

**HAMBATAN SISWA KELAS IV DAN V DALAM PEMBELAJARAN  
GERAK DASAR ATLETIK DI SD NEGERI 3 TUNJUNGSETO  
KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN  
TAHUN AJARAN 2013/2014**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



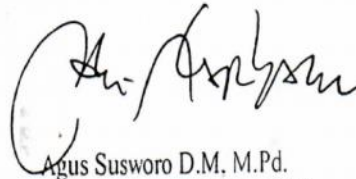
Oleh  
Supriyadi  
11601247088

**PRODI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS  
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2015**

## PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Hambatan Siswa Kelas IV dan V dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2013/2014” yang disusun oleh Supriyadi, NIM. 11601247088 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Februari 2015  
Dosen Pembimbing



Agus Susworo D.M. M.Pd.  
NIP. 19710808 200112 1 001

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul "Hambatan Siswa Kelas IV dan V dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2013/2014" ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Februari 2015  
Yang menyatakan,



Supriyadi  
NIM. 11601247088

## PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Hambatan Siswa Kelas IV dan V dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2013/2014” yang disusun oleh Supriyadi, NIM. 11601247088 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada hari Rabu, 11 Februari 2015 dan dinyatakan lulus.

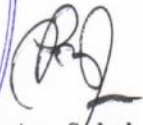
### DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Agus Susworo D.M, M.Pd	Ketua Penguji		8/1-15
2. Fathan Nurcahyo, M.Or	Sekretaris Penguji		7/1-15
3. Sriawan, M.Kes.	Penguji I (Utama)		26/3-15
4. Ahmad Rithaudin, M.Or	Penguji II (Pendamping)		30/3-15

Yogyakarta, April 2015

Fakultas Ilmu Keolahragaan



  
**Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.**  
NIP. 19600824 198601 1 001

## MOTTO

1. Pendidikan merupakan perlengkapan paling baik untuk hari tua.

(Aristoteles)

2. Ilmu akan membawa ke tingkat derajat tertinggi dan menjadikan jiwa seorang pemimpin.

(Penulis)

3. Bukan rintangan maupun hambatan, jadikanlah setiap masalah sebagai tantangan untuk meraih kesuksesan.

(Penulis)

## **PERSEMBAHAN**

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tuaku Bapak Diran dan Ibu Satinah yang telah memberikan do'a, restu dan nasehat hingga kuperoleh kesuksesan baik dalam keluarga maupun dalam karir, semoga dapat menjadi kebanggaan keluarga.
2. Adikku (Tri Desi Alfiatun dan Hasnah Athika Putri) yang selalu memberikan motivasi, semangat dalam kebersamaan di keluarga.
3. Almamaterku, Universitas Negeri Yogyakarta.

**HAMBATAN SISWA KELAS IV DAN V DALAM PEMBELAJARAN  
GERAK DASAR ATLETIK DI SD NEGERI 3 TUNJUNGSETO  
KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN  
TAHUN AJARAN 2013/2014**

Oleh  
Supriyadi  
11601247088

**ABSTRAK**

Terdapat indikasi siswa-siswi kelas IV dan V SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2013/2014 menemui hambatan dalam pembelajaran gerak dasar atletik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2013/2014.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survai dengan teknik pengambilan datanya menggunakan angket. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV dan V SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2013/2014 yang berjumlah 23 anak. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2013/2014 adalah sebanyak 1 siswa (4,35%) yang termasuk kategori “sangat rendah”, 3 siswa (13,04%) menyatakan “rendah”, 7 siswa (30,43%), menyatakan “sedang”, 9 siswa (39,13%), menyatakan “tinggi”, dan 3 siswa (13,04%), yang termasuk kategori “sangat tinggi”. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2013/2014 dalam kategori sedang.

**Kata kunci :** *Hambatan, Siswa Kelas IV dan V, Gerak Dasar Atletik.*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadirat Allah SWT yang senantiasa telah melimpahkan kekuatan lahir dan batin kepada diri saya, sehingga setelah melalui proses yang sangat panjang, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hambatan Siswa Kelas IV dan V dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2013/2014” dapat diselesaikan.

Skripsi ini dapat selesai berkat bantuan dari berbagai pihak, khususnya pembimbing. Oleh karena itu disampaikan terima kasih yang setulus-tulusnya dan penghargaan yang tinggi kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd, MA., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk Studi di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M. S., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan studi.
3. Bapak Drs. Amat Komari, M. Si., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga sekaligus memberikan semangat belajar dan memberikan pengarahan selama perkuliahan.
4. Bapak Sriawan, M. Kes., Ketua Prodi PGSD Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan kelancaran pelayanan dalam urusan akademik.



5. Bapak Agus Susworo Dwi Marhaendro, M. Pd., selaku Dosen Pembimbing TAS, yang telah memberikan bimbingan selama menyelesaikan skripsi.
6. Bapak Erwin Setyo Kriswanto, M. Kes., selaku Dosen Penasehat Akademik, yang telah memberikan arahan dalam menyelesaikan studi.
7. Bapak/Ibu Dosen dan Karyawan FIK UNY, yang telah memberikan mencurahkan segudang ilmu kepada peneliti selama studi.
8. Bapak Suryanto, M. Pd., Kepala SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen yang telah memberi ijin untuk melaksanakan penelitian pada siswa di SD Negeri 3 Tunjungseto.
9. SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen khususnya siswa Kelas IV dan V yang telah dengan kesedianya meluangkan waktunya.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Atas bantuan dan pengorbanan yang telah diberikan semoga mendapatkan balasan yang melimpah dari Allah SWT. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi dunia pendidikan pada umumnya dan pembinaan cabang olahraga atletik pada khususnya. disadari bahwa hasil penelitian ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran sangat dibutuhkan demi penyempurnaan.

Yogyakarta, Februari 2015

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
PERSETUJUAN .....	ii
SURAT PERNYATAAN .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Batasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori .....	8
1. Hakikat Pembelajaran Penjas .....	8
2. Hakikat Pembelajaran Gerak Dasar Atletik .....	10
3. Karakteristik Siswa SD Kelas IV dan V .....	17
4. Hambatan Pembelajaran .....	18
B. Penelitian yang Relevan .....	25
C. Kerangka Berpikir .....	26
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	28
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	28
C. Populasi Penelitian dan Sampel Penelitian .....	29
D. Waktu dan Tempat Penelitian .....	30

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data .....	30
F. Teknik Analisis Data .....	33
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data Penelitian .....	35
B. Hasil Penelitian .....	39
C. Pembahasan .....	51
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	57
B. Implikasi .....	57
C. Keterbatasan Penelitian .....	58
D. Saran .....	58
DAFTAR PUSTAKA .....	61
LAMPIRAN- LAMPIRAN .....	63

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi Penelitian .....	30
Tabel 2. Kisi-kisi Angket Instrumen Penelitian .....	32
Tabel 3. Norma Pengkategorian .....	33
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Hambatan Siswa Kelas IV dan V dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik .....	35
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Faktor Internal .....	37
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Data Faktor Eksternal .....	38
Tabel 7. Norma Penilaian Hambatan Siswa Kelas IV dan V Dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik .....	40
Tabel 8. Hasil Faktor Internal .....	41
Tabel 9. Hasil Faktor Jasmaniah.....	43
Tabel 10. Hasil Faktor Psikologi .....	44
Tabel 11. Hasil Faktor Eksternal .....	46
Tabel 12. Hasil Faktor Guru .....	47
Tabel 13. Hasil Faktor Alat dan Fasilitas.....	49
Tabel 14. Hasil Faktor Lingkungan Sekolah dan Kondisi Sekolah .....	50

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Progressive Endurance Race</i> (Lari Daya Tahan) .....	12
Gambar 2. <i>Sprint/Hurdles/Slalom Shuttle Relay</i> (Lari sprint/lari berbelok-belok) .....	13
Gambar 3. <i>Pole Long Jumping</i> (Lompat Jauh Galah) .....	14
Gambar 4. <i>Exacting Long Jumping</i> (Lompat Jauh Sasaran) .....	15
Gambar 5. <i>Rotation Throwing</i> (Melempar dengan Berputar) .....	16
Gambar 6. <i>Overhead Backward Throwing</i> (Melempar Kebelakang) .....	17
Gambar 7. Diagram Batang Hambatan Pembelajaran Gerak Dasar Atletik ...	36
Gambar 8. Diagram Batang Hambatan Pembelajaran Gerak Dasar Atletik berdasarkan Faktor Internal .....	37
Gambar 9. Diagram Batang Hambatan Pembelajaran Gerak Dasar Atletik berdasarkan Faktor Eksternal .....	38

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Bimbingan TAS .....	63
Lampiran 2. Surat Pengesahan Proposal .....	64
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian Fakultas .....	65
Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian .....	66
Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian Sekolah .....	67
Lampiran 6. Instrumen Kisi-kisi Penelitian .....	68
Lampiran 7. Silabus Pembelajaran.....	69
Lampiran 8. Daftar Siswa Kelas IV .....	71
Lampiran 9. Daftar Siswa Kelas V .....	72
Lampiran 10. Hasil Output Validitas .....	73
Lampiran 11. Hasil Analisis Data Penelitian kelas IV .....	78
Lampiran 12. Hasil Analisis Data Penelitian kelas V .....	79
Lampiran 13. Hasil Lampiran Data Keseluruhan PerFaktor .....	80
Lampiran 14. Angket Penelitian Siswa .....	81
Lampiran 15. Dokumentasi Kegiatan .....	83
Lampiran 16. Angket Penelitian Siswa .....	81
Lampiran 14. Dokumentasi Kegiatan .....	83
Lampiran 15. Angket Penelitian Siswa .....	81
Lampiran 16. Dokumentasi Kegiatan .....	83

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan suatu kegiatan manusia yang tidak dapat lepas dari adanya kehidupan manusia itu sendiri, bahkan pendidikan telah dilaksanakan sejak manusia berada di muka bumi ini. Dengan adanya pendidikan yang memadai, maka seorang anak akan mendapatkan kesempatan belajar yang utuh melalui kegiatan bimbingan, pengajaran dan latihan bagi perannya dimasa yang akan datang. Selain itu, perlu adanya sistem pendidikan yang baik dan memperhatikan kebutuhan setiap individu. Sistem pendidikan yang baik seharusnya diterapkan oleh semua instansi pendidikan agar anak didik benar-benar dapat menuntut ilmu secara maksimal. Oleh karena itu guru juga harus bersikap profesional agar benar-benar mampu membimbing siswa agar menjadi manusia yang berkualitas.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran penting yang secara garis besar adalah mengutamakan aktivitas fisik dan pembinaan hidup sehat secara jasmani maupun rohani. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan

nasional.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Dalam pendidikan jasmani terdapat berbagai cabang-cabang olahraga. Salah satu cabang olahraga yang terdapat dalam kurikulum adalah cabang olahraga atletik.

Pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah memasukkan materi atletik sebagai bahan ajar wajib. Mengingat kegiatan dalam atletik merupakan dasar dari semua kecabangan yang ada dan begitu pentingnya materi atletik, sehingga banyak hal yang harus disampaikan dalam pelajaran atletik di sekolah. Atletik merupakan dasar bagi pembinaan olahraga, maka atletik sangat penting dan perlu diajarkan kepada anak-anak sejak usia dini. Tentu saja, pembelajaran atletik di SD secara khusus disesuaikan dengan kemampuan para siswa.

Materi mata pelajaran pendidikan jasmani sekolah dasar yang terdapat dalam kurikulum meliputi : permainan, atletik, senam, renang (aktivitas air), olahraga tradisional, dan aktivitas luar kelas. Di dalam materi atletik yang harus diajarkan meliputi kelas IV Semester I Standart Kompetensi : 1.



Mempraktikkan gerak dasar permainan sederhana dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Kompetensi Dasar : 1.2 Mempraktikkan gerak dasar atletik sederhana, serta nilai semangat, percaya diri dan disiplin. Kelas 5 Semester I Standart Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Kompetensi Dasar : 1.3 Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi atletik, serta nilai semangat, sportivitas, percaya diri dan kejujuran, dengan alokasi waktu 1 kali pertemuan : 2 x 35 menit. KKM kelas IV dan kelas V dengan skor 75.

Berdasarkan pengalaman mengajar mata pelajaran penjasokes di SD salah satu kendala yang banyak dialami oleh siswa kelas IV dan V SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen adalah atletik. Selama proses pembelajaran jasmani siswa kelas IV dan V SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen, olahraga atletik masih kurang diminati. Pada umumnya siswa senang aktivitas jasmani yang berkaitan dengan permainan seperti permainan bola tangan, bola voli, dan sepak bola, sesuai dengan perkembangan kejiwaan anak-anak usia tersebut yang lebih menyukai permainan.

Pembelajaran atletik memang kurang diminati oleh siswa. Tidak adanya minat merupakan suatu hambatan dalam pembelajaran atletik. Hal ini menjadi tanggung jawab dari guru pendidikan jasmani untuk dapat membuat siswa merasa senang untuk mengikuti pembelajaran atletik. Adapun yang harus diperhatikan guru adalah mengetahui faktor-faktor yang menjadi

penghambat siswa dalam pembelajaran atletik. Menurut Sugihartono (2007: 76) yang menjadi faktor penghambat dalam pembelajaran atletik adalah dari faktor fisik, psikologis, keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Menurut pengamatan penulis sekaligus sebagai guru Pendidikan Jasmani di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen, Masih banyak siswa yang kurang berminat pada pembelajaran atletik khususnya dalam mengenal gerak dasar atletik. Bahkan pada saat guru membariskan kemudian memberikan penjelasan tentang materi gerak dasar atletik siswa terlihat kecewa bahkan beberapa anak didik mengusulkan mengganti materi pembelajaran dengan permainan yang lain, siswa beranggapan pembelajaran gerak dasar atletik melelahkan dan menjenuhkan.

Kurangnya sarana dan prasana yang dimiliki SD Negeri 3 Tunjungseto dalam pembelajaran gerak dasar atletik yang dimiliki dengan membuat sendiri dimodifikasi seperti lempar turbo mempunyai 4 dalam keadaan baik.

Siswa lebih menginginkan pembelajaran yang penuh dengan tantangan, kreativitas dan permainan yang lebih memacu semangat dan tentunya sangat menyenangkan bagi mereka. Kemudian, ketika siswa dihadapkan pada peralatan atletik dan disuruh melaksanakan, instruksi dari guru, siswa hanya melakukan 1-2 kali, dan dilakukan karena terpaksa, takut dengan guru tanpa didasari motivasi dalam diri siswa sendiri. Setelah itu siswa meminta berhenti dan ingin bermain sesuka hati siswa. Apalagi siswa laki-laki, mereka merasa kurang dapat berekreasi dan tantangan bila hanya melaksanakan tahapan gerak dasar atletik. Banyak siswa yang merasa jenuh saat pembelajaran gerak dasar

atletik, mereka mengatasi kejenuhan dengan jongkok di barisan dengan alasan sudah lelah dan kepanasan.

Selama dalam pembelajaran olahraga kepada siswa, apabila guru masih menggunakan paradigma pembelajaran lama, dalam proses pembelajaran guru hanya memberikan perintah-perintah berulang kepada siswa, dalam arti komunikasi pembelajaran olahraga cenderung berlangsung satu arah, umumnya dari guru ke siswa, guru lebih mendominasi pembelajaran. Pembelajaran seperti ini cenderung monoton sehingga mengakibatkan siswa merasa bosan.

Guru hendaklah dalam menyelenggarakan proses pembelajaran banyak memberikan motivasi-motivasi agar siswa mudah menerima, memahami, menyenangi materi pembelajaran. Oleh karena itu, dalam pembelajaran olahraga kepada siswa, guru hendaknya lebih memilih berbagai variasi pendekatan, strategi, atau metode yang sesuai dengan situasi, sehingga tujuan pembelajaran yang direncanakan akan tercapai. Perlu diketahui bahwa baik atau tidaknya suatu pemilihan metode pembelajaran akan tergantung pada tujuan pembelajarannya, kesesuaian dengan materi pembelajaran, tingkat perkembangan siswa, serta kemampuan guru dalam mengelola pembelajaran dan mengoptimalkan sumber-sumber belajar yang ada.

