

## SKRIPSI

# PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR CAKRAM GAYA MENYAMPING DENGAN MEDIA PIRING PLASTIK PADA SISWA MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI LUWU

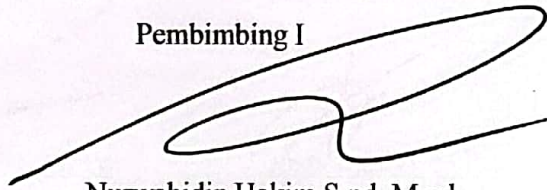
Disusun dan diajukan oleh

RAMADHAN FATUAL SIDIK  
1885201020

Telah di pertahankan dalam sidang Ujian skripsi  
pada tanggal 28 Juni 2022

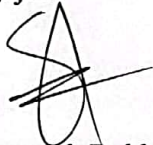
### Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I



Nurwahidin Hakim, S.pd., M.pd  
NIDN.0916089301

Penguji I



Firmansyah Dahlan, S.Pd., M.Pd  
NIDN. 0914059201

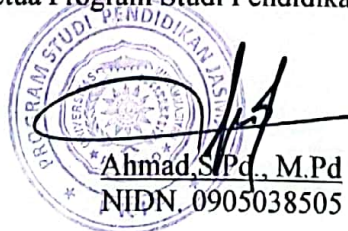
Penguji II



Rachmat Hidayat, S.Pd., M.Pd  
NIDN. 0914059201

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memenuhi gelar sarjana  
Tanggal .....

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani



Ahmad, S.Pd., M.Pd  
NIDN. 0905038505

## SKRIPSI

### PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR CAKRAM GAYA MENYAMPING DENGAN MEDIA PIRING PLASTIK PADA SISWA MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI LUWU

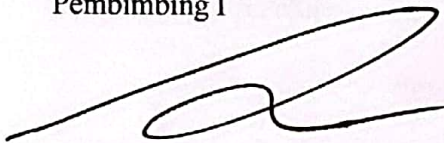
disusun dan diajukan oleh

Ramadhan Fatual Sidik  
1885201020

telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi  
pada tanggal 28 Juni 2022

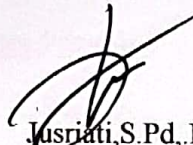
**Susunan Dewan Penguji**

Pembimbing I



Nurwahidin Hakim, S.Pd., M. Pd  
NIDN.0916089301

Pembimbing II



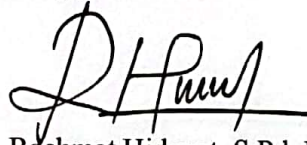
Jusriati, S.Pd., M.Pd  
NIDN. 090306201

Penguji I



Firmansyah Dahlan, S.Pd., M.Pd  
NIDN. 0914059201


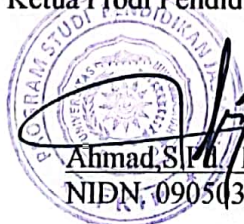
Penguji II



Rachmat Hidayat, S.Pd., M.Pd  
NIDN. 0914059201

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memperoleh gelar Sarjana  
Tanggal 28 JUNI 2022

Ketua Prodi Pendidikan Jasmani

Ahmad, S.Pd., M.Pd  
NIDN. 0905038505

## SKRIPSI

# PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR CAKRAM GAYA MENYAMPING DENGAN MEDIA PIRING PLASTIK PADA SISWA MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI LUWU

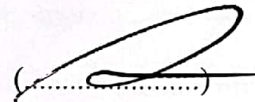
disusun dan diajukan oleh

Ramadhan Fatual Sidik  
1885201020

Telah dipertahankan dalam ujian skripsi pada tanggal 28 Juni 2022 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Palopo.

### Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I : Nurwahidin Hakim, S.Pd., M. Pd



Pembimbing II: Jusriati, S.Pd., M.Pd



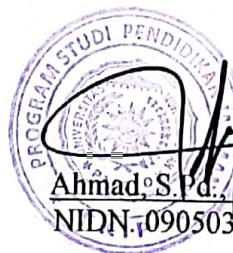
Penguji I : Firmansyah Dahlan, S.Pd., M.Pd



Penguji II : Rachmat Hidayat, S.Pd., M. Pd



Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani



Ahmad, S. Pd., M. Pd  
NIDN: 0905038505



## PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis perhadapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan tesis ini dengan judul “Peningkatan Hasil Belajar Lempar Cakram Gaya Menyamping Menggunakan Media Piring Plastik Pada Siswa Kelas VIII 5 Madrasah Tsanawiyah Negeri Luwu”. Penulisan Skripsi ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat dalam menambah khazanah pengetahuan atau wawasan penulis, terkhusus tentang masalah yang telah dibahas dalam penelitian ini. Selain itu, salah satu alasan penelitian ini dilakukan adalah memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Sarjana S1 pada Universitas Muhammadiyah Palopo.

Penyelesaian tulisan ini telah mendapat banyak bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Skripsi ini tidak mungkin terselesaikan dengan baik tanpa adanya dukungan, bimbingan, bantuan, serta doa dari berbagai pihak selama penyusunan. Sehingga dalam kesempatan ini penulis dengan ketulusan hati mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan bimbingan dan dukungannya. Semoga Allah SWT memudahkan segala urusan dan melimpahkan karunia-Nya kepada pihak-pihak tersebut implementasi wujud pengabdian kepada-Nya.

Penulis pun menyadari penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan dikarenakan kemampuan penulis yang terbatas. Oleh karena ini, segala saran dan ide lebih lanjut penulis harapkan. Semoga tulisan ini bermanfaat bagi pembacanya. Amin Ya Robbal Alamiin.

Palopo, 27 Mei 2022



Ramadhan Fatual Sidik

## PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul :  
**PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR CAKRAM GAYA  
MENYAMPING DENGAN MEDIA PIRING  
PLASTIK PADA SISWA MADRASAH  
TSANAWIYAH NEGERI LUWU**

Dan diajukan untuk diuji pada tanggal 27 Mei 2022, adalah hasil karya saya.

Saya juga menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam Skripsi ini, tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan orang lain yang saya ambil dengan cara menyalin atau meniru dalam bentuk rangkaian kalimat atau simbol yang menunjukkan gagasan atau pendapat atau pemikiran dari penulis lain, yang saya akui seolah-olah sebagai tulisan saya sendiri, dan atau tidak terdapat sebagian atau keseluruhan tulisan yang saya salin, tiru atau saya ambil dari tulisan orang lain tanpa memberikan pengakuan kepada penulis aslinya.

Apabila saya melakukan yang tersebut di atas secara sengaja atau tidak, saya menyatakan menarik Skripsi yang saya ajukan sebagai hasil karya tulisan saya sendiri. Jika kemudian terbukti bahwa ternyata saya melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah-olah itu hasil pemikiran saya sendiri, berarti gelar dan ijazah yang telah diberikan oleh Universitas batal saya terima.

Palopo, 27 Mei 2022  
Yang memberi pernyataan



Ramadhan Fatual Sidik



## INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah penerapan meningkatkan kemampuan peningkatan hasil belajar lempar cakram dengan menggunakan media piring plastik modifikasi alat pada siswa kelas VIII 5 Madrasah Tsanawiyah Negeri Luwu. Penelitian ini termasuk penelitian tindakan kelas. Siswa kelas VIII 5 Madrasah Tsanawiyah Negeri Luwu dengan jumlah sampel penelitian 36 siswa.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa analisis data hasil belajar lempar cakram gaya menyamping menunjukkan bahwa jumlah siswa yang tuntas pada siklus I adalah 24 siswa dengan persentase 67% dan jumlah siswa yang tuntas pada siklus II adalah 34 siswa dengan persentase 94%. Hasil analisis kualitatif menunjukkan bahwa terdapat peningkatan hasil belajar lempar cakram gaya menyamping yang signifikan. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan dengan bola plastik dapat meningkatkan hasil belajar lempar cakram gaya menyamping dengan media piring plastik pada siswa kelas VIII 5 Madrasah Tsanawiyah Negeri Luwu.

