

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA
PELAJARAN PJOK POKOK BAHASAN RENANG GAYA
DADA DENGAN MENGGUNAKAN METODE
LEARNING BY DOING DI KELAS VIII SMP
SWASTA ORAET LABORA KABANJAHE
TAHUN PELAJARAN
2021/2022**

SKRIPSI

Oleh :

GINTA ATMAJA GINTING
NPM 1815030006



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAH RAGA
UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
BERASTAGI
2022**

LEMBAR PESETUJUAN SKRIPSI

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA
PELAJARAN PJOK POKOK BAHASAN RENANG GAYA DADA
DENGAN MENGGUNAKAN METODE *LEARNING BY DOING* DI
KELAS VIII SMP SWASTA ORAET LABORAN
KABANJAHE TAHUN PELAJARAN 2021/2022


Disusun dan Diajukan untuk Dipertahankan dalam Ujian Skripsi
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Quality Berastagi


Nama Mahasiswa : Ginta Atmaja Ginting
NPM : 1815030006
Program Studi : Pendidikan Olahraga

Disetujui

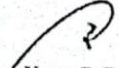
Pembimbing I

Pembimbing II


Julius Boy Nesra B. Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN : 0117038701


Riski Bastanta B. Manalu, M.Pd
NIDN : 0119089201

Diketahui
Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga
Universitas Quality Berastagi


Julius Boy Nesra B. Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN : 0117038701



UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Pecerren – Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara, Telp. (0628) 92188
web: www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

**PENGESAHAN
SKRIPSI**

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA
PELAJARAN PJOK POKOK BAHASAN RENANG GAYA DADA
DENGAN MENGGUNAKAN METODE *LEARNING BY DOING* DI
KELAS VIII SMP SWASTA ORAET LABORAN
KABANJAHE TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

Disusun dan diajukan Oleh

Nama Mahasiswa : Ginta Atmaja Ginting
NPM : 1815030006
Program Studi : Pendidikan Olahraga

Telah dipertahankan di Hadapan Tim Penguji Ujian Skripsi Program Studi
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Quality Berastagi pada Hari Senin Tanggal 20 Juli 2022
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana

Disetujui Dewan Penguji

Penguji I

Drs. Sejahtra, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002

Penguji II

Aser Paul Nainggolan, S.Pd., M.Pd
NIDN: 01040290011

Penguji III

Julius Boy Nesra Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN: 0117038701

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan

Drs. Sejahtra, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002

Ketua Program Studi
Pendidikan Olahraga

Julius Boy Nesra Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN: 0117038701



UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Peceren - Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara, Telp. (0628) 92188
web. www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

**PENGESAHAN
SKRIPSI**

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA
PELAJARAN POKOK BAHASAN RENANG GAYA DADA
DENGAN MENGGUNAKAN METODE *LEARNING BY DOING* DI
KELAS VIII SMP SWASTA ORAET LABORAN
KABANJAHE TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

Disusun dan diajukan Oleh

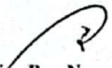
Nama Mahasiswa : Ginta Atmaja Ginting
NPM : 1815030006
Program Studi : Pendidikan Olahraga

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi 20 Juli 2022
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas
Keguruan dan Ilmu Pendidikan


Berastagi, 20 Juli 2022

Menyetujui :
Tim Pembimbing

Pembimbing Utama


Julius Boy Nesra B. Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN : 0117038701

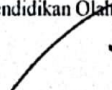
Pembimbing Pendamping


Riski Bastanta B. Manalu, M.Pd
NIDN : 0119089201

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan


Drs. Sejahtra, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002

Ketua Program Studi
Pendidikan Olahraga


Julius Boy Nesra Basgimata Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN : 0117038701



UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Peceren – Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara, Telp. (0628) 92188
web: www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini Rabu tanggal 20 Juli 2022 telah dilaksanakan Ujian Skripsi mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Quality Berastagi.

