

## ABSTRAK

**Meirani Silviani Dewi. NIM. 0800750. Skripsi: Pengaruh Pembelajaran Bola Voli yang di Modifikasi Terhadap Keberanian dan Kebugaran Jasmani Siswa Tunagrahita (Studi Eksperimen di SLB-C ANGKASA Kab. Bandung). Skripsi ini dibimbing oleh Pembimbing I Prof. Dr. Beltasar Tarigan, MS., AIFO dan Pembimbing II Jajat Darajat KN, SP.d, M.Kes., AIFO. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Universitas Pendidikan Indonesia. Tahun 2013.**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan keberanian dan kebugaran jasmani melalui pembelajaran bola voli yang di modifikasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan menggunakan *One-Group Pretest-Posttest Design*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 10 siswa tunagrahita di SLB Tunagrahita dengan teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa observasi dengan menggunakan lembar observasi untuk mengetahui tingkat keberanian siswa tunagrahita, dan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa dilakukan observasi berupa tes kebugaran jasmani yang meliputi pengukuran fleksibilitas menggunakan fleksometer, daya tahan jantung paru menggunakan jalan 1 mil, dan kekuatan menggunakan push up. Hasil penelitian yang didapat menunjukkan bahwa adanya peningkatan terhadap keberanian dan kebugaran jasmani. 1) Peningkatan *keberanian* siswa tunagrahita sebesar 9,45% atau ( $76,70 \pm 10,33$  vs  $84,70 \pm 11,43$ ) tetapi tidak menunjukkan peningkatan yang signifikan. 2) Peningkatan *kebugaran jasmani* siswa tunagrahita sebesar 7,77% atau ( $143,94 \pm 19,90$  vs  $156,06 \pm 19,71$ ) tetapi tidak menunjukkan peningkatan yang signifikan. Dengan demikian dapat disimpulkan meski peningkatan keberanian dan kebugaran jasmani siswa tunagrahita tidak menunjukkan peningkatan yang signifikan secara statistik tetapi secara penghitungan matematis terbukti adanya peningkatan yang baik terhadap keberanian dan kebugaran jasmani siswa tunagrahita.

Kata Kunci : Pembelajaran Bola Voli, Modifikasi, Keberanian, Kebugaran Jasmani

Meirani Silviani Dewi, 2013

Pengaruh Pembelajaran Bola Voli yang di Modifikasi Terhadap Keberanian dan Kebugaran Jasmani Siswa Tunagrahita (Studi Eksperimen di SLB-C ANGKASA Kab. Bandung)  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## ABSTRACT

**Meirani Silviani Dewi. NIM. 0800750. Skripsi: The effect of Learning on the Modified Volleyball Against the Courage and Physical Fitness Student Tunagrahita (Experimental Study on SLB-C ANGKASA District. Bandung). Skripsi Supervisor I was guided by Prof. Dr. Beltasar Tarigan, MS, AIFO and Supervisor II Jajat Darajat KN, SP.d, M.Kes., AIFO. Physical Education Studies Program Health and Recreation. Faculty of Physical Education and Health. Indonesia University of Education. Year 2013.**

The purpose of this study was to determine the increase in courage and physical fitness through learning volleyball modified. The method used in this study is an experimental method using One-Group Pretest-Posttest Design. The sample used in this study consisted of 10 students with mental retardation in SLB Tunagrahita data collection techniques used in this study in the form of observations using the observation sheet to determine the level of students' mental retardation courage, and to determine the level of physical fitness of students made observations in the form of physical fitness tests include measurement using fleksometer flexibility, endurance pulmonary heart using a 1 mile, and the power of using push-ups. The results obtained show that the increase of the courage and physical fitness. 1) Increase the student courage or mental retardation of 9.45% ( $76.70 \pm 10.33$  vs.  $84.70 \pm 11.43$ ), but the increase did not show significant improvement. 2) Increasing students' physical fitness or mental retardation of 7.77% ( $143.94 \pm 19.90$  vs  $156.06 \pm 19.7$ ). It can be concluded despite increased courage and physical fitness of students tunagrahita not show a statistically significant improvement but mathematical calculations proved the existence of a good increase courage and physical fitness of the student mental retardation.

Keywords: Learning Volleyball, Modifications, Courage, Physical Fitness