Kata kunci : Hasil Belajar, Lempar Cakram, Media Piring Plastik

## **ABSTCRAT**

*This study aims to determine whether the application increases the ability to improve learning outcomes of discus throwing using a modified plastic plate as a medium for class VIII 5 Madrasah Tsanawiyah Negeri Luwu. This research includes classroom action research. Class VIII 5 Madrasah Tsanawiyah Negeri Luwu with a total sample of 36 students. The meeting in this study was designed in two cycles, namely cycle I and cycle II. The data of this study are the results of learning to pass under mini volleyball. The data sources of this research were fifth grade students of SD Negeri 15 Botta, Suli District, Luwu Regency.*

*Based on the research that has been done, it can be concluded that the data analysis of the learning outcomes of sideways style discus throwing shows that the number of students who completed the first cycle was 24 students with a percentage of 67% and the number of students who completed the second cycle was 34 students with a percentage of 94%. The results of the qualitative analysis showed that there was a significant increase in learning outcomes of sideways style discus throwing. The results of the study can be concluded that learning Physical Education, Sports and Health with plastic balls can improve learning outcomes of sideways style discus throwing with plastic plate media in class VIII 5 Madrasah Tsanawiyah Negeri Luwu.*

*Keywords: Learning Outcomes, Discus Throw, Plastic Plate Media*

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>PRAKATA</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	iv
<b>INTISARI</b> .....	v
<b>ABSTRACT</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	viii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	x
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.5 Identifikasi Masalah .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Tinjauan Pustaka .....	7
2.2 Kerangka Berpikir .....	21
2.3 Hipotesis Tindakan .....	23
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Desain Penelitian .....	24
3.2 Kehadiran Guru .....	28
3.3 Tempat dan waktu penelitian .....	28
3.4 Subjek Penelitian .....	29
3.5 Sumber Data .....	29
3.6 Teknik Pengumpulan Data .....	29
3.7 Teknik Analisis Data .....	33
3.8 Indikator Keberhasilan .....	34
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil Penelitian .....	35
4.2 Pembahasan .....	51
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
5.1 Kesimpulan .....	55
5.2 Saran .....	55
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	57
<b>LAMPIRAN</b> .....	58



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Penilaian kognitif .....	30
Tabel 3.2 Penilaian afektif .....	30
Tabel 3.3 Penilaian psikomotor .....	30
Tabel 3.4 Teknik Kualifikasi Penilaian Siswa .....	34
Tabel 4.1 Hasil pengamatan data awal .....	36
Tabel 4.2 Deskripsi Ketuntasan Belajar Data Awal .....	37
Tabel 4.3 Hasil Belajar Siklus I .....	42
Tabel 4.4 Deskripsi Ketuntasan Belajar Siklus I .....	43
Tabel 4.5 Hasil Belajar Siklus II .....	48
Tabel 4.6 Deskripsi ketuntasan belajar siklus II .....	49
Tabel 4.6 Deskripsi ketuntasan belajar siklus I & II .....	50

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar2.1 Lapangan Lempar Cakram.....	14
Gambar2.2 Posisi Awal Gerakan Berputar.....	15
Gambar2.3 Posisi Kedua Kaki Dalam Llempar Cakram.....	15
Gambar2.4 Power Position.....	16
Gambar2.5 Pelepasan Cakram dan Pemulihan.....	15
Gambar2.6 Cara memegang cakram.....	18
Gambar2.7 Posisi Awalan gaya Menyamping.....	18
Gambar2.8 Kerangka Berpikir.....	22
Gambar3.1 Siklus PTK.....	26
Gambar4.1 Diagram data awal.....	37
Gambar4.2 Diagram batang siklus I.....	42
Gambar4.3 Diagram batang siklus II.....	49

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 Data Awal Siswa.....	58
Lampiran 2 RPP.....	59
Lampiran 3 Soal-Soal Latihan Siklus I & II.....	73
Lampiran 4 Penilaian Psikomotor Siklus I.....	77
Lampiran 5 Penilaian Afektif Siklus I.....	78
Lampiran 6 Penilaian Kognitif Siklus I.....	79
Lampiran 7 Rekapitulasi Siklus I.....	80
Lampiran 8 Penilaian Psikomotor Siklus II.....	81
Lampiran 9 Penilaian Afektif Siklus II.....	82
Lampiran 10 Penilaian Kognitif Siklus II.....	83
Lampiran 11 Rekapitulasi Siklus II.....	84
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian.....	85