

## LEMBAR PERSETUJUAN

### UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN *ROLL* BELAKANG DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS V UPT SD NEGERI 191 ARUSU KECAMATAN MALANGKE BARAT KABUPATEN LUWU UTARA

disusun dan diajukan oleh

IMRAN  
1785201120

telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi  
pada tanggal 14 September 2021

Pembimbing I



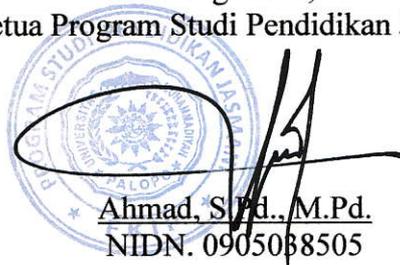
Ahmad, S.Pd., M.Pd.  
NIDN. 0905038505

Pembimbing II



A. Heri Riswanto, S.Pd., M.Pd.  
NIDN. 0905039301

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani



Ahmad, S.Pd., M.Pd.  
NIDN. 0905038505

## HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

### SKRIPSI

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN *ROLL* BELAKANG  
DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA PEMBELAJARAN  
PADA SISWA KELAS V UPT SD NEGERI 191 ARUSU  
KECAMATAN MALANGKE BARAT  
KABUPATEN LUWU UTARA**

Disusun dan diajukan oleh

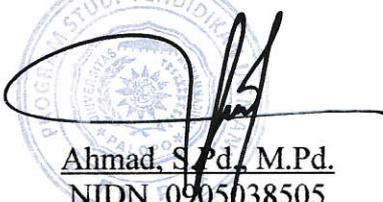
Imran  
1785201120

Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi pada tanggal 14 September 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, S.Pd., M.Pd. (.....)
2. Pembimbing II: A. Heri Riswanto, M.Pd. (.....)
3. Penguji I : Rasyidah Jalil, S. Or., M.Kes. (.....)
4. Penguji II : Taslim, M.Pd.I. (.....)

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani

  
Ahmad, S.Pd., M.Pd.  
NIDN. 0905038505

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN *ROLL* BELAKANG  
DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA PEMBELAJARAN  
PADA SISWA KELAS V UPT SD NEGERI 191 ARUSU  
KECAMATAN MALANGKE BARAT  
KABUPATEN LUWU UTARA**

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, 02 April 2020

Yang memberi pernyataan



IMRAN

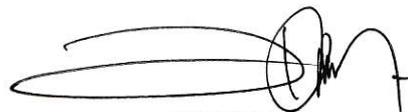
## PRAKATA

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 Roll Belakang Dengan Menggunakan Media Pembelajaran Pada Siswa Kelas V UPT SD Negeri 191 Arusu Kecamatan Malangke Barat Kabupaten Luwu Utara”**. 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, 02 April 2020



IMRAN

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	<b>iv</b>
<b>PRAKATA .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>x</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
2.1 Kajian Pustaka .....	6
2.1.1 Pendidikan Jasmani .....	6
2.1.2 Media Pembelajaran .....	9
2.1.3 Pengertian Senam .....	12
2.1.4 Pengertian Senam Lantai .....	13
2.1.5 <i>Roll</i> Belakang .....	14
2.2 Kerangka Berpikir.....	16
2.3 Hipotesis .....	18
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>19</b>
3.1 Desain Penelitian .....	19
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	20
3.3 Subjek Penelitian .....	21
3.4 Jeni dan sumber Data .....	21
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	22
3.6 Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional .....	22
3.7 Instrumen Penelitian .....	24
3.8 Teknik Analisis Data .....	25
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>26</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	26
4.1.1 Hasil Pengamatan Siklus I .....	26
4.1.2 Hasil Pengamatan Siklus II .....	38
4.2 Pembahasan .....	53

