

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN SENAM LANTAI
GULING DEPAN MELALUI METODE PEMBELAJARAN KELOMPOK
KELAS IV SEKOLAH DASAR NEGERI TRESNOREJO**



Oleh:

MUHAROM

NIM. X4711342

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
JULI 2013**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muharom
NIM : X4711342
Jurusan/Program Studi : FKIP/Pendidikan Jasmani Kesehatan dan
Rekreasi

Menyatakan bahwa Skripsi saya berjudul “UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN SENAM LANTAI GULING DEPAN MELALUI METODE PEMBELAJARAN KELOMPOK KELAS IV SEKOLAH DASAR NEGERI TRESNOREJO” ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.


Surakarta, 6 Juli 2013

Yang membuat pernyataan



MUHAROM

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN SENAM LANTAI
GULING DEPAN MELALUI METODE PEMBELAJARAN KELOMPOK
KELAS IV SEKOLAH DASAR NEGERI TRESNOREJO**



Oleh:
MUHAROM
NIM. X4711342

Skripsi

**diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan
dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
JULI 2013**

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

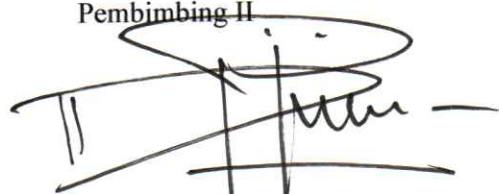


Surakarta, 21 Mei 2013

Pembimbing I


Drs. Bambang Wijanarko, M.Kes.
NIP 19620518 198702 1 001

Pembimbing II


Djoko Nugroho, S.Pd. M.Or.
NIP 19730305 200501 1 001

PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan di terima untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

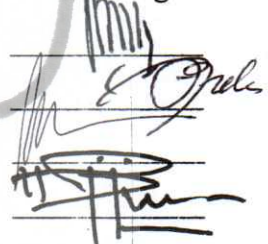
Hari : Sabtu

Tanggal : 6 Juli 2013

Tim Penguji Skripsi

Nama Terang
Ketua : Drs.H.Sunardi,M.Kes
Sekertaris : Febriani Fajar Ekawati,S.Pd.M.Or
Anggota I : Drs.Bambang Wijanarko,M.Kes
Anggota II : Djoko Nugroho,S.Pd.M.Or

Tanda Tangan



Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Sebelas Maret

Dekan.



Prof. Dr . H. M. Furqon Hidayatullah,M.Pd

NIP.19600727 198702100

MOTTO

“Orang sukses bukanlah orang yang selalu menang, tapi orang sukses adalah orang yang setiap kali jatuh dan setiap kali itu pula bangkit untuk berusaha menjadi lebih baik” (Penulis)

Jadilah orang yang senantiasa bermanfaat bagi orang lain dan jangan memanfaatkan orang lain. (Penulis)

Sukses dan kemajuan hanya dapat dicapai dengan jalan menambah ilmu pengetahuan. (Penulis)



PERSEMBAHAN

Teriring syukurku pada-Mu, kupersembahkan ini untuk:

- Istri tercinta, yang selalu memberikan do'a dan dukungan dan mengiringi langkah dalam menempuh pendidikan ini.
- Anak-anakku tercinta (Agus Erna Dewi).
- Dosen pembimbing, atas bimbingan dan kesabaran kalian aku bisa menyelesaikan study ini, semoga engkau mendapat sesuatu yang lebih dari pengorbanan waktu yang telah engkau berikan padaku.
- FKIP Universitas Sebelas Maret Surakarta, kampus tempat kutimba ilmu untuk kiprah berbahasa ekspresi bersastra penuh edukasi
- Kepala SD Negeri Tresnorejo yang selalu membimbing.
- Sahabat-sahabat, Guru dan Karyawan di SD Negeri Tresnorejo yang selalu memberi semangat dan motivasi.
- Rekan-rekan PPKHB angkatan IV yang tidak bisa ku sebutkan satu persatu.
- Siswa-siswi SD Negeri Tresnorejo.

ABSTRAK

Muharom. **MELALUI METODE PEMBELAJARAN KELOMPOK SEBAGAI UPAYA MENUMBUHKAN MOTIVASI SISWA BELAJAR GULING KE DEPAN PADA PEMBELAJARAN SENAM DI KELAS IV SD NEGERI TRESNOREJO KECAMATAN PETANAHAN KABUPATEN KEBUMEN TAHUN PELAJARAN 2012/2013.** Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta, Juni 2013.

