

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR ROLL DEPAN
OLAH RAGA SENAM LANTAI DENGAN PENGGUNAAN
BIDANG MIRING ANAK KELAS IV SD NEGERI
BAGUSAN TAHUN PELAJARAN
2014/2015**



**OLEH :
HERIYANTA
X4712547**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2014**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : HERIYANTA
NIM : X4712547
Jurusan/Program Studi : Penjaskesrek

menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR ROLL DEPAN OLAH RAGA SENAM LANTAI DENGAN PENGGUNAAN BIDANG MIRING ANAK KELAS IV SD NEGERI BAGUSAN TAHUN PELAJARAN 2014/2015**, ini benar-benar merupakan hasil karya 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, November 2014

Yang membuat pernyataan



Heriyanta

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR ROLL DEPAN
OLAH RAGA SENAM LANTAI DENGAN PENGGUNAAN
BIDANG MIRING ANAK KELAS IV SD NEGERI
BAGUSAN TAHUN PELAJARAN
2014/2015**

**OLEH :
HERIYANTA
X4712547**

Skripsi

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

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

2014

PERSETUJUAN

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



Surakarta, 16 Oktober 2014

Dosen Pembimbing I

Hendrig Joko Prasetyo, S.Pd, M.Or.
NIP. 198008052008011001

Dosen Pembimbing II

dr. Intan Suraya Ellyas, M.Or.
NIP. 198006132008122001

PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan mendapat gelar Sarjana Pendidikan.

Pada Hari : Jum'at

Tanggal : 21 Nopember 2014

Tim

Penguji Skripsi

Tanda Tangan

Ketua : Drs. H. Muh Mariyanto, M. Kes

Sekretaris : Singgih Hendarto, S.Pd., M. Pd.

Anggota 1 : Hendrig Joko Prasetyo, S.Pd., M.Or

Anggota 11: dr. Intan Suraya Ellyas, M.Or

Disahkan oleh:

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Sebelas Maret



Prof. Dr. H. M. Furgon Hidayatullah, M.Pd
NIP 19600727 198702 1 001

ABSTRAK

Heriyanta. UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR ROLL DEPAN OLAHRAGA SENAM LANTAI DENGAN PENGGUNAAN BIDANG MIRING ANAK KELAS IV SD NEGERI BAGUSAN TAHUN PELAJARAN 2014/2015. Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta. Desember 2014.

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar roll depan senam lantai pada siswa kelas IV SD Negeri Bagus melalui diskriptif dan media pembelajaran yang dimodifikasi.

Metode penelitian ini merupakan **Penelitian Tindakan Kelas (PTK)**. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, setiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subyek penelitian adalah siswa kelas IV SD Negeri Bagus Kecamatan Selopampang Kabupaten Temanggung tahun pelajaran 2014/2015 berjumlah 19 siswa terdiri atas 7 putra dan 12 putri. Data hasil belajar roll depan senam lantai diperoleh melalui test unjuk kerja, lembar observasi digunakan untuk mengumpulkan data kegiatan siswa di dalam mengikuti proses pembelajaran gerak dasar roll depan senam lantai melalui diskriptif dan media pembelajaran yang dimodifikasi **dengan bidang miring**.

