

**TINGKAT PEMAHAMAN GERAK DASAR ATLETIK UNTUK ANAK
KELAS I DI SEKOLAH DASAR (SD) MUHAMMADIYAH SERUT
PALBAPANG BANTUL**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
Prastiyanto
NIM 19604221077

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2023**

**TINGKAT PEMAHAMAN GERAK DASAR ATLETIK UNTUK ANAK
KELAS I DI SEKOLAH DASAR (SD) MUHAMMADIYAH SERUT
PALBAPANG BANTUL**

Oleh:

Prastiyanto
NIM 19604221077

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada peserta didik kelas I di SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul tahun ajaran 2022/2023.

Metode yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunakan subjek penelitian siswa kelas 1 SD Muhammadiyah Serut Palbapang yang terdiri dari 3 kelas paralel yaitu kelas 1A, 1B, dan 1C dengan jumlah total sebanyak 72 siswa. Alat pengumpul data menggunakan tes pemahaman gerak dasar atletik yang terdiri dari 27 soal pilihan ganda. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang disajikan dalam bentuk persentase.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan, tingkat pemahaman siswa kelas 1 SD Muhammadiyah Serut Palbapang berada pada rentang kategori rendah sampai sangat tinggi dengan persentasi tingkat pemahaman “rendah” sebesar 8,33 % (6 siswa), “sedang” 29,17 % (21 siswa), “tinggi” 18,06 % (13 siswa), dan “sangat tinggi” 44,44 % (32 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu sebesar 18,33, tingkat pemahaman siswa kelas 1 di SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul tentang gerak dasar atletik masuk dalam kategori tinggi.

Kata Kunci: tingkat pemahaman, gerak dasar atletik, anak sekolah dasar

**LEVEL OF COMPREHENSION ON THE BASIC ATHLETIC MOVES OF
THE JUNIOR STUDENTS OF SD MUHAMMADIYAH SERUT
PALBAPANG, BANTUL**

ABSTRACT

This research aims to determine the level of comprehension of the basic athletic moves of the junior students of SD Muhammadiyah Serut Palbapang (Muhammadiyah Serut Palbapang Elementary School), Bantul in 2022/2023 school year.

The method used a descriptive quantitative approach using research subjects of the first grade students of SD Muhammadiyah Serut Palbapang consisted of 3 parallel classes: from class 1A, 1B, and 1C with a total of 72 students. The data collection tool used a basic athletic motion comprehension test consisted of 27 multiple choice question items. The data analysis techniques used the descriptive quantitative analysis presented in percentage form.

The results show that overall, the level of comprehension of the first grade students of SD Muhammadiyah Serut Palbapang is in the low to very high level with a "low" level of comprehension at 8.33% (6 students), in the "medium" level at 29.17% (21 students), in the "high" level at 18.06% (13 students), and in the "very high" level at 44.44% (32 students). Based on the average value, which is equal to 18.33, the level of comprehension of the first grade students of SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul regarding basic athletic moves is in the high level.

Keywords: *level of comprehension, basic athletic moves, elementary school students*

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT PEMAHAMAN GERAK DASAR ATLETIK UNTUK ANAK
KELAS BAWAH DI SEKOLAH DASAR (SD) MUHAMMADIYAH SERUT
PALBAPANG BANTUL**

Disusun oleh:

Prastiyanto
NIM 19604221077

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang
bersangkutan.



Yogyakarta, April 2023

Mengetahui,
Koorprodi PJSD

Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing TA

Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or.
NIP. 1131080 0507489

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

TINGKAT PEMAHAMAN GERAK DASAR ATLETIK UNTUK ANAK
KELAS I DI SEKOLAH DASAR (SD) MUHAMMADIYAH SERUT
PALBAPANG BANTUL

Disusun oleh:

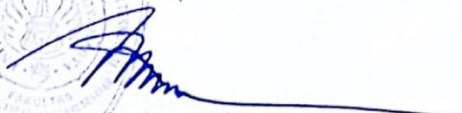
Prastiyanto
NIM 19604221077

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal, 17 April 2023

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or. Ketua Penguji/Pembimbing		03/05 - 2023
Nur Sita Utami, S.Pd., M.Or. Sekretaris		03/05 - 2023
Drs. Sriawan, M.Kes. Penguji		03/05 - 2023

Yogyakarta, Mei 2023
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,


Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Pd.
NIP. 19640707 198812 1 001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Prastiyanto
NIM : 19604221077
Program Studi : Pendidikan Jasmani Seklah Dasar
Judul Tugas Akhir : Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik Untuk Anak Kelas I Di Sekolah Dasar (SD) Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul

menyatakan bahwa tugas akhir skripsi 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 lazim.

Yogyakarta, 05 April 2023

Yang menyatakan,



Prastiyanto

NIM 19604221077

MOTTO

Setiap kesulitan selalu ada kemudahan, setiap masalah pasti ada solusi.

(Cak Nun)

Hidup adalah pelajaran tentang kerendahan hati.

(Cak Nun)

Jika benar-benar menginginkan sesuatu, lambat laun pasti akan segera menemukan caranya.

(Gus Miftah)

Pengalaman adalah guru terbaik.

(Gus Miftah)

Hidup yang tidak pernah dipertaruhkan tidak pernah dimenangkan.

