

**PENINGKATAN KETERAMPILAN DAN MOTIVASI SISWA
SEKOLAH DASAR DALAM PEMBELAJARAN GULING DEPAN
MENGUNAKAN ALAT BANTU SPONGE**

SKRIPSI

Oleh
Rezky Agus Setiawan
NIM 1810281035



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAH RAGA**

2024

**PENINGKATAN KETERAMPILAN DAN MOTIVASI SISWA
SEKOLAH DASAR DALAM PEMBELAJARAN GULING DEPAN
MENGUNAKAN ALAT BANTU SPONGE**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam
menyelesaikan Program Sarjana Pendidikan Olahraga

Oleh

Rezky Agus Setiawan

NIM 1810281035

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLARAHAGA**

2024



MOTTO

“Jangan membandingkan hidupmu dengan hidup orang lain,
tidak ada perbandingan antara matahari dan bulan,
mereka bersinar saat waktunya tiba”

(penulis)



HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh Rezky Agus Setiawan dengan NIM 1810281035 telah diperiksa dan disetujui oleh Tim Penguji

Jember, 23 Oktober 2024

Pembimbing 1

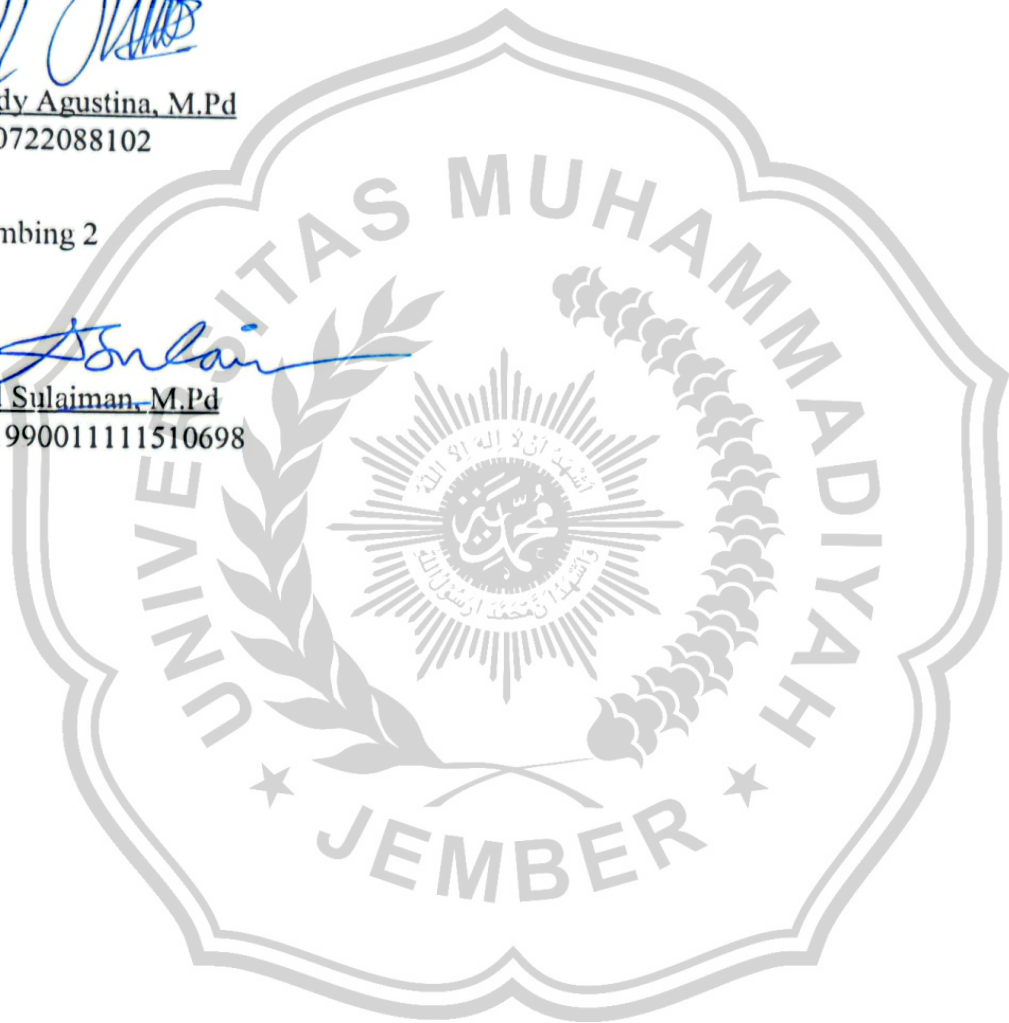


Dr. Lady Agustina, M.Pd
NPK. 0722088102

Pembimbing 2



Ahmad Sulaiman, M.Pd
NPK. 1990011111510698





HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Rezky Agus Setiawan ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 23 Oktober 2024.