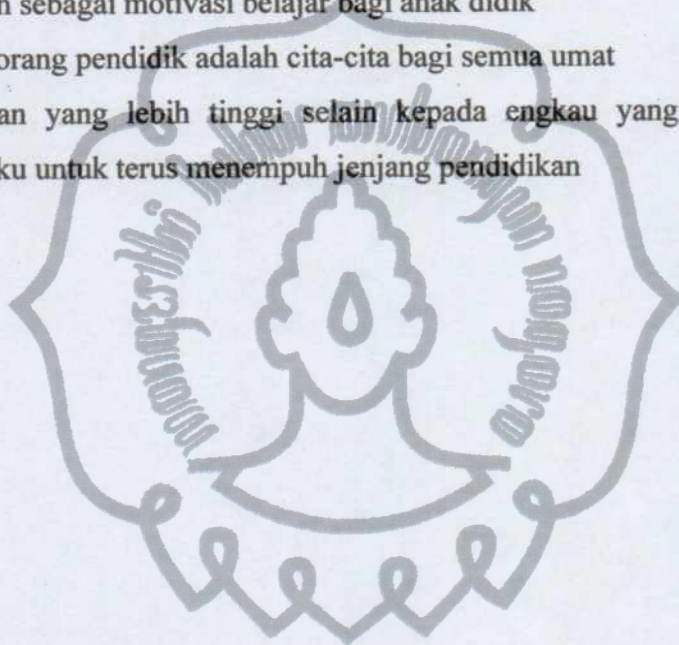
Hasil penelitian dapat menunjukkan bahwa melalui diskriptif dan media pembelajaran yang dimodifikasi dapat meningkatkan hasil belajar roll depan senam lantai. Dari hasil awal pra siklus ada 42 % anak yang belum tuntas atau pada kondisi awal yaitu 8 anak tidak tuntas atau 11 anak, kemudian di akhir siklus I sedikitnya meningkat yaitu 37% atau 7 anak yang tidak tuntas dan 63% atau 12 anak yang tuntas. Namun secara signifikan pada akhir siklus II dari anak 19 hanya ada 1 anak yang belum tuntas atau 5% anak tidak tuntas dan 95% anak tuntas atau 18/ anak.

Simpulan penelitian ini adalah upaya meningkatkan hasil belajar roll depan senam lantai melalui media pembelajaran yang dimodifikasi dengan bidang miring dapat meningkatkan hasil belajar roll depan senam lantai pada anak kelas IV SD Negeri Bagus Kecamatan Selopampang Kabupaten Temanggung tahun pelajaran 2014/2015.

Kata kunci: roll depan senam lantai, bidang miring

MOTTO

- * Guru adalah tiang penyangga bagi bangsa dan negara
- * Anak didik merupakan buah tangan yang perlu diukir sehingga memerlukan pengukir yang cerdas dan menjadi harapan bangsa, gurulah seorang pengukir yang handal
- * Bermain adalah sebagai motivasi belajar bagi anak didik
- * Pengabdian seorang pendidik adalah cita-cita bagi semua umat
- * Tiada ungkapan yang lebih tinggi selain kepada engkau yang memberi semangat bagiku untuk terus menempuh jenjang pendidikan



PERSEMBAHAN

Dengan diiringi kebesaran-Mu kupersembahkan karya ini untuk :

✱ Bapak Ali Sardi dan Ibu Suwanti

Doamu yang tiada henti dengan disertai kerja keras tiada henti sebagai pengorbanan yang tak mungkin kubalas, kami merasa bangga memiliki kalian berdua.

✱ Istri Tercinta Asri Muyana

Terima kasih yang tiada tara engkau telah memberi segala motivasi, dorongan dan dukungan sepenuhnya sehingga aku merasa semangat dalam menempuh perkuliahan.

✱ Untuk Anak-anakku Tersayang

Orlando Mardani dan Herfina Fitriani

terima kasih kalian telah ikut membantu dan mendoakan aku, tanpa kalian berdua niscaya kuliah ini dapat ditempuh.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, yang memberikan inspirasi, ilmu dan kemuliaan. Atas kehendak-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR ROLL DEPAN OLAHRAGA SENAM LANTAI DENGAN PENGGUNAAN BIDANG MIRING ANAK KELAS IV SD NEGERI BAGUSAN TAHUN PELAJARAN 2014/2015”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi JPOK, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta. Penulis menyadari bahwa terselesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi JPOK, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. HENDRIG JOKO PRASETYO, SPd. M. Or., selaku Pembimbing I, yang selalu memberikan motivasi dan bimbingan dalam menyusun skripsi.
5. dr. INTAN SURAYA ELLYAS, M. Or., selaku Pembimbing II, yang selalu memberikan pengarahan dan bimbingan dalam menyusun skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen JPOK FKIP UNS Surakarta yang secara tulus memberikan ilmu dan masukan-masukan kepada penulis.
7. Kepala Sekolah SD Negeri Bagus Kecamatan Selopampang Kabupaten Temanggung, yang telah memberikan kesempatan dan tempat guna pengambilan data penelitian.

