

Tingkat kemampuan Lempar siswa SMA dan SMK Negeri Se-Kabupaten Sleman

Oleh: Eddy Purnomo, Heri Yoga Prayadi, Sriawan, Abdul Mahfudin Alim

ABSTRAK

Abstraks

Latar Belakang: Siswa SMA dan SMK Negeri se-Kabupaten Sleman pada dasarnya dapat melakukan gerak dasar lempar. Akan tetapi, hasil observasi dilapangan mahasiswa baru yang berasal dari kabupaten sleman yang mengikuti perkuliahan gerak dasar lempar, nilai rata-rata yang dicapai diawal perkuliahan masih dibawah nilai kelulusan.

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan gerak dasar lempar (peluru, lembing dan cakram) siswa SMA dan SMK Negeri se-kabupaten sleman..

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian adalah siswa SMA dan SMK Negeri se-kabupaten sleman, pengambilan sampel menggunakan metode *stratified purposive* random sampling dengan jumlah sampel 100 siswa putra. Metode penelitian menggunakan metode survey dengan pengambilan data menggunakan teknik penilaian kemampuan unjuk kerja, diambil dengan video lempar (lembing, peluru dan cakram). Adapun metode yang digunakan untuk menganalisis data adalah metode deskriptif kuantitatif.

Hasil : 100 siswa yang mampu melakukan gerakan lempar (lempar lembing, tolak peluru dan lempar cakram) berjumlah 57 orang dengan perincian 28 orang siswa berkategori kemampuan sedang, 25 siswa berkemampuan baik dan 4 siswa berkemampuan sangat baik. Adapun kemampuan dalam lempar lembing siswa masih berkategori kurang dan sangat kurang berjumlah 44 siswa, dan berkategori sangat baik, baik dan sedang berjumlah 56 orang, untuk tolak peluru berkategori kurang dan sangat kurang sekali berjumlah 38 siswa dan kategori sangat baik, baik dan sedang berjumlah 52 siswa, dan untuk lempar cakram berkategori sangat baik, baik dan sedang berjumlah 72 siswa dan kategori kurang dan sangat kurang berjumlah 28 siswa.

Kesimpulan: Tingkat kemampuan siwa SMA dan SMK se-kabupaten sleman masih di atas rata-rata dan perlu ditingkatkan lagi dalam pembelajar nomor lempar, dengan melakukan metode *teaching progression*.

Kata Kunci: *Kemampuan Lempar, Gerak Dasar, Siswa SMA Negeri dan SMK Negeri*