

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI, PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA
MASYARAKAT (LPPM)

Lt. 2 Gedung MCC Universitas Muhammadiyah Palopo
Jl. Jend. Sudirman Km. 03 Binturu, Kota Palopo (91959) – Telp/Fax: (0471) 327429

Nomor : 004/III.3.AU/LPPM/F/2021 Palopo, 14 januari 2021
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth,
Kepala SMAN 5 Luwu
Di _____
Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, disampaikan bahwa mahasiswa tingkat akhir yang akan menyelesaikan studi Strata Satu (S.1) pada Universitas Muhammadiyah Palopo diwajibkan menyusun karya ilmiah (Skripsi) sebagai salah satu syarat penyelesaian studi. Oleh karena itu, mahasiswa yang bersangkutan akan melakukan penelitian untuk memperoleh data yang valid guna mendukung dan terlaksananya penyusunan Skripsi. Sehubungan dengan maksud tersebut, mohon kiranya diberikan izin meneliti, kepada:

Nama	:	Nursamsia
Stambuk/NIRM	:	1685201065
Jenis Kelamin	:	Perempuan
Fakultas	:	FKIP
Jurusan/Program Studi	:	Pendidikan Jasmani
Alamat	:	Bajo Barat, Kab. Luwu
No. Hp.	:	082259159280

Mohon kiranya Bapak/Ibu berkenan memberikan izin penelitian untuk penulisan Skripsi dengan judul "**Upaya Meningkatkan Pukulan Forehand Tenis Meja Melalui Latihan Model Berpasangan Pada Siswa Kelas XI SMAN 5 Luwu**".

Demikian permohonan dari kami, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalamu'Alaikum Wr. Wb.

Kepala,


Goso, S.E., M.M
NIDN: 0912067603

Tembusan:
- Ketua Prodi
- Pertinggal

Lampiran 2. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMAN 5 Luwu
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / Ganjil
Pertemuan	: 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu	: 4 X 45 menit

A. Kompetensi Inti

1. KI-1 dan KI-2: Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, santun, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), bertanggung jawab, responsif, dan pro-aktif dalam berinteraksi secara efektif sesuai dengan perkembangan anak di lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan alam sekitar, bangsa, negara, kawasan regional, dan kawasan internasional.
2. KI-3: Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahu tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
3. K14: Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator
3.2 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	<ol style="list-style-type: none">1. Mengidentifikasi gerakan teknik dasar permainan tennis meja yang diperagakan oleh guru atau peserta didik yang mampu (pukulan <i>forehand</i>, <i>backhand</i>, <i>servis</i>, dan <i>smash</i>)2. Mengidentifikasi teknik dasar permainan tenis meja.3. Mengidentifikasi informasi berkaitan dengan teknik dasar

	<p>permaian tenis meja dari buku atau pun media yang lainnya.</p> <p>4. Memahami kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan pola keterampilan gerak permainan tenis meja .</p> <p>5. Menirukan berbagai teknik dasar keterampilan gerak memegang bet, servis <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> dan memukul bola dalam berbagai situasi yang dilakukan dalam bentuk bermain.</p> <p>6. Membandingkan pukulan <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> serta memilih pukulan yang harus dilakukan sesuai dengan arah datangnya bola dan arah yang harus dituju.</p>
4.2 Mempraktik-kan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	<p>1. Melakukan gerakan teknik memegang bet, pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i>, servis, <i>smash</i> pada permainan tenis meja.</p> <p>2. Melakukan gerakan variasi dan kombinasi teknik memegang bet, pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i>, servis, <i>smash</i> pada permainan tenis meja.</p> <p>3. Mencoba tugas keterampilan gerak permainan tenis meja ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerja sama, dan percaya diri.</p>

C. Tujuan Pembelajaran

1. Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat.
2. Mengidentifikasi gerakan teknik dasar permainan tenis meja yang diperagakan oleh guru atau peserta didik yang mampu (pukulan *forehand*, *backhand*, *servis*, dan *smash*).
3. Mengidentifikasi teknik dasar permainan tenis meja.
4. Mengidentifikasi informasi berkaitan dengan teknik dasar permainan tenis meja dari buku atau pun media yang lainnya.

4. Memahami kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan pola keterampilan gerak permainan tenis meja .
5. Menirukan berbagai teknik dasar keterampilan gerak memegang bet, *servis forehand* dan *backhand*, dan memukul bola dalam berbagai situasi yang dilakukan dalam bentuk bermain.
6. Membandingkan pukulan *forehand* dan *backhand* serta memilih pukulan yang harus dilakukan sesuai dengan arah datangnya bola dan arah yang harus dituju.
7. Bermain tenis meja menggunakan peraturan sesungguhnya dengan menrapkan teknik permainan yang telah diperolehnya.

