

ABSTRAK

Muhammad Fikri. 2025. “*Meningkatkan Teknik Dasar Tolak Peluru Dengan Modifikasin Alat Pada Siswa SMK Negeri 4 Kota Jambi*”. Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FKIP Universitas Jambi. Pembimbing (I) Prof.Dr.Drs. Sukendro, M.Kes AIFO Pembibing (II) Dr. Wawan Junresti Daya, S,Si., M.Pd

Kata Kunci: *Tolak Peluru, Modifikasi Alat, Teknik Dasar, Pendidikan Jasmani*

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan teknik dasar tolak peluru melalui modifikasi alat pada siswa kelas X SMK Negeri 4 Kota Jambi. Modifikasi alat dilakukan dengan mengganti peluru besi dengan bola plastik berisi pasir untuk mengurangi risiko cedera dan meningkatkan kenyamanan siswa dalam berlatih. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus, di mana setiap siklus mencakup tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Data dikumpulkan melalui observasi dan tes keterampilan teknik dasar tolak peluru.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa modifikasi alat memberikan dampak positif terhadap pembelajaran tolak peluru. Pada siklus pertama, hanya 45% siswa yang mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) dengan nilai ≥ 70 . Namun, setelah dilakukan perbaikan pada siklus kedua, persentase siswa yang mencapai KKM meningkat menjadi 85%.

Selain peningkatan hasil belajar, siswa juga menunjukkan motivasi dan partisipasi yang lebih tinggi selama pembelajaran berlangsung. Dengan demikian, penggunaan modifikasi alat dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran teknik dasar tolak peluru serta memberikan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan dan aman bagi siswa. Diharapkan guru Pendidikan Jasmani dapat menerapkan inovasi serupa dalam pembelajaran atletik untuk meningkatkan keterampilan dan minat siswa dalam berolahraga.