Melihat kondisi pembelajaran pendidikan jasmani khususnya atletik, menjadi terhambat. Tujuan dari pembelajaran pendidikan jasmani dari cabang atletik tidak tercapai. Dalam upaya meningkatkan gerak dasar atletik, perlu memperhatikan faktor-faktor yang menjadi penghambat dalam pembelajaran atletik. Maka dari itu, dengan gambaran mengenai pembelajaran pendidikan

jasmani khususnya atletik di atas merupakan faktor penghambat dalam pembelajaran atletik. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis berminat untuk melakukan penelitian yang berfokus pada hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.

## **B. Identifikasi Masalah**

Latar belakang tersebut di atas dapat di peroleh identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Minat dan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik sangat kurang.
2. Kurangnya sarana dan prasana yang dimiliki SD Negeri 3 Tunjungseto dalam pembelajaran gerak dasar atletik.
3. Siswa masih banyak melakukan kesalahan dalam pembelajaran atletik dikarenakan beberapa hambatan yang dihadapi siswa.
4. Guru dalam memberikan materi pembelajaran pendidikan jasmani cenderung monoton dan hanya berjalan satu arah atau komando.
5. Belum diketahuinya hambatan gerak dasar atletik siswa kelas IV dan kelas V SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.

## **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat keterbatasan kemampuan tenaga, biaya dan waktu penelitian, maka penelitian ini dibatasi pada masalah tentang hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran

2013/2014.

#### **D. Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah yang diambil dalam penelitian ini adalah :  
“seberapa hasil hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen”.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2013/2014.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang di harapkan dari penelitian ini adalah :

##### 1. Secara Teoritis :

Dapat memberikan informasi mengenai tentang hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2013/2014, sehingga diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan atau pedoman secara objektif yang menggambarkan keadaan yang sesungguhnya.

##### 2. Secara Praktis :

Memberikan masukan dalam proses pembelajaran untuk melakukan bahan bacaan untuk perubahan menambah wawasan, sehingga dapat mempersiapkan diri, dan untuk mengetahui seberapa hambatan siswa kelas

IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3  
Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Landasan Teori**

#### **1. Hakikat Pembelajaran Penjas**

Istilah pembelajaran bukanlah hal yang baru dikenal bahkan mungkin kita tidak hanya mengenalnya istilah itu melainkan pernah melakukannya. Menurut Udin S. Winataputra, dkk (2008: 1.18) pembelajaran merupakan kegiatan yang dilakukan untuk memfasilitasi, meningkatkan intensitas dan kualitas belajar pada diri peserta didik. Sukintaka (1992: 70) menguraikan bahwa pembelajaran mengandung pengertian bagaimana mengajarkan anak didik sehingga ada satu pihak yang memberi dan ada satu pihak yang menerima dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran. Hal ini sesuai dengan pengertian pembelajaran dalam rumusan Pasal 1 butir 20 UU 20 Tahun 2003 tentang sisdiknas yakni “pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar”. Sedangkan menurut Oemar Hamalik (2005: 57) pembelajaran merupakan suatu kombinasi yang tersusun atas unsur-unsur manusiawi fasilitas, perlengkapan (sarana dan Prasarana serta prosedur yang mendukung dan berpengaruh untuk mencapai tujuan pembelajaran).

Pendidikan Jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional (Depdiknas, 2003: 6). Ruang lingkup materi

mata pelajaran Pendidikan Jasmani untuk jenjang SD/MI adalah sebagai berikut: Permainan dan Olahraga, Aktivitas Pengembangan, Aktivitas Senam, Aktivitas Ritmik, Akuatik, dan Pendidikan Luar Kelas (Depdiknas, 2003: 10-11). Ruang lingkup yang banyak materi pokoknya adalah permainan dan olahraga. Permainan dan olahraga berisi tentang berbagai permainan dan olahraga baik terstruktur maupun tidak yang dilakukan secara perorangan, berpasangan maupun beregu. Selain itu, aktivitas permainan dan olahraga juga mengembangkan aspek pengetahuan atau konsep yang relevan serta sistem nilai yang terkandung didalamnya seperti: kerjasama, sportivitas, jujur, berfikir kritis, dan patuh pada peraturan yang berlaku.

Sesuai dengan standar kompetensi didalam kurikulum 2006 (KTSP) untuk kelas IV disebutkan bahwa mempraktikkan gerak dasar dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. kelas V disebutkan bahwa mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya. Salah satu materi pembelajaran kelas IV dan V yang sesuai dengan hal tersebut adalah gerak dasar atletik, yang dijabarkan dalam kompetensi dasar yaitu: kelas IV mempraktikkan gerak dasar atletik sederhana, serta nilai semangat, percaya diri dan disiplin dan kelas V mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi atletik serta nilai semangat, sportifitas percaya diri dan kejujuran.



Dengan demikian dapat disimpulkan dari berbagai pendapat di atas bahwa pembelajaran pendidikan jasmani merupakan suatu upaya yang dilakukan dengan sengaja antara pendidik dan peserta didik untuk menyampaikan materi pendidikan jasmani serta memfasilitasi siswa dalam melakukan kegiatan belajar secara efektif dan efisien untuk mendapatkan hasil yang optimal.

## 2. Hakikat Pembelajaran Gerak Dasar Atletik

Menurut Andun Sudijandoko (2010: 2) pembelajaran mengandung arti setiap kegiatan yang dirancang untuk membantu seseorang untuk mempelajari suatu kemampuan dan atau nilai yang baru. Pada pembelajaran gerak dasar atletik juga dirancang sebagai konsep yang dikembangkan sebagai konsepsi baru tentang atletik secara unik disesuaikan dengan kebutuhan perkembangan bagi anak-anak.

Hal ini membuat para petinggi-petinggi atletik mulai memperkenalkan kids atletik yang biasa disebut dengan atletik untuk anak-anak. Menurut Peter Thompson dalam Ria Lumintarso (2011: 51) tahap perkembangan latihan atletik untuk anak usia sekolah dasar adalah kids atletik.

Pada awal pembuatannya *Kids* Atletik disebut juga dengan Atletik Anak yang dirancang oleh Suyono D.S.. Menurut Suyono Ds (2002: 6) atletik bocah merupakan latihan-latihan event baru dan gerakan-gerakan wajib yang beragam memerlukan penguasaan dalam lingkup suatu team/regu pada lokasi yang berbeda-beda didalam lingkungan arena lomba. Atletik anak menggunakan gerakan atletik dasar yaitu lari, lompat,

loncat dan lempar. Event ini memberikan kesempatan untuk mendemonstrasikan tentang atletik dengan kesan yang baru, lengkap dan luas kepada anak-anak yang menyenangkan dan juga memungkinkan bagi suatu jumlah besar anak-anak untuk berprestasi.

Apabila dilihat dari maksud dan tujuannya menurut Suyono Ds (2002:

6) adalah sebagai berikut:

- a. Bahwa suatu jumlah besar anak-anak dapat diaktifkan pada saat yang bersamaan.
- b. Bahwa bentuk atletik yang dasar dan beragam dapat dilakukan atau diterapkan.
- c. Bukan saja anak-anak yang lebih kuat dan lebih cepat membuat suatu sumbangan kepada suatu hasil yang baik.
- d. Bahwa suatu sifat dari petualangan masuk dalam program, menawarkan suatu pendekatan kepada atletik yang cocok dengan anak-anak.
- e. Bahwa atletik ditawarkan sebagai event team campuran (anak-anak putra dan putri bersama-sama).

Program ini juga bertujuan untuk memastikan yang stabil dan kebijakan pembangunan berkelanjutan dari olahraga atletik. Dan juga untuk memperkenalkan siswa pada atletik tingkat dasar yang ditujukan pada sekolah dan semua lembaga yang tertarik pada kesejahteraan anak.

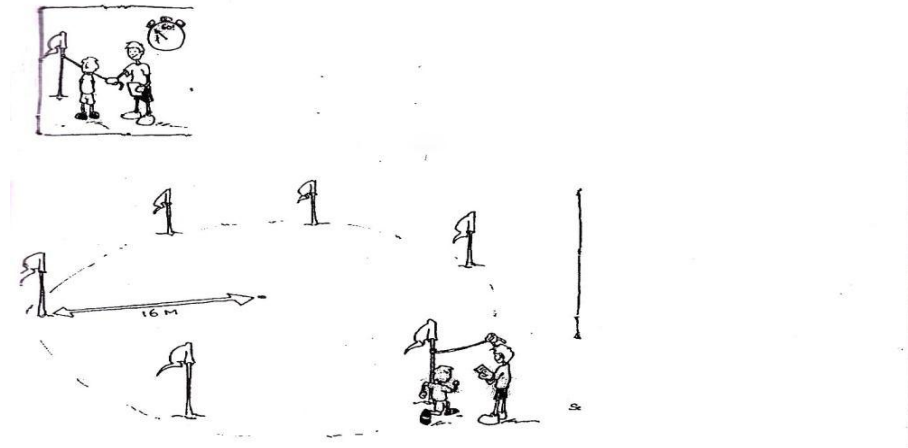
Menurut Charles Gozzoli dkk (2006: 47), Pembelajaran gerak dasar atletik untuk kelas IV dan V masuk dalam kelompok II yang memenuhi kelompok umur 9-10 tahun ada bermacam-macam nomor, terdiri dari 6 nomor yang diajarkan, diantaranya adalah:

- a. *Progressive Endurance Race* (Lari Daya Tahan)

Prosedur : tiap team/regu harus berlari berkeliling suatu jalur lintasan yang 100m dan titik star yang ditentukan. Tiap anggota team

mencoba berlari keliling jalur lintasan sesering mungkin dalam waktu 5 menit. Aba-aba star ditentukan untuk semua team bersama-sama dengan meniup peluit atau tanda yang lain. Tiap anggota team menerima satu kartu/formulir setelah menyelesaikan setiap satu satu putaran dijalur lintasan. Setelah 4 menit lari, menit terakhir ini diumumkan/diberi tanda dengan suatu tiupan pluit atau dengan teriakan nyaring.

Gambar :



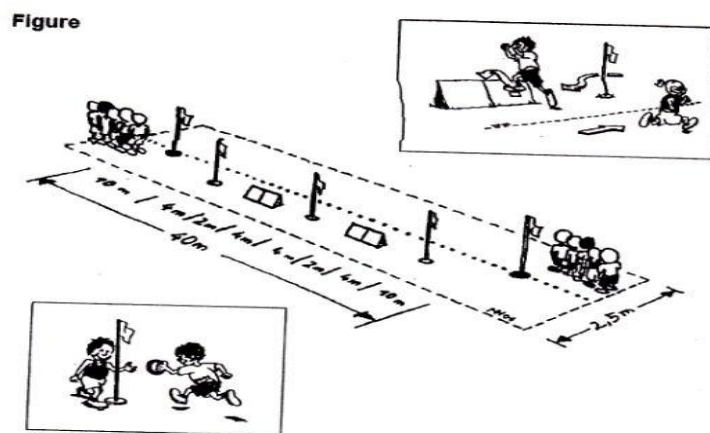
Gambar 1. *Progressive Endurance Race* (Lari Daya Tahan)  
*Sumber: Suyono D.S. (2002: 35)*

b. *Spint/Hurdles/Slalom Shuttle Relay* (Lari sprint/lari berbelok-belok)

Prosedur : setiap tim memerlukan dua buah jalur lari. Satu jalur lari dengan tiang berbelok-belok, yang lain tanpa tiang. Separo team/regu siap disisi seberang seperti gambar. Peserta no.1 memulai dengan star berdiri dan berlari kencang 40 m. pada akhir jalur, no.1 memberikan tongkat estafet kepada no.2 teman seregu yang telah menunggu, yang akan menerimanya sambil berpegangan pada tiang

bendera. Peserta no. 2 juga memulai dengan star berdiri tetapi menempuh jarak kembali dengan mengitari tiang belak-belok. Pergantian (pemberian & penerimaan) tongkat terjadi dengan cara yang sama seperti yang dilakukan antar dua orang pelari pertama. Setelah menggunakan star berdiri pelari berikutnya no.3 berlari kencang datar dan memberikan tongkat estafet kepada peserta no.4 yang pada gilirannya harus berlari mengitari tiang- tiang berbelak belok dst. Lomba ini diteruskan dengan cara demikian sampai setiap peserta telah berlari menempuh jalur yang lurus datar maupun yang jalur belak belok (sehingga peserta no.9 adalah pelari terakhir yang mengitari tiang slalom yang belak belok).

Gambar :



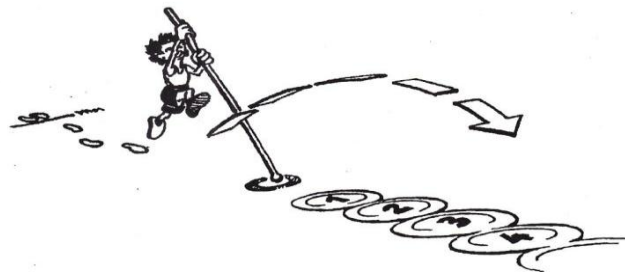
Gambar 2. *Sprint/Hurdles/Slalom Shuttle Relay* (Lari sprint/lari berbelok-belok)

*Sumber: Suyono D.S. (2002: 37)*

c. *Pole Long Jumping* (Lompat Jauh Galah)

Prosedur : suatu area lari awalan 5 m seorang peserta berlari menuju suatu lingkaran/ban/petak untuk menancapkan (tongkat). Bertolak/menumpu harus dilakukan diatas satu kaki (pelompat yang tidak harus memegang galah dengan tangan kanannya disebelah atas). Dengan mengendarai pelompat itu membawa dirinya melewati suatu tenda kedua dalam arah dari suatu obyek (ban ataupun matras). Obyek - obyek sasaran itu disusun & diletakkan sebagai berikut : Sejajar dengan arah lari awalan. Obyek sasaran 1 (= 2 poin) ditempatkan melewati tanda/marker. Obyek sasaran 2 (= 3 poin): Obyek sasaran 3 (= 4 poin) : Obyek sasaran 4 (= 5 poin). Obyek sasaran 5 (= 6 poin) ditempatkan berturut-turut satu sesudah yang lain (lihat gambar). Mendarat harus dilakukan dengan kedua kaki (guna menghindari resiko cedera). Galah itu dipegang dengan kedua tangan sampai pendaratan itu selesai sempurna. Akhirnya, selama tempat suatu perubahan pegangan terhadap galah adalah dilarang terjadi.

Gambar :

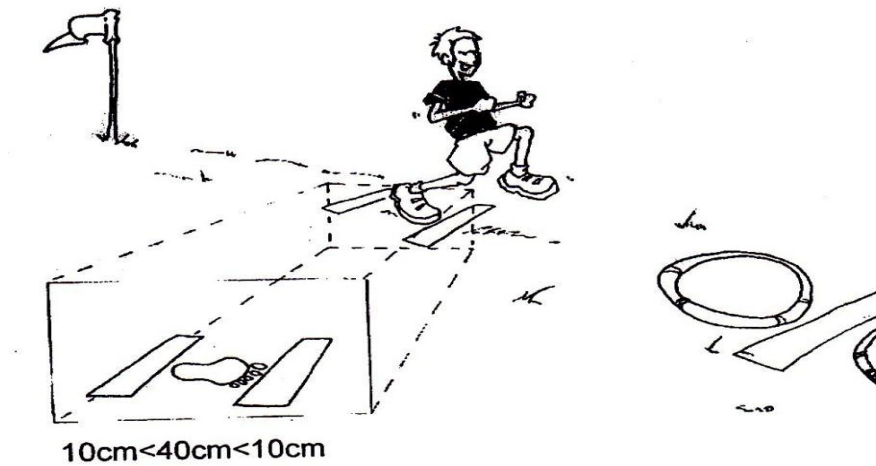


Gambar 3. *Pole Long Jumping* (Lompat Jauh Galah)  
*Sumber: Suyono D.S. (2002: 39)*

d. *Exacting Long Jumping* (Lompat Jauh Sasaran)

Setiap peserta dimulai dari akhir dari area run-up, mengambil 10m run-up (ditandai dengan cone atau palang) dan membawa dirinya dengan dorongan maju dalam wilayah sasaran yang telah ditentukan. Dia menyelesaikan melompat dan mendarat di wilayah yang ditentukan. Apabila mendarat kurang lebih 10 cm di luar sasaran memberikan 1 poin.

