

## ABSTRAK

**DANIEL SILALAH** NIM: 610112080. **Upaya Peningkatan Hasil Belajar Lari *Sprint* Melalui Pemanfaatan Metode VAK (*Visual, Auditori, Kinestetik*) Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 34 MEDAN Tahun Ajaran 2015/2016.**

(Pembimbing : SUPRAYITNO)

Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan Unimed 2016

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui peningkatan hasil belajar lari *sprint* dengan penggunaan metode VAK (*Visual, Auditori, Kinestetik*) pada siswa kelas VIII SMP Negeri 34 Medan Tahun Ajaran 2015/2016. Penelitian ini menggunakan metode PTK (penelitian tindakan kelas) dilakukan dengan 2 siklus tindakan selama 2 minggu dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 36 siswa-siswi, yang terdiri dari 16 laki-laki dan 20 perempuan. Untuk memperoleh data dalam penelitian ini maka dilakukan Hasil Belajar 1 yang berbentuk aplikasi teknik dasar lari *sprint* sebanyak 1 kali pertemuan.

Setelah data terkumpul dan dilakukan analisis maka diperoleh hasil analisisnya: (1) Dari data awal diperoleh 6 orang siswa (16,66%) yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 30 orang siswa (83,33%) belum mencapai ketuntasan belajar. Dengan rata-rata hasil belajar siswa adalah 56,78%. (2) Dari tes hasil belajar 1 siklus 1 diperoleh 17 orang siswa (47,22%) yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 19 orang siswa (52,77%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar, dengan rata-rata hasil belajar siswa adalah 67,89%. (3) Dari tes hasil belajar 2 siklus 2 diperoleh 32 orang siswa (88,88%) yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 4 orang siswa (11,11%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar, dengan rata-rata hasil belajar siswa 81,78%. Dalam hal ini dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan nilai rata-rata hasil belajar siswa dari data awal ke siklus 1 sebesar 11,11 %, sedangkan peningkatan nilai rata-rata siklus 1 ke siklus 2 yaitu sebesar 13,89%. Berdasarkan analisis data yang dapat dikatakan bahwa melalui penggunaan metode VAK (*Visual, Auditori, Kinestetik*) dapat menunjang pembelajaran pendidikan jasmani terhadap hasil belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 34 Medan Tahun Ajaran 2015/2016.