D. Materi Pembelajaran

1. Koordinasi teknik dasar memukul *forehand*, memukul *backhand*, *servis* dan *smash* tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

E. Metode Pembelajaran

Metode yang digunakan dalam pembelajaran pemainan tenis meja antara lain:

1. Cakupan (*Inclusive*).
2. Demonstrasi.
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and Whole*).
4. Timbal-balik (*Resiprokal*).
5. Pendekatan Pembelajaran Kontekstual.
6. Pendekatan Scientific.

F. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran:
 - a. Bat/pemukul
 - b. Bola pingpong
 - c. Lapangan permainan tenis meja atau lapangan sejenisnya
 - d. Net/jaring tenis meja
 - e. Peluit
2. Sumber Pembelajaran:
 - a. Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas XI, Buku PJOK lain yang relevan, internet, narasumber, lingkungan sekitar, dan sumber lain yang relevan
 - b. Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 - c. Buku permainan tenis meja
 - d. Media elektronik
 - e. Audio/video visual teknik dasar permainan tenis meja
 - f. Rekaman/cuplikan pertandingan tenis meja.

G. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan Ke-1		
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberi salam dan mengajak semua suswa berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing. 2. Guru mengecek kehadiran siswa sebagai sikap disiplin. 3. Memotivasi siswa agar tertarik dalam mengikuti materi pembelajaran yang akan disampaikan. 4. Guru mengawali pembelajaran dengan menggali pengetahuan tentang pelajaran yang akan dipelajari. 5. Berlari mengelilingi lapangan tenis meja 6. Pemanasan khusus tenis meja dalam bentuk permainan. 	15 Menit
Kegiatan Inti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menyampaikan materi yang akan ajarkan hari ini. 2. Guru memberikan penjelasan cara melakukan latihan koordinasi teknik dasar memukul <i>forehand</i> dengan koordinasi yang baik. 3. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar memukul <i>forehand</i>, dengan koordinasi yang baik dengan berpasangan. 4. Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi). 5. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang materi yang belum dimengerti. 6. Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui. 7. Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. 	60 Menit
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menyampaikan nilai-nilai yang dapat diperoleh dari materi. 2. Guru dan siswa bersama-sama menyimpulkan materi pembelajaran. 3. Guru melakukan refleksi terhadap proses pembelajaran. 4. Guru menutup pertemuan dengan 	15 Menit

	mengucapkan salam.	
Pertemuan Ke-2		
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> Guru memberi salam dan mengajak semua suswa berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing. Guru mengecek kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin. Memotivasi siswa agar tertarik dalam mengikuti materi pembelajaran yang akan disampaikan. Guru mengawali pembelajaran dengan menggali pengetahuan tentang pelajaran yang akan dipelajari. Pemanasan khusus tenis meja dalam bentuk permainan. 	10 Menit
Kegiatan Inti	<ol style="list-style-type: none"> Tes unjuk kerja (psikomotorik) kemampuan memukul <i>forehand</i>. Tes pengetahuan tentang pembelajaran permainan tenis meja. 	70 Menit
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> Pendinginan (<i>colling down</i>). Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari. Guru merefleksikan hasil pembelajaran. Guru menutup pertemuan dengan mengucapkan salam. 	10 Menit

H. Penilaian

1. Tes Unjuk Keterampilan (Psikomotorik)
2. Penilaian Sikap (Afektif)
3. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Luwu, 30 Januari 2021

Mengetahui
Kepala Sekolah

Guru Mata Pelajaran

Ir. JUFRI, M.Pd
NIP. 19760429 200801 1 008

.....
NIP.

Lampiran 3. Rubrik Penilaian dan Lembar Penilaian Tes Psikomotorik

**RUBRIK PENILAIAN TES PSIKOMOTORIK
KEMAMPUAN PUKULAN FOREHAND TENIS MEJA**

Aspek yang Dinilai	Kriteria Penelitian	Rentang Skor
Sikap Awal	1. Pegang bet dengan rileks dan berada di depan badan. 2. Berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu, dan kaki kanan sedikit di belakang 3. Kedua lutut sedikit ditekuk. 4. Badan condong kedepan dan tumit sedikit diangkat.	1-4
Pelaksanaan	1. Putar togok kekanan dan diikuti tangan kanan tangan. 2. Berat badan pada kaki belakang. 3. Putar togok kekiri diikuti lengan yang membawa bet. 4. Perkenaan bola pada sisi tengah bagian bawah bet.	1-4
Sikap Akhir	1. Bet bergerak kearah bawah mata kiri. 2. Menunjukan jarum jam angka 11. 3. Pandangan ke arah laju bola. 4. Berat badan di kaki kiri	1-4
Skor Total = 12		

