

LEMBAR PERSETUJUAN

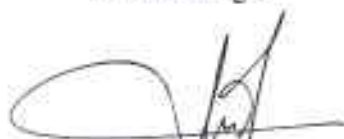
**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN PEMBELAJARAN
SENAM LANTAI *ROLL* DEPAN MELALUI MODIFIKASI
ALAT PADA SISWA SDN 469 KALEWANGAN
KECAMATAN LAROMPONG
KABUPATEN LUWU**

disusun dan diajukan oleh

MUNSIR
1785201102

telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

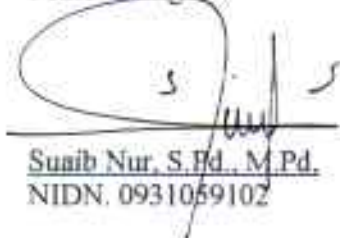
Pembimbing I



Ahmad, M.Pd.
NIDN.0905038505

Tanggal: 11 Januari 2021

Pembimbing II



Sunib Nur, S.Pd. M.Pd.
NIDN. 0931059102

Tanggal: 11 Januari 2021

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani



Ahmad, M.Pd.
NIDN: 0905038505

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN PEMBELAJARAN
SENAM LANTAI *ROLL* DEPAN MELALUI MODIFIKASI
ALAT PADA SISWA SDN 469 KALEWANGAN
KECAMATAN LAROMPONG
KABUPATEN LUWU

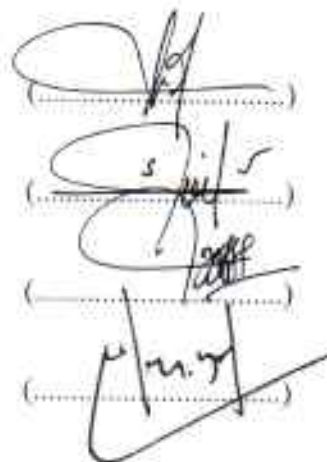
Disusun dan diajukan oleh

Munsir
1785201102

Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi pada tanggal 28 Januari 2021 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Palopo.

Susunan Dewan Penguji

1. Pembimbing I : Ahmad, M.Pd.
2. Pembimbing II : Suaib Nur, S.Pd., M.Pd.
3. Penguji I : M. Iqbal Hasanuddin, M.Pd.
4. Penguji II : Muh. Yusuf, M.Pd.



Ketua Program Studi Manajemen



Ahmad, M.Pd.
NIDN. 0905038505

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul:

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN PEMBELAJARAN
SENAM LANTAI *ROLL* DEPAN MELALUI MODIFIKASI
ALAT PADA SISWA SDN 469 KALEWANGAN
KECAMATAN LAROMPONG
KABUPATEN LUWU**

Adalah hasil karya saya. Saya juga menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi/skripsi ini, tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan orang lain yang saya ambil dengan cara menyalin atau meniru dalam bentuk rangkaian kalimat atau symbol yang menunjukkan gagasan atau pendapat atau pemikiran dari penulis lain, yang saya akui seolah-olah sebagai tulisan saya sendiri, dan tidak terdapat sebagian atau keseluruhan tulisan yang saya salin, tiru atau yang saya ambil dari tulisan orang lain tanpa memberikan pengakuan kepada penulis aslinya.

Apabila saya melakukan yang tersebut di atas secara sengaja atau tidak, saya menyatakan menarik skripsi yang saya ajukan sebagai hasil karya tulisan saya sendiri. Jika kemudian terbukti bahwa ternyata saya melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah-olah itu hasil pemikiran saya sendiri, berarti gelar dan ijazah yang telah diberikan oleh Universitas batal saya terima.

Palopo, 09 Februari 2021

Yang memberi pernyataan

Munsir

PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis perhadapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karuni-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Upaya Meningkatkan Kemampuan Pembelajaran Senam Lantai *Roll* Depan Melalui Modifikasi Alat Pada Siswa Sdn 469 Kalewangan Kecamatan Larompong Kabupaten Luwu”**. Penulisan skripsi ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat dalam menambah khazanah pengetahuan atau wawasan penulis, terkhusus tentang masalah yang telah dibahas dalam penelitian ini. Selain itu, salah satu alasan penelitian ini dilakukan adalah memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Sarjana (S1) pada Universitas Muhammadiyah Palopo.

Penyelesaian skripsi ini telah mendapat banyak bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Skripsi ini tidak mungkin terselesaikan dengan baik tanpa adanya dukungan, bimbingan, bantuan, serta doa dari berbagai pihak selama penyusunan. Sehingga dalam kesempatan ini penulis dengan ketulusan hati mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan bimbingan dan dukungannya. Semoga Tuhan Yang Maha Esa memudahkan segala urusan dan melimpahkan karunia-Nya kepada pihak-pihak tersebut sebagai implementasi wujud pengabdian kepada-Nya.

Penulis pun menyadari penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan dikarenakan kemampuan penulis yang terbatas. Oleh karena ini, segala saran dan ide lebih lanjut penulis harapkan. Semoga tulisan ini bermanfaat bagi pembacanya. Amin.

