

ABSTRAK

Nurul Utswatun Hasanah. Skripsi ini berjudul “Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Aktivitas Modifikasi Permainan BolaVoli”. Pembimbing I Dr. Yunyun Yudiana, M.Pd dan Pembimbing II Carsiwan, M.Pd.

Permasalahan yang muncul dilapangan adalah rendahnya tingkat kebugaran jasmani siswa dari mulai SD sampai SLTA. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah dengan menerapkan modifikasi bola dan peraturan permainan dalam aktivitas pembelajaran permainan bolavoli dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa dalam pembelajaran aktivitas permainan bolavoli di sekolah?

Metode penelitian yang digunakan adalah metode Penelitian Tindakan Kelas. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar observasi siswa dan tes kebugaran jasmani. Adapun yang menjadi subyek Penelitian Tindakan Kelas ini adalah siswa kelas IV SDN KPAD Gegerkalong Kota Bandung. Data yang dikumpulkan adalah data yang terjadi di lapangan dan gejala-gejala siswa selama proses latihan berlangsung yang diamati lewat lembar observasi dan hasil tes kebugaran jasmani berdasarkan pengolahan dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa Modifikasi alat dan peraturan permainan bolavoli dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa dalam pembelajaran aktivitas permainan bolavoli di sekolah.

ABSTRAK ENGLISH

Nurul Utswatun Hasanah. An Effort to Improve Physical Fitness Student Through The Activity Modification volleyball game. Pembimbing I Dr. Yunyun Yudiana, M.Pd dan Pembimbing II Carsiwan, M.Pd.

The problems that arise in the area is the low level of physical fitness students from elementary to high school. The purpose of this study is to determine whether to apply the modifications and the regulation game ball in a volleyball game learning activities can improve the physical fitness of students in learning activities at school volleyball game ?

The method used is the method of classroom action research . The research instrument used was a student observation sheet and physical fitness tests . The subject of this classroom action research is a fourth grade student elementary school KPAD Gegerkalong Bandung . The data that collected in the field and the symptoms of the students during the exercise process is observed through the observation sheet and results of physical fitness tests based on the processing and analysis of data , it can be concluded that the modification of regulatory tools and volleyball games can improve the physical fitness of students in learning volleyball game activities at school .