Prosedur Penilaian:

- Nilai 4 jika 4 kriteria terpenuhi.
- Nilai 4 jika 3 kriteria terpenuhi.
- Nilai 2 jika 2 kriteria terpenuhi.
- Nilai 1 jika 1 kriteria terpenuhi.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Total}} \times 100$$

**LEMBAR PENILAIAN TES PSIKOMOTORIK
KEMAMPUAN PUKULAN *FOREHAND* TENIS MEJA**

Nama Sekolah :

Kelas/Semester :

Mata Pelajaran :

No.	Nama Siswa	Aspek yang Diamati			Skor	Nilai	Kategori
		A	B	C			
1.							
2.							
3.							
4.							
dst							

Keterangan:

- A. Sikap Awal
- B. Pelaksanaan
- C. Sikap Akhir

Lampiran 4. Rubrik Penilaian dan Lembar Penilaian Afektif

RUBRIK PENILAIAN AFEKTIF

Aspek yang Dinilai	Kriteria Penilaian	Skor
Disiplin	1. Mematuhi perintah. 2. Mengikuti kesepakatan. 3. Tidak mengganggu teman. 4. Mengikuti permainan.	1-4
Kerjasama	1. Saling membantu. 2. Saling mengingatkan. 3. Membantu teman yang mengalami kesulitan dalam melakukan pembelajaran. 4. Memberi support kepada teman.	1-4
Kejujuran	1. Tidak melanggar aturan. 2. Melewati patok yang telah ditentukan. 3. Tidak menjemput tongkat sebelum sampai pada garis yang ditentukan. 4. Tidak melemparkan tongkat.	1-4
Skor Total = 12		

Prosedur Penilaian:

1. Nilai 4 jika 4 kriteria terpenuhi.
2. Nilai 4 jika 3 kriteria terpenuhi.
3. Nilai 2 jika 2 kriteria terpenuhi.
4. Nilai 1 jika 1 kriteria terpenuhi.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Total}} \times 100$$

LEMBAR PENILAIAN AFEKTIF

Nama Sekolah :

Kelas/Semester :

Mata Pelajaran :

No.	Nama Siswa	Aspek yang Diamati			Skor	Nilai	Kategori
		A	B	C			
1.							
2.							
3.							
4.							
dst							

Keterangan:

- A. Disiplin
- B. Kerjasama
- C. kejujuran

Lampiran 5. Rubrik dan Lembar Penilaian Tes Kognitif

SOAL SIKLUS I

1. Nama lain dari permainan tenis meja adalah...
 - a. Ping-pong
 - b. Basket
 - c. Badminton
 - d. Sepak bola
2. Tenis meja pertama kali dipopulerkan oleh ...
 - a. Dr. Foerge Lehman
 - b. William G. Morgan
 - c. James Naismith
 - d. Phog Allen
3. Di Indonesia, Induk olahraga tenis meja yaitu ...
 - a. PBSI
 - b. PRSI
 - c. PSSI
 - d. PTMSI
4. Tenis meja adalah permainan yang menggunakan jenis bola....
 - a. Besar
 - b. Sedang
 - c. Kecil
 - d. Basket
5. Peralatan tenis meja yang biasanya digunakan untuk memukul bola disebut....
 - a. Bet
 - b. Bola
 - c. Net
 - d. Meja tenis
6. Pembatas yang memisahkan area pada masing-masing pemain disebut...
 - a. Bet
 - b. Net
 - c. Tiang
 - d. Meja
7. Yang termasuk kedalam macam-macam pukulan tenis meja, diantaranya...
 - a. Vertical, horizontal, lob
 - b. Smash, backhand, forehand
 - c. Lurus, lob, vertical
 - d. Horizontal, dropshot, drive

8. Berapakah tinggi net pada permainan tenis meja...
 - a. 13,0 cm
 - b. 15,0 cm
 - c. 15,25 cm
 - d. 14,25 cm
9. Gerakan bet bet ke depan, posisi bet tertutup (sisi depan bet menghadap ke bawah). Perhatikan arah datangnya bola, setelah bola memantul dari meja, perkenaan bola dengan bet tepat pada tengah adalah proses dari pukulan...
 - a. Forehand block
 - b. Backhand block
 - c. Backhand drive
 - d. Forehand chop
10. Lengan bawah membentuk sudut sekitar 90 derajat dengan siku ditekan ke depan. Selama melakukan pukulan bola posisi raket tebuka. Merupakan teknik dari memukul raket secara...
 - a. Shakehand grip
 - b. Side stance
 - c. Square stance
 - d. Forehand

