VIII B dibandingkan dengan 2 kelas VIII yang lainya. Melihat kondisi belajar tersebut ada beberapa upaya yang dapat dilakukan salah satunya adalah



pembelajaran dengan memodifikasi pembelajaran lempar cakram. hal-hal yang dapat di modifikasi adalah media cakram, lapangan lempar cakram.

Sehubungan halaman diatas peneliti mengajukan solusi alternatif yaitu mengadakan penelitian yang berjudul Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Cakram Melalui Modifikasi Media Kayu Pada Siswa/i Kelas VIII B SMP AKP (awal karya pembangunan) Galang Tahun Ajaran 2012/2013.

Kajian Teoritik

Sardiman A.M. (2008 : 27) “ keterampilan jasmani adalah keterampilan-keterampilan yang dapat dilihat, diamati, sehingga akan menitik beratkan pada keterampilan gerak/penampilan dari anggota tubuh seseorang yang sedang belajar. Sedangkan keterampilan rohani lebih rumit, karena tidak selalu berurusan dengan masalah-masalah keterampilan yang dapat dilihat bagaimana ujung pangkalnya, tetapi abstrak, menyangkut persoalan-persoalan penghayatan, dan keterampilan berpikir serta kreativitas untuk menyelesaikan dan merumuskan suatu masalah atau konsep. Rusli Lutan (2000 : 1) menjelaskan, pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik anak mudah agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktifitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sepanjang hayat.

Nadisah (1992 : 15) menjelaskan, penjas adalah bagian dari pendidikan (secara umum) yang berlangsung melalui aktivitas yang melibatkan mekanisme gerak tubuh manusia dan menghasilkan pola-pola perilaku pada individu yang bersangkutan.

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, mahluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.(<http://pojokpenjas.wordpress.com/2007/11/12/hakikat-pendidikan-jasmani>)

Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2006:295) belajar adalah kegiatan individu memperoleh pengetahuan, perilaku dan keterampilan dengan cara mengolah bahan belajar. Dalam belajar tersebut individu menggunakan ranah-ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Akibat belajar tersebut maka kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik memberi batasan yang berbeda tentang belajar. Menurut Winkel (1983: 2) belajar merupakan suatu proses psikis yang berlangsung dalam interaksi aktif subjek dengan lingkungannya dan yang Menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan, pemahaman, keterampilan, nilai sikap, yang bersifat konstan/menetap.

Sardiman (2008 : 20)” belajar adalah perubahan tingkah laku atau penampilan, dengan serangkaian kegiatan misalnya dengan membaca, mengamati, mendengarkan, meniru dan lain sebagainya”.

Slameto (2010 : 54) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi belajar banyak jenisnya, tetapi dapat digolongkan menjadi dua golongan, yaitu :



- (a) Faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri siswa sendiri meliputi dua bagian, yakni :
 - a. Faktor jasmaniah meliputi faktor kesehatan dan cacat tubuh dan b. Faktor psikologis meliputi kecerdasan, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan dan kesiapan.
- (b) Faktor eksternal, yaitu faktor yang berasal dari luar dari siswa dikelompokkan menjadi 3 (tiga) faktor yakni: a. Lingkungan, b. Keluarga, c. Faktor lingkungan sekolah dan faktor lingkungan masyarakat.
- (c) Atletik adalah salah satu cabang olahraga untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dalam beberapa cabang permainan seperti olahraga bola besar, bola kecil, senam, renang dan atletik. Adapun nomor-nomor lomba didalam cabang atletik adalah jalan, lari, lompat dan lempar.
- (d) Lempat cakram merupakan salah satu nomor dalam cabang olahraga atletik, lempar cakram merupakan olahraga perorangan. Lempat cakram diikuti sertakan dalam pesta Olimpiade sebagai nomor perorangan untuk putra dan putri. Peningkatan jarak lemparan yang luar biasa oleh atlet modern merupakan hasil dari peningkatan teknik yang digunakan oleh atlet yang juga telah meluangkan waktu bertahun-tahun untuk melakukan latihan beban yang berkaitan dengan nomor ini.
- (e) Lempat Cakram adalah sebuah alat dalam salah satu nomor olahraga atletik. Aip Syarifuddin (1992 : 172) mengemukakan bahwa “ lempat cakram adalah suatu bentuk gerakan melempar suatu alat yang berbentuk bulat pipih dengan berat tertentu yang terbuat dari kayu dan pinggirannya dari metal/besi , yang dilakukan dengan satu tangan disamping badan mencapai jarak yang sejauh-jauhnya, sesuai dengan peraturan yang berlaku”.