Gambar :



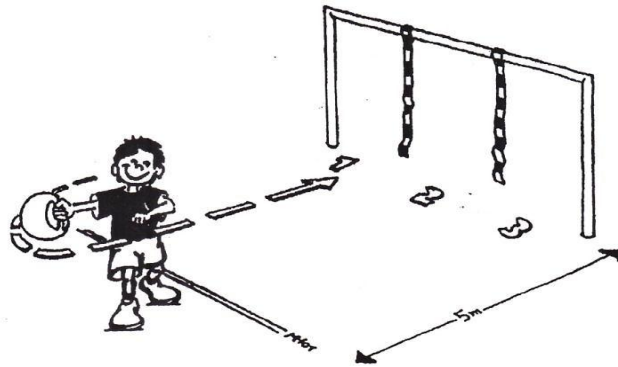
Gambar 4. *Exacting Long Jumping* (Lompat Jauh Sasaran)  
Sumber: Suyono D.S. (2002: 41)

e. *Rotation Throwing* (Melempar dengan Berputar)

Seluruh daerah diantara dua tiang (atau antara tiang gawang sepak bola) dibagi menjadi tiga zona yang sama: zona kiri, zona tengah, dan zona kanan. Dari berdiri menyamping 5m didepan zona tengah si peserta melempar bola(atau benda yang mirip) lengan samping, dengan lengan diluruska penuh, kea rah jarring atau gawang sepak bola (dengan cara seperti gerakan lempar cakram atau seperti gerakan mengayun

samping raket tenis). Tiap peserta mendapat dua kali percobaan melempar dengan berupaya melempar benda melalui zona yang paling cocok dengan lempa-lempar dia (misal: pelemper kidal mencoba benda itu melewati zona kiri).

Gambar :

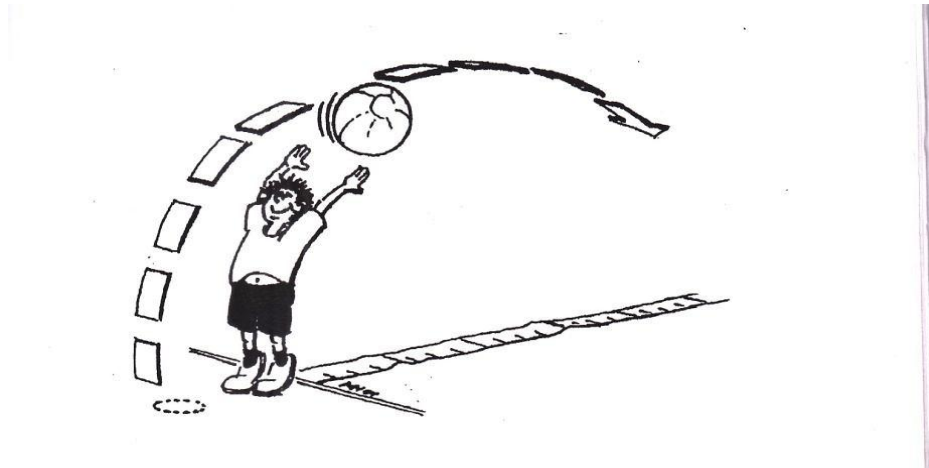


Gambar 5. *Rotation Throwing* (Melempar dengan Berputar)  
Sumber: Suyono D.S. (2002: 43)

f. *Overhead Backward Throwing*

Peserta berdiri dengan kaki paralel, tumit pada garis salah dan punggung menghadap arah lemparan. Bola medis 1 kg dipegang disepanjang lengan di depan badan dengan kedua tangan. Peserta ini kemudian berjongkok (guna menegangkangkan awal otot-otot paha) dan dengan cepat meluruskan kedua kaki, kemudian kedua lengan dalam rangka mengangkat bola medis ke belakang lewat lewat atas kepala guna mencapai jarak lempar maximum kearah sektor lemparan. Setelah melempar peserta boleh melangkahi garis salah (misal: melangkah ke belakang). Tiap peserta mendapat giliran lomba (trial) dua kali.

Gambar :



Gambar 6. *Overhead Backward Throwing* (Melempar Kebelakang)  
Sumber: Suyono D.S. (2002: 45)

### 3. Karakteristik Siswa SD Kelas IV dan V

Menurut Siti Safariatun (2008: 6.24), usia 6-10 tahun serabut syaraf mulai lengkap, impuls saraf bertambah cepat, fungsi jaringan penghubung syaraf semakin baik sehingga gerakan otot semakin terkontrol dan koordinasi bertambah sempurna. Pada usia ini anak dapat dilatih kekuatan dan daya tahan otot melalui permainan beregu yang menyenangkan dan mempunyai gerak kontinyu. Selain pertumbuhan fisik anak juga dapat dilihat secara psikologi anak usia 6-10 tahun, pada tahapan ini, secara psikologis anak-anak telah mulai menyukai permainan atau jenis-jenis olah raga yang bersifat kompetitif. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa anak-anak usia ini sudah menyukai hal-hal yang bersifat perlombaan. Oleh karena itu pembelajarannya disertakan dengan *game* untuk perlombaan agar anak merasa senang. Apabila dilihat dari segi perkembangannya anak kelas IV dan V menurut Samsudin (2009: 5.22) adalah sebagai berikut :



- a. Tubuhnya cenderung belum bagus, otot-otot mulai tumbuh dengan cepat.
- b. Penuh energi akan tetapi mudah lelah.
- c. Mulai timbul minat untuk berprestasi individual, kompetitif, dan punya idola.

Atas dasar karakteristik diatas disamping permainan beregu juga harus disiapkan permainan menampilkan individu sebagai pemenangnya. Sedangkan Menurut H.M.Surya, dkk. (2009: 7.21), usia 7-12 masuk pada tahap konkret operasional, pada tahap ini anak telah mampu menggunakan pola berfikir operasional secara konkret dalam arti masih memerlukan dukungan objek-objek konkret. Pada masa ini anak telah memahami konsep yang berhubungan dengan ukuran kuantitas, seperti panjang, lebar, luas, volume, dan berat.

#### 4. Hambatan Pembelajaran

Hambatan dapat disebabkan oleh faktor internal dan faktor eksternal. Suatu hambatan akan terjadi bila kesiapan siswa untuk belajar kurang. Kesiapan belajar siswa sangatlah penting guna pencapaian hasil yang diharapkan, dengan memiliki kesiapan diharapkan proses pembelajaran atletik khususnya gerak dasar atletik untuk kelas IV dan V dapat sesuai tujuan pendidikan. Banyak permasalahan dalam pendidikan jasmani, permasalahan yang ada tersebut tentu saja menghambat proses pembelajaran. Banyak hal yang dapat menghambat tercapainya tujuan dari pembelajaran. Dalam hal ini terdapat beberapa faktor yang

mempengaruhi. Menurut Sugihartono, dkk. (2007: 76), faktor yang menyebabkan hambatan belajar dapat digolongkan menjadi dua yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal yaitu faktor yang ada dalam diri sendiri yang meliputi faktor fisiologis dan faktor psikologis.

1) Faktor Jasmaniah ( sebab yang bersifat fisik ) meliputi :

a) Kesehatan, sehat berarti dalam keadaan baik segenap badan beserta bagian bagiannya bebas dari penyakit.

b) Cacat tubuh, sesuatu yang menyebabkan kurang baik dan sempurna mengenai tubuh atau badan. Misalnya : tuli, buta, patah tangan, patah kaki, dsb.

2) Faktor psikologi (rohani), belajar memerlukan kesiapan rohani ketenangan dengan baik. Faktor yang mempengaruhinya adalah intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan, dan kelelahan.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yaitu faktor yang ada di luar individu meliputi faktor keluarga, dan faktor sekolah yaitu :

1) Faktor Keluarga

Faktor keluarga dapat meliputi bagaimana cara orang tua mendidik, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, pengertian orang tua, keadaan ekonomi keluarga.

## 2) Faktor sekolah

Faktor sekolah yang mempengaruhi belajar diantaranya metode mengajar, kurikulum, relasi guru dan siswa, relasi antar siswa, disiplin sekolah, pelajaran dan waktu sekolah, standar pelajaran, keadaan gedung, metode belajar, dan sarana prasarana.

## 3) Faktor Masyarakat

Masyarakat merupakan faktor ekstern yang juga berpengaruh terhadap berlatih siswa. Pengaruh itu terjadi arena keberadaan siswa dimasyarakat, teman bergaul dan bentuk kehidupan masyarakat. Oleh karena itu dalam memberikan bimbingan yang tepat kepada setiap anak didik, maka pendidik perlu memahami masalah- masalah yang berhubungan dengan kesulitan belajar.

Menurut Slameto (2010: 54-57) bahwa faktor-faktor yang dapat menghambat dalam proses belajar digolongkan menjadi dua macam yaitu:

### a. Faktor Internal

#### 1). Faktor Jasmaniah

a). Faktor kesehatan

b). Cacat tubuh

#### 2). Faktor Psikologis

a). Intelegensi

b). Perhatian

c). Minat

- d). Bakat
- e). Motif
- f). Kematangan
- g). Kesiapan

### 3). Faktor Kelelahan

Kelelahan pada seseorang walaupun sulit sulit dipisahkan tetapi dapat dibedakan menjadi dua macam yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani (bersifat psikis) Kelelahan jasmani dapat terlihat dengan lemahnya tubuh dan timbul kecenderungan untuk membaringkan tubuh. Kelelahan rohani dapat dilihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan, dapat mempengaruhi belajar. Agar siswa dapat belajar dengan baik haruslah menghindari kelelahan.

#### b. Faktor Eksternal

##### 1). Faktor Keluarga

- a). Cara Orangtua Mendidik
- b). Relasi Antar Anggota Keluarga
- c). Suasana Rumah
- d). Keadan Ekonomi Keluarga
- e). Pengertian Orangtua
- f). Latar Belakang Kebudayaan

##### 2). Faktor Sekolah

- a). Metode Pembelajaran
- b). Kurikulum

- c). Relasi Guru dengan Siswa
  - d). Relasi Siswa dengan Siswa
  - e). Disiplin Sekolah
  - f). Sarana dan Prasana
  - g). Alokasi Waktu Sekolah
  - h). Standar Pelajaran di Atas Ukuran
  - i). Keadaan Gedung
  - j). Metode Pembelajaran
  - k). Tugas Rumah
- 3). Faktor Masyarakat
- a). Kegiatan Siswa dalam Masyarakat
  - b). Media Komunikasi
  - c). Teman Bergaul
  - d). Bentuk Kehidupan Masyarakat

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan faktor-faktor yang menjadi penghambat dalam proses belajar gerak dasar atletik adalah faktor internal dan faktor eksternal siswa itu sendiri. Dengan mengetahui faktor-faktor tersebut maka guru dapat mengetahui hambatan dari tiap siswa dalam mengikuti proses pembelajaran *kids* atletik di sekolah. Dalam penelitian ini yang digunakan untuk menyusun angket hambatan dalam proses pembelajaran yaitu faktor intern meliputi faktor jasmani dan psikologis, sedangkan faktor ekstern hanya faktor sekolah. Hal tersebut dikarenakan hambatan belajar siswa yang dominan

dalam proses pembelajaran di sekolah hanya faktor jasmaniah, faktor psikologis, faktor kelelahan dan faktor sekolah atau lingkungan sekolah.

a. Faktor Internal

1). Faktor Siswa

a). Jasmaniah

Proses belajar seseorang akan terganggu jika kesehatan seseorang terganggu seperti mudah pusing, kurang darah, serta kelainan alat indranya serta tubuhnya serta cacat tubuh merupakan kurang sempurnanya mengenai tubuh/ badan seperti buta, setengah buta, tuli, patah kaki, lumpuh dsb, yang mempengaruhi belajar.

b). Faktor Psikologis

Belajar memerlukan kesiapan rohani ketenangan dengan baik. Faktor yang mempengaruhinya adalah intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan.

b. Faktor Eksternal

1). Guru

a). Metode mengajar

Metode mengajar guru yang kurang baik akan mempengaruhi belajar siswa yang tidak baik pula. Metode yang kurang baik terjadi karena kurang persiapan guru sehingga guru tersebut menyajikannya kurang jelas.

b). Kurikulum

Kurikulum diartikan sebagai sejumlah kegiatan yang menyajikan bahan pelajaran agar siswa menerima, menguasai dan mengembangkan bahan pelajaran itu, sehingga kurikulum yang kurang baik berpengaruh tidak baik pula terhadap belajar siswa.

c). Relasi guru dengan siswa

Guru yang kurang berinteraksi dengan siswa secara akrab menyebabkan proses belajar mengajar kurang lancar, karena siswa merasa jauh dan enggan berpartisipasi secara aktif dalam belajar.

2). Alat dan Fasilitas

Alat pelajaran erat hubungannya dengan belajar siswa karena alat yang dipakai oleh guru pada waktu mengajar dipakai pula oleh siswa untuk menerima bahan yang diajarkan, oleh karena itu apabila alat pelajaran yang kurang lengkap dan kurang tepat akan menghambat penerimaan bahan pelajaran yang diterima siswa. Alat pelajaran tersebut sebagai contoh alat-alat olahraga, media-media serta fasilitas seperti kondisi gedung sekolah dan semua fasilitas yang ada disekolah termasuk keadaan lapangan yang digunakan untuk pembelajaran pendidikan jasmani.

### 3). Lingkungan Sekolah

#### a). Disiplin sekolah

Disiplin sekolah erat kaitannya dengan ketepatan waktu sehingga apabila ada keterlambatan guru maupun siswa akan berpengaruh buruk terhadap belajar siswa.

#### b). Kondisi Sekolah

Letak sekolah yang terlalu dekat dengan jalan raya atau pabrik sehingga menimbulkan kebisingan dengan ini mengganggu belajar siswa disekolah.

## **B. Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang relevan sangat diperlukan guna mendukung kerangka teori-teori dan kerangka berfikir yang dikemukakan sehingga dapat digunakan sebagai acuan dalam pengajuan pertanyaan dalam penelitian. Berikut penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Farchan Baihaqi (2012), penelitian yang berjudul “Hambatan Siswa Kelas IV Dalam Pembelajaran Kids Atletik Di SD Negeri 3 Karangpucung Kecamatan Tambak Kabupaten Banyumas”. Populasi yang digunakan dengan mengambil 21 siswa. Hasil penelitian Berdasarkan hasil penelitian, bahwa hambatan siswa kelas IV dalam pembelajaran *Kids* Atletik di SD Negeri 3 Karangpucung dalam kategori sangat rendah 0%, kategori rendah 4,76%, kategori sedang 85,71%, kategori tinggi 9,52%, dan kategori sangat tinggi sebesar 0% dengan acuan penilaian PAP.



2. Penelitian yang dilakukan oleh Arif Setiyawan (2013) dalam penelitian yang berjudul “ Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Dengan Metode Bermain Se-Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga ”. Sampel yang digunakan populasi dalam penelitian ini adalah seluruh guru penjas SD se-Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga yang berjumlah 40 orang guru. Hambatan pembelajaran lompat jauh dengan metode bermain di SD se-Kecamatan Mrebet, Kabupaten Purbalingga sebagian besar guru menyatakan kelima Faktor seperti; Psikologi, Fisiologi, Lingkungan, Guru dan Sarana Prasarana merupakan hambatan guru dalam pembelajaran lompat jauh dengan metode bermain dengan rata-rata persentasi 50% dengan kategori tinggi.