Kunci jawaban

1. Ping-pong
2. a. Dr. Foerge Lehman
3. d. PTMSI
4. b. Kecil
5. a. Bet
6. b. Net
7. b. Smash, backhand, forehand
8. c. 15,25 cm
9. a. Forehand block
10. d. Forehand

SOAL SIKLUS II

1. Tekuk tiga jari yang lainnya pada sisi bet yang lain atau meluruskannya mengarah ke bagian bawah bet dengan jari yang dirapatkan. Merupakan teknik dari memegang bet secara...
 - a. Footwork
 - b. Shakehand grip
 - c. Square stance
 - d. Penhold grip
2. Adapun teknik memegang bet tenis meja secara umum yaitu Penhold grip. Penhold grip berasal dari 2 kata yaitu, "penhold" yang berarti...
 - a. Mendorong
 - b. Melambung
 - c. Berjabat
 - d. Memegang pena
3. Ukuran lapangan tenis meja secara penuh ialah...
 - a. Panjang 2,74 m, lebar 1,525 m, dan tinggi 76 cm yang dihitung dari permukaan tanah
 - b. Panjang 3,74 m, lebar 2,525 m, dan tinggi 66 cm yang dihitung dari permukaan bawah tanah
 - c. Panjang 3,50 m, lebar 1,525 m, dan tinggi 86 cm yang dihitung dari permukaan laut
 - d. Panjang 2,74 m, lebar 1,525 m, dan tinggi 76 cm yang dihitung dari permukaan tanah
4. Kaki kiri diletakkan di depan dan kaki kanan di belakang. Badan dimiringkan sedikit ke kanan sehingga berat badan berumpu pada kaki kanan. Merupakan pukulan secara...
 - a. Smash forehand
 - b. Smash Grip
 - c. Smash backhand
 - d. Smash hand
5. Pukulan bola tenis meja dengan sekuatnya dan secepatnya dengan teknik forehand atau pukulan dari posisi samping tubuh termasuk dalam jenis teknik pukulan...
 - a. Shakehand grip
 - b. Forehand Fast Serve
 - c. Forehand Pendulum Serve
 - d. Backhand Sidespin Serve
6. Dasar dari permainan tenis meja ialah...
 - a. Menendang
 - b. Mendorong

- c. Melempar
 - d. Memukul
7. Gerakkan bet ke depan condong ke bawah. Usahakan kontak dengan bola terjadi di depan kanan badan. Perkenaan bola pada sisi bet depan agak bawah dan perkenaan pada bola pada sisi bawah bola merupakan proses melakukan pukulan ...
- a. Forehand drive
 - b. Backhand drive
 - c. Forehand chop
 - d. Backhand chop
8. Gerakan lengan pada teknik pukulan forehand saat bola memantul meja tenis adalah gerak ...
- a. Ayunan penuh ke belakang
 - b. Ayunan penuh ke depan atas
 - c. Ayunan penuh ke samping
 - d. Ayunan penuh ke atas
9. Cara memegang bet ada dua yaitu ...
- a. Spin dan smash
 - b. Backhand dan chop
 - c. Shakehand dan penholder
 - d. Kanan dan kiri
10. Tinggi meja dari lantai lapangan adalah ...
- a. 76 cm
 - b. 87 cm
 - c. 89 cm
 - d. 67 cm

Kunci Jawaban

1. d. Penhold grip
2. Memegang pena
3. Panjang 2,74 m, lebar 1,525 m, dan tinggi 76 cm yang dihitung dari permukaan tanah.
4. Smash forehand
5. b. Forehand Fast Serve
6. d. Memukul
7. c. Forehand chop
8. b. Ayunan penuh ke depan atas
9. c. Shakehand dan penholder
10. a. 76 cm

LEMBAR PENILAIAN TES KOGNITIF

Nama Sekolah :

Kelas/Semester :

Mata Pelajaran :