Palopo, 09 Februari 2021

Munsir

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
PENGESAHAN SKRIPSI	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
PRAKATA	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
INTISARI	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.5 Ruang Lingkup dan Batasan Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Landasan Teori	8
2.1.1 Tinjauan tentang Pembelajaran	8
2.1.2 Tinjauan tentang Senam Lantai	16
2.1.3 Tinjauan tentang <i>Roll</i> Depan	19
2.1.4 Tinjauan tentang Media Pembelajaran	23
2.2 Kerangka Konseptual	29
2.3 Hipotesis Tindakan	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
3.1 Jenis Penelitian	31
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	34
3.3 Subjek Penelitian	35
3.4 Teknik Pengumpulan Data	35
3.5 Definisi Operasional	35
3.6 Instrumen Penelitian	36
3.7 Analisis Data	38
3.8 Indikator Keberhasilan	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
4.1 Hasil Penelitian	39
4.1.1 Hasil Penelitian Siklus I	39
4.1.2 Hasil Penelitian Siklus II	49
4.2 Pembahasan	58

BAB V PENUTUP	61
5.1 Simpulan	61
5.2 Saran	61
DAFTAR RUJUKAN	62

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Istrumen Penelitian Roll Depan	37
Tabel 4.1	Hasil Pengamatan Kemampuan Murid (Psikomotorik) pada Pembelajaran Roll Depan pada Siklus I	41
Tabel 4.2	Hasil Pengamatan Perilaku Murid (Afektif) pada Pembelajaran <i>Roll</i> Depan pada Siklus I	43
Tabel 4.3	Hasil Pengamatan Pengetahuan Murid (Kognitif) pada Pembelajaran <i>Roll</i> Depan pada Siklus I	45
Tabel 4.4	Hasil Pengamatan pada Pembelajaran <i>Roll</i> Depan Secara Keseluruhan pada Siklus I	46
Tabel 4.5	Hasil Pengamatan Kemampuan Murid (Psikomotorik) pada Pembelajaran <i>Roll</i> Depan pada Siklus II	51
Tabel 4.6	Hasil Pengamatan Perilaku Murid (Afektif) pada Pembelajaran <i>Roll</i> Depan pada Siklus II	53
Tabel 4.7	Hasil Pengamatan Pengetahuan Murid (Kognitif) pada Pembelajaran <i>Roll</i> Depan pada Siklus II	54
Tabel 4.8	Hasil Pengamatan pada Pembelajaran <i>Roll</i> Depan Secara Keseluruhan pada Siklus II	56
Tabel 4.9	Peningkatan Ketuntasan Belajar Murid dari Studi pada Siklus I dan Siklus II	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Gerakan Roll Depan dengan Posisi Awal Jongkok	21
Gambar 2.2	Gerakan <i>Roll</i> Depan dengan Posisi Awal Jongkok	21
Gambar 2.3	Skema Kerangka Konseptual	30
Gambar 3.1	Desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK)	32
Gambar 4.1	Grafik Ketuntasan Belajar <i>Roll</i> Depan Pada Siklus I	47
Gambar 4.2	Grafik Ketuntasan Belajar <i>Roll</i> Depan Pada Siklus II	57
Gambar 4.3	Grafik Ketuntasan Belajar <i>Roll</i> Depan Pada Siklus I dan Siklus II	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Kisi-kisi dan Lembar Penilaian Kemampuan Murid (Psikomotorik) Siklus I dan Siklus II	65
Lampiran 2	Hasil Pengamatan pada Siklus I	67
Lampiran 3	Hasil Pengamatan pada Siklus II	71
Lampiran 4	Dokumentasi Penelitian	75

INTISARI

Penelitian ini bertujuan mengetahui peningkatan kemampuan dan hasil belajar *roll* depan melalui penerapan modifikasi alat pada murid SDN 469 Kalewangan, Kecamatan Larompong, Kabupaten Luwu. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan subjek penelitian berjumlah 20 orang murid kelas V murid SDN 469 Kalewangan, Kecamatan Larompong, Kabupaten Luwu. Data dikumpulkan dengan melakukan dua teknik yaitu teknik tes, berupa tes unjuk kerja gerak *roll* depan yang meliputi: tahap persiapan, tahap gerakan dan tahap akhir gerakan dalam bentuk lembar observasi (*score skill test*) dan teknik non tes, berupa pengamatan pembelajaran guru selama proses pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan modifikasi alat dalam pembelajaran dapat meningkatkan kemampuan dan hasil belajar *roll* depan pada murid SDN 469 Kalewangan, Kecamatan Larompong, Kabupaten Luwu. Hal ini terbukti dari ketuntasan belajar yang selalu meningkat secara signifikan dari pelaksanaan tindakan pada siklus I sebesar 30% mengalami peningkatan pada siklus II menjadi 85%.

Kata kunci: *Roll* depan, modifikasi alat

ABSTRACT

This study aims to determine the improvement in the ability and learning outcomes of the front roll through the application of tool modifications to students of SDN 469 Kalewangan, Larompong District, Luwu Regency. The type of research used is Classroom Action Research (PTK) with the research subjects totaling 20 grade V students of SDN 469 Kalewangan, Larompong District, Luwu Regency. Data were collected by doing two techniques, namely test techniques, in the form of a front roll motion performance test which includes: the preparation stage, the movement stage and the final stage of the movement in the form of observation sheets (score skill test) and non-test techniques, in the form of observing teacher learning during the learning process. . The results of the study show that the application of modified learning tools can improve the skills and learning outcomes of the front roll for students of SDN 469 Kalewangan, Larompong District, Luwu Regency. This is evident from the learning completeness which always increases significantly from the implementation of the action in cycle I by 30%, increasing in cycle II to 85%.

Key words: *Front roll, tool modification*