Nama : Ginta Atmaja Ginting

NPM : 1815030006

Tempat : Ruang Sidang FKIP Universitas Quality Berastagi

Waktu : 10.00 s/d Selesai

Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PJOK Pokok Bahasan Renang Gaya Dada Dengan Menggunakan Metode *Learning By Doing* Di Kelas VIII SMP Swasta Oraet Laboran Kabanjahe Tahun Pelajaran 2021/2022

Dinyatakan Lulus dan memenuhi syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Dengan Nilai : A-

Disetujui Dewan Penguji

Penguji I

Drs. Sejahtra, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002

Penguji II

Aser Paul Nainggolan, S.Pd., M.Pd
NIDN: 01040290011

Penguji III

Julius Boy Nesra Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN: 0117038701

Ketua Prodi
Pendidikan Olahraga

Julius Boy Nesra Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN: 0117038701

PERSETUJUAN PENGUJI UJIAN SKRIPSI PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN OLAH RAGA FAKULTAS KEGURUAN
DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS QUALITY
BERASTAGI

Nama

Tanda Tangan

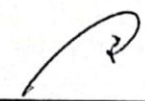
Drs. Sejahtra, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002



Aser Paul Nainggolan, S.Pd., M.Pd
NIDN: 01040290011



Julius Boy Nesra Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN: 0117038701



Mahasiswa :
Nama : Ginta Atmaja Ginting
NPM : 1815030006
Tanggal Ujian : 20 Juli 2022

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kasih karunia, kesehatan, kekuatan dan ketabahan sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Adapun judul skripsi yang dibuat penulis adalah : **“Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PJOK Pokok Bahasan Renang Gaya Dada Dengan Menggunakan Metode *Learning by doing* Di Kelas VIII SMP Swasta Oraet Labora Kabanjahe Tahun Pelajaran 2021/2022”**.

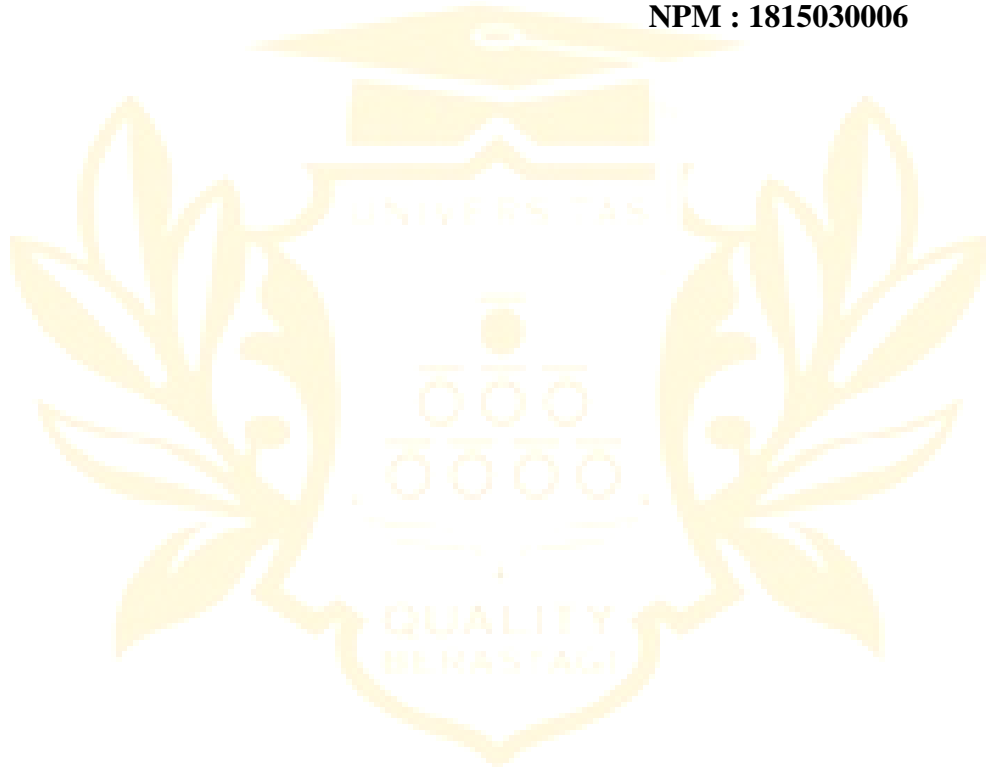
Penulis telah berusaha semaksimal mungkin dalam penyelesaian skripsi ini dan juga menyadari tanpa bantuan dari berbagai pihak skripsi ini tidak akan selesai dengan baik, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Erna Prida. M.Si., selaku Rektor Universitas Quality Berastagi
2. Bapak Drs. Sejahtera, M.Pd Selaku Dekan Fakultas Universitas Quality Berastagi.
3. Bapak Julius Boy Nesra Basgimata Barus, S.Pd., M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Quality Berastagi dan selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing saya di dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Rizki Bastanta B. Manalu, S.Pd., M.Pd selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing saya di dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Teristimewa kepada orang tua saya yang selalu memberi dukungan dan motivasi kepada saya selama mengikuti perkuliahan sampai menyusun skripsi ini.
6. Ucapan terimakasih kepada teman-teman seperjuangan yang saya cintai dan saya sayangi yang telah membantu penulis dalam menyusun skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan baik dalam isi maupun dalam tulisan. Untuk itu penulis sangat berharap saran dan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih, semoga skripsi ini berguna bagi kita.