Tujuan penelitian ini adalah: dalam pembelajaran kelompok dapat menumbuhkan motivasi siswa belajar guling kedepan pada pembelajaran senam lantai siswa kelas IV SD Negeri Tresnorejo Kecamatan Petanahan Kabupaten Kebumen Tahun Pelajaran 2012/2013.

Jenis penelitian ini adalah Skripsi dengan metode siklus. Subjek penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV SD Negeri Tresnorejo, Kecamatan Petanahan, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 dengan jumlah siswa 23 dengan rincian 14 siswa perempuan dan 9 siswa laki-laki. Pengumpulan data yang digunakan adalah menggunakan lembar pengamatan dan evaluasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif dengan menggunakan prosentase dalam menumbuhkan motivasi belajar siswa.

Tahapan yang dilaksanakan dalam pembelajaran menggunakan metode pembelajaran kelompok sebagai media pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan metode pembelajaran kelompok mampu menumbuhkan motivasi siswa kelas IV SD Negeri Tresnorejo Tahun Ajaran 2012/2013. Peningkatan dalam motivasi siswa dapat dilihat dari hasil siklus I hingga siklus II. Siklus I menumbuhkan motivasi siswa mencapai 60,2%, dan pada siklus II meningkat menjadi 87%.

Selain terjadi peningkatan pada proses dan hasil belajar siswa, terjadi peningkatan pula pada guru dalam mengajar. Pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran kelompok dapat mengajak guru untuk lebih kreatif, efektif, dan juga terampil dalam memanfaatkan teknologi sehingga proses penggunaan metode pembelajaran kelompok di kelas IV dapat berlangsung dengan bergairah, dan juga menyenangkan.

Kata Kunci : Metode pembuatan kelompok, motivasi belajar siswa, guling depan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul “Upaya Meningkatkan Kemampuan Senam Lantai Guling Depan Melalui Metode Pembelajaran Kelompok Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Tresnorejo” dengan lancar tanpa halangan sesuatu apapun, sesuai waktu yang ditentukan.

Pembuatan laporan ini dimaksudkan sebagai salah satu syarat tugas akhir untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, sebagai bukti bahwa telah melaksanakan perbaikan pembelajaran melalui Skripsi di sekolah dasar tempat penulis melaksanakan tugas sehari-hari.

Terlaksananya rangkaian kegiatan penelitian, hingga terwujudnya Skripsi ini tidak terlepas dari fasilitas, dukungan, dan bantuan berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Drs. H. Sunardi, M.Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Waluyo, S.Pd. M.Or selaku Ketua Program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Drs. Bambang Wijanarko, M.Kes., selaku Pembimbing I yang dengan sabar memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyelesaikan Penelitian Tindakan Kelas ini.
5. Djoko Nugroho, S.Pd. M.Or. selaku Pembimbing II yang dengan sabar memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyelesaikan Penelitian Tindakan Kelas ini.

6. Drs. H. Mulyono, M.M selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
7. Mujiono, S.Pd selaku Kepala Sekolah Dasar Negeri Tresnorejo Kecamatan Petanahan Kabupaten Kebumen.
8. Bapak serta Ibu guru SD Negeri Tresnorejo Kecamatan Petanahan Kabupaten Kebumen.
9. Siswa-siswi SD Negeri Tresnorejo Kecamatan Petanahan Kabupaten Kebumen.
10. Rekan-rekan guru Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
11. Semua pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian ini.

Skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan. Semoga Skripsi ini dapat menambah pengetahuan dan kemampuan guru secara khusus dan menambah wawasan dalam dunia pendidikan pada umumnya.