(Gus Miftah)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan baik dan selesai tepat pada waktunya. Saya persembahkan karya ini kepada:

1. Kedua orangtuaku ibu (alm. Ny Partinah) dan bapak (Daryanto) yang selalu mendoakanku, menasehatiku untuk menjadi orang yang lebih baik lagi serta selalu mengajarkan arti ketulusan hati untuk ikhlas dan sabar. Terimakasih yang tulus, terimakasih ibu terimakasih bapak atas segala dukungan, doa, perjuangan, cinta, kasih sayang yang tidak bisa aku balas, teriring doa semoga ibu bahagia di alam sana yang mungkin bisa melihat saya yang seperti ini, tidak tahu lagi saya harus membalas kebaikan ibu dan bapak doaku dan arah jalan yang terbaik yang akan kuberikan kepadamu semoga menjadi amal jariyah untukmu Ibu, maafkan anakmu ini jika salah dan hadirilah untuk senantiasa mengingatkanku. Semoga anakmu ini bisa menjadi orang yang bermanfaat dan bisa memberikan yang terbaik untukmu.
2. Saudara saya terkasih (Ahmad Fahroji, Nasrodi, Rahmad Bayu Pamungkas, Ahmad Rifai) yang selalu memberiku dukungan sehingga bisa menyelesaikan penelitian ini. Terimakasih yang tulus untuk saudara kandung saya, semoga kita semua bisa menjadi orang yang bermanfaat bagi keluarga, daerah, nusa, bangsa, negara, dan agama serta yang paling utama bisa membanggakan kedua orangtua.
3. Semua orang yang terlibat dalam membantu saya. Saya hanya bisa mendoakan semoga kebaikan, ketulusan, keikhlasan dalam membantu saya bisa menjadi manfaat untuk diri kalian sendiri.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dari karuniaNya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik Untuk Anak Kelas Bawah Di Sekolah Dasar (SD) Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Dr. Hari Yulianto, M.Kes., selaku Koordinator Prodi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Ibu Nuroh Hidayatun, S.Pd., selaku Kepala SD Muhammadiyah Serut yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir ini.

6. Para guru, staf, dan peserta didik SD Muhammadiyah Serut yang telah memberi bantuan dan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Teman-teman seperjuangan yang telah mendukung saya dan berbagi ilmu dalam menyelesaikan tugas skripsi.
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan satu per satu di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, April 2023

Penulis,



Prastiyanto

NIM 19604221077

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
SURAT PERNYATAAN	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Batasan Masalah	3
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	6
1. Pemahaman Siswa	6
a. Pengertian Pemahaman Siswa	6
b. Tingkatan-Tingkatan Pemahaman	7
c. Prinsip-Prinsip untuk Meningkatkan Pemahaman	8
2. Gerak Dasar Atletik	9
a. Pengertian Atletik	9
b. Gerak Dasar dalam Atletik.....	10
3. Kurikulum SD Kelas Bawah	18
4. Karakteristik Anak Sekolah Dasar.....	20
B. Penelitian yang Relevan	21
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	23
B. Waktu dan Tempat Penelitian	23
C. Subjek Penelitian	24
D. Definisi Operasional Variabel	24
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	24
F. Uji Coba Instrumen	26

G. Teknik Analisis Data	29
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum SD Muhammadiyah Serut.....	31
B. Hasil Penelitian.....	32
C. Pembahasan	55
D. Keterbatasan Penelitian	58
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	59
B. Implikasi	59
C. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Diagram Presentase Tingkat Kesukaran.....	35
Gambar 2. Hasil Uji Reliabilitas	37
Gambar 3. Persentase Tingkat Pemahaman Siswa Kelas A.....	40
Gambar 4. Persentase Tingkat Pemahaman Siswa Kelas B.....	42
Gambar 5. Persentase Tingkat Pemahaman Siswa Kelas C.....	44
Gambar 6. Persentase Tingkat Pemahaman Siswa.....	46
Gambar 7. Persentase Tingkat Pemahaman Faktor Lokomotor.....	49
Gambar 8. Persentase Tingkat Pemahaman Faktor Non Lokomotor.....	51
Gambar 9. Persentase Tingkat Pemahaman Faktor Manipulatif.....	53

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Definisi Operasional.....	24
Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Soal Tes	26
Tabel 3. Kualifikasi Daya Beda Soal	28
Tabel 4. Kategori Skor Penilaian	29
Tabel 5. Hasil Uji Validitas Instrumen.....	33
Tabel 6. Tingkat Kesukaran Soal	34
Tabel 7. Daya Pembeda Soal.....	35
Tabel 8. Kategori Skor Penilaian	38
Tabel 9. Skor Tingkat Pemahaman Kelas 1A	39
Tabel 10. Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa Kelas 1A	40
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kelas 1A	40
Tabel 12. Skor Tingkat Pemahaman Kelas 1B.....	41
Tabel 13. Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa Kelas 1B.....	41
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Kelas 1B.....	42
Tabel 15. Skor Tingkat Pemahaman Kelas 1C.....	43
Tabel 16. Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa Kelas 1C.....	43
Tabel 17. Distribusi Frekuensi Kelas 1C.....	44
Tabel 18. Skor Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik	45
Tabel 19. Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa	45
Tabel 20. Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman	46
Tabel 21. Rentang Skor Faktor Lokomotor.....	47
Tabel 22. Skor Tingkat Pemahaman Faktor Lokomotor	47

Tabel 23.	Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa	48
Tabel 24.	Distribusi Frekuensi Faktor Lokomotor	48
Tabel 25.	Skor Tingkat Pemahaman Faktor Non Lokomotor	50
Tabel 26.	Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa	50
Tabel 27.	Distribusi Frekuensi Faktor Non Lokomotor	50
Tabel 28.	Rentang Skor Faktor Manipulatif.....	52
Tabel 29.	Skor Tingkat Pemahaman Faktor Manipulatif	52
Tabel 30.	Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa	52
Tabel 31.	Distribusi Frekuensi Faktor Manipulatif	53
Tabel 32.	Distribusi Frekuensi antar Faktor	54
Tabel 33.	Perbandingan Tingkat Pemahaman Siswa antar Faktor	54

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Pembimbing TAS.....	64
Lampiran 2. Kartu Bimbingan Skripsi.....	65
Lampiran 3. Surat Pernyataan Validasi.....	66
Lampiran 4. Surat Izin Uji Coba Instrumen.....	67
Lampiran 5. Surat Keterangan Melakukan Uji Coba.....	68
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian	69
Lampiran 7. Surat Keterangan Penelitian	70
Lampiran 8. Instrumen Penelitian	71
Lampiran 9. Hasil Uji Coba Instrumen.....	74
Lampiran 10. Hasil Penelitian.....	76
Lampiran 11. Statistik Data Penelitian	79
Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian.....	81

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani adalah bagian integral pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan peserta didik melalui aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang diajarkan di semua jenjang pendidikan, baik itu sekolah dasar maupun menengah. Hal ini tak lepas dari pentingnya tujuan pendidikan jasmani dalam mengembangkan potensi peserta didik yang mencakup ranah afektif, kognitif, dan psikomotor.

