

ABSTRAK

Nama : Saepul Anwar NIM : 12270055, Judul Skripsi : **“Upaya Meningkatkan Kebugaran Siswa Melalui Pengembangan Permainan Gobak Sodor”** (Penelitian Tindakan Kelas Di MI Nurul Falah Palasari Kecamatan Pagedangan, Kabupaten Tangerang).

Tujuan Penelitian ini yaitu 1) “Untuk mengetahui aktifitas siswa melalui permainan traditional gobak sodor dalam meningkatkan kebugaran siswa dikelas V MI Nurul Falah Kabupaten Tangerang”, 2) Untuk mengetahui hasil permainan gobak sodor dalam meningkatkan kebugaran siswa dikelas V Nurul Falah Palasari Kabupaten Tangerang.

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Kemmis dan Mc Taggart yang terdiri dari II siklus dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi. Adapun instrument yang digunakan adalah tes kebugaran siswa lari jarak 300 meter bolak-balik dan observasi aktifitas siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) untuk anak usia 10 s.d 12 tahun. Penelitian ini dilaksanakan di MI Nurul Falah Palasari Kabupaten Tangerang, di kelas V dengan jumlah siswa 24 orang, 15 laki-laki dan 9 perempuan. Hasil penelitian ini diperoleh bahwa ketuntasan belajar berdasarkan KKM, pada siklus I siswa yang tuntas dengan nilai rata-rata mencapai 60,15, kemudian meningkat pada siklus II sebesar 23%, siswa yang tuntas mencapai 78% dengan nilai rata-rata kelas mencapai 80. Berdasarkan data yang diperoleh dengan menggunakan pengembangan permainan gobak sodor dalam meningkatkan kebugaran siswa, didapatkan hasil yang cukup baik terlihat dari tingkat keberhasilan siswa pada tiap siklusnya. Pada prasiklus kebugaran siswa yang mencapai indikator keberhasilan adalah 55,8%, pada siklus I kebugaran siswa yang mencapai indikator keberhasilan adalah 64,58%, kemudian meningkat pada siklus II, kebugaran siswa yang mencapai indicator keberhasilan adalah 80,72. Maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan permainan pengembangan permainan gobak sodor dapat meningkatkan kebugaran siswa, dan aktifitas siswa pada pembelajaran penjasorkes pada pokok bahasan permainan gobak sodor.

Kata Kunci : Permainan gobak sodor, kebugaran siswa