

**PENINGKATAN KUALITAS PEMBELAJARAN PENJASKES PADA LEMPAR LEMBING  
MELALUI PENDEKATAN BERMAIN BERBASIS MODIFIKASI ALAT  
PADA SISWA KELAS X MULTI MEDIA SEMESTER GENAP  
SMK NEGERI 9 SURAKARTA TAHUN PELAJARAN 2011/2012**

**TESIS**

**Diajukan Kepada  
Program Studi Manajemen Pendidikan  
Program Pasca Sarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta  
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh  
Gelar Magister dalam Ilmu Manajemen Pendidikan**



**Oleh :**

**BUDI SUTRISNO**

**NIM : Q 100 100 165**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN PENDIDIKAN  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2012**

## NOTA PEMBIMBING

**Dr. Samino, MM**

Dosen Program Magister Pendidikan  
Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta

### Nota Dinas

Hal : Tesis Saudara Budi Sutrisno

Kepada Yth  
Direktur Program Pascasarjana  
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Assalamu alaikum wr wb.

Setelah membaca, meneliti, mengoreksi, dan mengadakan perbaikan seperlunya terhadap tesis Saudara :

Nama	:	Budi Sutrisno
NIM	:	Q. 100 100 165
Program Studi	:	Magister Manajemen Pendidikan
Konsentrasi	:	Manajemen Sekolah
Usulan Penelitian	:	Peningkatan Kualitas Pembelajaran Penjaskes Pada Lempar Lembing Melalui Pendekatan Bermain Berbasis Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas X Multi Media Semester Genap SMK Negeri 9 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/2012

Dengan ini kami menilai tesis tersebut dapat disetujui untuk diajukan dalam sidang ujian tesis pada program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Wassalamu alaikum wr wb.

Surakarta, September 2012  
Pembimbing,



**Dr. Samino, MM.**

## NOTA PEMBIMBING

**Drs. Djalal Fuadi, MM**

Dosen Program Magister Pendidikan

Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta

### Nota Dinas

Hal : Tesis Saudara Budi Sutrisno

Kepada Yth

Direktur Program Pascasarjana

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Assalamu alaikum wr wb.

Setelah membaca, meneliti, mengoreksi, dan mengadakan perbaikan seperlunya terhadap tesis Saudara :

Nama	:	Budi Sutrisno
NIM	:	Q. 100 100 165
Program Studi	:	Magister Manajemen Pendidikan
Konsentrasi	:	Manajemen Sekolah
Usulan Penelitian	:	Peningkatan Kualitas Pembelajaran Penjaskes Pada Lempar Lembing Melalui Pendekatan Bermain Berbasis Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas X Multi Media Semester Genap SMK Negeri 9 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/2012

Dengan ini kami menilai tesis tersebut dapat disetujui untuk diajukan dalam sidang ujian tesis pada program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Wassalamu alaikum wr wb.

Surakarta, September 2012  
Pembimbing,



**Drs. Djalal Fuadi, MM.**

## TESIS BERJUDUL

**PENINGKATAN KUALITAS PEMBELAJARAN PENJASKES PADA  
LEMPAR LEMBING MELALUI PENDEKATAN BERMAIN BERBASIS  
MODIFIKASI ALAT PADA SISWA KELAS X MULTIMEDIA SEMESTER  
GENAP SMK NEGERI 9 SURAKARTA TAHUN PELAJARAN 2011/2012**

yang dipersiapkan dan disusun oleh

**BUDI SUTRISNO**

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

pada tanggal 30 Oktober 2012

dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

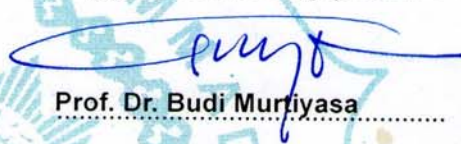
### SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Pembimbing Utama

  
.....

**Dr. Samino, M.M**

Anggota Dewan Penguji Lain

  
.....

**Prof. Dr. Budi Murdiyasa**

Pembimbing Pendamping I

  
.....

**Drs. Djalal Fuadi, M.M**

Pembimbing Pendamping II

.....

Surakarta, 22 November 2012 .....

Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Program Pascasarjana  
Direktur,



**Prof. Dr. Khudzaifah Dimiyati, S.H., M.Hum.**

## PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Budi Sutrisno  
NIM : Q. 100 100 165  
Program Studi : Magister Manajemen Pendidikan  
Konsentrasi : Manajemen Sekolah  
Usulan Penelitian : Peningkatan Kualitas Pembelajaran Penjaskes Pada Lempar Lembing Melalui Pendekatan Bermain Berbasis Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas X Multi Media Semester Genap SMK Negeri 9 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/2012

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tesis yang saya serahkan ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dan ringkasan-ringkasan yang semuanya telah saya jelaskan sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan tesis ini hasil jiplakan, maka gelar dan ijazah yang diberikan oleh Universitas batal saya terima.