Surakarta, 6 Juli 2013

Penulis,

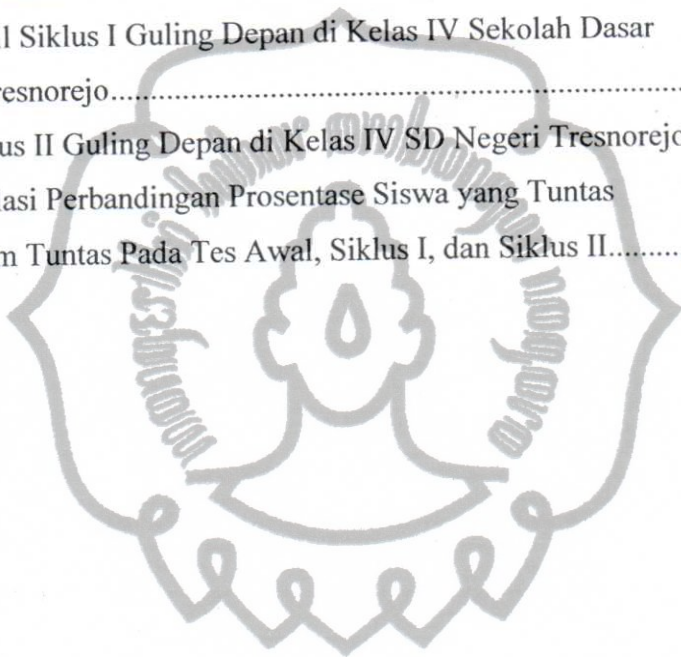
DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--------------------------------------|-----------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| HALAMAN PERNYATAAN | ii |
| HALAMAN PENGAJUAN..... | iii |
| HALAMAN PERSETUJUAN..... | iv |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | v |
| HALAMAN MOTTO | vi |
| HALAMAN PERSEMBAHAN..... | vii |
| HALAMAN ABSTRAK..... | viii |
| KATA PENGANTAR..... | ix |
| DAFTAR ISI..... | xi |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR GAMBAR..... | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Perumusan Masalah..... | 3 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 3 |
| D. Manfaat Hasil Penelitian..... | 3 |
| BAB II LANDASAN TEORI | 5 |
| A. Kajian Pustaka..... | 5 |
| 1. Belajar dan Pembelajaran | 5 |
| 2. Pengertian Senam | 7 |
| B. Kerangka Berpikir..... | 12 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 14 |
| A. Tempat dan Waktu Penelitian | 14 |
| B. Subjek Penelitian..... | 16 |
| C. Data dan Sumber Data..... | 16 |
| D. Pengumpulan Data | 17 |
| E. Uji Validitas Data..... | 18 |

| | |
|---|----|
| F. Analisis Data | 18 |
| G. Indikator Kinerja Penelitian | 19 |
| H. Prosedur Penelitian..... | 20 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 25 |
| A. Deskripsi Pra Tindakan | 25 |
| B. Deskripsi Tindakan Tiap Siklus | 27 |
| 1. Siklus I..... | 27 |
| 2. Siklus II | 32 |
| C. Perbandingan Hasil Tindakan Antar Siklus | 37 |
| D. Pembahasan..... | 39 |
| BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN | 40 |
| A. Simpulan..... | 40 |
| B. Implikasi..... | 40 |
| C. Saran..... | 41 |
| DAFTAR PUSTAKA | 42 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN..... | 43 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 3.1 Waktu Penelitian | 15 |
| Tabel 3.2 Teknik dan Alat Pengumpulan Data | 17 |
| Tabel 3.3 Prediksi Pencapaian Aktivitas dan Hasil Belajar Siswa | 20 |
| Tabel 4.1 Jumlah Siswa SD Negeri Tresnorejo Tahun Pelajaran 2012/2013 | 25 |
| Tabel 4.2 Data Siklus Awal Guling ke Depan di Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Tresnorejo..... | 26 |
| Tabel 4.3 Data Hasil Siklus I Guling Depan di Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Tresnorejo..... | 31 |
| Tabel 4.4 Data Siklus II Guling Depan di Kelas IV SD Negeri Tresnorejo .. | 36 |
| Tabel 4.5 Rekapitulasi Perbandingan Prosentase Siswa yang Tuntas dan Belum Tuntas Pada Tes Awal, Siklus I, dan Siklus II..... | 37 |



DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2.1 Siklus Kerangka Berfikir..... | 13 |
| 3.1 Tahap-tahap Prosedur Penelitian Tindakan Kelas..... | 24 |
| 4.1 Diagram Persentase Ketuntasan Siklus Awal | 26 |
| 4.2 Diagram Persentase Ketuntasan Tes Siklus I..... | 32 |
| 4.3 Diagram persentase Ketuntasan Tes Siklus II..... | 36 |
| 4.4 Diagram Ketuntasan Tes Awal, Siklus I, dan Siklus II..... | 38 |
| 4.5 Grafik Persentase Guling Kedepan | 38 |