Lampiran 6. Hasil Observasi Siklus I

1. Hasil Observasi Aspek Psikomotorik

No	Nama Murid	Skor Aspek yang Diamati			Jumlah Skor	Nilai Akhir	Kategori
		A	B	C			
1	Adeliyah	4	3	2	9	75	Tuntas
2	Adjie Hurmadi	3	3	3	9	75	Tuntas
3	Adly Laluna	3	2	3	8	67	Tidak Tuntas
4	Afrina. S	2	2	3	7	58	Tidak Tuntas
5	Aldi	2	2	2	6	50	Tidak Tuntas
6	Andi Aqila Azwah	2	2	2	6	50	Tidak Tuntas
7	Ardiansyah	2	2	3	7	58	Tidak Tuntas
8	Atira Putri Kadir	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
9	Ayu Antika	4	3	4	11	92	Tuntas
10	Dian Pramana Putra	3	3	3	9	75	Tuntas
11	Imroatus Soleha	4	3	4	11	92	Tuntas
12	Ivan Firjatullah Mus	3	3	3	9	75	Tuntas
13	Jurhani	3	2	2	7	58	Tidak Tuntas
14	Luthfi Giovanny Sultan	3	3	3	9	75	Tuntas
15	Marwah	2	1	2	5	42	Tidak Tuntas
16	Muh. Agung Al Aziz	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
17	Muh. Fayis Dzaky	3	2	2	7	58	Tidak Tuntas
18	Muh. Taufik Harun	2	2	2	6	50	Tidak Tuntas
19	Muh. Yusuf Abidin	3	3	3	9	75	Tuntas
20	Muh. Syahid	3	3	3	9	75	Tuntas
21	Muhammad Rival Fauzan	2	3	3	8	67	Tidak Tuntas
22	Muthi'ah Nur Fauziah	3	2	2	7	58	Tidak Tuntas
23	Nadia Mulya Ruslin	3	2	2	7	58	Tidak Tuntas
24	Nanda Verani	2	2	2	6	50	Tidak Tuntas
25	Nurul Fahira Tasbi	3	2	2	7	58	Tidak Tuntas
26	Preti	2	2	3	7	58	Tidak Tuntas
27	Reza Anugerah Putri	2	2	2	6	50	Tidak Tuntas
28	Shinta Bella Musafir	3	2	2	7	58	Tidak Tuntas

2. Hasil Observasi Aspek Afektif

No	Nama Murid	Skor Aspek yang Diamati			Jumlah Skor	Nilai Akhir	Kategori
		A	B	C			
1	Adeliyah	3	3	3	9	75	Tuntas
2	Adjie Hurmadi	4	3	3	10	83	Tuntas
3	Adly Laluna	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
4	Afrina. S	3	2	3	8	67	Tidak Tuntas
5	Aldi	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
6	Andi Aqila Azwah	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
7	Ardiansyah	3	2	3	8	67	Tidak Tuntas
8	Atira Putri Kadir	3	3	3	9	75	Tuntas
9	Ayu Antika	4	3	3	10	83	Tuntas
10	Dian Pramana Putra	3	3	3	9	75	Tuntas
11	Imroatus Soleha	4	3	4	11	92	Tuntas
12	Ivan Firjatullah Mus	3	3	4	10	83	Tuntas
13	Jurhani	2	3	3	8	67	Tidak Tuntas
14	Luthfi Giovanny Sultan	4	3	4	11	92	Tuntas
15	Marwah	2	3	2	7	58	Tidak Tuntas
16	Muh. Agung Al Aziz	3	2	3	8	67	Tidak Tuntas
17	Muh. Fayis Dzaky	2	3	2	7	58	Tidak Tuntas
18	Muh. Taufik Harun	2	3	3	8	67	Tidak Tuntas
19	Muh. Yusuf Abidin	4	3	4	11	92	Tuntas
20	Muh. Syahid	3	4	2	9	75	Tuntas
21	Muhammad Rival Fauzan	2	4	2	8	67	Tidak Tuntas
22	Muthi`ah Nur Fauziah	3	2	2	7	58	Tidak Tuntas
23	Nadia Mulya Ruslin	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
24	Nanda Verani	3	2	3	8	67	Tidak Tuntas
25	Nurul Fahira Tasbi	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
26	Preti	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
27	Reza Anugerah Putri	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
28	Shinta Bella Musafir	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas

3. Hasil Observasi Aspek Kognitif

No	Nama Murid	Skor Aspek yang Diamati										Jumlah Skor	Nilai Akhir	Kategori
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	Adeliyah	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	8	80	Tuntas
2	Adjie Hurmadi	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	8	80	Tuntas
3	Adly Laluna	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	7	70	Tidak Tuntas
4	Afrina. S	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	6	60	Tidak Tuntas
5	Aldi	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	4	40	Tidak Tuntas
6	Andi Aqila Azwah	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	5	50	Tidak Tuntas
7	Ardiansyah	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	5	50	Tidak Tuntas
8	Atira Putri Kadir	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	6	60	Tidak Tuntas
9	Ayu Antika	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9	90	Tuntas
10	Dian Pramana Putra	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	8	80	Tuntas
11	Imroatus Soleha	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	90	Tuntas
12	Ivan Firjatullah Mus	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	7	70	Tidak Tuntas
13	Jurhani	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	8	80	Tuntas
14	Luthfi Giovanny Sultan	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	6	60	Tidak Tuntas
15	Marwah	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	5	50	Tidak Tuntas
16	Muh. Agung Al Aziz	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	5	50	Tidak Tuntas
17	Muh. Fayis Dzaky	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	4	40	Tidak Tuntas
18	Muh. Taufik Harun	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	6	60	Tidak Tuntas
19	Muh. Yusuf Abidin	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	90	Tuntas
20	Muh. Syahid	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	8	80	Tuntas

21	Muhammad Rival Fauzan	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	6	60	Tidak Tuntas
22	Muthi`ah Nur Fauziah	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	6	60	Tidak Tuntas
23	Nadia Mulya Ruslin	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	5	50	Tidak Tuntas
24	Nanda Verani	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	6	60	Tidak Tuntas
25	Nurul Fahira Tasbi	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	5	50	Tidak Tuntas
26	Preti	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	4	40	Tidak Tuntas
27	Reza Anugerah Putri	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	4	40	Tidak Tuntas
28	Shinta Bella Musafir	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	7	70	Tidak Tuntas

4. Rekapitulasi Hasil Observasi Siklus I

No	Nama Murid	Nilai Akhir Aspek yang Diamati			Jumlah	Rata-rata	Kategori
		Psikomotorik	Afektif	Kognitif			
1	Adeliyah	75	75	80	230	77	Tuntas
2	Adjie Hurmadi	75	83	80	238	79	Tuntas
3	Adly Laluna	67	67	70	203	68	Tidak Tuntas
4	Afrina. S	58	67	60	185	62	Tidak Tuntas
5	Aldi	50	67	40	157	52	Tidak Tuntas
6	Andi Aqila Azwah	50	67	50	167	56	Tidak Tuntas
7	Ardiansyah	58	67	50	175	58	Tidak Tuntas
8	Atira Putri Kadir	67	75	60	202	67	Tidak Tuntas
9	Ayu Antika	92	83	90	265	88	Tuntas
10	Dian Pramana Putra	75	75	80	230	77	Tuntas
11	Imroatus Soleha	92	92	90	273	91	Tuntas
12	Ivan Firjatullah Mus	75	83	70	228	76	Tuntas
13	Jurhani	58	67	80	205	68	Tidak Tuntas
14	Luthfi Giovanny Sultan	75	92	60	227	76	Tuntas
15	Marwah	42	58	50	150	50	Tidak Tuntas
16	Muh. Agung Al Aziz	67	67	50	183	61	Tidak Tuntas
17	Muh. Fayis Dzaky	58	58	40	157	52	Tidak Tuntas
18	Muh. Taufik Harun	50	67	60	177	59	Tidak Tuntas
19	Muh. Yusuf Abidin	75	92	90	257	86	Tuntas
20	Muh. Syahid	75	75	80	230	77	Tuntas

21	Muhammad Rival Fauzan	67	67	60	193	64	Tidak Tuntas
22	Muthi`ah Nur Fauziah	58	58	60	177	59	Tidak Tuntas
23	Nadia Mulya Ruslin	58	67	50	175	58	Tidak Tuntas
24	Nanda Verani	50	67	60	177	59	Tidak Tuntas
25	Nurul Fahira Tasbi	58	67	50	175	58	Tidak Tuntas
26	Preti	58	67	40	165	55	Tidak Tuntas
27	Reza Anugerah Putri	50	67	40	157	52	Tidak Tuntas
28	Shinta Bella Musafir	58	67	70	195	65	Tidak Tuntas