Surakarta, September 2012  
Yang membuat pernyataan,



—  
Budi Sutrisno

## MOTTO

Belajar adalah proses menciptakan hubungan antara sesuatu yang sudah Anda pahami dan sesuatu yang baru.

(Anthony Robbins, *Menjadi Guru Inspiratif*: 188)

*Barangsiapa menginginkan kesuksesan, ia harus berusaha keras dan bersabar meniti setiap tangga menuju kesuksesan, yang tangga itu licin dan sarat dengan hambatan.*

(Aidh Abdullah al-Qarni, *Menjadi Guru Inspiratif*: 225)

*Orang bijaksana tidak pernah duduk meratapi kegagalannya, tetapi gembira hati mencari jalan bagaimana bisa memulihkan kembali kerugian yang dideritanya.*

(William Shakespeare, *Menjadi Guru Inspiratif*: 269)

## PERSEMBAHAN

Karya ini kupersembahkan kepada:

1. Bapak dan Ibu tercinta
2. Istri dan kedua anakku tercinta
3. Teman- temanku tersayang : Didik dewanti, Fitri, Dewi, Taufik, Wahyu, Sridadi, Sukamto, Eva, Semuanya klas A
4. Almamater

## ABSTRAK

Budi Sutrisno. Q. 100 100 165. Peningkatan Kualitas Pembelajaran Penjaskes Pada Lembar Lembing Melalui Pendekatan Bermain Berbasis Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas X Multi Media Semester Genap SMK Negeri 9 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/2012. Tesis. Manajemen Pendidikan. Program Pascasarjana. Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2012.

Tujuan penelitian ini adalah (1) Untuk meningkatkan kualitas proses pembelajaran lempar lembing dengan melalui penerapan pendekatan bermain berbasis modifikasi alat bagi siswa kelas X Multi Media di SMK Negeri 9 Surakarta. (2) Untuk meningkatkan kualitas output pembelajaran lempar lembing dengan melalui penerapan pendekatan bermain berbasis modifikasi alat bagi siswa kelas X Multi Media di SMK Negeri 9 Surakarta.

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Peneliti mengambil lokasi di SMK Negeri 9 Surakarta. Metode pengumpulan data dilakukan dengan observasi partisipatif, wawancara atau diskusi, kajian dokumen, angket, dan tes. Teknik analisis data dengan menggunakan model siklus penelitian tindakan kelas.

Hasil penelitian ini adalah (1) Peningkatan proses pembelajaran dari prasiklus ke siklus I paling banyak terjadi pada keaktifan siswa, dimana pada prasiklus siswa yang aktif sebanyak 5 siswa, pada tindakan siklus II meningkat menjadi 17 siswa. Peningkatan proses pembelajaran dari siklus I ke siklus II paling banyak terjadi pada kedisiplinan siswa dalam KBM, dimana pada siklus siswa yang disiplin dalam KBM sebanyak 12 siswa, pada tindakan siklus II meningkat menjadi 16 siswa. Peningkatan proses pembelajaran dari prasiklus ke siklus II paling banyak terjadi pada keaktifan siswa, dimana pada siklus siswa yang aktif dalam KBM sebanyak 5 siswa, pada tindakan siklus II meningkat menjadi 19 siswa. (2) Kualitas hasil pembelajaran dari prasiklus ke siklus I mengalami peningkatan, dimana pada prasiklus siswa yang tuntas sebanyak 2 siswa, sedangkan pada siklus I siswa yang tuntas sebanyak 15 siswa. Dengan demikian ketuntasan hasil pembelajaran dari prasiklus ke siklus I meningkat sebanyak 13 siswa. Kualitas hasil pembelajaran dari siklus I ke siklus II mengalami peningkatan, dimana pada siklus I siswa yang tuntas sebanyak 15 siswa, sedangkan pada siklus II siswa yang tuntas sebanyak 31 siswa. Dengan demikian ketuntasan hasil pembelajaran dari siklus I ke siklus II meningkat sebanyak 16 siswa. Kualitas hasil pembelajaran dari prasiklus ke siklus II mengalami peningkatan, dimana pada prasiklus siswa yang tuntas sebanyak 2 siswa, sedangkan pada siklus II siswa yang tuntas sebanyak 31 siswa. Dengan demikian ketuntasan hasil pembelajaran dari prasiklus ke siklus II meningkat sebanyak 29 siswa.

