

SKRIPSI

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR *ROLL* BELAKANG  
MELALUI METODE PEMBELAJARAN *PROGRESIF*  
PADA SISWA KELAS VIII-A SMPN 10 PALOPO**

Disusun Dan Diajukan Oleh

**Bambang Syukur**

**1785201087**

Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi

Pada tanggal 15 juli 2021

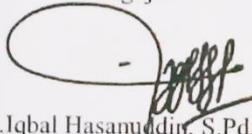
**Susunan Dewan Penguji**

pembimbing I



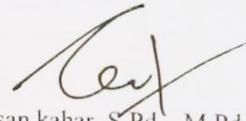
A. Heri Riswanto, M.Pd.

Penguji I



M. Iqbal Hasanuddin, S.Pd., M.Pd.

penguji II

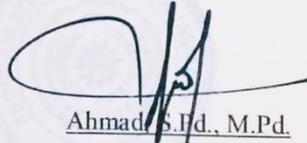


Irsan kahar, S.Pd., M.Pd.

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar sarjana

Tanggal .....2021



Ahmad S. Idris, M.Pd.

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani

**SKRIPSI**  
**PENINGKATAN HASIL BELAJAR *ROLL* BELAKANG**  
**MELALUI METODE PEMBELAJARAN *PROGRESIF***  
**PADA SISWA KELAS VIII-A SMPN 10 PALOPO**

Disusun Dan Diajukan Oleh

**Bambang Syukur**

**1785201087**

Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi pada tanggal 15 juli 2021 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar serjana pada program studi pendidikan jasmanai, fakultas keguruan dan ilmu pendidikan, Universitas Muhammadiyah Palopo.

**Susunan Dewan Penguji**

Pembimbing I : A. Heri Riswanto, SP.d, M.Pd.



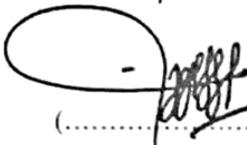
(.....)

Pembimbing II : Ahmad, SP.d, M.Pd



(.....)

Penguji I : M.Iqbal Hasanuddin, S.Pd, M.Pd.



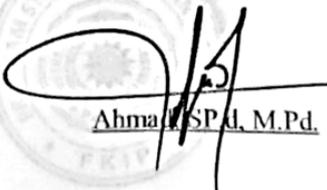
(.....)

Penguji II : Irsan Kahar, SP.d, M.Pd.



(.....)

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani



Ahmad, SP.d, M.Pd.

### PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Bambang Syukur

NIM : 1785201087

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Judul Skripsi : Peningkatan Hasil Belajar Roll Belakang Melalui Metode Pembelajaran Progresif Pada Siswa Kelas Viii-A Smpn 10 Palopo

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran sendiri.

Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Palopo, 07 November 2021

Yang  
  
n;  
  
Bambang Syukur

## PRAKATA

Puja dan puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas Karunia dan Ridho Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Peningkatan Hasil Belajar Roll Belakang Melalui Metode Pembelajaran *Progresif* Pada Siswa Kelas Viii A Smpn 10 Palopo” Laporan Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengerjakan skripsi pada program Sarjana jurusan Pendidikan Jasmani Di Universitas Muhammadiyah Palopo.

Selama penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mengalami kendala namun berkat bimbingan dan kerjasama dari berbagai pihak maka skripsi ini akhirnya bisa terselesaikan. Sehingga izinkan saya dengan kerendahan hati, menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada: bapak A.Heri Riswanto, M.Pd selaku Pembimbing Utama yang dengan penuh kesabarannya membimbing penulis, memberikan masukan-masukan, serta arahan-arahan hingga terselesainya skripsi ini. Dan bapak Ahmad, M.Pd selaku Pembimbing kedua dalam penyusunan skripsi ini yang telah banyak memberikan masukan dan arahan dalam proses pembimbingan kepada penulis hingga Skripsi ini selesai.