### **C. Kerangka Berpikir**

Untuk mencapai tujuan pembelajaran gerak dasar atletik seharusnya ditunjang dengan sarana prasarana yang memadai. Selain itu, faktor guru, lingkungan dan faktor keadaan siswa juga berpengaruh terhadap pencapaian tujuan pembelajaran. Dari beberapa faktor diatas apabila tidak memadai maka akan menjadi penghambat dalam pembelajaran gerak dasar atletik. Semakin rendah hambatan itu maka tujuan pembelajaran akan semakin baik dan semakin tinggi hambatan itu maka hasil belajar akan semakin buruk. Di SD Negeri 3 Tunjungseto Kabupaten Kebumen pembelajaran gerak dasar atletik kurang tercapai tujuannya, hal ini dikarenakan ada berbagai hambatan diantaranya dikarenakan faktor siswa, faktor guru, faktor lingkungan sekolah dan faktor sarana dan prasarana yang kurang memadai. Faktor siswa meliputi

faktor jasmaniah, faktor psikologis, faktor kelelahan. Sedangkan mengenai guru meliputi metode mengajar guru, kurikulum, ketersediaan media, faktor kedisiplinan dan motivasi. Faktor sarana dan prasarana meliputi faktor kualitas dan faktor kuantitas. Faktor lingkungan keadaan lingkungan sekolah yang dekat dengan jalan raya. Semua faktor tersebut merupakan faktor yang saling berhubungan satu sama lain sehingga bila salah satunya terganggu akibatnya bisa mengganggu hasil yang diperoleh siswa. Selain itu biasa diungkapkan seberapa besar hambatan yang ada dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto.

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Desain Penelitian**

Desain penelitian ini dilakukan di SD Negeri 3 Tunjungseto, Kecamatan Sempor, merupakan penelitian deskriptif dengan satu variabel, yaitu hambatan. Penelitian yang semata-mata melukiskan keadaan obyek atau peristiwa tanpa suatu maksud untuk mengambil kesimpulan-kesimpulan yang berlaku secara umum. Menurut W. Gulo (2007: 19) penelitian deskriptif adalah penelitian yang menggambarkan apa adanya tentang suatu variabel, gejala atau keadaan. Penelitian diskriptif disebut juga penelitian non hipotesis sehingga dalam langkah penelitiannya.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei, pengumpulan data dengan menggunakan angket yang berisi tentang pertanyaan yang pengisiannya dibawah pengawasan peneliti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hambatan siswa kelas IV dan V dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kabupaten Kebumen.

### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Untuk mencapai tujuan penelitian ini, perlu diketahui terlebih dahulu variabel penelitiannya. Yang dimaksud variabel adalah segala yang akan menjadi obyek penelitian atau apa yang menajadi titik perhatian suatu penelitian (Suharsimi Arikunto, 2006: 118). Maka variabel dalam penelitian ini adalah hambatan siswa kelas IV dan V dalam

pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Hambatan yang dimaksud merupakan permasalahan atau kendala siswa kelas IV dan V dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen, yang terdiri dari 2 faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal yang memungkinkan sebagai penyebab siswa kelas IV dan V mengalami hambatan dalam pembelajaran gerak dasar atletik, faktor-faktor tersebut adalah faktor internal terdiri atas : (1). faktor jasmaniah, (2). faktor psikologis. Sedangkan faktor eksternal meliputi: (1). faktor guru, (2). faktor sarana dan prasarana, (3). faktor lingkungan sekolah yang semuanya diukur dengan angket dan hasilnya dengan skor.

### **C. Populasi Penelitian dan Sampel Penelitian**

Subyek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV dan V SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Populasi menurut Suharsimi Arikunto (2006: 115) adalah sekumpulan objek yang menjadi penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Mengacu dari pendapat tersebut dan mengingat jumlah subjek tidak begitu besar, maka dalam penelitian ini menggunakan penelitian populasi, yaitu dengan semua elemen yang ada pada wilayah penelitian. Sedangkan subjek penelitian adalah semua siswa kelas IV dan V SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen dengan jumlah 23 siswa. Adapun dalam bentuk

tabelnya sebagai berikut:

Tabel 1. Populasi Penelitian

No	Kelas	Populasi		Jumlah
		Laki-laki	Perempuan	
1.	IV	3	8	11
2.	V	4	8	12
Jumlah		7	16	23

Sumber: Guru Kelas IV dan Kelas V SD Negeri 3 Tunjungseto, Kecamatan Sempor, Kabupaten Kebumen.

#### **D. Waktu dan Tempat Penelitian**

##### 1. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada hari Sabtu, tanggal 21 Desember 2013. Pelaksanaan pengisian angket memberikan tanda silang (X) ini disesuaikan dengan jadwal pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan kelas IV dan kelas V mengambil jam kosong pada hari tersebut.

##### 2. Tempat Penelitian

Tempat pengambilan data dilaksanakan di ruang kelas IV dan V secara bergantian di SD Negeri 3 Tunjungseto, Kecamatan Sempor, Kabupaten Kebumen.

#### **E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

##### 1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah Suharsimi Arikunto (2006: 160). Ada empat media yang dapat digunakan dalam mengumpulkan

data suatu penelitian, jenis instrumen tersebut adalah angket, ceklist (*check-list*) atau daftar centang, pedoman wawancara, pedoman pengamatan. Dalam penelitian ini menggunakan metode survei dan data dikumpulkan dengan angket. Untuk itu diperlukan suatu instrumen yang berupa angket.

Teknik pengumpulan data menggunakan angket tertutup yang berupa sejumlah pertanyaan dengan alternatif jawaban yang sudah disediakan yaitu Hambatan Besar (4), Hambatan sedang (3), Hambatan Kecil (2), Tidak Menghambat (1). Teknik angket ini digunakan untuk mengetahui hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.

Angket menggunakan instrumen yang sudah pernah digunakan dalam penelitian sebelumnya oleh Farchan Baiqahi, NIM 10604227034 (2012), dengan judul “Hambatan Siswa Kelas IV dalam Pembelajaran Kids Atletik di SD Negeri 3 Karangpucung, Kecamatan Tambak, Kabupaten Banyumas”. Instrumen penelitian tersebut telah diuji validitasnya dengan rumus korelasi *Product Moment* dari (*Karl Pearson*), Uji reliabilitas butir menggunakan bantuan komputer program *SPSS 16.0 for Windows Evaluation Version*. Pada Tabel Harga Kritis dari *r Product Moment*, diperoleh  $r$  tabel adalah 0,396. Nilai *cronbach's alpha* pada *table Reliability statistics* = 0,922 >  $r$  tabel = 0,396 sehingga soal-soal tersebut reliabel. Sebelum angket

dilaksanakan untuk penelitian sudah dikonsultasikan dengan dosen pembimbing.

Penelitian ini menggunakan instrumen Farchan Baihaqi (2012) dengan mempertimbangkan berbagai hal, yaitu :

1. Karakteristik siswa yang menjadi obyek penelitian hampir sama yaitu seluruh siswa Sekolah Dasar kelas IV dan V.
2. Letak geografis sekolahnya lain kabupaten.

Adapun kisi-kisi angket instrumen penelitian sebagai berikut :

Tabel 2: Kisi-kisi Angket Instrumen Penelitian.

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Angket
Hambatan Siswa kelas IV dan kelas V dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto, Kecamatan Sempor, Kabupaten Kebumen	1. Internal	a. Jasmaniah	No. 1, 2, 3, 4.
		b. Psikologis	No. 5, 6, 7, 8, 9, 10.
	2. Eksternal	a. Guru	No. 11, 12, 13.
		b. Alat dan fasilitas	No. 14, 15, 16, 17.
		c. Lingkungan sekolah dan kondisi sekolah	No. 18, 19, 20.

Sumber : Farchan Baihaqi, 10604227034 ( 2012 )  
 ( Validitas Ahli Expert Judgement oleh Bapak Margono, M.Pd., NIP 19610830 198601 1 001, Bidang Ahli Atletik (2012).)

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Angket ini digunakan untuk mengungkap hambatan pembelajaran gerak dasar atletik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 3 Tunjungseto. Proses pengumpulan datanya dilakukan dengan cara

peneliti datang kesekolah. Peneliti menyampaikan angket dan menjelaskan tata cara pengisian angket, kemudian responden langsung disuruh mengisi dan setelah itu dikumpulkan, hasilnya diskor dan dianalisis.

## F. Teknik Analisis Data

Untuk mengetahui hasil penilaian hambatan gerak dasar atletik kelas IV dan V SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempr Kabupeten Kebumen menggunakan data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan langkah-langkah sebagai berikut:

### 1. Memberikan skor pada masing-masing faktor

Untuk mengetahui data tiap faktor maka dilakukan pengkategorian, sesuai dengan instrumen menjadi 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah dengan acuan penilaian PAN (Penilaian Acuan Normatif). Menurut Anas Sudjiono (2006: 39) pengkategorian berdasarkan Mean ideal ( $M_i$ ) dan Standar Deviasi ideal ( $SD_i$ ) adalah sebagai berikut :

Tabel 3. Norma Pengkategorian

Norma	Kategori
$X \geq M_i + 1.5 S_{di}$	Baik Sekali
$M_i + 0.5 S_{Di} \leq X < M_i + 1.5 S_{Di}$	Baik
$M_i - 0.5 S_{Di} \leq X < M_i + 0.5 S_{Di}$	Sedang
$M_i - 1.5 S_{Di} \leq X < M_i - 0.5 S_{Di}$	Kurang
$X < M_i - 1.5 S_{di}$	Kurang Sekali



Keterangan :

Mi = Mean Ideal.

SDi = Standar deviasi Ideal.

Sumber : Farchan Baihaqi, 10604227034 ( 2012 )

2. Menjumlahkan skor yang diperoleh dari masing-masing faktor
3. Memberikan kategori pada jumlah skor menjadi 5 kategori
4. Menjumlahkan kategori menjadi persentase dengan rumus *alpha* seperti yang dikemukakan menurut Anas Sudijono (2006: 43) rumus persentase adalah sebagai berikut:

$$p = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

F = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya.

N = Jumlah seluruh frekuensi/individu.

P = Angka Persentase.

Sumber : Farchan Baihaqi, 10604227034 ( 2012 )

5. Rumus Sturges, (Sukestiyarno, 2010: 33) dengan menentukan banyak Kelas (k) =  $1 + (3,3 \log n) = 1 + (3,3 \log 23) = 5,49$  atau 5;

**BAB IV**  
**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**A. Deskripsi Data Penelitian**

Berikut ini merupakan data yang diperoleh dari subjek penelitian, hasil penelitian menunjukkan skor minimum = 44, skor maksimum = 53, varians = 6,95, standar deviasi = 2,64, modus = 44, median = 45, dan rata-rata (*mean*) = 45,96. Untuk menyusun sekumpulan data ke dalam tabel distribusi frekuensi dengan panjang kelas yang sama untuk setiap kelas interval diperlukan hal sebagai berikut :

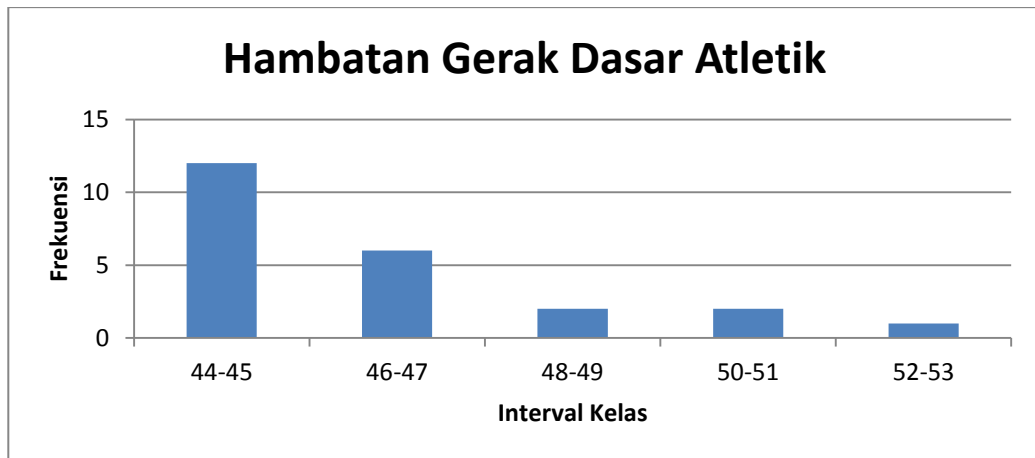
- a. Skor Rentang Data = skor maksimum – skor minimum = 53 – 44 = 9;
- b. Selanjutnya data disusun ke dalam distribusi frekuensi berdasarkan rumus Sturges, (Sukestiyarno, 2010: 33) dengan menentukan banyak Kelas ( $k$ ) =  $1 + (3,3 \log n) = 1 + (3,3 \log 23) = 5,49$  atau 5;
- c. Panjang kelas = rentang/banyak kelas =  $9/5 = 2,2 \approx 2$  atau 3.

Distribusi data hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto adalah sebagai berikut :

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Hambatan Siswa kelas IV dan V dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik SD Negeri 3 Tunjungseto**

Kelas Interval	Frekuensi	F Relatif (%)	F Komulatif	F Komulatif (%)
44-45	12	52,17%	12	52,17%
46-47	6	26,09%	18	78,26%
48-49	2	8,70%	20	86,96%
50-51	2	8,70%	22	95,65%
52-53	1	4,35%	23	100,00%
Jumlah	23	100,00%		

Diagram batang dari distribusi frekuensi skor penghambat pembelajaran gerak dasar atletik disajikan sebagai berikut :



**Gambar 5. Hambatan Pembelajaran Gerak Dasar Atletik.**

Berdasarkan hasil diagram batang di atas menunjukkan sebagian besar skor faktor penghambat pembelajaran gerak dasar atletik terletak pada interval 44 - 45 yaitu sebanyak 12 siswa (52,17%). Hasil analisis deskripsi faktor penghambat pembelajaran gerak dasar atletik dijabarkan sebagai berikut :

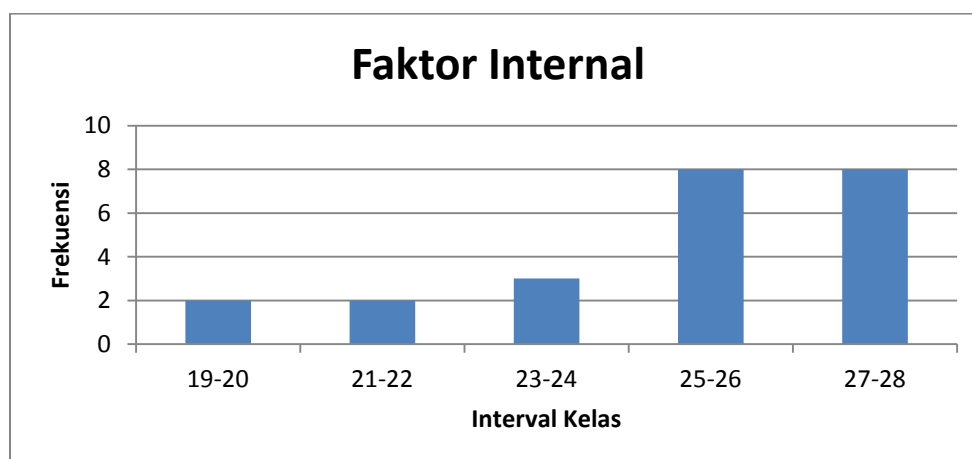
a. Faktor Internal

Hasil deskriptif data faktor internal pembelajaran gerak dasar atletik menunjukkan skor maksimum = 28, skor minimum = 19, *mean* = 25,13, median = 26, modus = 26, dan skor standar deviasi = 2,60. Sedangkan rentang = 7, banyak kelas = 5, dan panjang kelas = 2. Distribusi frekuensi hasil penelitian mengenai hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto berdasarkan faktor internal adalah sebagai berikut:

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Hambatan Siswa kelas IV dan V dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik SD Negeri 3 Tunjungseto Berdasarkan Faktor Internal.**

Kelas Interval	Frekuensi	F Relatif (%)	F Komulatif	F Komulatif (%)
19-20	2	8,70%	2	8,70%
21-22	2	8,70%	4	17,39%
23-24	3	13,04%	7	30,43%
25-26	8	34,78%	15	65,22%
27-28	8	34,78%	23	100,00%
Jumlah	23	100,00%		

Diagram batang dari distribusi frekuensi skor penghambat pembelajaran gerak dasar atletik disajikan sebagai berikut :



**Gambar 6. Hambatan Pembelajaran Gerak Dasar Atletik Berdasarkan Faktor Internal.**

Berdasarkan hasil diagram batang di atas menunjukkan sebagian besar skor faktor internal penghambat pembelajaran gerak dasar atletik terletak pada interval 25 - 26 yaitu sebanyak 8 siswa (34,78%) dan 27 - 28 yaitu sebanyak 8 siswa (34,78%).

b. Faktor Eksternal

Hasil deskriptif data faktor eksternal pembelajaran gerak dasar atletik menunjukkan skor maksimum = 25, skor minimum = 18, *mean*

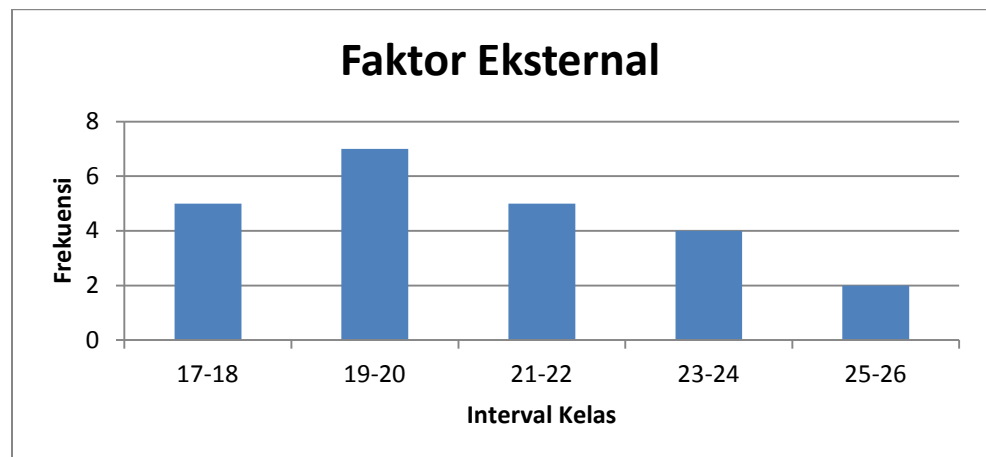
= 20,83, median = 20, modus = 18, dan skor standar deviasi = 2,31.