Tujuan lain pendidikan jasmani adalah untuk menumbuhkan minat peserta didik untuk menerapkan pola hidup sehat dan aktif berolahraga sejak dini. Dengan demikian peserta didik akan terbiasa dan tetap menerapkan pola hidup sehat dan aktif berolahraga ini hingga dewasa nanti. Penting untuk menjadikan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan sebagai aktivitas yang menyenangkan bagi peserta didik untuk membentuk pola pikir bahwa aktivitas jasmani adalah aktivitas yang menyenangkan.

Dalam Sistem Pendidikan Nasional, Pendidikan Jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib diberikan dan harus ada dalam kurikulum pendidikan dasar dan menengah. Pendidikan Jasmani dianggap sebagai komponen wajib pendidikan anak (Mustafa, 2022). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari proses pendidikan secara keseluruhan. PJOK diajarkan melalui aktivitas fisik yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan peserta didik. Peran PJOK sangat besar

untuk menjaga, mempertahankan bahkan meningkatkan kesehatan, kebugaran, dan menanamkan nilai karakter yang dapat dibina selama proses pembelajaran berlangsung (Mulya, 2018).

Dalam pembelajaran olahraga di SD, penguasaan gerakan-gerakan dasar atletik sangat diperlukan bagi pengembangan kemampuan olah raga peserta didik lebih lanjut. Penguasaan dasar-dasar atletik seperti berjalan, berlari, melempar dan melompat akan menentukan perkembangan kemampuan peserta didik pada saat mempelajari atau menekuni olahraga prestasi yang menuntut ketangkasan fisik lebih lanjut. Untuk itu, guru harus memberikan perhatian penuh pada upaya pembelajaran gerak dasar atletik ini pada peserta didiknya.

Pembelajaran olah raga dalam upaya pengembangan gerak dasar atletik sudah tercantum pada Kurikulum 2013 (K-13). Sesuai dengan sifat dasar anak usia SD yang memiliki kekhasan dalam bertindak melalui bermain, maka pembelajaran gerak dasar atletik di SD harus dilakukan melalui bentuk-bentuk permainan yang disesuaikan dengan karakteristik anak.

Namun tidak jarang terjadi kendala dalam proses pembelajaran sehingga tujuan pembelajaran menjadi tidak tercapai. Ada kalanya guru salah dalam memberikan pembelajaran atletik sehingga proses pembelajaran menjadi kegiatan yang membosankan bagi peserta didik. Hal ini mengakibatkan peserta didik menjadi kurang antusias dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran sehingga berakibat pada berkurangnya kemampuan dan penguasaan siswa atas gerak-gerak dasar atletik.

Berdasarkan hasil pengamatan dan observasi awal di SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul, pembelajaran olahraga mendapatkan porsi yang terlalu sedikit, yaitu 4 jam pelajaran untuk tiap-tiap kelas. Alokasi waktu yang sedikit ini tentu menjadi salah satu permasalahan yang bisa jadi berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik. Permasalahan lain adalah tidak semua peserta didik menunjukkan antusiasme yang tinggi pada pembelajaran olahraga di sekolah. Hal ini tentu memberikan pengaruh bagi keberhasilan pembelajaran olahraga di sekolah tersebut. Di samping itu, kurangnya keterampilan guru juga berpengaruh terhadap keberhasilan peserta didik dalam menguasai pembelajaran.

Berkaitan dengan hal tersebut, penulis tertarik untuk meneliti sejauh mana tingkat pemahaman dan penguasaan peserta didik atas gerak dasar atletik. Untuk itu, judul dalam penelitian ini adalah: “Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik pada Anak Kelas I di SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, permasalahan yang timbul dapat diidentifikasi sebagai berikut.

1. Rendahnya antusiasme peserta didik kelas I di SD Muhammadiyah Serut Palbapang.
2. Kurangnya inovasi dan kreativitas guru dalam menyampaikan pembelajaran.
3. Belum diketahui tingkat pemahaman peserta didik di SD Muhammadiyah Serut Palbapang pada materi gerak dasar atletik.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi mengenai permasalahan yang timbul, maka penelitian perlu dibatasi agar tidak menyimpang dari tujuan penelitian. Penulis hanya akan membahas mengenai tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada anak kelas I di SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul Tahun Ajaran 2022/2023.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang dikemukakan di atas maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Sejauhmana tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada siswa kelas I di SD Muhammadiyah Serut Palbapang Tahun Ajaran 2022/2023?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui sejauhmana pemahaman gerak dasar atletik pada anak kelas I di SD Muhammadiyah Serut Palbapang Tahun Ajaran 2022/2023.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Menambah referensi guru dalam hal pendekatan pembelajaran yang efektif dan efisien untuk kegiatan pembelajaran.
 - b. Menambah pengetahuan baru bagi peserta didik tentang penerapan pembelajaran olahraga.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi Guru

Penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi guru PJOK di SD Muhammadiyah Serut Palbapang dalam mengatasi masalah pembelajaran dan meningkatkan kreatifitas unntuk pembelajaran yang lebih efektif.

b. Bagi Peserta Didik

Peserta didik memperoleh suasana baru dalam pembelajaran yang menyenangkan dan tidak membosankan melalui perbaikan dalam penerapan pembelajaran olahraga.