8. Siswa kelas IV SD Negeri Bagusab Kecamatan Selopampang Kabupaten Temanggung Tahun Pelajaran 2014/2015, yang telah bersedia untuk partisipasi dalam pelaksanaan penelitian.
9. Abdul Wahab, S.Pd. I dan Heriyanta, selaku guru Penjas yang telah membantu, memberi bimbingan dalam penelitian.
10. Semua pihak yang turut membantu dalam menyusun skripsi ini yang tidak mungkin disebut satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan karena keterbatasan penulis. Meskipun demikian, penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca umumnya.

Surakarta, November 2014

Penulis

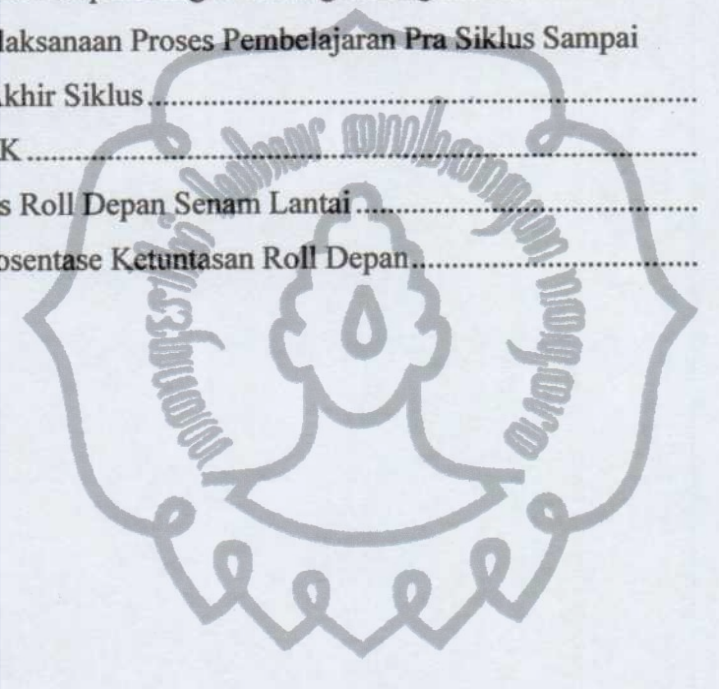
DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PENGAJUAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN ABSTRAK	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Perumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Tinjauan Pustaka	6
1. Pembelajaran	6
2. Hakikat	6
3. Tehnik Dasar Roll Depan	16
4. Media/Alat Pembelajaran	19
5. Alat Bantu Pembelajaran	19
B. Kerangka Berfikir	22

BAB III	METODE PENELITIAN	
A.	Tempat dan Waktu Penelitian	24
B.	Subjek Penelitian	25
C.	Sumber Data	25
D.	Tehnik Pengolahan Data	25
E.	Analisis Data	26
F.	Prosedur Penelitian	26
G.	Proses Penelitian	28
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A.	Deskripsi Pra Tindakan	33
B.	Siklus I	35
C.	Siklus II	47
BAB V	SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A.	Simpulan	62
B.	Implikasi	62
C.	Saran	63
	DAFTAR PUSTAKA	64
	LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Roll Depan	17
2. Gerakan Persiapan Roll Depan	18
3. Gerakan Roll Depan dengan Bidang Miring.....	18
4. Grafik Pelaksanaan Proses Pembelajaran Pra Siklus Sampai Dengan Akhir Siklus.....	23
5. Siklus PTK	27
6. Grafik Tes Roll Depan Senam Lantai	57
7. Grafik Prosentase Ketuntasan Roll Depan.....	58



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Rincian Kegiatan Waktu dan Jenis Kegiatan Penelitian	24
2. Alat Pengumpul Data	25
3. Prosentase Target Capaian	30
4. Deskripsi Kondisi Awal (Pra Siklus) Hasil Belajar Roll Depan Senam Lantai Siswa Kelas IV SD Negeri Bagus Tahun Pelajaran 2014/2015	34
5. Deskripsi Hasil Tes Belajar Siswa Pada Siklus I	45
6. Deskripsi Hasil Tes Belajar Siswa Pada Siklus II	54



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. RPP Siklus I	68
2. RPP Siklus II	82
3. Lembar Penilaian Siklus I	78
4. Lembar Penilaian Siklus II	92
5. Observasi Proses Pengajaran Pertemuan Pertama Siklus I	
6. Observasi Proses Pengajaran Siklus II	
7. Silabus	65
8. Dokumentasi Penelitian	98