Lampiran 7. Hasil Observasi Siklus II

1. Hasil Observasi Aspek Psikomotorik

No	Nama Murid	Skor Aspek yang Diamati			Jumlah Skor	Nilai Akhir	Kategori
		A	B	C			
1	Adeliyah	4	3	3	10	83	Tuntas
2	Adjie Hurmadi	4	3	4	11	92	Tuntas
3	Adly Laluna	4	3	3	10	83	Tuntas
4	Afrina. S	3	3	3	9	75	Tuntas
5	Aldi	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
6	Andi Aqila Azwah	3	2	3	8	67	Tidak Tuntas
7	Ardiansyah	4	3	3	10	83	Tuntas
8	Atira Putri Kadir	3	4	3	10	83	Tuntas
9	Ayu Antika	4	4	4	12	100	Tuntas
10	Dian Pramana Putra	4	3	4	11	92	Tuntas
11	Imroatus Soleha	4	4	4	12	100	Tuntas
12	Ivan Firjatullah Mus	4	3	3	10	83	Tuntas
13	Jurhani	4	3	3	10	83	Tuntas
14	Luthfi Giovanny Sultan	4	3	3	10	83	Tuntas
15	Marwah	3	2	3	8	67	Tidak Tuntas
16	Muh. Agung Al Aziz	4	3	3	10	83	Tuntas
17	Muh. Fayis Dzaky	3	3	3	9	75	Tuntas
18	Muh. Taufik Harun	4	3	4	11	92	Tuntas
19	Muh. Yusuf Abidin	4	3	4	11	92	Tuntas
20	Muh. Syahid	4	4	4	12	100	Tuntas
21	Muhammad Rival Fauzan	4	3	3	10	83	Tuntas
22	Muthi`ah Nur Fauziah	4	3	3	10	83	Tuntas
23	Nadia Mulya Ruslin	4	3	4	11	92	Tuntas
24	Nanda Verani	3	3	3	9	75	Tuntas
25	Nurul Fahira Tasbi	3	2	3	8	67	Tidak Tuntas
26	Preti	4	3	3	10	83	Tuntas
27	Reza Anugerah Putri	4	3	4	11	92	Tuntas
28	Shinta Bella Musafir	3	2	3	8	67	Tidak Tuntas

2. Hasil Observasi Aspek Afektif

No	Nama Murid	Skor Aspek yang Diamati			Jumlah Skor	Nilai Akhir	Kategori
		A	B	C			
1	Adeliyah	4	4	4	12	100	Tuntas
2	Adjie Hurmadi	4	3	4	11	92	Tuntas
3	Adly Laluna	4	3	4	11	92	Tuntas
4	Afrina. S	4	3	3	10	83	Tuntas
5	Aldi	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
6	Andi Aqila Azwah	4	3	3	10	83	Tuntas
7	Ardiansyah	4	3	3	10	83	Tuntas
8	Atira Putri Kadir	4	3	4	11	92	Tuntas
9	Ayu Antika	4	4	4	12	100	Tuntas
10	Dian Pramana Putra	3	3	3	9	75	Tuntas
11	Imroatus Soleha	4	3	4	11	92	Tuntas
12	Ivan Firjatullah Mus	4	3	4	11	92	Tuntas
13	Jurhani	3	3	4	10	83	Tuntas
14	Luthfi Giovanny Sultan	4	4	4	12	100	Tuntas
15	Marwah	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
16	Muh. Agung Al Aziz	4	3	4	11	92	Tuntas
17	Muh. Fayis Dzaky	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
18	Muh. Taufik Harun	3	3	3	9	75	Tuntas
19	Muh. Yusuf Abidin	4	4	4	12	100	Tuntas
20	Muh. Syahid	4	4	3	11	92	Tuntas
21	Muhammad Rival Fauzan	4	4	3	11	92	Tuntas
22	Muthi'ah Nur Fauziah	3	2	3	8	67	Tidak Tuntas
23	Nadia Mulya Ruslin	4	3	3	10	83	Tuntas
24	Nanda Verani	4	2	3	9	75	Tuntas
25	Nurul Fahira Tasbi	4	3	4	11	92	Tuntas
26	Preti	3	3	3	9	75	Tuntas
27	Reza Anugerah Putri	3	3	2	8	67	Tidak Tuntas
28	Shinta Bella Musafir	3	3	3	9	75	Tuntas

3. Hasil Observasi Aspek Kognitif

No	Nama Murid	Skor Aspek yang Diamati										Jumlah Skor	Nilai Akhir	Kategori
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	Adeliyah	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100	Tuntas
2	Adjie Hurmadi	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	90	Tuntas
3	Adly Laluna	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9	90	Tuntas
4	Afrina. S	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	8	80	Tuntas
5	Aldi	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	7	70	Tidak Tuntas
6	Andi Aqila Azwah	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	90	Tuntas
7	Ardiansyah	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	8	80	Tuntas
8	Atira Putri Kadir	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9	90	Tuntas
9	Ayu Antika	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100	Tuntas
10	Dian Pramana Putra	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	8	80	Tuntas
11	Imroatus Soleha	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100	Tuntas
12	Ivan Firjatullah Mus	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9	90	Tuntas
13	Jurhani	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100	Tuntas
14	Luthfi Giovanny Sultan	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	90	Tuntas
15	Marwah	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	8	80	Tuntas
16	Muh. Agung Al Aziz	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	6	60	Tidak Tuntas
17	Muh. Fayis Dzaky	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	8	80	Tuntas
18	Muh. Taufik Harun	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	7	70	Tidak Tuntas
19	Muh. Yusuf Abidin	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100	Tuntas
20	Muh. Syahid	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9	90	Tuntas