c. Bagi Sekolah

- 1) Dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan hal yang sama.
- 2) Dapat digunakan sebagai alternatif pembelajaran bagi guru pendidikan jasmani di sekolah lain dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran olahraga atletik terutama di sekolah dasar.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pemahaman Siswa

a. Pengertian Pemahaman Siswa

Secara etimologi, pemahaman berasal dari kata dasar paham yang mendapat imbuhan pe- dan -an. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kata paham mengandung arti mengerti, maklum, atau mengetahui. Sedangkan pemahaman mempunyai arti proses, perbuatan, cara memahami/memahamkan. Secara terminologi, pemahaman dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami sesuatu setelah sesuatu itu diketahui atau diingat. Dengan kata lain memahami adalah mengetahui tentang sesuatu dan dapat melihatnya dari berbagai segi. Seorang siswa dikatakan memahami sesuatu apabila ia dapat memberikan penjelasan atau memberi uraian lebih rinci tentang hal itu dengan menggunakan kata-katanya sendiri (Sudjono, 2012: 50).

Pemahaman merupakan proses berpikir dan belajar. Dikatakan demikian karena untuk menuju ke arah pemahaman perlu diawali dengan belajar dan berpikir. Seorang siswa dikatakan paham atau memahami sesuatu ketika ia tidak hanya tahu dan hafal secara verbalistis saja, melainkan ketika ia memiliki tingkat kemampuan memahami arti atau konsep, situasi, serta faktor yang diketahuinya. Ketika siswa memahami sesuatu, maka secara operasional ia dapat membedakan, mengubah, mempersiapkan, menyajikan, mengatur, menginterpretasikan, menjelaskan, mendemonstrasikan, memberi contoh, memperkirakan, menentukan, dan mengambil keputusan. (Purwanto, 2010: 44).

Dalam ranah kognitif pemahaman menunjukkan tingkatan kemampuan yang lebih tinggi dari sekedar pengetahuan. Pemahaman merupakan jenjang kemampuan berpikir yang setingkat lebih tinggi dari ingatan dan hafalan. Seorang siswa harus mengerti terlebih dahulu untuk kemudian bisa memahami. Dengan kata lain, ia dapat mengerti atau memahami sesuatu setelah sesuatu itu diketahui dan diingat. Dengan kata lain, memahami adalah mengetahui tentang sesuatu yang dapat melihatnya dari berbagai segi (Sudjono, 2012: 50).

Dari berbagai pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa pemahaman atau kemampuan memahami sesuatu mengandung arti seseorang dapat mempertahankan, membedakan, menduga, menerangkan, menafsirkan, memperkirakan, menentukan, memperluas, menyimpulkan, menganalisis, memberi contoh, menuliskan kembali, mengklasifikasikan, dan mengikhtisarkan.

b. Tingkatan-tingkatan Pemahaman

Pemahaman dapat dikategorikan ke dalam tiga tingkatan yaitu (Sudjana, 2016):

1) Tingkat Rendah

Pemahaman tingkat rendah adalah tingkatan pemahaman terjemah, yaitu terjemahan dalam arti sebenarnya. Pemahaman tingkat rendah ini dapat dicontohkan kemampuan untuk memahami kata atau istilah dari bahasa asing dan menterjemahkannya ke dalam Bahasa Indonesia.

2) Tingkat Menengah

Pemahaman tingkat menengah tidak sekedar mampu menterjemahkan secara harfiah saja, namun sudah memiliki kemampuan penafsiran.

3) Tingkat Tinggi

Pemahaman tingkat tinggi adalah pemahaman ekstrapolasi. Dengan ekstrapolasi, diharapkan seseorang mampu melihat sesuatu dibalik yang tertulis, dapat membuat ramalan konsekuensi atau dapat memperluas persepsi dalam arti waktu atau masalahnya.

c. Prinsip-Prinsip untuk Meningkatkan Pemahaman

Syayidah (2010) menekankan adanya empat prinsip yang dapat dilakukan oleh guru untuk meningkatkan pemahaman konsep pada siswa. Keempat prinsip tersebut adalah sebagai berikut.

1) Melibatkan perhatian.

Guru harus berusaha menarik perhatian siswa terhadap materi pembelajaran. Semakin besar perhatian siswa, semakin tinggi kemungkinan siswa akan mampu memahami materi atau konsep yang dipelajarinya. Upaya menarik perhatian ini dapat dilakukan dengan cara menggunakan metode pembelajaran yang bervariasi, menggunakan media yang relevan, tidak monoton dan tidak tegang serta melibatkan seluruh siswa dalam bertanya jawab.

2) Menunjukkan relevansi konsep yang dipelajari dengan realitas siswa.

Guru mengemukakan relevansi pelajaran dengan kebutuhan dan manfaat yang dapat diperoleh siswa setelah mengikuti pelajaran. Relevansi ini terdapat pada tujuan instruksional, baik umum maupun khusus, sehingga dalam hal ini guru menjelaskan terlebih dahulu tujuan intruksional sebelum memulai pelajaran.

3) Menumbuhkan rasa percaya diri.

Guru harus berusaha menumbuhkan dan menguatkan rasa percaya diri pada siswa pada setiap pelaksanaan kegiatan pembelajaran. Hal ini dapat dilakukan dengan menyampaikan pelajaran secara runtut dari pelajaran yang mudah menuju ke pelajaran yang sukar. Setelah itu, guru harus selalu menumbuhkembangkan kepercayaan siswa dengan memberikan pujian atas setiap keberhasilan yang dicapainya.

4) Kepuasan.

Guru harus memberi kepercayaan kepada siswa yang telah menguasai keterampilan tertentu untuk membantu teman-temannya yang belum berhasil. Gunakan pujian secara verbal dan umpan balik atas prestasinya tersebut.