Dewan Penguji,


Dr. Rizki Aprilianto, M.Pd
NPK. 1986040811509694


Dr. Lady Agustina, M.Pd
NPK. 0722088102


Ahmad Sulaiman, M.Pd
NPK. 1990011111510698

— Mengetahui,
Dekan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan


Dr. Fita Aulia, M.Pd
NPK. 1985062510709477

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rezky Agus Setiawan
NIM : 1810281035
Program Studi : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan, tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Jember, 23 Oktober 2024
at pernyataan,



Rezky Agus Setiawan
NIM. 1810281035

PRAKATA

Alhamdulillah puji syukur kepada Allah SWT berkat rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Segala hal yang telah diupayakan semoga bermanfaat baik bagi penulis maupun bagi pembaca.

Skripsi ini berjudul “Peningkatan Keterampilan dan Motivasi Siswa Sekolah Dasar dalam Pembelajaran Guling Depan menggunakan Alat Bantu Sponge”. Skripsi ini memuat

Atas kekurangan yang terjadi pada penulisan skripsi ini, penulis menerima kritik dan saran dalam rangka penyempurnaan skripsi ini. Semoga bisa menjadi bahan koreksi bersama untuk perbaikan selanjutnya.

Jember, 2024

Penulis

UNGKAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengungkapkan syukur ke Hadirat Allah SWT atas terselesainya skripsi ini. Demikian juga penulis mengungkapkan terimakasih yang sebesar-besarnya atas segala upaya, bimbingan dan arahan dari semua pihak, penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya.

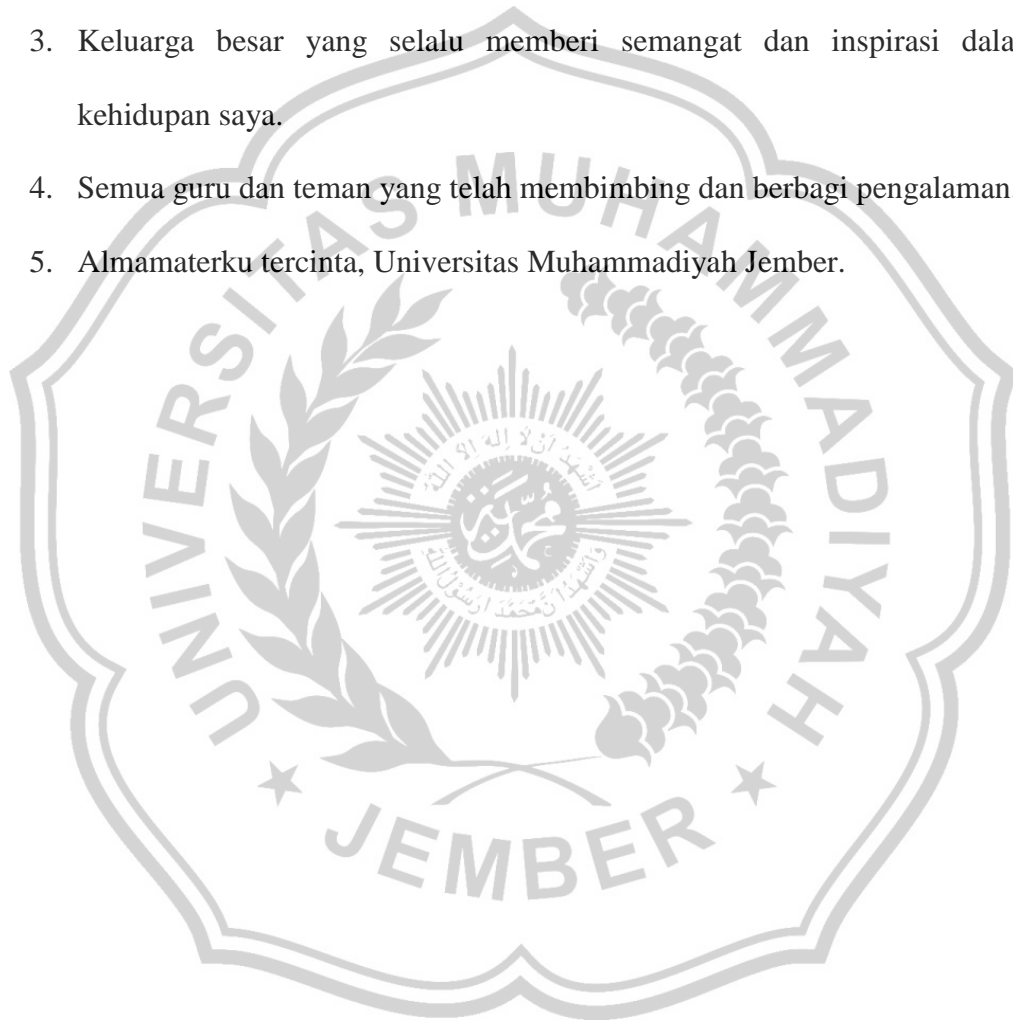
1. Dr. Fitri Amilia, M.Pd., Dekan FKIP Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ahmad Sulaiman, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga FKIP Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Dr. Lady Agustina, M.Pd dan Ahmad Suulaiman, M.Pd., selaku dosen pembimbing I dan 2 yang telah memberikan arahan dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Semua dosen Pendidikan Olahraga FKIP Universitas Muhammadiyah Jember.
5. Staf pengajaran FKIP Universitas Muhammadiyah Jember.
6. Kepala Sekolah dan guru UPTD SATDIK SDN Kebonsari 04 Sumbersari Jember.
7. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Disampaikan terimakasih atas semua bantuan dan bimbingannya.