Sedangkan rentang = 9, banyak kelas = 5, dan panjang kelas = 2.

**Tabel 6. Distribusi Frekuensi Data Hambatan Siswa kelas IV dan V dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik SD Negeri 3 Tunjungseto Berdasarkan Faktor Eksternal.**

Kelas Interval	Frekuensi	F Relatif (%)	F Komulatif	F Komulatif (%)
17-18	5	21,74%	5	21,74%
19-20	7	30,43%	12	52,17%
21-22	5	21,74%	17	73,91%
23-24	4	17,39%	21	91,30%
25-26	2	8,70%	23	100,00%
Jumlah	23	100,00%		

Diagram batang dari distribusi frekuensi skor penghambat pembelajaran gerak dasar atletik disajikan sebagai berikut :



**Gambar 7. Hambatan Pembelajaran Gerak Dasar Atletik Berdasarkan Faktor Eksternal.**

Berdasarkan hasil diagram batang di atas menunjukkan sebagian besar skor faktor eksternal penghambat pembelajaran gerak dasar atletik terletak pada interval 19 - 20 yaitu sebanyak 7 siswa (30.43%).

## **B. Hasil Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, sehingga keadaan obyek akan digambarkan sesuai dengan data yang diperoleh. Dari hasil penelitian tentang hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen, perlu dideskripsikan secara keseluruhan maupun secara masing-masing dari faktor-faktor maupun indikator yang mendasari hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Faktor-faktor untuk hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen adalah faktor internal dan faktor eksternal. Berikut akan dideskripsikan secara keseluruhan dan berdasarkan masing-masing faktor maupun indikator yang mendasarinya.

Secara keseluruhan, diperoleh skor maksimum sebesar = 53; skor minimum = 44; Rerata = 45,96; standar deviasi = 2,64; Median = 45; dan modus = 44. Selanjutnya data dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu kategori sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi berdasarkan skor Mean ideal dan Standar Deviasi ideal. Tabel 6 merupakan penghitungan norma kategori hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.

**Tabel 7. Distribusi Frekuensi Hasil Analisis Hambatan Siswa Kelas IV Dan V Dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik SD Negeri 3 Tunjungseto.**

No	Kategori	Kelas Interval	F	Persentase
1	Sangat Tinggi	$50,76 \leq X$	3	13,04%
2	Tinggi	$49,26 \leq X < 50,75$	9	39,13%
3	Sedang	$47,75 \leq X < 49,25$	7	30,43%
4	Rendah	$46,26 \leq X < 47,75$	3	13,04%
5	Sangat Rendah	$X < 46,25$	1	4,35%
			23	100,00%

Keterangan :

$M_i$  = mean ideal =  $\frac{1}{2} (53-44) = 48,50$ ,

$SD_i$  = simpangan baku ideal =  $\frac{1}{6}(53-44) = 1,50$ .

Dari tabel di atas diperoleh hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen yaitu 1 siswa (4,35%) yang termasuk kategori sangat rendah, 3 siswa (13,04%) menyatakan rendah, 7 siswa (30,43%) menyatakan sedang, 9 siswa (39,13%) menyatakan tinggi, dan 3 siswa (13,04%) yang termasuk kategori sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 39,13%, yaitu pada kategori tinggi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen adalah tinggi. Secara rinci berikut akan dideskripsikan data mengenai masing-masing faktor dan indikator yang mendasari hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.

## 1. Faktor Internal

Faktor internal merupakan salah satu faktor yang terdapat dalam Hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Pada penelitian ini, faktor internal terdiri dari 2 indikator yaitu indikator jasmaniah dan indikator psikologis. Dalam penelitian ini faktor internal dijabarkan ke dalam 10 item pertanyaan yang telah dinyatakan valid dan layak sebagai instrumen penelitian hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Hasil penelitian memperoleh skor maksimum sebesar = 28; skor minimum = 19; Rerata = 25,13; standar deviasi = 2,60; Median = 26; dan modus = 26. Selanjutnya data dikategorikan sesuai dengan rumus yang telah ditentukan menjadi 5 kategori, yaitu kategori sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi berdasarkan skor Mean ideal dan Standar Deviasi ideal. Hasil analisis hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan faktor internal adalah sebagai berikut :



**Tabel 8. Distribusi Frekuensi Hasil Analisis Hambatan Siswa Kelas IV Dan V Dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik SD Negeri 3 Tunjungseto Berdasarkan Faktor Internal.**

No	Kategori	Kelas Interval	F	Persentase
1	Sangat Tinggi	$25,76 \leq X$	13	56,52%
2	Tinggi	$24,26 \leq X < 25,75$	3	13,04%
3	Sedang	$22,75 \leq X < 24,25$	3	13,04%
4	Rendah	$21,26 \leq X < 22,75$	1	4,35%
5	Sangat Rendah	$X < 21,25$	3	13,04%
			23	100,00%

Keterangan :

$M_i$  = mean ideal =  $\frac{1}{2} (28-19) = 23,50$ ,

$SD_i$  = simpangan baku ideal =  $\frac{1}{6} (28-19) = 1,50$ .

Dari tabel di atas diperoleh hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen yaitu sebanyak 3 siswa (13,04%) menyatakan sangat rendah, 1 siswa (4,35%) menyatakan rendah, 3 siswa (13,04%) menyatakan sedang, 3 siswa (13,04%) menyatakan tinggi, dan 13 siswa (56,52%) menyatakan sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 56,52%, yaitu pada kategori sangat tinggi, maka hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan faktor internal adalah sangat tinggi.

Berikut juga akan dijelaskan deskripsi data berdasarkan indikator yang mendasari hambatan siswa berdasar faktor internal.

a. Jasmaniah

Jasmaniah merupakan indikator dari faktor internal hambatan

siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Faktor Jasmaniah diungkap melalui 4 item pertanyaan yang telah dinyatakan valid. Hasil penelitian memperoleh skor maksimum = 11; skor minimum = 6; Rerata = 9,04; standar deviasi = 1,36; median = 9,00; dan modus = 10. Hasil analisis hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan indikator jasmaniah adalah sebagai berikut :

**Tabel 9. Distribusi Frekuensi Hasil Analisis Hambatan Siswa Kelas IV Dan V Dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik SD Negeri 3 Tunjungseto Berdasarkan Indikator Jasmaniah.**

No	Kategori	Kelas Interval	F	Persentase
1	Sangat Tinggi	$9,76 \leq X$	10	43,48%
2	Tinggi	$8,93 \leq X < 9,75$	7	30,43%
3	Sedang	$8,09 \leq X < 8,92$	0	0,00%
4	Rendah	$7,26 \leq X < 8,08$	3	13,04%
5	Sangat Rendah	$X < 7,25$	3	13,04%
			23	100,00%

Keterangan:

$Mi$  = mean ideal =  $\frac{1}{2} (11-6) = 8,50$ .

$SDi$  = simpangan baku ideal =  $\frac{1}{6} (11-6) = 0,83$ .

Dari tabel di atas diperoleh sebanyak 3 siswa (13,04%) menyatakan sangat rendah, 3 siswa (13,04%) menyatakan rendah, 0 siswa (0,00%) menyatakan sedang, 7 siswa (30,43%) menyatakan tinggi, dan 10 siswa (43,48%) menyatakan sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 43,48%, yaitu pada kategori sangat tinggi, maka hambatan siswa kelas IV dalam pembelajaran gerak dasar atletik

di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan faktor jasmaniah adalah sangat tinggi.

b. Psikologis

Faktor psikologis merupakan indikator dari faktor internal hambatan siswa kelas IV dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Faktor psikologis diungkap melalui 6 item pertanyaan yang telah dinyatakan valid. Hasil penelitian memperoleh skor maksimum = 19; skor minimum = 13; Rerata = 16,09; standar deviasi = 1,81; median = 16; dan modus = 16. Hasil analisis hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan indikator psikologis adalah sebagai berikut:

**Tabel 10. Distribusi Frekuensi Hasil Analisis Hambatan Siswa Kelas IV Dan V Dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik SD Negeri 3 Tunjungseto Berdasarkan Indikator Psikologis.**

No	Kategori	Kelas Interval	F	Persentase
1	Sangat Tinggi	$9,76 \leq X$	10	43,48%
2	Tinggi	$8,93 \leq X < 9,75$	7	30,43%
3	Sedang	$8,09 \leq X < 8,92$	0	0,00%
4	Rendah	$7,26 \leq X < 8,08$	3	13,04%
5	Sangat Rendah	$X < 7,25$	3	13,04%
			23	100,00%

Keterangan :

Mi = mean ideal =  $\frac{1}{2} (19-13) = 16$ ,

SDi = simpangan baku ideal =  $\frac{1}{6} (19-13) = 1$ .

Dari tabel di atas diperoleh sebanyak 4 siswa (17,39%) menyatakan sangat rendah, 4 siswa (17,39%) menyatakan rendah, 6

siswa (26,09%) menyatakan sedang, 3 siswa (13,04%) menyatakan tinggi, dan 1 siswa (26,09%) menyatakan sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 26,09%, yaitu pada kategori sangat tinggi, maka hambatan siswa kelas IV dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan faktor psikologis adalah sangat tinggi.

## **2. Faktor Eksternal**

Faktor eksternal merupakan salah satu faktor yang terdapat dalam hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Faktor eksternal terdiri dari 3 indikator yaitu guru, alat dan fasilitas, serta lingkungan dan kondisi sekolah. Semua item pertanyaan telah dinyatakan valid dan layak digunakan untuk instrumen penelitian tentang hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen.

Hasil penelitian memperoleh skor maksimum = 25; skor minimum = 18; Rerata = 20,83; standar deviasi 2,31; Median = 20 dan modus = 18. Selanjutnya data dikategorikan sesuai dengan rumus yang telah ditentukan menjadi 5 kategori, yaitu kategori sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi berdasarkan skor Mean ideal dan Standar Deviasi ideal. Hasil analisis hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3

Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan faktor eksternal adalah sebagai berikut:

**Tabel 11. Distribusi Frekuensi Hasil Analisis Hambatan Siswa Kelas IV Dan V Dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik SD Negeri 3 Tunjungseto Berdasarkan Faktor Eksternal.**

No	Kategori	Kelas Interval	F	Persentase
1	Sangat Tinggi	$23,26 \leq X$	3	13,40%
2	Tinggi	$22,09 \leq X < 23,25$	1	4,35%
3	Sedang	$20,93 \leq X < 22,08$	6	26,09%
4	Rendah	$19,76 \leq X < 20,92$	8	34,78%
5	Sangat Rendah	$X < 19,75$	5	21,74%
			23	100,00%

Keterangan :

Mi = mean ideal =  $\frac{1}{2} (25-18) = 21,50$

SD = simpangan baku ideal =  $\frac{1}{6} (25-18) = 1,17$ .

Dari tabel di atas diperoleh hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran Gerak dasar Atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen yaitu sebanyak 5 siswa (21,74%) menyatakan sangat rendah, 8 siswa (34,78%) menyatakan rendah, 6 siswa (26,09%) menyatakan sedang, 1 siswa (4,35%) menyatakan tinggi, dan 3 siswa (13,40%) menyatakan sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 34,78%, yaitu pada kategori rendah, maka hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan faktor eksternal adalah rendah.

Berikut juga akan dijelaskan deskripsi data berdasarkan indikator yang mendasari persepsi siswa berdasar faktor eksternal.

a. Guru

Guru merupakan indikator dari faktor eksternal hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Faktor guru diungkap melalui 3 item pertanyaan yang telah dinyatakan valid. Hasil penelitian memperoleh skor maksimum = 11; skor minimum = 5; Rerata = 7,43; standar deviasi = 1,53; median = 7,00; dan modus = 8,00. Hasil analisis hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan indikator guru adalah sebagai berikut:

**Tabel 12. Distribusi Frekuensi Hasil Analisis Hambatan Siswa Kelas IV Dan V Dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik SD Negeri 3 Tunjungseto Berdasarkan Indikator Guru.**

No	Kategori	Kelas Interval	F	Persentase
1	Sangat Tinggi	$9,51 \leq X$	2	8,70%
2	Tinggi	$8,51 \leq X < 9,50$	3	13,04%
3	Sedang	$7,51 \leq X < 8,50$	6	26,09%
4	Rendah	$6,51 \leq X < 7,50$	5	21,74%
5	Sangat Rendah	$X < 6,50$	7	30,43%
			23	100,00%

Keterangan :

Mi = mean ideal =  $\frac{1}{2} (11-5) = 8,00$

SD = simpangan baku ideal =  $\frac{1}{6} (11-5) = 1,00$ .

Dari tabel di atas diperoleh sebanyak 7 siswa (30,43%) menyatakan sangat rendah, 5 siswa (21,74%) menyatakan rendah, 6 siswa (26,09%) menyatakan sedang, 3 siswa (13,04%) menyatakan tinggi, dan 2 siswa (8,70%) mempunyai persepsi sangat tinggi.

Frekuensi terbanyak sebesar 30,43%, yaitu pada kategori sangat rendah, maka hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan faktor guru adalah sangat rendah.

b. Alat dan Fasilitas

Alat dan fasilitas merupakan indikator dari faktor eksternal hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Faktor alat dan fasilitas diungkap melalui 4 item pertanyaan yang telah dinyatakan valid untuk digunakan sebagai instrumen hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Hasil penelitian memperoleh skor maksimum = 15; skor minimum = 11; Rerata 12,65; standar deviasi = 1,19; median = 12,00; dan modus = 12,00. Hasil analisis hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan indikator alat dan fasilitas adalah sebagai berikut :

**Tabel 13. Distribusi Frekuensi Hasil Analisis Hambatan Siswa Kelas IV Dan V Dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik SD Negeri 3 Tunjungseto Berdasarkan Indikator Alat dan Fasilitas.**

No	Kategori	Kelas Interval	F	Persentase
1	Sangat Tinggi	$14,01 \leq X$	7	30,43%
2	Tinggi	$13,34 \leq X < 14,00$	0	0,00%
3	Sedang	$12,68 \leq X < 13,33$	4	17,39%
4	Rendah	$12,01 \leq X < 12,67$	8	34,78%
5	Sangat Rendah	$X < 12,00$	4	17,39%
			23	100,00%

Keterangan :

$M_i$  = mean ideal =  $\frac{1}{2} (15-11) = 13,00$

SD = simpangan baku ideal =  $\frac{1}{6} (15-11) = 0,67$ .