Dengan Kerendahan hati peneliti juga menghaturkan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Salju, S.E., M.M selaku rektor Universitas Muhammadiyah Palopo
2. Bapak Dr. Imam Pribadi, S.Sos., M.Pd.I selaku Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
3. Bapak Ahmad, S.Pd., M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani
4. Seluruh Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani yang telah membekali penulis dalam menyusun skripsi ini.
5. Kedua otang tuaku, yang dengan penuh kasih sayang dan ketulusan mendoakan kepada penulis agar selalu diberi kekuatan lahir dan batin

hingga dapat menyelesaikan pendidikan di Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Palopo

Kami menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya laporan skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan dilapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut. Amiin

Palopo, 31 agustus 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

### SAMPUL

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>iv</b>

### BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan masalah .....	5
1.3 Tujuan penelitian .....	5
1.4 motivasi penelitian .....	5
1.5 Manfaat penelitian .....	5
1.5.1 Manfaat teoritis .....	6
1.5.1.1Bagi siswa .....	6
1.5.1.2 Bagi guru.....	6
1.5.1.3 Bagi sekolah.....	6
1.5.2 Manfaat Praktis .....	6
1.5.2.1Bagi siswa .....	6
1.5.2.2Bagi guru.....	6
1.5.2.3Bagi sekolah.....	7
1.5.2.4.Bagi penulis .....	7

### BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan pustaka .....	8
2.1.1 Senam Lantai. ....	8
2.1.2 Roll Belakang.....	10
2.1.3 Metode Pembelajaran.....	13
2.2 Peneliti Terdahulu.....	15
2.3 Kerangka Berpikir.....	17

### BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1 jenis penelitian .....	19
----------------------------	----

3.2 Desain penelitian.....	19
3.3 Kehadiran penelitian .....	24
3.4 Subjek Penelitian.....	24
3.5Tempat dan waktu penelitian .....	24
3.6 Sumber Data.....	24
3.7 Teknik pengumpulan data.....	24
3.8 Instumen Peneliti .....	25
3.9 Teknisi Analisis Data.....	26
3.10. Indikator Keberhasilan.....	32

## **LAMPIRAN**

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **Daftar gambar**

Gambar 2.1 Roll Belakang.....	13
Gambar 2.1 Siklus Kerangka Pikir .....	18
Gambar 3.1 Rancangan Siklus Penelitian Tindakan .....	21

## Daftar tabel

<b>Tabel 3.1:</b> Tes untuk keterampilan .....	28
<b>Tabel 3.2:</b> Pengamatan Sikap .....	30
<b>Tabel 3.3:</b> Tes Pengetahuan .....	31
<b>Tabel 3.4 :</b> Rekaputilasi Penilaian.....	32

## INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Peningkatan Hasil Belajar Roll Belakang Melalui Metode Pembelajaran *Progresif* Pada Siswa Kelas Viii A SMPN 10 Palopo. Subyek penelitian ini siswa kelas VIII yang berjumlah 30 siswa yang terdiri dari 20 siswa putra dan 10 siswa putri SMP Negeri 10 Palopo. sampel yang di pilih dalam penelitian ini kelas VIII-A 30 orang. Penelitian ini dilaksanakan dalam bentuk penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Tindakan yang di berikan dalam penelitian ini adalah metode pembelajaran *progresif* dimana siswa diarahkan untuk mencari materi sendiri sehingga siswa aktif dalam pemebelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *roll* belakang. Pelaksanaan penenlitan ini terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, observasi, dan refleksi. Penelitian ini akan dilakukan dalam dua siklus penelitian. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data ada tiga 3 yaitu obervasi, tes dan dokumentasi. Pembelajaran roll belakang dapat meningkatkan hasil *roll* belakang pada siswa SMP Negeri 10 Palopo. Dari hasil data yang diperoleh hasil roll belakang siklus I ketuntasan klasikal sebanyak 8 siswa atau 26,7% Pada siklus ke II ketuntasan klasikal sebanyak 29 Siswa atau 93,3% dari siklus I ke siklus II. mengacu pada indikator ketercapaian aktivitas siswa sebesar 90% Maka hasil belajar roll belakang dengan menggunakan metode pembelajaran dengan melakukan pendekatan pada siklus II dikatakan berhasil, karena hasil yang diperoleh sudah melampaui indicator ketuntasan belajar siswa. tercapainya ketuntasan belajar baik kognitif, efektif dan psikomotor pada siklus ke II dikarenakan semakin meningkat hasil belajar *roll* belakang pada siswa. Hal ini sesuai dengan salah satu tujuan pembelajaran pendidikan jasmani ysang mana tujuan yang akan dicapai mencangkup pengembangan kognitiif, efektif, dan psikomotor siswa.