Jember, Oktober 2024

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dengan hormat dipersembahkan kepada :

1. Orangtua tercinta yang telah mendukung dalam banyak hal dalam hidup saya.
2. Keluarga kecil tersayang terutama istri dan debay yang selalu mendukung saya tanpa henti dalam keadaan apapun.
3. Keluarga besar yang selalu memberi semangat dan inspirasi dalam kehidupan saya.
4. Semua guru dan teman yang telah membimbing dan berbagi pengalaman.
5. Almamaterku tercinta, Universitas Muhammadiyah Jember.



DAFTAR ISI

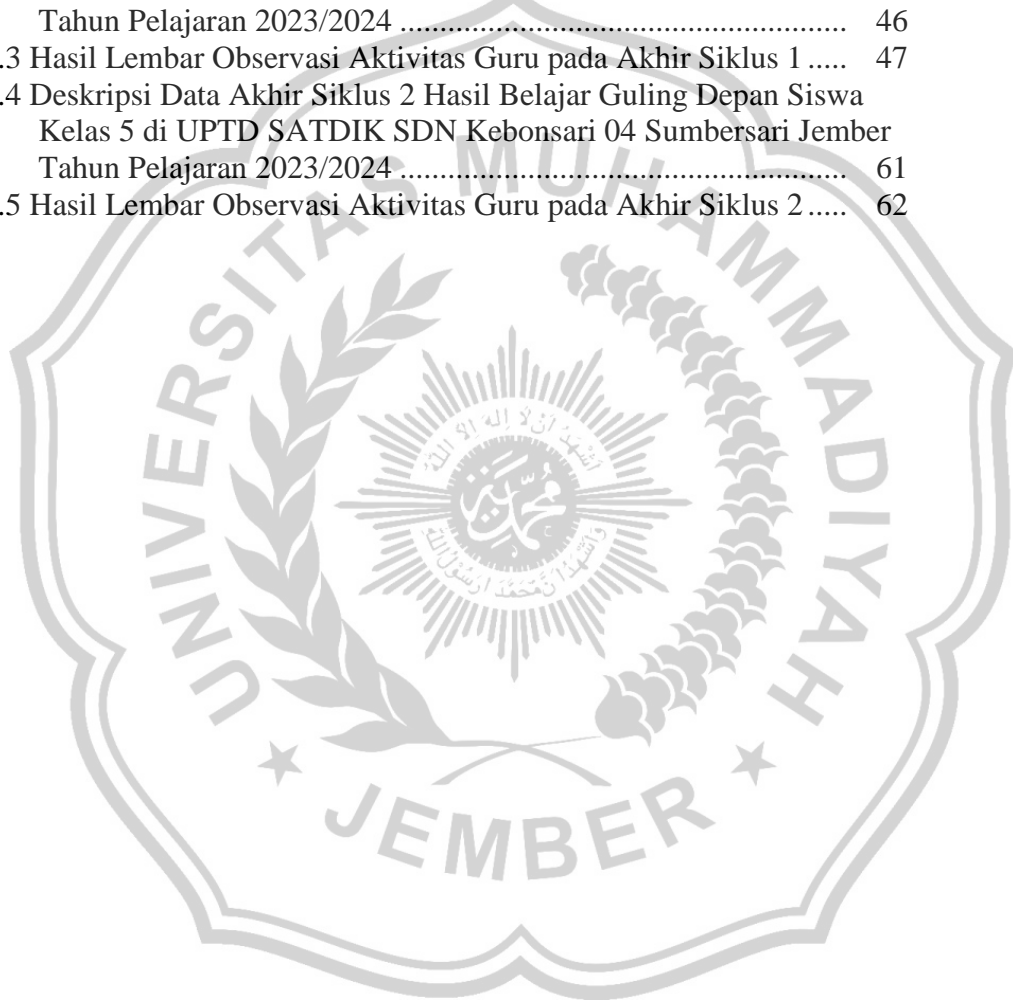
HALAMAN SAMBUNG.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN LOGO.....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
PRAKATA.....	vii
UNGKAPAN TERIMA KASIH.....	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Masalah Penelitian.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Definisi Operasional.....	6
1.5 Manfaat Penelitian.....	7
1.6 Ruang Lingkup Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	9
2.1 Keterampilan.....	9
2.2 Motivasi.....	9
2.3 Senam.....	10
2.4 Senam Lantai.....	11
2.5 Guling Depan.....	12
2.6 Pembelajaran Guling Depan Menggunakan Alat Bantu.....	15
2.7 Kajian Penelitian yang Relevan.....	16
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
3.1 Jenis Penelitian.....	18
3.2 Desain Penelitian.....	19
3.3 Prosedur Penelitian.....	20
3.4 Data dan Sumber Data.....	23
3.5 Subjek Penelitian.....	24
3.6 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	24
3.7 Kriteria Kesuksesan.....	24
3.8 Instrumen Penelitian.....	25
3.9 Pengembangan Penelitian.....	29
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	30
4.1 Deskripsi Setting Penelitian.....	30
4.2 Hasil Penelitian.....	33

