

**PENGARUH PEMBELAJARAN DENGAN MENGGUNAKAN BALOK  
KAYU TERHADAP HASIL BELAJAR LEMPAR CAKRAM SISWA SMP  
NEGERI I PARONGPONG KABUPATEN BANDUNG**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari  
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Satu Pendidikan  
Jurusan Pendidikan Olahraga



Oleh

**RUKMANA**

**001916**

**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHIRAGA  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHIRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
BANDUNG**

**2005**

Lembar Persetujuan Skripsi

Nama : RUKMANA  
NIM : 001916  
Judul : PENGARUH PEMBELAJARAN DENGAN MENGGUNAKAN  
BALOK KAYU TERHADAP HASIL BELAJAR LEMPAR  
CAKRAM SISWA SMP NEGERI 1 PARONGPONG  
KABUPATEN BANDUNG

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH PEMBIMBING :

Pembimbing I

Drs. Yunyua Yudianta, M.Pd

NIP. 131873499

Pembimbing II

Drs. Yoyo Bahagia, M.Pd

NIP. 130358462

Mengetahui,

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

Drs. Sucipto, M.Kes

NIP. 131664362

*Pukahkah kami telah melupakan untukmu dadamu?*

*Dan kami telah menghilangkan dari padamu bebanmu,*

*yang memberatkan puaggungmu?*

*Dan kami tinggikan bagimu sebutan (Muhammad).*

*Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan,*

*sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.*

*Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan),*

*kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain,*

*dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap.*

(Q.S. Alam Nasyrah : 1 – 8)

Karya ini kupersembahkan untuk :

Ayahanda, ibunda, kakak-kakak serta adikku, keponakanku Muhammad Yusuf dan Muhanamad Rifki serta Irma Nur'aini dan seluruh keluarga besar yang selalu

tulus mendorong dan mendo'akan selalu untukku.



## **Halaman Pernyataan Skripsi**

### **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul "Pengaruh Pembelajaran Dengan menggunakan Balok Kayu Terhadap Hasil Belajar Lempar Cakram Siswa SMP Negeri I Parongpong Kabupaten Bandung" ini beserta isinya adalah sepenuhnya hasil karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko / sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau dalam klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, 11 Juni 2005

Yang membuat pernyataan,

ttd

**RUKMANA**



## ABSTRAK

RUKMANA. Pengaruh Pembelajaran Dengan Menggunakan Balok Kayu Terhadap Hasil Belajar Lempar Cakram Siswa SMP Negeri I Parongpong Kabupaten Bandung. Skripsi. Bandung FPOK UPI. 2005.

Skripsi ini berjudul pengaruh pembelajaran dengan menggunakan balok kayu terhadap hasil belajar lempar cakram siswa SMP Negeri I Parongpong Kabupaten Bandung. Yang melatarbelakangi penyusunan skripsi ini adalah adanya kendala-kendala yang dihadapi guru pendidikan jasmani yaitu terbatasnya sarana dan prasarana pembelajaran. Dengan keterbatasan sarana tersebut seorang guru dituntut untuk lebih kreatif dalam menentukan media atau alat bantu yang sesuai dengan materi pembelajaran yang akan disampaikan. Salah satu cara untuk mengatasinya adalah penggunaan balok kayu sebagai media alat bantu pembelajaran lempar cakram.

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan hasil belajar lempar cakram antara menggunakan balok kayu dengan menggunakan cakram dalam proses pembelajaran lempar cakram. Metode penelitian yang diterapkan adalah metode bagian dan keseluruhan (campuran) dengan memberikan perlakuan kepada sampel, dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang (siswa) yang dibagi dalam dua kelompok, masing-masing kelompok A dan B sebanyak 15 siswa laki-laki. Teknik analisis yang digunakan adalah teknik uji  $t$  dengan taraf nyata  $\alpha = 0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan hasil belajar lempar cakram antara pembelajaran menggunakan balok kayu dengan menggunakan cakram. Hal ini berdasarkan hasil perhitungan tes  $t$  didapat harga  $t_{hitung}$  3,26 dan harga  $t_{tabel}$  dengan  $dk = 28$  pada taraf nyata ( $\alpha = 0,05$ ) adalah 2,05. Sehingga kriteria pengujiannya menjadi  $-2,05 < 3,26 > 2,05$ . ini menunjukkan bahwa perhitungan berada diluar daerah penerimaan. Jadi  $H_0$  ditolak, dengan demikian model pembelajaran lempar cakram menggunakan balok kayu lebih besar pengaruhnya dibanding menggunakan cakram.



## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Lillahi Robby Allah S.W.T yang telah melimpahkan segala rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh pembelajaran dengan menggunakan balok kayu terhadap hasil belajar lempar cakram Siswa SMP Negeri I Parongpong Kabupaten Bandung”.

Adapun tujuan penyusunan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Satu Pendidikan. Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis ingin mencoba memperkenalkan media alat bantu balok kayu sebagai media pembelajaran lempar cakram dan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan dari hasil belajar antara menggunakan balok kayu dengan menggunakan cakram standar terhadap hasil dari proses pembelajaran lempar cakram.

Sejak dimulainya penyusunan skripsi ini sampai penyelesaiannya, penulis banyak mendapat bantuan-bantuan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil. Sehubungan dengan ini, maka penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat :

1. Bapak Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd. selaku dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan UPI Bandung.

2. Bapak Drs. Sucipto, M.Kes. selaku ketua jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas pendidikan olahraga dan kesehatan UPI Bandung.