Dari tabel di atas diperoleh sebanyak 4 siswa (17,39%) menyatakan sangat rendah, 8 siswa (34,78%) menyatakan rendah, 0 siswa (0,00%) menyatakan sedang, 4 siswa (17,39%) menyatakan tinggi, dan 7 siswa (30,43%) menyatakan sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 34,78%, yaitu pada kategori rendah, maka hambatan siswa kelas IV dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan faktor alat dan fasilitas adalah rendah.

c. Lingkungan Sekolah dan Kondisi Sekolah

Faktor lingkungan sekolah dan kondisi sekolah merupakan indikator dari faktor eksternal hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Faktor lingkungan sekolah dan kondisi sekolah diungkap melalui 3 item pertanyaan yang telah dinyatakan valid. Hasil penelitian memperoleh skor



maksimum = 12; skor minimum = 6; Rerata = 8,39; standar deviasi 1,59; median = 8,00; dan modus = 9,00. Hasil analisis hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan indikator Lingkungan Sekolah adalah sebagai berikut :

**Tabel 14. Distribusi Frekuensi Hasil Analisis Hambatan Siswa Kelas IV Dan V Dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik SD Negeri 3 Tunjungseto Berdasarkan Indikator Lingkungan Sekolah.**

No	Kategori	Kelas Interval	F	Persentase
1	Sangat Tinggi	$10,51 \leq X$	2	8,70%
2	Tinggi	$9,51 \leq X < 10,50$	3	13,04%
3	Sedang	$8,51 \leq X < 9,50$	6	26,09%
4	Rendah	$7,51 \leq X < 8,50$	5	21,74%
5	Sangat Rendah	$X < 7,50$	7	30,43%
			23	100,00%

Keterangan :

Mi = mean ideal =  $\frac{1}{2} (12-6) = 7,50$

SD = simpangan baku ideal =  $\frac{1}{6} (12-6) = 1,50$ .

Dari tabel di atas diperoleh sebanyak 7 siswa (30,43%) menyatakan sangat rendah, 5 siswa (21,74%) menyatakan rendah, 6 siswa (26,09%) menyatakan sedang, 3 siswa (13,04%) menyatakan tinggi, dan 2 siswa (8,70%) menyatakan sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 30,43%, yaitu pada kategori sangat rendah, maka hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen berdasarkan faktor lingkungan sekolah dan kondisi sekolah adalah sangat rendah.

### **C. Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan siswa kelas IV dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen adalah sangat rendah. Secara rinci, yaitu sebanyak hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen yaitu 1 siswa (4,35%) yang termasuk kategori sangat rendah, 3 siswa (13,04%) menyatakan rendah, 7 siswa (30,43%) menyatakan sedang, 9 siswa (39,13%) menyatakan tinggi, dan 3 siswa (13,04%) yang termasuk kategori sangat tinggi. Frekuensi terbanyak sebesar 39,13%, yaitu pada kategori tinggi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen adalah tinggi.

Perolehan hasil di atas, dikarenakan beberapa faktor yang menjadi penghambat dalam bagi tiap siswa antara lain, sebagai berikut:

#### **1. Faktor dari Dalam (Internal)**

Faktor dari dalam meliputi jasmaniah dan psikologis dari siswa itu sendiri. Berdasarkan data dari hasil penelitian diperoleh faktor internal yang meliputi indikator jasmaniah dan psikologis termasuk dalam kategori sedang. Hal ini berarti bahwa dari faktor internal, hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen

adalah sangat tinggi.

Pada faktor jasmaniah yang paling penting adalah kesehatan. Faktor kesehatan dari siswa merupakan salah satu hambatan dalam setiap kegiatan ataupun dapat berpengaruh dalam belajarnya. Hal tersebut terlihat dari hasil jawaban dari beberapa siswa kelas IV dan V yaitu terlihat bahwa hambatan yang nampak pada kekuatan otot kaki untuk melompat, meloncat, dan berlari. Hasil yang ditunjukkan, dikarekan siswa kurang beraktivitas olahraga di rumah, sehingga agar siswa dapat belajar dengan baik haruslah mengusahakan kesehatan badannya tetap terjamin dengan cara selalu mengindahkan ketentuan-ketentuan tentang belajar, istirahat ataupun berolahraga.

Pada faktor psikologi yang menjadi penghambat adalah pikiran atau dari dalam jiwa siswa itu sendiri. Hasil yang diperoleh terlihat siswa kelas IV dan V merasa malu saat melakukan permainan gerak dasar atletik dan memiliki perasaan takut jika melakukan kesalahan saat melakukan gerakan-gerakan gerak dasar atletik yang dilakukan. Hal tersebut dikarenakan siswa kurang siap untuk menerima kegiatan pembelajaran yang dilakukan guru. Padahal apabila siswa belajar dan siap maka hasil belajarnya akan lebih baik.

## **2. Faktor dari Luar (Eksternal)**

Faktor dari luar meliputi guru, alat & fasilitas, lingkungan & kondisi sekolah. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh untuk indikator indikator guru serta indikator kondisi sekolah dan lingkungan sekolah

termasuk dalam kategori sedang, sedangkan pada indikator alat dan fasilitas memperoleh kategori tinggi. Hal ini berarti bahwa dari faktor eksternal, hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen adalah sangat rendah.

Pada indikator guru, indikator kondisi sekolah dan lingkungan sekolah bahwa indikator tersebut memberikan hambatan dalam kategori sedang dikarenakan kejelasan guru saat menjelaskan materi gerak dasar atletik kurang menguasai kelas, sehingga dalam proses pembelajaran masih ada beberapa siswa yang kurang memperhatikan. Guru yang kurang berinteraksi dengan siswa secara akrab, menyebabkan proses pembelajaran kurang lancar, serta siswa merasa jauh dari guru, sehingga segan berpartisipasi secara aktif dalam belajar. Selain itu, untuk lokasi pembelajaran yang peneliti gunakan juga sangat jauh dari sekolah, apabila menggunakan halaman sekolah proses pembelajaran gerak dasar atletik tidak akan berjalan lancar karena keterbatasan lahan untuk pembelajaran.

Pada indikator alat dan fasilitas yang kurang mendukung atau kondisi dari alat peraga yang kurang terawat membuat siswa menjadi kurang termotivasi untuk menggunakan sarana pembelajaran gerak dasar atletik. Hal tersebut dikarenakan pihak sekolah kurang memperhatikan sarana pembelajaran olahraga yang guru gunakan, sekolah lebih mementingkan sarana pembelajaran mata pelajaran

yang ikut UAN. Hasil tersebut membuat siswa merasa bahwa sarana yang digunakan menjadi salah satu penghambat yang tinggi dalam proses pembelajaran gerak dasar atletik. Dengan demikian, agar hambatan dalam pembelajaran gerak dasar atletik semakin rendah, maka guru penjas harus mengusahakan agar alat dan fasilitas yang ada atau yang digunakan dalam proses pembelajaran semakin dilengkapi, sehingga hambatan dari faktor alat dan fasilitas semakin rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan diperoleh hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen adalah sedang. berdasarkan masing-masing faktor maupun indikator juga memperoleh kategori sedang, kecuali pada indikator alat dan fasilitas yang memperoleh hambatan tinggi. Hal ini berarti bahwa proses pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen masih perlu diperbaiki lagi. Dari faktor internal, siswa harus memperbaiki kondisi jasmaninya serta memperbaiki kondisi psikologisnya, sehingga hambatan dari faktor internal akan semakin rendah. Di sisi lain dari faktor eksternal juga harus diperbaiki lagi, yaitu guru harus lebih kreatif membuat pembelajaran menjadi lebih menarik, melengkapi alat dan fasilitas, serta membuat kondisi dan lingkungan sekolah kondusif untuk pembelajaran gerak dasar atletik. Dengan semua aspek ini ditingkatkan, diharapkan

hambatan pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen juga akan semakin rendah. Dengan demikian proses pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen dapat berjalan dengan lancar tanpa hambatan apapun.

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, bahwa hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen yaitu 1 siswa (4,35%) yang termasuk kategori “sangat rendah”, 3 siswa (13,04%) menyatakan rendah, 7 siswa (30,43%) menyatakan “sedang”, 9 siswa (39,13%) menyatakan “tinggi”, dan 3 siswa (13,04%) yang termasuk kategori “sangat tinggi”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2013/2014 adalah sedang.

### **B. Implikasi Hasil Penelitian**

Sesuai dengan penemuan dalam penelitian ini, maka implikasi dari penemuan tersebut adalah fakta yang terkumpul berupa data-data dari siswa kelas IV dan V SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen sebagai subyek penelitian, ternyata hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen adalah sedang. Hal ini dapat dilihat dari pernyataan-pernyataan angket yang menyatakan sedang. Dengan demikian diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan pada umumnya, dan pengetahuan

olahraga pada khususnya. Selain itu, dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi guru penjas, agar dapat meningkatkan kreativitasnya dalam mengajar, melengkapi alat dan fasilitas serta mampu menggunakannya semaksimal mungkin, meningkatkan motivasi siswa, memperbaiki keadaan jasmani siswa dan membuat suasana pembelajaran menjadi kondusif, sehingga akan tercipta pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen yang lancar.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Pelaksanaan penelitian ini diupayakan semaksimal mungkin sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian. Namun demikian masih dirasakan adanya keterbatasan dan kelemahan yang tidak dapat dihindari antara lain :

1. gerak dasar atletik sebenarnya ada 14 nomor sedangkan di Kecamatan Sempor pembelajaran gerak dasar atletik hanya 6 nomor. Sehingga dalam penelitian ini tidak mencakup semua nomor gerak dasar atletik dan hanya terbatas pada nomor-nomor yang diajarkan.
2. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan hasil isian angket sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang obyektif dalam proses pengisian seperti adanya saling bersamaan dalam pengisian angket.

### **D. Saran**

Sehubungan dengan hasil dari penelitian mengenai hambatan siswa kelas IV dan V dalam pembelajaran gerak dasar atletik di SD Negeri 3



Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen adalah sedang, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Kepada Pihak Sekolah

Disarankan kepada pihak sekolah agar menyediakan alat dan fasilitas, sarana dan prasarana pendidikan jasmani, sehingga ketika dalam proses pembelajaran tidak ada hambatan karena tidak adanya alat dan fasilitas di sekolah. Dengan demikian proses pembelajaran akan lebih menarik dan penyampaian materi akan lebih mudah dan pembelajaran lancar.

2. Kepada Guru Pendidikan Jasmani

Disarankan kepada guru penjas, agar dapat membuat pembelajaran gerak dasar atletik lebih menarik, dapat menggunakan alat dan fasilitas yang ada sehingga pembelajaran gerak dasar atletik dapat berjalan dengan lancar.

3. Kepada Siswa

Disarankan kepada siswa kelas IV dan V SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen, agar mengikuti proses pembelajaran dengan sungguh-sungguh, salah satunya dengan meningkatkan kesegaran jasmani, serta memperbaiki kondisi psikologisnya. Dengan demikian pembelajaran gerak dasar atletik tidak mengalami hambatan dari faktor internal siswa itu sendiri.

4. Kepada Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti yang akan datang, agar mengadakan

penelitian lanjut tentang hambatan siswa dalam pembelajaran gerak dasar atletik dan menghubungkannya dengan variabel lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini seperti menghubungkan dengan prestasi belajar atletik atau prestasi belajar penjas pada umumnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arif Setiyawan. (2013). Hambatan Pembelajaran Lompat Jauh Dengan Metode Bermain Se-Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Anas Sudijono.(2007). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Andun Sudijandoko. (2008). *Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- \_\_\_\_\_. (2010). Pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan berkualitas. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Indonesia*. Hlm 1-5.
- Charles Gozzoli. (2006). *IAAF KIDS' ATELTIK A TEAM EVENT FOR CHILDREN*. IAAF
- Deny Setiawan, dkk. (2007). *Pemantapan Kemampuan Mengajar Program DII Pendor*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Depdiknas.(2003). *Kurikulum 2004 Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasman iSekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*. Jakarta: Depdiknas.
- Farchan Baihaqi.(2012). Hambatan Siswa Kelas IV Dalam Pembelajaran Kids Atletik Di SD Negeri 3 Karangpucung Kecamatan Tambak Kabupaten Banyumas. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- H.M. Surya, dkk. (2009). *Kapita Selektu Kependidikan Sekolah Dasar*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Suyono Ds. (2002). *Atletik untuk Anak- anak*. Jakarta: Staf set-IAAf RDC.
- Kemendiknas. (2010). *Pedoman Olimpiade Olahraga Siswa Nasional III (O2SN III) Sekolah Dasar Tahun 2010*. Jakarta: Kemendiknas.
- Margono. (2007). *Azas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Oemar Hamalik. (2005). *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ria Lumintuarso. (2001). *Peralatan Olahraga Anak (POA)*. Yogyakarta: Sinar Offset.

- Samsudin. (2009). *Pemanfaatan Lingkungan dalam Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor- Faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: RinekaCipta.
- Siti Safariatun. (2008). *Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sugihartono, dkk.(2007). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. (2003). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- \_\_\_\_\_. (2006). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sukestiyarno. (2010). *Statistika Dasar*. Semarang: UNNES Press.
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Penjaskes*. Bandung: Depdikbud.
- Sunaryo Kartadinata, dkk. (1999). *Bimbingan di Sekolah Dasar*. Bandung: PGSD Ditjen Dikti Depdikbud.
- Sutrisno Hadi. (1991). *Analisis Butir Untuk Instrumen Angket, Tes, dan Skala Nilai dengan BASICA*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Trisnia Pratiwi. (2012). *Minat Mahasiswa Prodi PJKR 2009 Terhadap Irian Musik Disko Dangdut pada pembelajaran Senam Aerobik*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Udin S. Winata Putra, dkk. (2008). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- W. Gulo. (2007). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Grasindo.

# **LAMPIRAN - LAMPIRAN**

Lampiran 1. Surat Bimbingan TAS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
Alamat : Jl.Colombo No.1 Yogyakarta Telp. 513092

Nomor : /PKS/I/2013  
Lamp : 1 Bendel  
Hal : Pembimbing Proposal TAS

Kepada Yth : Agus Susworo Dwi M., M.Pd.  
Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS Saudara :

Nama : Supriyadi

NIM : 11601247088

Judul Skripsi : Hambatan Siswa Kelas IV dan V dalam Pembelajaran Kids Atletik di SD N 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan. Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 27 Maret 2013  
Kaprodi PGSD Penjas,

Sriawan, M.Kes.  
NIP. 19580830 198703 1 003

Lampiran 2. Surat Pengesahan Proposal

**LEMBAR PENGESAHAN**

Proposal Penelitian Tentang:

**“HAMBATAN SISWA KELAS IV DAN V DALAM PEMBELAJARAN *KIDS* ATLETIK DI SD NEGERI 3 TUNJUNGSETO, SEMPOR, KEBUMEN”**

Nama : Supriyadi

NIM : 11601247088

Prodi : PKS S1 PGSD Penjaskes

Telah diperiksa dan dinyatakan layak untuk diteliti.

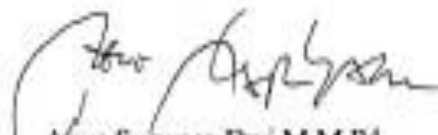
Yogyakarta, 2 Desember 2013

Ketua Prodi PGSD Penjaskes



Drs. Sriawan, M.Kes.  
NIP. 19580830 198703 1 003

Dosen Pembimbing



Agus Susworo Dwi M.M.Pd  
NIP. 19710808 200112 1 001

Kasubag Pendidikan FIK UNY

Sutiyem, S.Si,  
NIP. 19760522 199903 2 001

Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian Fakultas

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada  
Yth. Dekan FIK-Universitas Negeri Yogyakarta  
Jalan Kolombo No. 1  
Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak Dekan berkenan membuat surat ijin penelitian bagi :

Nama Mahasiswa : Supriyadi  
Nomor Mahasiswa : 11601247088  
Program Studi : S-1 PGSD Penjas (PKS)  
Judul Skripsi : Hambatan Siswa Kelas IV dan V dalam Pembelajaran  
Kids Atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto, Sempor, Kebumen.