2. Gerak Dasar Atletik

a. Pengertian Atletik

Istilah atletik berasal dari bahasa Yunani *Athlon* yang berarti berlomba atau bertanding. Dalam bahasa asing lain, istilah atletik disebut sebagai *athletics* (Inggris), *athletiek* (Belanda), *athletuque* (Perancis) atau *athletik* (Jerman). Semua istilah tersebut mengandung pengertian yang sama. Di Indonesia, atletik diartikan sebagai cabang olahraga yang mempertandingkan nomor-nomor jalan, lari, lompat, dan lempar (Indarto dkk., 2018: 7).

Purnomo dan Dapan (2017: 1) menyatakan bahwa atletik merupakan kegiatan fisik atau jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan humoris, yaitu, jalan, lari, lompat dan lempar. Atletik adalah sebuah cabang olahraga yang diperlombakan terdiri dari nomor jalan, lari, lempar dan lompat (Isnanto, 2019: 5). Atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang

diperlombakan pada ajang ajang bergengsi seperti PORDA, POPDA, PON, SEA Games, ASEAN Games, bahkan di Olimpiade.

Agar permainan atletik itu berhasil dengan baik, maka nilai-nilai yang terkandung dalam permainan atletik menjadi pokok pertimbangan penyelenggaraan. Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa atletik merupakan aktivitas jasmani yang terdiri atas gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan dapat dilakukan oleh semua orang dalam kehidupan sehari-hari seperti: berjalan, berlari, melompat dan melempar. Di samping itu aktivitas atletik juga bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan dasar manusia itu sendiri. Kemampuan yang dapat meningkat seperti: daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelentukan, koordinasi, keseimbangan, dan sebagainya.

b. Gerak Dasar dalam Atletik

Atletik memiliki berbagai ragam aktivitas gerak sehingga atletik dapat digunakan sebagai media pembinaan bagi setiap cabang olahraga. Gerak dasar atletik terkandung dalam hampir semua cabang olahraga sehingga atletik banyak disebut sebagai induk dari semua cabang olahraga. Pengalaman gerak anak-anak berawal dari bentuk-bentuk gerak yang sederhana yang terdiri dari tiga kategori gerak, yaitu lokomotor, non lokomotor, dan manipulasi (Syahrudin, 2020: 88). Pembentukan gerak dasar atletik adalah suatu dorongan dalam usaha mengalihkan bentuk-bentuk gerakan sederhana tersebut menjadi bentuk-bentuk gerakan dasar yang mengarah pada gerakan dasar atletik.

1) Locomotor

Gerakan lokomotor adalah gerakan berpindah tempat di mana bagian tubuh tertentu bergerak atau berpindah tempat. Gerak dasar lokomotor merupakan salah satu domain gerak dasar fundamental, dan didefinisikan sebagai keterampilan berpindahnya individu dari satu tempat ke tempat lain. Primasoni & Yudanto (2011 dalam Nugroho, 2021: 22) mendefinisikan gerak lokomotor sebagai gerak memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain, baik secara horizontal maupun vertikal. Sebagian besar keterampilan lokomotor berkembang dari hasil tingkat kematangan tertentu, namun latihan dan pengalaman juga penting untuk mencapai kecakapan yang matang (Indriani dkk., 2020: 74). Bentuk gerak lokomotor antara lain berjalan, berlari, melompat, berjingkat, meloncat, merayap, dan memanjat.

a) Berjalan

Jalan adalah suatu gerakan langkah maju yang dilakukan sedemikian rupa sehingga si pejalan (kaki) tetap kontak dengan tanah, tidak ada saat hilang kontak dengan tanah (melayang) yang teramati oleh mata telanjang. Gerakan maju ke depan harus diluruskan (tidak bengkok pada lutut) sejak saat sentuhan pertama dengan tanah hingga mencapai posisi badan tegak. (Purnomo & Dapan, 2017:14). Gerak dasar jalan terdiri dari jalan serempak, jalan mundur, jalan menyamping, jalan silang, dan jalan jinjit.

(1) Jalan Cepat

Jalan cepat adalah suatu gerak maju (lokomotifi) yang efisien melalui ruas ruas (tungkai dan kaki) ditopang dengan pinggul dan diimbangi oleh gerakan lengan (Purnomo & Dapan, 2017:14).

(2) Jalan Serempak

Menurut Widya (2004:3), jalan serempak adalah suatu gerakan jalan berbaris yang dilakukan secara berkelompok atau beregu yang jumlahnya tidak kurang dari sepuluh orang. Agar gerakan jalan lebih dinamis dan menarik, jalan yang dilakukan oleh sekelompok orang tersebut dilakukan dengan variasi-variasi baik itu langkah tegap, langkah silang, dan sebagainya guna merangsang untuk melakukannya. Dalam pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa jalan serempak merupakan jalan yang dilakukan secara berkelompok diperindah dengan variasi variasi jalan tertentu.

(3) Jalan Mundur

Gerakan jalan mundur dapat memberikan rangsangan untuk keseimbangan *filling* terhadap suatu kondisi. Kegiatan berjalan ini juga memberikan rangsangan kewaspadaan diri terhadap lingkungan yang ada di sekitarnya.

(4) Jalan Menyamping

Jalan menyamping dapat dilakukan oleh semua manusia. Jalan menyamping dapat dilakukan dengan bermacam variasi untuk memupuk rasa percaya diri serta menumbuhkan kematangan bergerak dalam melakukan aktifitas.

(5) Jalan Silang

“Jalan silang dapat dilakukan dengan dua macam cara, yaitu jalan silang ke depan dan jalan silang ke samping” (Adi dkk., 2008:4). Dari penjelasan tersebut dapat di simpulkan bahwa jalan silang di bagi berdasarkan arahnya. Jalan silang ke depan dapat dilakukan dengan melangkahkan salah satu kaki ke depan secara menyilang dan diikuti kaki satunya menyilang ke depan kaki yang sudah

melangkah. Sama halnya dengan jalan saling ke depan jalan silang ke samping juga dilakukan sama seperti jalan silang ke depan tetapi arah jalannya ke samping.