BAB V PEMBAHASAN	64
5.1 Deskripsi Penelitian	64
BAB VI PENUTUP	69
6.1 Simpulan	69
6.2 Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	71



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Rubrik Penilaian Unjuk Kerja Keterampilan Guling Depan	26
3.2 Lembar Observasi Aktivitas Guru	28
4.1 Deskripsi Data Awal Hasil Belajar Guling Depan Siswa Kelas 5 di UPTD SATDIK SDN Kebonsari 04 Sumbersari Jember Tahun Pelajaran 2023/2024.....	31
4.2 Deskripsi Data Akhir Siklus 1 Hasil Belajar Guling Depan Siswa Kelas 5 di UPTD SATDIK SDN Kebonsari 04 Sumbersari Jember Tahun Pelajaran 2023/2024	46
4.3 Hasil Lembar Observasi Aktivitas Guru pada Akhir Siklus 1	47
4.4 Deskripsi Data Akhir Siklus 2 Hasil Belajar Guling Depan Siswa Kelas 5 di UPTD SATDIK SDN Kebonsari 04 Sumbersari Jember Tahun Pelajaran 2023/2024	61
4.5 Hasil Lembar Observasi Aktivitas Guru pada Akhir Siklus 2	62



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Guling Depan Sikap Jongkok	13
2.2 Guling Depan Sikap Berdiri.....	13
2.3 Ilustrasi Penempatan Alat Bantu Sponge.....	15
3.1 Siklus Penelitian Tindakan Kelas Model Stephen Kemmis dan Robyn McTaggart	19
5.1 Persentase Perbandingan Ketuntasan Belajar Siswa Kelas 5 di UPTD SATDIK SDN Kebonsari 04 Sumpersari Kabupaten Jember Tahun Pelajaran 2023/2024.....	67
5.2 Persentase Perbandingan Aktivitas Guru dalam 2 Siklus	68



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Permohonan Penelitian	74
2. Surat Diizinkan Penelitian	75
3. Surat Selesai Penelitian	76
4. Lokasi Penelitian	77
5. Lembar Penilaian Untuk Kerja	78
6. Lembar Observasi Aktivitas Guru	80
7. Modul Ajar	82
8. Dokumentasi	92