Kata kunci : kualitas proses, kualitas hasil, lempar lembing berbasis modifikasi alat



## ABSTRACT

Budi Sutrisno. Q. 100 100 165. The Improving of Quality of Physical and Health Education Through Javelin Sheet Modification Tool Based Approach at First Grade Multi Media Students of SMK Negeri 9 Surakarta in Second Semester Academic Year 2011/2012. Thesis. Education Management. Graduate Program. Muhammadiyah University of Surakarta.

The purpose of this study was (1) to improve the quality process of learning process with a javelin trough a play-based approach to the implementation of customization tools for the students of First Grade Multi Media at SMK Negeri 9 Surakarta. (2) To improve output quality of javelin learning through play-based approach to the implementation of customization tools for the students of first grade Multimedia students at SMK Negeri 9 Surakarta.

The type of research is classroom action research. The researcher took place in SMK Negeri 9 Surakarta. The methods of collecting data applied in this research were as follows: Participant Observation, Interview and Discussion, Document review, questionnaire, and test. Techniques of analyzing data is using cycle model of classroom action research.

The result of this study were (1) Improvement learning process from pre cycle to cycle I is most pronounced in the students' activity, in which at pre cycle there are 5 students being active, at the cycle II there is increasingly because there are 17 students being active. The improving learning process from the cycle I to cycle II is occurred at the students' discipline in teaching learning process, in which based on the cycle there are 12 students who have discipline in teaching learning process, at the second cycle it is improved becoming 16 students. The improving learning process from pre cycle to cycle II is most pronounced in students' activity, in which based on the cycle there are 5 students being active in teaching-learning process, at the cycle II it increases becoming 19 students. (2) The result of quality learning from pre cycle to cycle I occurred improvement, in which there were 2 students who pass, while at the cycle I there were 15 students who pass. Based these result, the exhaustiveness of leaning process from pre cycle to cycle I there were increased by 13 students. The learning quality from cycle I to cycle II has increased, in which there in cycle I there is 15 students who pass, while in the cycle II there are 31 who pass. As the result, the exhaustiveness of leaning process from cycle I to cycle II is increased by 16 students. There is increasingly exhaustiveness of leaning process from pre cycle to cycle II, in which there are 2 students who pass at pre cycle, while at cycle II there are 31 students who pass. Based on these result, the exhaustiveness of leaning process is increased by 29 students.

Keywords: *quality process, quality outcomes, javelin-based customization.*

## DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL .....	i
NOTA PEMBIMBING .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TESIS .....	v
MOTTO .....	vi
PERSEMBAHAN .....	vii
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
KATA PENGANTAR .....	xvi
BAB I    PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Penelitian .....	1
B. Perumusan Masalah .....	13
C. Tujuan Penelitian .....	13
D. Manfaat Penelitian .....	14

BAB II	KAJIAN TEORI.....	15
	A. Tinjauan Pustaka.....	15
	1. Kualitas Pembelajaran.....	15
	2. Hakekat Pembelajaran Penjaskes.....	19
	3. Lempar Lembing .....	24
	4. Pendekatan Bermain .....	31
	5. Modifikasi Sarana Pembelajaran Lempar Lembing.....	33
	B. Penelitian Terdahulu.....	36
	C. Kerangka Pemikiran .....	39
	D. Hipotesis Tindakan.....	42
BAB III	METODE PENELITIAN .....	43
	A. Jenis Penelitian.....	43
	B. Setting Penelitian .....	43
	C. Subjek dan Obyek Penelitian.....	45
	D. Data dan Sumber Data .....	46
	E. Teknik Pengumpulan Data .....	46
	F. Tehnik Pemeriksaan validitas data .....	47
	G. Teknik Analisis Data .....	48
	H. Indikator Kinerja.....	49
	I. Prosedur Penelitian .....	50