Pelaksanaan pengambilan data :

Waktu : 16 Desember s/d 31 Desember 2013  
Tempat / Obyek : SD Negeri 3 Tunjungseto, Sempor, Kebumen / Siswa.

Atas perhatian, bantuan dan terkabulnya permohonan ini, diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 2 Desember 2013  
Yang mengajukan,



Supriyadi  
NIM. 11601247088

Mengetahui :

Koordinator S1 PGSD Penjas,

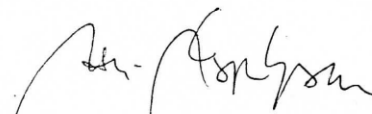


Drs. Sriawan, M.Kes  
NIP. 119580830 198703 1 003



JUDI SUTAMA  
NIP. 19620610198601 001

Dosen Pembimbing,



Agus Susworo Dwi M.M.Pd  
NIP. 19710808 200112 1 001





**PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN**  
**DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA**  
**UPT DINAS UNIT KECAMATAN SEMPOR**

Alamat : Jln. Kaligandu No. 42, Kec. Sempor, Kab. Kebumen, Kode.Pos 54471, Telp (0287) 472141

Sempor, 9 Desember 2013

Nomor : 421.2 / / 2013

Lampiran : 1 Lembar

Hal : Ijin Penelitian

Kepada

Yth. Dekan S-1 PGSD Penjas

Universitas Negeri Yogyakarta

di-Yogyakarta

Menindaklanjuti surat dari permohonan saudara Nomor : 562/UN.34.16/PP/2013 tanggal 2 Desember 2013 perihal permohonan Ijin Penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhrit Skripsi, dengan ini memberikan ijin penelitian :

Nama : Supriyadi

NIM : 11601247088

Jurusan : POR

Program Studi : S1 PGSD Penjas

Tempat/Obyek : SD Negeri 3 Tunjungseto

Pelaksanaan : 21 Desember 2013

Pada : Siswa-siswi kelas IV dan V SD Negeri 3 Tunjungseto  
Kecamatan Sempor, Kabupaten Kebumen

Demikian untuk menjadikan periksa dan dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Kepala UPT Dinas Dikpora  
Unit Kecamatan Sempor

**Drs. EDY SUWANTORO.M.Pd**  
NIP. 19600324/198201 1 003

Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian Sekolah



PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN  
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA  
UPT DINAS UNIT KECAMATAN SEMPOR  
SD NEGERI 3 TUNJUNGSETO

Alamat : Desa Tunjungseto, Kec. Sempor, Kab. Kebumen

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 420.1 / / 2013

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Sekolah Dasar Negeri 3 Tunjungseto

Nama : Suryanto, S. Pd

NIP : 19680331 199310 1 001

Jabatan : Kepala Sekolah

Alamat : SD Negeri 3 Tunjungseto, Kec. Sempor, Kab. Kebumen

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa :

Nama : Supriyadi

NIM : 11601247088

Jurusan : PKS PGSD Penjias

Instansi : FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data untuk skripsi di SD Negeri 3 Tunjungseto dengan judul "Hambatan Siswa Kelas IV dan V dalam Pembelajaran Kids Atletik di SD Negeri 3 Tunjungseto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen".

Yang dilaksanakan pada :

Hari/Tanggal : 23 Desember 2013

Tempat : SD Negeri 3 Tunjungseto

Demikian surat keterangan ini di buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Sempor, 23 Desember 2013

Kepala Sekolah SD Negeri 3 Tunjungseto

SURYANTO, S. Pd

NIP. 19680331 199310 1 001

Lampiran 6. Instrumen Kisi-kisi Penelitian

Kisi-kisi Angket Instrumen Penelitian.

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Angket
Hambatan Siswa kelas IV dalam Pembelajaran Kids Atletik di SD Negeri 3 Karangpucung Kecamatan Tambak Kabupaten Banyumas	1. Internal	a. Jasmaniah.	No.1, 2, 3, 4.
		b. Psikologis.	No.5, 6, 7, 8, 9, 10.
	2. Eksternal	a. Guru.	No.11,12,13.
		b. Alat dan fasilitas.	No.14,15,16, 17.
		c. Lingkungan sekolah dan kondisi sekolah.	No.18,19, 20.

Validitas : 0,396.

Reliability Statistic : 0,922.

## SILABUS PEMBELAJARAN

**Nama Sekolah** : SD Negeri 3 Tunjungseto  
**Bidang studi** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kesehatan  
**Kelas** : IV (empat)  
**Semester/ Tahun** : I / 2013-2014  
**Standart Kompetensi** : 1. Mempraktikan gerak dasar permainan sederhana dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Nilai Budaya Dan Karakter Bangsa	Kewirausahaan/ Ekonomi Kreatif	Gagasan Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar
						Teknik	Bentuk instrumen	Contoh instrumen		
1.2 Mempraktikkan gerak dasar atletik sederhana, serta nilai semangat, percaya diri dan disiplin.	c. Atletik - lari angkat paha -lari tumit ke belakang -lari tungkai disepakan ke belakang -lari santai ( jogging ) -lari cepat ( sprint ) - Lomba memindahkan batu	<ul style="list-style-type: none"> <li>o Disiplin</li> <li>o Kerja keras</li> <li>o Kreatif</li> <li>o Demokratis</li> <li>o Rasa Ingin tahu</li> <li>o Cinta tanah air</li> <li>o Bersahabat</li> <li>o Menghargai prestasi</li> <li>o Gemar membaca</li> <li>o Peduli lingkungan</li> <li>o Peduli sosial</li> <li>o Tanggung jawab</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>o Berorientasi tugas dan hasil</li> <li>o Berani mengambil resiko</li> <li>o Percaya diri</li> <li>o Keorisinilan</li> <li>o Berorientasi ke masa depan</li> </ul>	Melakukan gerakan lari mengangkat paha Melakukan lari tumit ke belakang Melakukan lari tungkai disepakan ke depan Melakukan lari santai ( Joging ) Melakukan lari cepat ( Sprint ) Lomba memindahan batu	Melakukan gerak an lari ditempat Melakukan gerakan lari dengan berbagai arah dan kecepatan Melakukan gerakan lari dengan berbagai jarak Mengatur irama langkah dan pernapasan saat lari	Tes Praktik	Tes -ketram pilan -Penga- matan	Tes : Melaku-kan lari mengangkat paha Melakukan lari tumit ke belakang Melakukan lari tungkai disepakan ke depan Melakukan jalan santai ( jogging ) Melakukan lari cepat Melakukan lomba memindahkan batu	4 X 35 menit ( 2 X pert )	Buku Penjaskes /cd kls. 4 Matras Lapangan Pluit Stop watch

## SILABUS PEMBELAJARAN

Nama Sekolah : SD Negeri 3 Tunjungseto

Bidang studi : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kesehatan

Kelas : V (lima)

Semester/ Tahun : I / 2013-2014

Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Nilai Budaya Dan Karakter Bangsa	Kewirausahaan/ Ekonomi Kreatif	Gagasan Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber Belajar
						Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
1.3 Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi atletik, serta nilai semangat, sportivitas, percaya diri dan kejujuran.	Atletik Start Saat berlari Finish	<ul style="list-style-type: none"> <li>o Disiplin</li> <li>o Kerja keras</li> <li>o Kreatif</li> <li>o Demokratif</li> <li>o Rasa Ingin tahu</li> <li>o Cinta tanah air</li> <li>o Bersahabat</li> <li>o Menghargai prestasi</li> <li>o Gemar membaca</li> <li>o Peduli lingkungan</li> <li>o Peduli sosial</li> <li>o Tanggung jawab</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>o Berorientasi tugas dan hasil</li> <li>o Berani mengambil resiko</li> <li>o Percaya diri</li> <li>o Keorisinilan</li> <li>o Berorientasi ke masa depan</li> </ul>	<p>Melakukan aba-aba dalam start</p> <p>Melakukan aba-aba”bersedia”</p> <p>Melakukan aba-aba”siap”</p> <p>Melakukan aba-aba”ya”</p> <p>Melakukan sikap yang benar pada saat lari</p> <p>Melakukan sikap lari pada waktu memasuki garis finish</p>	<p>Melakukan gerakan:</p> <p>Start</p> <p>Saat berlari</p> <p>Finish</p>	<p>Test pengamatan dan test praktik</p>	<p>Test ketrampilan</p> <p>Test praktik</p> <p>Test demostrasi</p>	<p>Praktikkan tendangan bola dan lakukan menggiring bola maupun menembak bola</p> <p>Lakukanlah start lari dan finish</p>	<p>8 x 35 menit (4 x pertemuan)</p>	<p>Buku Penjasorkes SD</p> <p>Buku referensi bermain rounders</p>



Lampiran 8. Daftar Siswa Kelas IV

**DAFTAR SISWA KELAS IV  
SD NEGERI 3 TUNJUNGSETO  
KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN**

<b>NO</b>	<b>INDUK</b>	<b>NAMA</b>	<b>L/P</b>		<b>TEMPAT LAHIR</b>	<b>TANGGAL LAHIR</b>	<b>KET</b>
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
1	1064	Annisa Marsya S.		P	Kebumen	01-10-2003	
2	1066	Dian Devika		P	Kebumen	16-05-2003	
3	1074	Sumiyo	L		Kebumen	03-01-2003	
4	1075	Eli Susanti		P	Kebumen	20-09-2003	
5	1076	Sefia Cahyaningtias		P	Kebumen	07-08-2003	
6	1080	Hanung Hari Asih		P	Kebumen	15-02-2004	
7	1082	Catur Endriawan	L		Kebumen	29-03-2004	
8	1083	Ratmaningtiyastuti N.		P	Kebumen	17-03-2004	
9	1084	Muthia Annisa N.		P	Kebumen	03-06-2004	
10	1065	Endariyaningsih		P	Kebumen	22-09-2002	
11	1086	Berlin Aditiya	L		Kebumen	29-05-2003	
Jumlah			3	8	11		

Lampiran 9. Daftar Siswa Kelas V

**DAFTAR SISWA KELAS V  
SD NEGERI 3 TUNJUNGSETO  
KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN**

NO	INDUK	NAMA	L/P		TEMPAT LAHIR	TANGGAL LAHIR	KET
			4	5			
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
1	1043	Rafli Ramadhani	L		Kebumen	23-12-2000	
2	1049	Reni Anggraeni		P	Kebumen	07-01-2002	
3	1057	Willy Widiatma	L		Kebumen	14-10-2002	
4	1059	Anjar Setiawan	L		Kebumen	14-03-2003	
5	1060	Rafida Salma		P	Kebumen	26-10-2002	
6	1061	Dika Arifin	L		Kebumen	04-10-2002	
7	1062	Juni Arifan	L		Kebumen	06-07-2002	
8	1063	Shifa Annisa Amalia		P	Kebumen	31-08-2002	
9	1068	Doni Agustian	L		Kebumen	28-08-2002	
10	1069	Edot Galuh Setiawan	L		Kebumen	23-07-2003	
11	1088	Noviyanti		P	Kebumen	15-10-2002	
12	1098	Wahyu Aziz Zamani	L		Banyumas	04-10-2002	
Jumlah			8	4	12		



## Lampiran 10. Lampiran Output Validitas

[DataSet0]

### Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	25	50.0
	Excluded <sup>a</sup>	25	50.0
	Total	50	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.922	25

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	82.08	113.577	.342	.922
item2	82.24	109.273	.460	.920
item3	82.24	110.607	.454	.920
item4	82.40	112.750	.271	.923
item5	82.48	104.343	.761	.915
item6	82.64	103.740	.671	.916
item7	82.52	104.260	.726	.915
item8	82.28	109.377	.547	.919
item9	82.52	109.927	.450	.920
item10	82.48	109.510	.431	.921
item11	82.20	109.750	.521	.919
item12	82.16	107.557	.577	.918
item13	82.08	113.577	.342	.922
item14	82.36	111.907	.296	.923
item15	82.44	103.673	.793	.914
item16	82.60	102.917	.704	.916
item17	82.56	104.507	.725	.915
item18	82.28	109.377	.547	.919
item19	82.44	108.423	.532	.919
item20	82.04	107.540	.601	.918
item21	82.20	109.333	.552	.919
item22	82.12	106.777	.634	.917
item23	82.08	112.493	.451	.920
item24	82.40	112.083	.288	.923
item25	82.40	103.500	.796	.914

Pada Tabel Harga Kritik dari r Product Moment, dengan N = 25 dan alpha 5% diperoleh r tabel adalah 0,396. Nilai *corrected item-total correlation* pada table *Item-Total Statistics* item soal no 1, 4, 13, 14, dan 24 diperoleh r hitung < r tabel (0,396), sehingga kelima soal tidak valid. Sedangkan sisa item yang lain valid, karena r hitung  $\geq$  r tabelnya (0,396). Nilai *cronbach's alpha* pada table *Reliability*

*statistics* = 0,922 > r tabel = 0,396 sehingga soal - soal tersebut reliabel.

Lampiran 11. Hasil Analisis Data Penelitian Kelas IV

No	SUBJEK	ITEM SOAL																										
		FAKTOR INTERN												FAKTOR EKSTERN														
		JASMANIAH				JMLH	PSIKOLOGIS						JMLH	JMLH	GURU			JMLH	ALAT DAN FASILITAS				JMLH	LINGK&KOND SEK			JMLH	JMLH
		1	2	3	4		5	6	7	8	9	10			11	12	13		14	15	16	17		18	19	20		
1	EL	2	3	3	2	10	2	3	3	3	3	3	17	27	3	3	2	8	3	3	2	3	11	3	3	3	9	28
2	HN	3	3	2	2	10	3	3	3	3	3	3	18	28	2	3	3	8	3	4	3	3	13	3	3	4	10	31
3	RT	2	2	2	1	7	2	2	2	3	2	2	13	20	2	2	3	7	2	3	4	2	11	2	3	1	6	24
4	EN	2	3	2	2	9	3	3	4	3	3	3	19	28	1	2	2	5	4	2	3	2	11	4	3	5	12	28
5	DN	4	3	2	2	11	2	3	3	2	2	3	15	26	3	2	2	7	3	3	2	3	11	2	1	3	6	24
6	BL	3	3	2	1	9	2	3	2	3	3	3	16	25	3	2	3	8	3	3	3	4	13	2	2	3	7	28
7	MO	2	2	1	1	6	2	2	3	2	2	2	13	19	3	4	4	11	3	4	4	3	14	3	4	4	11	36
8	SF	3	3	2	2	10	3	2	4	3	3	3	18	28	2	2	4	8	3	3	3	3	12	3	3	3	9	29
9	CR	2	2	3	3	10	3	3	3	2	2	2	15	25	2	3	2	7	4	4	2	4	14	2	3	3	8	29
10	BR	3	2	2	1	8	2	3	3	2	2	3	15	23	3	4	2	9	3	4	3	3	13	2	2	3	7	29
11	MH	2	3	3	2	10	2	3	3	1	4	4	17	27	3	3	3	9	4	2	3	3	12	3	2	2	7	28
	Jumlah	32	33	29	26	110	34	38	43	38	40	44	192	302	41	45	45	95	53	53	50	53	147	49	52	57	101	343
	Rata-rata	2.46	2.54	2.23	2.00	9.17	2.62	2.92	3.31	2.92	3.08	3.38	16.00	25.17	3.15	3.46	3.46	7.92	4.08	4.08	3.85	4.08	12.25	3.77	4.00	4.38	8.42	28.58
	Nilai Maksimal	4	3	3	4	11	5	6	7	8	9	10	19	28	11	12	13	11	14	15	16	17	14	18	19	20	12	36
	Nilai Minimal	1	2	1	1	6	2	2	2	1	2	2	13	19	1	2	2	5	2	2	2	2	11	2	1	1	6	24