Berastagi, Juni 2022

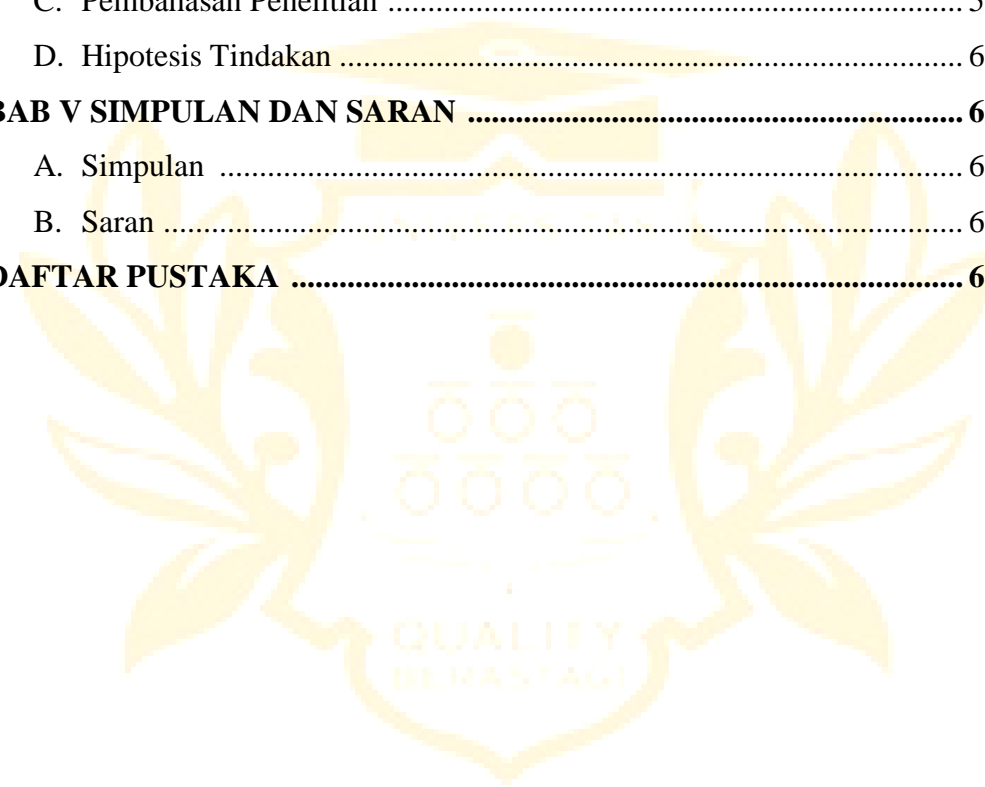
Ginta Atmaja Ginting
NPM : 1815030006



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Hasil Penelitian	5
BAB II TINJUAN PUSTAKA	7
A. Kerangka Teoritis	7
1. Pengertian Belajar	7
2. Pengertian Pembelajaran	7
3. Pengertian Mengajar	9
4. Pengertian Hasil Belajar	9
5. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar	10
6. Pengertian Metode Pembelajaran	14
7. Metode <i>Learning By Doing</i>	14
8. Hakikat Pembelajaran PJOK	17
9. Pelajaran Renang Gaya Dada	20
10. Pengertian Tindakan Kelas (PTK)	24
11. Tujuan dan Manfaat Penelitian Tindakan Kelas	25
B. Kerangka Berpikir	26
C. Hipotesis Tindakan	27
D. Defenisi Operasional	27
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Jenis Penelitian	29
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	29

C. Subjek dan Objek Penelitian	29
D. Desain Penelitian	29
E. Prosedur Penelitian	30
F. Teknik Pengumpulan Data	32
G. Teknik Analisis Data	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
A. Deskripsi Hasil Penelitian Siklus I	39
B. Deskripsi Hasil Penelitian Siklus II	48
C. Pembahasan Penelitian	56
D. Hipotesis Tindakan	61
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	62
A. Simpulan	62
B. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	64



