



**PERBANDINGAN PEMBELAJARAN ATLETIK DENGAN PENDEKATAN
BERMAIN MENOLAK BOLA BERPASANGAN, MELEMPAR BOLA
KEBELAKANG (*SHOKEN*), MENOLAK BOLA MELEWATI TALI
TERHADAP HASIL TOLAK PELURU PADA SISWA KELAS V
SD NEGERI KEBONDALEM 01 KEC. GRINGSING
KAB. BATANG TAHUN AJARAN 2010/2011**

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka Penyelesaian Studi Strata I
Untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

Redy Ganjar Maskulin

6101404084

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2011

SARI

Redy Ganjar Maskulin, 2011. *Perbandingan Pembelajaran Atletik Dengan Pendekatan Bermain Menolak Bola Berpasangan, Melempar Bola Kebelakang (Shoken), Menolak Bola Melewati Tali Terhadap Hasil Tolak Peluru Pada Siswa Kelas V SD Negeri Kebondalem 01 Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang Tahun Ajaran 2010/2011.*

Masalah dalam penelitian ini adalah : Apakah ada perbedaan hasil pembelajaran dengan pendekatan bermain menolak bola berpasangan, melempar bola kebelakang (*shoken*), menolak bola melewati tali pada hasil tolak peluru dan manakah yang lebih baik diantara pembelajaran dengan pendekatan bermain menolak bola berpasangan, melempar bola kebelakang (*shoken*), menolak bola melewati tali pada hasil tolak peluru siswa kelas V SD Negeri Kebondalem 01 tahun 2010/2011?. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan hasil pembelajaran dengan pendekatan bermain menolak bola berpasangan, melempar bola kebelakang (*shoken*), menolak bola melewati tali pada hasil tolak peluru dan mengetahui dari ketiga pembelajaran dengan pendekatan bermain tersebut mana yang mempunyai hasil yang lebih baik pada hasil tolak peluru siswa.

Metode penelitian yang digunakan yaitu metode eksperimen *One group pre-test and post-test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Kebondalem 01 yang berjumlah 45 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Variabel penelitian ini terdiri dari variabel bebas yaitu pembelajaran dengan pendekatan bermain menolak bola berpasangan (X1), melempar bola kebelakang (X2), dan menolak bola melewati tali (X3), serta variabel terikat yaitu hasil tolak peluru (Y). Instrumen penelitian tes tolak peluru. Analisis data menggunakan t-test rumus pendek (*short methode*).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa t hitung X1 $3,997 > t$ tabel $2,145$, X2 $3,841 > 2,145$ dan X3 $4,899 > 2,145$ pada taraf signifikansi 5% dengan db 14 berarti ada perbedaan hasil yang signifikan dari bentuk pembelajaran dengan pendekatan bermain menolak bola berpasangan (X1), melempar bola kebelakang (X2), dan menolak bola melewati tali (X3) pada hasil tolak peluru siswa kelas V SD Negeri Kebondalem 01 tahun 2010/2011. Dari hasil uji t hitung, perhitungan mean dan peningkatan prestasi, kelompok eksperimen menolak bola melewati tali (X3) lebih besar dari kelompok menolak bola berpasangan (X1) dan kelompok melempar bola kebelakang (X3). Dengan demikian, pembelajaran dengan pendekatan bermain menolak bola melewati tali mempunyai pengaruh yang lebih baik pada hasil tolak peluru siswa.

Dari hasil penelitian, maka simpulan penelitian ini adalah : pembelajaran dengan pendekatan bermain menolak bola berpasangan, melempar bola kebelakang (*shoken*), menolak bola melewati tali menunjukkan perbedaan hasil yang signifikan pada hasil tolak peluru. Pembelajaran dengan pendekatan bermain menolak bola melewati tali disarankan digunakan sebagai pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan tolak peluru karena menunjukkan peningkatan hasil yang paling tinggi.