<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>56</b>
5.1 Simpulan .....	56
5.2 Saran .....	56
<b>DAFTAR RUJUKAN.....</b>	<b>58</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Instrumen Penelitian .....	24
Tabel 4.1 Hasil Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Untuk Kategori Gerakan Awalan pada Siklus I .....	32
Tabel 4.2 Hasil Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Untuk Kategori Gerakan Pelaksanaan pada Siklus I .....	33
Tabel 4.3 Hasil Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Untuk Kategori Gerakan Akhir pada Siklus I .....	35
Tabel 4.4 Hasil Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Secara Keseluruhan pada Siklus I .....	36
Tabel 4.5 Hasil Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Untuk Kategori Gerakan Awalan pada Siklus II .....	46
Tabel 4.6 Hasil Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Untuk Kategori Gerakan Pelaksanaan pada Siklus II .....	48
Tabel 4.7 Hasil Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Untuk Kategori Gerakan Akhir pada Siklus II .....	49
Tabel 4.8 Hasil Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Secara Keseluruhan pada Siklus II .....	50
Tabel 4.9 Peningkatan <i>Roll</i> Belakang Siswa pada Siklus I dan Siklus II .....	53

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	18
Gambar 3.1 Siklus PTK .....	19
Gambar 4.1 Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Untuk Kategori Gerakan Awalan pada Siklus I .....	32
Gambar 4.2 Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Untuk Kategori Gerakan Pelaksanaan pada Siklus I .....	34
Gambar 4.3 Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Untuk Kategori Gerakan Akhir pada Siklus I .....	35
Gambar 4.4 Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Secara Keseluruhan pada Siklus I .....	36
Gambar 4.5 Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Untuk Kategori Gerakan Awalan pada Siklus II .....	47
Gambar 4.6 Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Untuk Kategori Gerakan Pelaksanaan pada Siklus II .....	48
Gambar 4.7 Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Untuk Kategori Gerakan Akhir pada Siklus II .....	49
Gambar 4.8 Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa Secara Keseluruhan pada Siklus II .....	51
Gambar 4.9 Grafik Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Pada Siklus I dan Siklus II .	54

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa pada Siklus I.....	61
Lampiran 2. Hasil Pengamatan Kemampuan <i>Roll</i> Belakang Siswa pada Siklus II.....	65
Lampiran 3. Dokumentasi Penelitian .....	69

## INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan kemampuan *roll* belakang dengan menggunakan media pembelajaran pada siswa kelas V UPT SD Negeri 191 Arusu Kecamatan Malangke Barat Kabupaten Luwu Utara. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas dengan subjek penelitian berjumlah 19 orang yang merupakan siswa kelas V UPT SD Negeri 191 Arusu Kecamatan Malangke Barat Kabupaten Luwu Utara. Pengumpulan data dilakukan tes dan observasi terhadap kemampuan *roll* belakang siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media pembelajaran dapat meningkatkan kemampuan *roll* belakang siswa kelas V UPT SD Negeri 191 Arusu Kecamatan Malangke Barat Kabupaten Luwu Utara. Hal ini terbukti dari ketuntasan belajar yang selalu meningkat secara signifikan dari pelaksanaan tindakan pada siklus I sebesar 31,58% mengalami peningkatan pada siklus II menjadi 84,21%.

**Kata Kunci:** Kemampuan, *Roll* Belakang

## **ABSTRACT**

*This study aimed to determine the improvement of back roll ability by using learning media for fifth grade students of UPT SD Negeri 191 Arusu, West Malangke District, North Luwu Regency. The type of this research was classroom action research there were 19 research subjects who are fifth grade students of UPT SD Negeri 191 Arusu, West Malangke District, North Luwu Regency. The data was collected by testing and observing the students' back roll ability. The results show that the use of instructional media could improve the back roll ability of fifth grade students of UPT SD Negeri 191 Arusu, West Malangke District, North Luwu Regency. This can be seen from the learning mastery which always increases significantly from the implementation of the action in the first cycle of 31.58% and increased in the second cycle to 84.21%.*

**Keywords:** *Ability, Back Roll*



Imran

IMRAN.pptx

Sources Overview

20%

OVERALL SIMILARITY

1	repository.unib.ac.id INTERNET	7%
2	documents.mx INTERNET	3%
3	id.123dok.com INTERNET	3%
4	id.wikipedia.org INTERNET	3%
5	eprints.uns.ac.id INTERNET	2%
6	id.scribd.com INTERNET	2%



Excluded search repositories:

- Submitted Works
- Publications
- Crossref
- Crossref Posted Content

Excluded from document:

- Small Matches (less than 25 words)

Excluded sources:

- None