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Lembar Observasi Aktivitas Guru	34
Tabel 3.2	Lembar Observasi Aktivitas Siswa	35
Tabel 3.3	Format Penilaian	35
Tabel 3.4	Kriteria Pelaksanaan Pembelajaran Kegiatan Guru	37
Tabel 3.5	Kriteria Pelaksanaan Pembelajaran Kegiatan Siswa	38
Tabel 4.1	Lembar Observasi Untuk Aktivitas Guru Siklus I	39
Tabel 4.2	Lembar Observasi Untuk Aktivitas Siswa Siklus I	41
Tabel 4.3	Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Secara Individu pada Siklus I	43
Tabel 4.4	Deskripsi Hasil Belajar Siswa Secara Klasikal	45
Tabel 4.5	Frekuensi Nilai Siswa Siklus I	46
Tabel 4.6	Deskripsi Hasil Observasi Kegiatan Guru Siklus II	48
Tabel 4.7	Deskripsi Hasil Observasi Kegiatan Siswa Siklus II	50
Tabel 4.8	Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Secara Individu Siklus II	52
Tabel 4.9	Deskripsi Ketuntasan Belajar Siswa Secara Klasikal Siklus II	54
Tabel 4.14	Frekuensi Nilai Hasil Belajar Siswa Siklus II	55
Tabel 4.10	Persentase Aktivitas Guru Siklus I dan Siklus II	57
Tabel 4.11	Nilai Observasi Aktivitas Siswa Siklus I dan Siklus II	58
Tabel 4.12	Rekapitulasi Peningkatan Hasil Belajar Siswa Secara Klasikal	59
Tabel 4.13	Rata-Rata Hasil Belajar Siswa.....	59
Tabel 4.14	Rekapitulasi Data Hasil Penelitian Siklus I dan Siklus II	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Gerakan Kaki	23
Gambar 2.2	Gerakan Tangan	24
Gambar 3.1	Siklus Penelitian Tindakan	31
Gambar 4.1	Diagram Aktivitas Guru Siklus I	41
Gambar 4.2	Diagram Aktivitas Siswa Siklus I	42
Gambar 4.3	Diagram Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Secara Individu Siklus I	44
Gambar 4.4	Diagram Hasil Belajar Siswa Secara Klasikal Siklus I	45
Gambar 4.5	Diagram Frekuensi Nilai Siswa Siklus I	46
Gambar 4.6	Diagram Aktivitas Guru Siklus II	49
Gambar 4.7	Diagram Aktivitas Siswa Siklus II	51
Gambar 4.8	Diagram Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Secara Individu Siklus II	53
Gambar 4.9	Diagram Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Secara Klasikal Siklus II	54
Gambar 4.10	Diagram Frekuensi Hasil Belajar Siswa pada Siklus II	55
Gambar 4.11	Diagram Peningkatan Aktivitas Guru pada Siklus I dan Siklus II	58
Gambar 4.12	Diagram Peningkatan Aktivitas Siswa pada Siklus I dan Siklus II	58
Gambar 4.13	Diagram Ketuntasan Hasil Belajar Siswa pada Siklus I dan Siklus II	60
Gambar 4.14	Diagram Peningkatan Rata-Rata Hasil Belajar Siswa Siklus I dan Siklus I	61

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ginta Atmaja Ginting
NPM : 1815010093
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya tulis dengan judul **“UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN PJOK POKOK BAHASAN RENANG GAYA DADA DENGAN MENGGUNAKAN METODE *LEARNING BY DOING* DI KELAS VIII SMP SWASTA ORAET LABORA KABANJAHE TAHUN PELAJARAN 2021/2022”**. Merupakan hasil karya penulis, tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh penulis lain, kecuali Jika Skripsi ini terbukti merupakan duplikasi ataupun plagiasi dari hasil karya penulis lain dan atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik berupa pembatalan skripsi dan pencabutan gelar yang penulis peroleh sebagai hasil ujian akhir studi atas Skripsi ini. Demikian Surat Pernyataan ini saya perbuat sebagai pertanggung jawaban ilmiah tanpa adanya unsur paksaan maupun tekanan dari pihak manapun juga.

Berastagi, Juli 2022
Yang menyatakan,



Ginta Atmaja Ginting
NPM : 1815010093