Lampiran 12. Hasil Analisis Data Penelitian Kelas V

No	SUBJEK	ITEM SOAL																										
		FAKTOR INTERN												JMLH	FAKTOR EKSTERN											JMLH		
		JASMANIAH				JMLH	PSIKOLOGIS					JMLH	GURU			JMLH	ALAT DAN FASILITAS				JMLH	LINGK&KOND SEK			JMLH			
		1	2	3	4		5	6	7	8	9		10		11		12	13	14	15		16	17	18			19	20
1	DA	2	3	3	1	9	4	2	3	3	3	2	17	26	2	2	2	6	4	3	2	3	12	2	3	3	8	26
2	DS	2	2	1	1	6	2	3	3	3	3	2	16	22	3	2	2	7	4	4	4	3	15	2	2	2	6	28
3	NA	3	3	3	2	11	3	2	3	3	2	2	15	26	2	2	2	6	3	2	4	3	12	3	3	3	9	27
4	WZ	2	2	3	3	10	2	3	3	2	2	2	14	24	2	2	2	6	4	3	4	3	14	2	3	3	8	28
5	RA	3	3	2	1	9	2	3	3	3	3	4	18	27	3	3	4	10	4	3	4	3	14	3	3	4	10	34
6	AS	3	3	2	2	10	2	3	2	3	3	3	16	26	2	2	2	6	4	3	2	3	12	2	2	3	7	25
7	JA	3	2	2	2	9	3	4	3	4	2	3	19	28	2	2	1	5	3	3	4	3	13	2	3	3	8	26
8	ES	3	2	2	2	9	3	3	3	3	3	3	18	27	3	3	2	8	4	2	3	3	12	2	3	4	9	29
9	RF	3	2	2	2	9	3	3	3	2	3	2	16	25	2	2	3	7	3	3	3	3	12	2	2	4	8	27
10	RS	2	3	2	1	8	2	2	3	2	3	1	13	21	3	3	3	9	4	3	4	3	14	3	4	3	10	33
11	SA	2	2	2	2	8	3	2	3	3	3	2	16	24	2	2	2	6	3	3	4	4	14	3	2	4	9	29
12	WA	3	2	2	3	10	3	2	3	3	2	3	16	26	3	3	2	8	4	3	2	3	12	2	4	3	9	29
	Jumlah	29	29	27	23	98	34	36	39	39	39	36	178	276	37	37	38	76	54	47	54	51	144	44	49	56	92	312
	Rata-rata	2.42	2.42	2.25	1.92	8.91	2.83	3.00	3.25	3.25	3.25	3.00	16.18	25.09	3.08	3.08	3.17	6.91	4.50	3.92	4.50	4.25	13.09	3.67	4.08	4.67	8.36	28.36
	Nilai Maksimal	3	3	3	4	11	5	6	7	8	9	10	19	28	11	12	13	10	14	15	16	17	15	18	19	20	10	34
	Nilai Minimal	1	2	1	1	6	2	2	2	2	2	1	13	21	2	2	1	5	3	2	2	3	12	2	2	2	6	25

Lampiran 13. Hasil Analisis Data Penelitian Kelas VI dan Kelas V

No	SUBJEK	ITEM SOAL																										
		FAKTOR INTERN												JMLH	FAKTOR EKSTERN													
		JASMANIAH				JMLH	PSIKOLOGIS						JMLH		GURU			JMLH	ALAT DAN FASILITAS				JMLH	LINGK&KOND SEK			JMLH	
		1	2	3	4		5	6	7	8	9	10			11	12	13		14	15	16	17		18	19	20		
1	EL	2	3	3	2	10	2	3	3	3	3	3	17	27	3	3	2	8	3	3	2	3	11	3	3	3	9	28
2	HN	3	3	2	2	10	3	3	3	3	3	3	18	28	2	3	3	8	3	4	3	3	13	3	3	4	10	31
3	RT	2	2	2	1	7	2	2	2	3	2	2	13	20	2	2	3	7	2	3	4	2	11	2	3	1	6	24
4	EN	2	3	2	2	9	3	3	4	3	3	3	19	28	1	2	2	5	4	2	3	2	11	4	3	5	12	28
5	DN	4	3	2	2	11	2	3	3	2	2	3	15	26	3	2	2	7	3	3	2	3	11	2	1	3	6	24
6	BL	3	3	2	1	9	2	3	2	3	3	3	16	25	3	2	3	8	3	3	3	4	13	2	2	3	7	28
7	MO	2	2	1	1	6	2	2	3	2	2	2	13	19	3	4	4	11	3	4	4	3	14	3	4	4	11	36
8	SF	3	3	2	2	10	3	2	4	3	3	3	18	28	2	2	4	8	3	3	3	3	12	3	3	3	9	29
9	CR	2	2	3	3	10	3	3	3	2	2	2	15	25	2	3	2	7	4	4	2	4	14	2	3	3	8	29
10	BR	3	2	2	1	8	2	3	3	2	2	3	15	23	3	4	2	9	3	4	3	3	13	2	2	3	7	29
11	MH	2	3	3	2	10	2	3	3	1	4	4	17	27	3	3	3	9	4	2	3	3	12	3	2	2	7	28
12	DA	2	3	3	1	9	4	2	3	3	3	2	17	26	2	2	2	6	4	3	2	3	12	2	3	3	8	26
13	DS	2	2	1	1	6	2	3	3	3	3	2	16	22	3	2	2	7	4	4	4	3	15	2	2	2	6	28
14	NA	3	3	3	2	11	3	2	3	3	2	2	15	26	2	2	2	6	3	2	4	3	12	3	3	3	9	27
15	WZ	2	2	3	3	10	2	3	3	2	2	2	14	24	2	2	2	6	4	3	4	3	14	2	3	3	8	28
16	RA	3	3	2	1	9	2	3	3	3	3	4	18	27	3	3	4	10	4	3	4	3	14	3	3	4	10	34
17	AS	3	3	2	2	10	2	3	2	3	3	3	16	26	2	2	2	6	4	3	2	3	12	2	2	3	7	25
18	JA	3	2	2	2	9	3	4	3	4	2	3	19	28	2	2	1	5	3	3	4	3	13	2	3	3	8	26
19	ES	3	2	2	2	9	3	3	3	3	3	3	18	27	3	3	2	8	4	2	3	3	12	2	3	4	9	29
20	RF	3	2	2	2	9	3	3	3	2	3	2	16	25	2	2	3	7	3	3	3	3	12	2	2	4	8	27
21	RS	2	3	2	1	8	2	2	3	2	3	1	13	21	3	3	3	9	4	3	4	3	14	3	4	3	10	33
22	SA	2	2	2	2	8	3	2	3	3	3	2	16	24	2	2	2	6	3	3	4	4	14	3	2	4	9	29
23	WA	3	2	2	3	10	3	2	3	3	2	3	16	26	3	3	2	8	4	3	2	3	12	2	4	3	9	29
	Jumlah	59	58	50	41	208	58	62	68	61	61	60	370	578	56	58	57	171	79	70	72	70	291	57	63	73	193	655
	Rata-rata	2.57	2.52	2.17	1.78	9.04	2.52	2.70	2.96	2.65	2.65	2.61	16.09	25.13	2.43	2.52	2.48	7.43	3.43	3.04	3.13	3.04	12.65	2.48	2.74	3.17	8.39	28.48
	Nilai Maksimal	4	3	3	3	11	4	4	4	4	4	4	19	28	3	4	4	11	4	4	4	4	15	4	4	5	12	36
	Nilai Minimal	2	2	1	1	6	2	2	2	1	2	1	13	19	1	2	1	5	2	2	2	2	11	2	1	1	6	24

Lampiran 12. Hasil Lampiran Data Keseluruhan Per Faktor

**Lampiran. Frekuensi Data Keseluruhan dan Per Faktor Hambatan Gerak Dasar Atletik**

**Frequencies**

		<b>Statistics</b>		
		Hambatan pembelajaran kid's atletik	Faktor Intern	Faktor Ekstern
N	Valid	23	23	23
	Missing	0	0	0
	Mean	53,6087	25,1304	28,4783
	Median	54,0000	26,0000	28,0000
	Mode	52,00 <sup>a</sup>	26,00	28,00 <sup>a</sup>
	Std. Deviation	3,38095	2,59903	2,90563
	Variance	11,431	6,755	8,443
	Range	17,00	9,00	12,00
	Minimum	44,00	19,00	24,00
	Maximum	61,00	28,00	36,00
	Sum	1233,00	578,00	655,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

**Frequency Table**

<b>Hambatan Pembelajaran Gerak Dasar Atletik</b>					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	1	4,3	4,3	4,3
	Rendah	3	13,0	13,0	17,4
	Sedang	7	30,4	30,4	47,8
	Tinggi	9	39,1	39,1	87,0
	Sangat Tinggi	3	13,0	13,0	100,0
	Total	23	100,0	100,0	

### Frequency Table (Faktor Intern)

#### Kategori Faktor Intern

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	3	13,0	13,0
	Rendah	1	4,3	17,4
	Sedang	3	13,0	30,4
	Tinggi	3	13,0	43,5
	Sangat Tinggi	13	56,5	100,0
	Total	23	100,0	100,0

#### Kategori Jasmaniah

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	3	13,0	13,0
	Rendah	3	13,0	26,1
	Tinggi	7	30,4	56,5
	Sangat Tinggi	10	43,5	100,0
	Total	23	100,0	100,0

#### Kategori Psikologis

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	4	17,4	17,4
	Rendah	4	17,4	34,8
	Sedang	6	26,1	60,9
	Tinggi	3	13,0	73,9
	Sangat Tinggi	6	26,1	100,0
	Total	23	100,0	100,0



## Lampiran. Frekuensi Data per Indikator

### Frequencies

		Statistics				
		Jasmaniah	Psikologis	Guru	Alat dan Fasilitas	Lingkungan dan Kondisi Sekolah
N	Valid	23	23	23	23	23
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		9,0435	16,0870	7,4348	12,6522	8,3913
Median		9,0000	16,0000	7,0000	12,0000	8,0000
Mode		10,00	16,00	8,00	12,00	9,00
Std. Deviation		1,36443	1,80688	1,53226	1,19121	1,58800
Variance		1,862	3,265	2,348	1,419	2,522
Range		5,00	6,00	6,00	4,00	6,00
Minimum		6,00	13,00	5,00	11,00	6,00
Maximum		11,00	19,00	11,00	15,00	12,00
Sum		208,00	370,00	171,00	291,00	193,00

### Frequency Table (Faktor Ekstern)

		Kategori Faktor Ekstern			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	5	21,7	21,7	21,7
	Rendah	8	34,8	34,8	56,5
	Sedang	6	26,1	26,1	82,6
	Tinggi	1	4,3	4,3	87,0
	Sangat Tinggi	3	13,0	13,0	100,0
	Total	23	100,0	100,0	

		Kategori Guru			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	7	30,4	30,4	30,4
	Rendah	5	21,7	21,7	52,2
	Sedang	6	26,1	26,1	78,3
	Tinggi	3	13,0	13,0	91,3
	Sangat Tinggi	2	8,7	8,7	100,0
	Total	23	100,0	100,0	

**Kategori Alat dan Fasilitas**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	Sangat Rendah	4	17,4	17,4	17,4
	Rendah	8	34,8	34,8	52,2
	Sedang	4	17,4	17,4	69,6
	Sangat Tinggi	7	30,4	30,4	100,0
	Total	23	100,0	100,0	

**Kategori Lingkungan dan Kondisi Sekolah**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	Sangat Rendah	7	30,4	30,4	30,4
	Rendah	5	21,7	21,7	52,2
	Sedang	6	26,1	26,1	78,3
	Tinggi	3	13,0	13,0	91,3
	Sangat Tinggi	2	8,7	8,7	100,0
	Total	23	100,0	100,0	

**Kategori Hambatan Pembelajaran Gerak Dasar Atletik**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	Sangat Rendah	1	4,3	4,3	4,3
	Rendah	3	13,0	13,0	17,4
	Sedang	7	30,4	30,4	47,8
	Tinggi	9	39,1	39,1	87,0
	Sangat Tinggi	3	13,0	13,0	100,0
	Total	23	100,0	100,0	

**HAMBATAN SISWA KELAS IV DAN V DALAM PEMBELAJARAN  
GERAK DASAR ATLETIK DI SD NEGERI 3TUNJUNGSETO  
KECAMATAN SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN  
TAHUN AJARAN 2012/2013**

**NAMA** : .....

**NO. URUT** : .....

**KELAS** : .....

Petunjuk pengisian angket

- Bacalah pernyataan-pernyataan berikut ini, kemudian pilih jawaban yang telah disediakan sesuai dengan pendapat, situasi, dan keadaan yang sebenarnya.
- Keterangan : 4, 3, 2, 1 yaitu menunjukkan tinggi rendahnya hambatan atau besar kecilnya hambatan sebagai berikut :
  - (4) : Hambatan Besar
  - (3) : Hambatan Sedang
  - (2) : Hambatan Kecil
  - (1) : Tidak Menghambat
- Berikan tanda silang (x) pada huruf yang kamu pilih sesuai dengan pilihan pendapatmu.
- Setelah angket ini selesai diisi, dikumpulkan kepada guru.

NO	PERYATAAN	SKALA LIKERT			
<b>A. Faktor Intern</b>					
1.	Kekuatan otot tungkai untuk melompat, meloncat dan berlari.	4	3	2	1
2.	Kekuatan otot lenganku untuk melempar.	4	3	2	1
3.	Kondisi tubuhku dalam pembelajaran Gerak Dasar Atletik.	4	3	2	1
4.	Kesempurnaan anggota tubuhku.	4	3	2	1

<b>NO</b>	<b>PERYATAAN</b>	<b>SKALA LIKERT</b>			
5.	Perhatianku saat diajarkan Gerak Dasar Atletik oleh Guru.	4	3	2	1
6.	Saya mudah putus asa saat mempraktekan Gerak Dasar Atletik.	4	3	2	1
7.	Perasaan takutku saat melakukan gerakan dalam Gerak Dasar Atletik.	4	3	2	1
8.	Perasaan Maluku didepan teman dan guru saat melakukan gerakan dalam Gerak Dasar Atletik.	4	3	2	1
9.	Ketertarikanku pada cabang olahraga Gerak Dasar Atletik.	4	3	2	1
10.	Pemahamanku terhadap materi yang diberikan Guruku.	4	3	2	1
<b>B. Faktor ekstern</b>					
11.	Kejelasan guruku saat menjelaskan materi Gerak Dasar Atletik.	4	3	2	1
12.	Penguasaan keterampilan guruku saat Memberikan contoh.	4	3	2	1
13.	Hubunganku dengan guru pendidikan jasmani disekolah.	4	3	2	1
14.	Kondisi peralatan Gerak Dasar Atletik disekolahku.	4	3	2	1
15.	Penggunaan peralatan Gerak Dasar Atletik.	4	3	2	1
16.	Letak sekolahku ke lapangan.	4	3	2	1
<b>NO</b>	<b>PERYATAAN</b>	<b>SKALA LIKERT</b>			
17.	Kondisi lapangan untuk pembelajaran Gerak Dasar Atletik.	4	3	2	1
18.	Kejelasan gambar Gerak Dasar Atletik yang diberikan Guruku.	4	3	2	1
19.	Penggunaan gambar dan video Gerak Dasar Atletik.	4	3	2	1
20.	Sekolahku yang dekat dengan jalan raya.	4	3	2	1

## **DOKUMENTASI PENGAMBILAN DATA**



**PROFIL SD NEGERI 3 TUNJUNGSETO**



**PEMBAGIAN ANGKET KEPADA RESPONDEN**



**PEMBAGIAN ANGKET KEPADA RESPONDEN**



**PENJELASAN ANGKET SISWA**



**RESPONDEN MENGISI BIODATA ANGKET PENELITIAN**



**RESPONDEN MENGERJAKAN ANGKET PENELITIAN**



**RESPONDEN MENGERJAKAN ANGKET PENELITIAN**



**RESPONDEN MENGERJAKAN ANGKET PENELITIAN**