3. Bapak Drs. Yunyun Yudianta, M.Pd. selaku pembimbing I dalam penyusunan skripsi ini yang telah meiuangkan waktunya untuk membimbing dan memberi pengarahan-pengarahan serta masukan-masukan kepada penulis dari awal sampai selesainya skripsi ini.

4. Bapak Drs. Yoyo Bahagia, M.Pd selaku pembimbing II yang selalu memotivasi dan membimbing penulis dalam penyusunan skripsi ini.

5. Bapak Drs. Supardi UA, selaku dosen pembimbing Akademik selama penulis menjadi mahasiswa UPI Bandung.

6. Staff Dosen dan karyawan dilingkungan FPOK UPI Bandung yang telah membantu penulis selama perkuliahan berlangsung.

7. Bapak Drs. Kusna Santika, M.MPd, selaku kepala sekolah SMP Negeri I Parongpong yang sangat membantu penulis dengan memberikan fasilitas untuk penulis dalam melakukan penelitian.

8. Bapak Drs. Asep Rusmana, selaku guru pendidikan jasmani SMP Negeri I Parongpong yang telah membantu penulis selama proses penelitian berlangsung.

9. Bapak Drs. Lili Sukiman, yang telah membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

10. Para siswa SMP Negeri I Parongpong Kabupaten Bandung yang telah membantu dan bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.

11. Rekan-rekan seperjuangan mahasiswa jurusan pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi angkatan 2000 yang telah memberikan semangat kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai.

12. Rekan-rekan pemuda Cihanjuang yang telah memberikan dukungannya kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

13. Pihak-pihak lainnya yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Ucapan terima kasih yang khusus penulis tujukan kepada Ayahanda, Ibunda, kakak-kakakku, adik, segenap keluarga tercinta serta Irma Nur'aini atas segala dorongan, do'a dan semua bantuan yang dicurahkan kepada penulis.

Mudah-mudahan segala amal baik serta jasa yang telah dilimpahkan kepada penulis dapat dibalas setimpal oleh Allah S.W.T, Amien.

Bandung, Juni 2005

**RUKMANA**



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Kegunaan Penelitian .....	6
E. Asumsi .....	7
F. Hipotesis .....	8
G. Batasan Istilah .....	9
<b>BAB II TINJAUAN TEORETIS DAN KERANGKA BERPIKIR ...</b>	<b>10</b>
A. Tinjauan Teoretis .....	10
1. Proses Belajar Mengajar .....	10
a. Konsep Dasar Belajar .....	11
b. Media Pembelajaran .....	16
c. Metode Pembelajaran .....	18
d. Evaluasi Hasil Belajar .....	20
2. Pembelajaran Lempar cakram .....	21
a. Lempar Cakram .....	21
b. Proses Belajar Mengajar Keterampilan Lempar Cakram ..	24
c. Fungsi Alat Bantu Balok Kayu .....	31
3. Karakteristik Siswa SMP Negeri I Parongpong Kabupaten Bandung .....	34
B. Kerangka Berpikir.....	36

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>38</b>
A. Tujuan Penelitian .....	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	38
C. Metode Penelitian .....	39
D. Teknik Pengambilan Sampel .....	39
E. Teknik Pengumpulan Data .....	41
F. Teknik Analisis Data .....	51
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>55</b>
A. Deskripsi Data .....	55
B. Pengujian Persyaratan Analisis .....	56
C. Pengujian Hipotesis .....	58
D. Pembahasan Hasil Penelitian .....	59
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>61</b>
A. Kesimpulan .....	61
B. Saran .....	61
<b>KEPUSTAKAAN .....</b>	<b>64</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>66</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>102</b>



## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
2.1. Gambar Sebuah Cakram .....	22
2.2. Cara Memegang Cakram .....	26
2.3. Posisi Kaki Dalam Ring Cakram .....	30
2.4. Gerakan Lempar Cakram Gaya Berputar .....	30
2.5. Alat Bantu Balok Kayu .....	31
3.1. Pembelajaran Menggunakan Cakram .....	44
3.2. Pembelajaran Menggunakan Balok Kayu .....	45
3.3. Penambahan Jumlah Beban Latihan .....	47



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
4.1. Data Hasil belajar Lempar Cakram Kelompok Eksperimen .....	55
4.2. Data Hasil Belajar Lempar Cakram Kelompok Kontrol.....	56
4.3. Rangkuman Hasil Uji Normalitas .....	57
4.4. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas.....	57
4.5. Hasil Pengujian Hipotesis Statistik dengan Teknik Tes t .....	58



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
A. Hasil Tes Lempar Cakram Kelompok Eksperimen .....	66
B. Hasil Tes Lempar Cakram Kelompok Kontrol .....	67
C. Penghitungan Normalitas .....	68
D. Penghitungan Homogenitas .....	73
E. Penghitungan Signifikansi .....	74
F. Penghitungan Hipotesis .....	76
G. Nilai Kritis Untuk Uji Lilliefors .....	77
H. Nilai Normal Standar Distribusi Z .....	78
I. Nilai Persentil Untuk Distribusi t .....	79
J. Nilai Persentil Untuk Distribusi F .....	80
K. Rancangan dan Instrumen Penelitian .....	84
L. Dokumen Proses Belajar Mengajar .....	90
M. Surat Keputusan .....	95
N. Surat Permohonan Untuk Mengadakan Riset/Penelitian .....	100
O. Surat Keterangan Telah Mengadakan Riset/Penelitian .....	101