21	Muhammad Rival Fauzan	0	1	1	1	1	0	1	1	1	8	80	Tuntas
22	Muthi`ah Nur Fauziah	1	0	1	1	1	0	1	0	1	7	70	Tidak Tuntas
23	Nadia Mulya Ruslin	1	1	1	0	1	1	1	1	0	8	80	Tuntas
24	Nanda Verani	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	90	Tuntas
25	Nurul Fahira Tasbi	1	0	1	1	1	1	0	1	1	8	80	Tuntas
26	Preti	1	1	0	1	1	1	0	1	1	8	80	Tuntas
27	Reza Anugerah Putri	1	1	0	1	1	1	1	1	0	8	80	Tuntas
28	Shinta Bella Musafir	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100	Tuntas

4. Rekapitulasi Hasil Observasi Siklus II

No	Nama Murid	Nilai Akhir Aspek yang Diamati			Jumlah	Rata-rata	Kategori
		Psikomotorik	Afektif	Kognitif			
1	Adeliyah	83	100	100	283	94	Tuntas
2	Adjie Hurmadi	92	92	90	273	91	Tuntas
3	Adly Laluna	83	92	90	265	88	Tuntas
4	Afrina. S	75	83	80	238	79	Tuntas
5	Aldi	67	67	70	203	68	Tidak Tuntas
6	Andi Aqila Azwah	67	83	90	240	80	Tuntas
7	Ardiansyah	83	83	80	247	82	Tuntas
8	Atira Putri Kadir	83	92	90	265	88	Tuntas
9	Ayu Antika	100	100	100	300	100	Tuntas
10	Dian Pramana Putra	92	75	80	247	82	Tuntas
11	Imroatus Soleha	100	92	100	292	97	Tuntas
12	Ivan Firjatullah Mus	83	92	90	265	88	Tuntas
13	Jurhani	83	83	100	267	89	Tuntas
14	Luthfi Giovanny Sultan	83	100	90	273	91	Tuntas
15	Marwah	67	67	80	213	71	Tidak Tuntas
16	Muh. Agung Al Aziz	83	92	60	235	78	Tuntas
17	Muh. Fayis Dzaky	75	67	80	222	74	Tidak Tuntas
18	Muh. Taufik Harun	92	75	70	237	79	Tuntas
19	Muh. Yusuf Abidin	92	100	100	292	97	Tuntas
20	Muh. Syahid	100	92	90	282	94	Tuntas

21	Muhammad Rival Fauzan	83	92	80	255	85	Tuntas
22	Muthi`ah Nur Fauziah	83	67	70	220	73	Tidak Tuntas
23	Nadia Mulya Ruslin	92	83	80	255	85	Tuntas
24	Nanda Verani	75	75	90	240	80	Tuntas
25	Nurul Fahira Tasbi	67	92	80	238	79	Tuntas
26	Preti	83	75	80	238	79	Tuntas
27	Reza Anugerah Putri	92	67	80	238	79	Tuntas
28	Shinta Bella Musafir	67	75	100	242	81	Tuntas

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian



Membaca Doa sebelum melakukan senam



Melakukan Pemanasan



Guru memberikan arahan kepada siswa



Memberikan Arahan cara baris-berbaris



Memberikan contoh kepada siswa pukulan *Forehand* dengan latihan model berpasangan



Siswa mempraktekkan pukulan *Forehand* dengan latihan model berpasangan

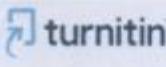


Siswa mempraktekkan pukulan *Forehand* dengan latihan model berpasangan



Foto bersama guru dan siswa

Lampiran 9. Hasil Uji Turnitin

 Similarity Report ID: oid:22918:8578244

PAPER NAME File Turnitin.docx	AUTHOR Nursamsia
WORD COUNT 10501 Words	CHARACTER COUNT 66330 Characters
PAGE COUNT 56 Pages	FILE SIZE 465.4KB
SUBMISSION DATE Jul 30, 2021 11:48 AM GMT+8	REPORT DATE Jul 30, 2021 11:54 AM GMT+8

● 34% Overall Similarity
The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

- 34% Internet database
- Crossref Posted Content database
- Crossref database
- 0% Submitted Works database

● Excluded from Similarity Report

- Publications database
- Small Matches (Less than 25 words)


Acc 01.07.11
Hannah

Summary