Kata kunci: Roll Belakang Melalui Metode Pembelajaran *Progresif* Pada Siswa Kelas VIII A SMPN 10 Palopo

## **ABSTRACT**

*The study aims to know the increased results of study of the back roll through progressive learning methods in eighth graders 10 palopo. The study subject is an eighth grader of 30 students of 20 boys and 10 of the country's junior high school girls 10 palopo. The sample was chosen in this study a class of viii-a 30 people. The study is carried out in the form of classroom action research. The study involves qualitative methods. The action given in this study is a progressive method of learning in which students are directed to search out their own material so that students are active in teaching that is aimed at improving the students' ability to do a back roll. This realization of realization consists of the stage of planning, of doing, of observation, of observation, and of reflection. It will be done in two cycles of research. The techniques used in data collection are three three: observasi, tests and documentation. The study of the back roll can increase the back roll on a public junior high student of 10 palopo. Of the data obtained from the back end of the rating cycle of 8 students or 26.7% on the rating cycle of 28 students or 93.3% from the I cycle to the ii cycle. Referring to the 80% indicator of student activity, the result of learning to roll back by using the learning method by approaching the ii cycle is said to be berate, The country was supplied with detailed information. An acute cognitive, effective and psychomotor learning on the second cycle is due to the increasing results of learning to roll back in students. This fits one of ysang's objectives of physical education education, which goals will be achieved, promoting cognitive, effective, and student psychomotor development.*

*Keywords: roll back through progressive learning methods in eighth graders 10 palopo*

BAMBANG SYUKUR

# PROPOSAL BAMS.docx

## Sources Overview

**35%**

OVERALL SIMILARITY

1	journal.umpalopo.ac.id INTERNET	6%
2	www.scribd.com INTERNET	5%
3	eprints.uny.ac.id INTERNET	5%
4	repository.umpalopo.ac.id INTERNET	3%
5	lib.unnes.ac.id INTERNET	2%
6	jurnal.abulyatama.ac.id INTERNET	1%
7	snpn.unipasby.ac.id INTERNET	1%
8	ejournal.unib.ac.id INTERNET	1%
9	jurnalmahasiswa.unesa.ac.id INTERNET	1%
10	ejournal.stkip11april.ac.id INTERNET	1%
11	es.scribd.com INTERNET	1%
12	core.ac.uk INTERNET	<1%
13	ejurnalkotamadiun.org INTERNET	<1%
14	www.kompasiana.com INTERNET	<1%
15	id.123dok.com INTERNET	<1%
16	fafaaini01.blogspot.com INTERNET	<1%
17	ejournal.uin-suska.ac.id INTERNET	<1%

18	www.coursehero.com	INTERNET	<1%
19	journal.ipm2kpe.or.id	INTERNET	<1%
20	nasrianhyarifin.blogspot.com	INTERNET	<1%
21	repository.trisakti.ac.id	INTERNET	<1%
22	inesjournal.com	INTERNET	<1%
23	journal.uny.ac.id	INTERNET	<1%
24	eprints.uns.ac.id	INTERNET	<1%

**Excluded search repositories:**

- Submitted Works
- Publications
- Crossref
- Crossref Posted Content

**Excluded from Similarity Report:**

- Small Matches (less than 30 words).

**Excluded sources:**

- None