(6) Jalan Jinjit

Adi dkk. (2008 :48) mengatakan bahwa jalan jinjit merupakan kontraksi dari otot kaki dengan bertumpu pada ujung kaki/telapak kaki dengan didukung keluasan dari persendian pergelangan kaki. Dalam melakukan jalan jinjit, seseorang harus mempunyai keseimbangan yang bagus. Karena jalan jinjit hanya menumpu menggunakan ujung kaki saja.

b) Berlari

Lari adalah frekuensi langkah yang dipercepat sehingga pada waktu berlari ada kecenderungan badan melayang. Lari adalah kegiatan menggerakkan kedua kaki secara bergantian untuk berlari. Sama halnya dengan berjalan tetapi dalam berlari ada saat melayangnya atau saat hilang kontak dengan tanah (Widya, (2004: 13).

c) Lompat

Widya (2004: 65) menyatakan bahwa lompat adalah suatu kegiatan mengangkat tubuh dari suatu titik ke titik yang lain lebih jauh atau tinggi dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu satu kaki dan mendarat dengandua kaki anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik. Lompat merupakan salah satu cabang olahraga yang sering diperlombakan dalam ajang-ajang bergengsi salah satunya yaitu olimpiade. Lompat sendiri juga di bagi menjadi empat yaitu: lompattinggi, lompat jauh, dan lompat jangkit.

(1) Lompat Tinggi

Berkaitan dengan lompat tinggi, Widya (2004: 85) mengemukakan bahwa lompat tinggi adalah suatu rangkaian gerakan untuk mengangkat tubuh ke atas dengan melalui proses lari, menumpu, melayang, dan mendarat. Sedangkan Menurut Adi dkk. (2008: 40), lompat tinggi adalah salah satu nomor atletik lompat yang memperagakan keterampilan melompati mistar/palang pada ketinggian tertentu.

Menurut Purnomo dan Dapan (2017: 67), lompat tinggi memiliki tujuan tertentu, si pelompat berusaha untuk menaikan pusat masa tubuhnya (*center of gravity*) setinggi mungkin dan berusaha melewati mistar lompat tinggi agar tidak jatuh.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa lompat tinggi merupakan suatu kegiatan yang diawali dengan berlari dan melompat ketika mendekati mistar serta lompat tinggi bertujuan untuk melompati mistar dengan sempurna atau tidak menjatuhkan mistar.

(2) Lompat Jauh

Adi dkk. (2008: 40) menyatakan bahwa lompat jauh adalah nomor olahraga atletik lompat yang menuntut ketrampilan melompat ke depan sejauh mungkin dengan satu kali tolakan. Para peneliti membuktikan bahwa suatu prestasi lompat jauh tergantung pada kecepatan daripada awalan atau ancang-ancang (Isnanto, 2019:78). Lompat jauh sendiri merupakan kegiatan yang mengkombinasikan gerakan kecepatan, kekuatan dan kelincahan untuk melemparkan tubuh sejauh mungkin dengan tumpuan satu kaki. Menurut Isnanto (2019:81) Tolakan merupakan suatu gerakan yang penting untuk menentukan hasil lompatan yang

sempurna. Menolak dilakukan ke arah depan. Tolakan dilakukan dengan kaki terkuat. Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa hasil lompatan pada lompat jauh dipengaruhi beberapa faktor, yaitu; kecepatan lari, kekuatan tolakan, teknik melayang dan teknik mendarat.

(3) Lompat Jangkit

Adi dkk, (2008: 53) mengemukakan bahwa lompat jangkit merupakan modifikasi dari lompat jauh, secara umum lompat jangkit tidak berbeda dengan lompat jauh. Sedangkan menurut Widya (2004: 79), lompat jangkit adalah rangkaian suatu gerak lari, lompat dengan suatu gerakan yang cepat dari lompatan-lompatan atau tumpuan yang telah ditentukan yaitu dua kali jingkat kaki yang sama dan satu kaki yang lain dengan gerakan yang tidak terputus.

Teknik lompat jangkit berbeda dengan teknik lompat jauh, letak perbedaannya yaitu lompat jauh hanya menggunakan satu kali tolakan sedangkan lompat jangkit menggunakan 3 kali tolakan. Menurut (Adi dkk., 2008: 79) teknik lompat jangkit yaitu:

Diawali dengan lari di lintasan yang disediakan hingga mencapai batas lari yang ditentukan. Dari batas tersebut, atlet melakukan lompatan dengan kaki (*hop*) yang digunakan saat mendarat pada batas lari tadi. Kemudian, pelompat melangkahkan kaki (*skip*) yang satunya sebelum akhirnya menjejakkan kaki untuk melompat (*jump*) ke bak pasir yang disediakan.

2) Non Lokomotor

Gerak non lokomotor adalah gerakan yang dilakukan di tempat. Kemampuan non lokomotor terdiri dari menekuk dan meregang, mendorong dan

menarik, mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, mengocok, melingkar, melambungkan, dan lain-lain (23). Contoh gerak non lokomotor adalah mengulur, menekuk, mengayun, bergoyang, berbelok, berputar, meliuk, mendorong, mengangkat, dan mendarat (Sukintaka 1992 dalam Nugroho, 2021: 23)

3) Manipulatif

Gerak manipulatif adalah gerak yang dikembangkan ketika anak tengah menguasai bermacam objek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, meskipun bagian tubuh yang lain juga dapat digunakan. Bentuk-bentuk gerak manipulatif adalah gerakan mendorong (melempar, memukul dan menendang), gerakan menerima (menangkap), dan gerakan memantul-mantulkan bola atau menggiring bola (Saputra, 2000 dalam Nugroho, 2021: 23). Gerakan melempar adalah salah satu contoh gerakan manipulatif.

a) Lempar lembing

Lempar lembing adalah kegiatan melempar lembing menggunakan satu tangan dan melemparkan sejauh mungkin serta mendarat dengan sempurna. Lembing sendiri terbuat dari kayu atau bambu. Pada titik seimbang lembing tersebut sudah di beri tanda, tanda tersebut berfungsi sebagai pegangan si pelempar/atlet. Menurut Purnomo dan Dapan (2017:150) ada 3 jenis pegangan yaitu :