Tujuan lempat cakram adalah : 1. Siswa mampu memahami teknik memegang cakram dengan benar, 2. Siswa memahami teknik melakukan awalan melempar dengan benar, 3. Mampu mempraktekan cara melempar cakram dengan benar, 4. Dapat memahami teknik sikap badan setelah melakukan lemparan. (Irwansyah, 2006 : 34).

Menurut Roji (2006 : 103) Cakram yang dilempar berukuran garis tengah 219 - 221 mm untuk laki-laki dan untuk perempuan 180 – 182 mm. Cakram terbuat dari kayu atau bahan lainnya dengan bingkainnya dari metal, dengan berat 2 kg untuk laki-laki dan 1 kg untuk perempuan, garis tengah cakram 250 mm.

Menurut Irwansyah (2006 : 34), Teknik-teknik Lempat Cakram adalah a. Cara memegang cakram, b. Cara melakukan awalan, c. Cara melempar cakram dan, d. Sikap badan setelah melempar cakram.

Ngatiyono (2006 : 136) teknik memegang cakram adalah cakram dipegang dengan empat jari terbuka. Keempat jari diletakkan pada cakram. Ujung ruas jari-jari menekuk dan menutupi pinggir cakram untuk menahannya. Sementara itu, ibu jari letaknya agak bebas.



Memodifikasikan adalah sebuah pendekatan dalam pembelajaran menekankan kepada kegemaran, kecakapan jasmani dan pengayaan gerakan siswa. Yoyo Bahagia (2000 : 41). Mengatakan memodifikasi juga diartikan sebagai perubahan dari keadaan lama/ semula menjadi keadaan yang mengalami perubahan. Perubahan itu dapat berupa bentuk , fungsi, cara penggunaan dan memanfaatkan tanpa sepenuhnya menghilangkan karakteristik yang lama atau yang asli. Memodifikasikan adalah sebuah pendekatan dalam pembelajaran menekankan kepada kegembiraan kecakapan jasmani dan pengayaan gerak pada siswa.

Metode Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada Tanggal 18 February - 4 Maret 2013. Penelitian ini akan dilaksanakan dilapangan SMP AKP (awal karya pembangunan) JL. W.R SUPRATMAN NO.73 LUBUK PAKAM. Dengan Sampel 36 siswa. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 18 february – 4 april tahun 2013, dilakukan *pre-test* kemudian dilanjutkan kegiatan pembelajaran siklus I dan *post-test I* kemudian, dilakukan pembelajaran siklus II dan *post-test II*. Dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *Sampling Purposif*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (PTK).

Pembahasan

Berdasarkan tabel deskripsi hasil *pre-test Lempar Cakram* dengan menggunakan media yang dimodifikasi dapat dilihat bahwa kemampuan siswa dalam pembelajaran *lempar cakram* masih tergolong rendah. Dari 36 orang siswa yang menjadi sampel dalam penelitian ini, ternyata hanya 12 orang siswa (33,34%) yang memiliki ketuntasan belajar, sedangkan selebihnya 24 orang siswa (66,67%) belum memiliki ketuntasan belajar .

Siklus I

Dari data yang diperoleh terlihat bahwa kemampuan awal (*pre-test*) sebelum diberikan pembelajaran menggunakan media yang dimodifikasi, Selanjutnya dilakukan pembelajaran dengan menggunakan media yang dimodifikasi proses belajar lempar cakram dari 36 siswa terdapat 12 orang siswa (33,34%) yang telah mendapat nilai ketuntasan dalam belajar sedangkan 24 orang siswa (66,67%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar .

Siklus II

Dari data hasil belajar siklus I dapat dilihat bahwa kemampuan siswa dalam melakukan tes hasil belajar sudah meningkat. dibandingkan sebelum diberi perlakuan melalui metode latihan untuk meningkatkan hasil belajar lempar cakram. Namun belum memenuhi kriteria ketuntasan secara klasikal yang diharapkan yaitu 80%. Dikarenakan beberapa faktor siswa tersebut belum mencapai ketuntasan



karena Siswa kurang baik melakukan teknik Lempar cakram menggunakan alat yang dimodifikasi. Untuk mengatasinya guru mengevaluasi kesalahan siswa dalam melakukan gerakan dan memberikan motivasi kepada siswa. Kemudian setelah diberikan tindakan pada siklus II, didapat terlihat bahwa kemampuan siswa dalam melakukan tes hasil belajar secara klasikal sudah meningkat akan tetapi tidak mencapai ketuntasan secara klasikal. jika dibandingkan dengan tes awal pada siklus I. ketuntasan pada siklus II yaitu 30 orang siswa (83,34%) yang mencapai ketuntasan belajar dan yang belum mencapai ketuntasan belajar sebanyak 6 orang (16,67%).

Dengan pembahasan hasil penelitian yang ada bahwa dari hasil penelitian yang dilakukan, terlihat bahwa pada siklus I siswa nilai rata-rata siswa sebesar sebesar 68,92%, kemudian meningkat menjadi 76,36%. Dapat dilihat dari table.

Deskripsi Lempar Cakram Menggunakan Modifikasi Alat

No	Siklus	Tuntas	Tidak Tuntas	Nilai Rata-Rata	Peersentase	Keterangan
1	Pre test	12	24	58,15	33,34%	Tidak Tuntas
2	Siklus I	12	24	68,92	33,34%	Tidak Tuntas
3	Siklus II	30	6	78,35	83,34%	Tuntas

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil belajar siswa pada siklus I setelah tes hasil belajar I dapat dilihat bahwa kemampuan awal siswa dalam melakukan teknik dasar Lempar cakram menggunakan alat yang dimodifikasi masih rendah. Sedangkan pada siklus II dapat dilihat kemampuan siswa dalam melakukan tes hasil belajar secara klasikal sudah meningkat. Berdasarkan hal itu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Pembelajaran lempar cakram dengan menggunakan alat yang dimodifikasi dapat meningkatkan hasil belajar Lempar cakram menggunakan alat yang dimodifikasi pada siswa kelas VIII SMP Cerdas Murni Medan Tahun Ajaran 2012/2013. Kepada para teman-teman mahasiswa FIK UNIMED, kiranya skripsi ini dapat dijadikan bahan rujukan bagi penelitian selanjutnya dengan tema dan permasalahan yang hampir sama, agar penelitian menjadi lebih baik.

Daftar Pustaka

Aqib Zainal. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung : Yrama Widya



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018

FIK Unimed, 8 September 2018:

Digital Library , Universitas Negeri Medan

Arma Abdullah, dan Agus manadji, 1994. *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani*. Proyek Pembinaan dan Peningkatan Mutu Tenaga Kependidikan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan

Adang Suherman, 2000. *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Departemen pendidikan nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Akhmad Syiroj. Agung Sunarno. Rahma Dewi. 2017. Perbedaan Gaya Mengajar Dan Motor Educability Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas Xi Man Rantauprapat. *Jurnal Pedagogik Olahraga*. Vol 3 No 1. 15-31.

Muhammad Nur Habibi, Imran Akhmad, Budi Valianto.. 2018. Efek Latihan Berbeban Terhadap Fungsi Kerja Otot.

Gerry A. C. 2000. *Atletik untuk Sekolah*. Jakarta: CV. Ipa Abong

Husdarta, Saputra. 2000. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III

Irwansyah, 2006. *Pendidikan Jasmani*. Bandung: Grafindo Media Utama

Ngatiyono, 2004. *Pendidikan Jasmani*. Solo: PT Tiga Serangkai

Roji, 2006. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Surakarta: Yudhistira

THE
Character Building
UNIVERSITY