**PENGARUH METODE BERMAIN TERHADAP KETERAMPILAN LARI JARAK PENDEK PADA SISWA KELAS VII DI SMP NEGERI 2 BUAY PEMACA**

BAYU ANGGI ANANTA

2020151005

**ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode bermain terhadap keterampilan lari jarak pendek pada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Buay Pemaca. Metode dalam penelitian ini adalah penelitian pre eksperimen. Variabel dalam penelitian ini berupa variabel terikat yaitu keterampilan lari jarak pendek, dan variabel bebas yaitu metode bermain. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan bentuk *One-Group Pretest –* *Posttest – Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII yang berjumlah 121 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan sampel berjumlah 30 orang. Berdasarkan jenis penelitiannya penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Instrument tes yang digunakan yaitu dari rencana pelaksanaan pembelajaran yang berupa tes keterampilan jarak pendek. Hasil rata-rata tes awal 65,7 sedangankan rata-rata tes akhir 81,3. Berdasarkan hasil perhitungan uji-t dimana thitung lebih besar dari ttabel atau 2,697 > 1,699 pada taraf signifikan 5% menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan metode bermain terhadap keterampilan lari jarak pendek pada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Buay Pemaca

**Kata Kunci : metode, bermain, lari jarak pendek**