(1) pegangan ibu jari dan jari telunjuk, ibu jari dan telunjuk berada di belakang tali balutan lembing : sedangkan, jari-jari yang lain berada di dalam ikatan. (2) pegangan ibu jari dan jari tengah, ibu jari dan jari tengah berada di

belakang tali balutan, sedangkan jari telunjuk memanjang badan lembing. (3) pegangan “V” atau pegangan lembing dipegang di antara jari telunjuk dan jari tengah. Pegangan ini dapat mencegah terjadinya cedera pada saat siku diluru berlebihan (*over extended*)

b) Lempar cakram

Lempar cakram merupakan suatu kegiatan melempar cakram dengan teknik tertentu dan bertujuan untuk melempar cakramnya sejauh mungkin. Karena pemenang dalam cabang olahraga ini yaitu hasil lemparan terjauh yang dilakukan semua peserta. Cakram yang digunakan beratnya sudah ditentukan untuk putra 2 kg dengan garis tengah 219-221 dan untuk putri 1 kg dengan garis tengah 180-182.

Perbedaan lempar lembing dan lempar cakram adalah pada benda yang dilemparkan, untuk lempar lembing alat yang digunakan adalah berupa tongkat yang terbuat dari bambu atau kayu dengan ujung yang runcing agar tongkat yang dilemparkan tersebut dapat menancap pada arena lemparan. Berbeda dengan lempar cakram yang menggunakan alat yang terbuat dari karet berbentuk bundar pipih seperti pesawat ufo.

c) Tolak peluru

Terkait dengan tolak peluru, Isnanto mengatakan bahwa tolak peluru adalah cabang olahraga atletik yang menggunakan bola atau peluru dengan berat yang sudah ditentukan di setiap nomor perlombaannya (Isnanto, 2019: 47). Tolak peluru merupakan salah satu cabang atletik di nomor lempar, tolak peluru sangat berbeda dengan dengan nomor lempar lainnya, di nomor tolak peluru ini peluru

yang digunakan mempunyai berat yang lebih berat dibandingkan dengan berat cakram, untuk putra berat peluru yaitu 7,25 kg, dan 4 kg untuk putri.

3. Kurikulum SD Kelas Bawah

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kurikulum merupakan perangkat mata pelajaran yang diajarkan pada lembaga pendidikan. Kurikulum diartikan sebagai niat dan harapan yang dituangkan ke dalam bentuk rencana maupun program pendidikan yang dilaksanakan oleh para pendidik di sekolah (Sudjana, 2005).

Kurikulum terdiri dari bagian-bagian atau struktur kurikulum yang terdiri atas sejumlah mata pelajaran, beban belajar, dan kalender pendidikan. Struktur tersebut di antaranya adalah kompetensi inti, mata pelajaran, beban belajar, kompetensi dasar, dan muatan pembelajaran. Kurikulum di setiap jenjang pendidikan berbeda-beda sesuai dengan tahap perkembangan dan karakteristik peserta didik. Kurikulum SD tentunya berbeda dengan kurikulum di tingkat pendidikan yang lain. Kurikulum di SD haruslah disesuaikan dengan karakteristik siswa yang dibedakan menjadi 2 masa, yaitu karakteristik siswa pada masa kelas bawah SD (Kelas 1,2, dan 3) dan karakteristik pada masa kelas atas SD (Kelas 4,5, dan 6). Karakteristik pada masa kelas bawah SD (kelas 1, 2, dan 3) sendiri anak sedang memasuki perkembangan gerak dasar dan tahap awal perkembangan gerak spesifik. Tahap awal perkembangan gerak spesifik ditandai dengan kemampuan anak yang semakin sempurna dalam melakukan berbagai kemampuan gerak dasar dan mulai menuju pada penguasaan gerak yang menuntut kemampuan koordinasi dan keseimbangan yang semakin kompleks.

Berdasarkan kurikulum Penjaskes Tahun 1993, disebutkan muatan pelajaran penjaskes (PJOK) berisi tentang pengertian, fungsi, tujuan, ruang lingkup dan rambu-rambu pendidikan jasmani. Dalam kurikulum tersebut disebutkan pengertian pendidikan jasmani dan kesehatan sebagai suatu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras, dan seimbang (Suherman, 2018: 44).

Atas dasar tersebut, maka fungsi PJOK adalah antara lain untuk:

- a. Merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani yang serasi, selaras, dan seimbang,
- b. Merangsang perkembangan sikap, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras, dan seimbang,
- c. Memberikan pemahaman tentang manfaat pendidikan jasmani dan kesehatan, serta memenuhi hasrat gerak,
- d. Memacu perkembangan dan aktivitas sistem peredaran darah, pencernaan, pernafasan, dan syaraf,
- e. Memberikan kemampuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan.

Kurikulum PJOK di SD sendiri berbeda untuk kelas bawah (kelas 1, 2, 3) dan kelas atas (4, 5, 6). Program pembelajaran PJOK untuk kelas bawah (kelas 1, 2, dan 3) dilakukan dengan sperangkat tujuan sebagai berikut (Suherman, 2018: 46).

- a. Siswa mengerti dan dapat mengembangkan kesehatan, kesegaran jasmani dan keterampilan gerak dasar melalui berbagai aktivitas jasmani.
- b. Siswa mengerti manfaat latihan jasmani.
- c. Siswa mengerti dan mengikuti peraturan, ketentuan dan mengembangkan rasa tanggungjawab terhadap tugasnya.
- d. Siswa dapat mengisi waktu luang dengan kegiatan bermain yang positif atau produktif.

4. Karakteristik Anak SD

Tahap perkembangan kognitif pada anak dibagi menjadi empat tahapan, yaitu tahap sensori motor (0 – 2 tahun), pra-operasional (2 – 6 tahun), operasional konkret (7 – 11 tahun), dan operasional formal (>11 tahun) (Piaget dalam Asy'ari, 2006: 37).