BAB IV	PENYAJIAN DAN PEMBAHASAN .....	60
	A. Penyajian Data .....	60
	1. Kualitas Proses Pembelajaran.....	60
	2. Kualitas Hasil Pembelajaran.....	86
	B. Pembahasan .....	92
	1. Kualitas Proses Pembelajaran.....	92
	2. Kualitas Hasil Pembelajaran .....	95
BAB VI	PENUTUP.....	99
	A. Simpulan .....	99
	B. Implikasi.....	100
	C. Saran-Saran .....	100
	DAFTAR PUSTAKA .....	102
	LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Dimensi Dan Indikator Kualitas Pembelajaran (Uno, 2008: 158).....	18
Tabel 3.1 Rincian Kegiatan Waktu Dan Jenis Kegiatan Penelitian .....	45
Tabel 3.2 Indikator Pencapaian Hasil Belajar Siswa .....	50
Tabel 4.1 Hasil Data Kualitas Proses Prasiklus .....	63
Tabel 4.2 Hasil Data Mutu Proses Pada Siklus I .....	68
Tabel 4.3 Hasil Data Mutu Proses Pada Siklus II .....	78
Tabel 4.4 Diskripsi Data Awal Hasil Belajar Lempar Lembing Gaya Hop Sebelum Diberikan Tidakan Melalui Model Pembelajaran Dengan Pendekatan Bermain Berbasis Modifikasi Alat.....	86
Tabel 4.5 Ketuntasan Hasil Belajar Sebelum Tindakan .....	87
Tabel 4.6 Deskripsi Data Hasil Belajar Lempar Lembing Gaya Hop Setelah Diberikan Model Pembelajaran Dengan Pendekatan Bermain Berbasis Modifikasi Alat Siklus I .....	88
Tabel 4.7 Ketuntasan Hasil Belajar Setelah Tindakan Pada Siklus I.....	89
Tabel 4.8 Deskripsi Data Hasil Belajar Lempar Lembing Gaya Hop Setelah Diberikan Model Pembelajaran Dengan Pendekatan Bermain Tindakan II.....	90
Tabel 4.9 Ketuntasan Hasil Belajar Setelah Tindakan Pada Siklus II.....	91
Tabel 4.10 Peningkatan Kualitas Proses Pembelajaran Dari Prasiklus Ke Siklus I dan Siklus II .....	95
Tabel 4.11 Peningkatan Hasil Pembelajaran Dari Prasiklus Ke Siklus I.....	83

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1.	Lembing ..... 25
Gambar 2.2.	Sektor lempar lembing..... 25
Gambar 2.3.	Pegangan cara Amerika ..... 27
Gambar 2.4.	Pegangan cara Finlandia ..... 27
Gambar 2.5.	Pegangan cara menjepit ..... 28
Gambar 2.6.	Cara membawa lembing..... 29
Gambar 2.7.	Lempar lembing gaya hop ..... 30
Gambar 2.8	Kerangka Berpikir ..... 41
Gambar 3.1	Prosedur atau Langkah-Langkah Penelitian Tindakan Kelas.. 52
Gambar 4.1	Grafik peningkatan kualitas proses pembelajaran dari prasiklus ke siklus I..... 92
Gambar 4.6	Grafik peningkatan hasil pembelajaran dari prasiklus ke Sikus I dan Siklus II..... 96

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Ijin Penelitian dari SMK Negeri 9 Surakarta.....	105
Lampiran 2 Silabus .....	106
Lampiran 3 RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran) .....	108
Lampiran 4 Daftar Hadir Siswa Pada Kondisi Awal .....	139
Lampiran 5 Daftar Hadir Siswa Siklus 1 .....	149
Lampiran 6 Daftar Hadir Siswa Siklus II .....	160

## KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Illahi Robbi yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulisan tesis yang berjudul “Peningkatan Kualitas Pembelajaran Penjaskes Pada Lempar Lembing Melalui Pendekatan Bermain Berbasis Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas X Multi Media Semester Genap SMK Negeri 9 Surakarta Tahun Pelajaran 2011/2012” telah dapat diselesaikan.

Penulis menyadari bahwa tesis ini tersusun atas sumbangan dan dorongan baik secara material maupun spiritual dari berbagai pihak selama penelitian hingga selesainya penulisan tesis ini. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang tulus kepada berbagai pihak yang telah membantu.

1. Prof. Dr. Bambang Setiaji, Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti kuliah di Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Prof. Dr. Khudzaifah Dimiyati, SH., M.Hum, Direktur Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti kuliah di program pascasarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Prof. Dr. Sutama, M.Pd., Sekretaris Program Pascasarjana Manajemen Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ijin pada penulis untuk melakukan penelitian.
4. Dr. Samino, MM., Dosen pembimbing I yang telah memberikan pengarahan sehingga penulisan tesis dapat terselesaikan
5. Drs. Djalal Fuadi, MM., Dosen pembimbing II yang telah memberikan petunjuk serta saran sehingga penulisan tesis dapat terselesaikan.



6. Segenap dosen dan staf Program Pascasarjana Program Studi Manajemen Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pelayanan administrasi demi suksesnya penyelesaian studi.
7. Kepala Sekolah, guru, karyawan SMK Negeri 9 Surakarta yang telah memberikan ijin untuk melaksanakan penelitian, memberikan informasi dan atas kerjasama yang baik selama proses penelitian.
8. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan tesis ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu-satu.

Penulis menyadari bahwa penulisan tesis ini masih memiliki banyak kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan tesis ini. Semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi penulis pribadi, pembaca dan pihak-pihak yang membutuhkan.

Surakarta, September 2012

Budi Sutrisno