Pada umumnya peserta didik tingkat SD berusia kisaran 6 – 11 tahun, maka tahapan kognitif peserta didik berada pada tahap operasional konkret. Asy'ari (2006: 38) mengemukakan bahwa pada tahap ini, umumnya anak memiliki karakteristik sebagai berikut.

- a. Mempunyai rasa keingintahuan yang tinggi.
- b. Senang bermain dan suasana yang menggembirakan.
- c. Senang mencoba-coba dan mengeksplorasi situasi.
- d. Mempunyai motivasi yang tinggi untuk berkompetisi dan tidak suka kekalahan.
- e. Pembelajaran akan lebih efektif apabila anak merasa senang dengan situasi pembelajaran.

- f. Belajar melalui bekerja dan senang mengajarkan apa yang diketahuinya kepada teman-temannya.

B. Penelitian Yang Relevan

1. Skripsi Patris Nur Cahyo (2022) yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Atletik Peserta Didik Kelas IV di SD Se-Gugur 3 Kecamatan Kotagede Yogyakarta Saat Pandemi Covid-19”. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan atletik peserta didik kelas V di SD se-Gugus 3 Kotagede Yogyakarta. Instrumen penelitian menggunakan tes dengan responden sebanyak 130 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa termasuk baik dengan persentasi sangat baik 0 %, baik 43 %, cukup 26 %, kurang 18,5 %, dan sangat kurang 12,3 %.
2. Publikasi Jurnal Penelitian Fitri Himalaya (2021) yang berjudul “Tingkat Pemahaman Siswa pada Atletik Nomor Lari Kelas XI SMK Insan Sempurna Pendidikan Karawang”. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa kelas XI SMK Insan Sempurna Pendidikan Karawang pada atletik nomor lari. Instrumen yang digunakan adalah angket soal pilihan ganda dengan jumlah responden sebanyak 92 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman atletik nomor lari pada siswa kelas XI SMK Insan Sempurna Pendidikan Karawang secara keseluruhan berada pada kategori “Cukup”.
3. Skripsi Estu Kakung (2021) yang berjudul “Tingkat Pemahaman Siswa Kelas X Terhadap Materi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan serta Aktivitas Pengembang Secara Daring di SMA Negeri 1 Pundong”. Penelitian

ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat pemahaman siswa kelas X terhadap materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan serta aktivitas pengembang secara daring di SMA Negeri 1 Pundong. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa tes soal pilihan ganda. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 1 Pundong Kabupaten Bantul yang berjumlah 73 orang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pemahaman siswa kelas X terhadap materi Pendidikan jasmani olahraga, kesehatan dan aktivitas pengembang pada mata pelajaran PJOK secara daring di SMA Negeri 1 Pundong Kabupaten Bantul secara keseluruhan berada pada kategori “tinggi”.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu. Menurut Sugiyono (2016: 8) metode deskriptif adalah suatu metode yang digunakan untuk menggambarkan atau menganalisis suatu hasil penelitian tetapi tidak digunakan untuk membuat kesimpulan yang lebih luas.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 16 – 21 Maret 2023. Soal diberikan pada siswa kelas I di SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul pada saat jadwal pembelajaran penjasorkes.

2. Tempat Penelitian

Tempat penelitian dilaksanakan di SD Muhammadiyah Serut Palbapang yang berada di Kecamatan Bantul, Yogyakarta. Peneliti melakukan penelitian mengenai tingkat pemahaman siswa kelas I tentang gerak dasar atletik dalam pembelajaran penjasorkes pada saat masing-masing kelas ada jadwal pembelajaran penjasorkes. SD tersebut berlokasi di Jalan Bakulan, Bantul.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah tempat di mana variabel penelitian melekat (Arikunto, 2017) atau yang mempunyai kualitas dan karakteristik yang ditetapkan oleh

peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016: 80). Mengacu dari pendapat tersebut, maka subjek penelitian ini adalah siswa kelas I SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul yang terdiri dari 3 kelas paralel, masing-masing kelas berjumlah 24 siswa sehingga total subjek berjumlah 72 siswa.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015:218). Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2010:162) variabel penelitian adalah objek penelitian yang menjadi titik perhatian dalam penelitian.

Berdasarkan pendapat tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa variabel penelitian dalam penelitian ini adalah tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada siswa SD Muhammadiyah Serut Palbapang.

Tabel 1. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur
1	Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik	Tingkat pemahaman siswa kelas I SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul dalam pembelajaran gerak dasar atletik	Tes

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dapat dilakukan berdasarkan data yang diperlukan. Peneliti mengumpulkan data berdasarkan instrumen penelitian yang kemudian diberi kode tertentu berdasarkan jenis dan sumber data. Selanjutnya

seluruh data diinterpretasikan sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data melalui tes, observasi dan dokumentasi.

Langkah-langkah pengambilan data adalah sebagai berikut:

- i. Peneliti menentukan subjek penelitian, yaitu siswa kelas 1 SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul yang berjumlah 72 siswa.
- ii. Peneliti menentukan hari pelaksanaan pemberian tes pemahaman siswa.
- iii. Pada saat hari yang ditentukan, peneliti memastikan bahwa semua siswa yang menjadi subjek penelitian hadir di kelas mengikuti pembelajaran.
- iv. Peneliti terlebih dahulu memberikan keterangan kepada siswa mengenai tes yang akan diberikan dan apa tujuan pemberian tes tersebut.
- v. Peneliti membagikan lembar tes kepada seluruh siswa untuk dikerjakan.
- vi. Setelah semua siswa selesai mengerjakan tes, peneliti kemudian mengumpulkan hasil pengerjaan siswa.
- vii. Peneliti memeriksa hasil pekerjaan siswa dan memberikan skor sesuai dengan kunci jawaban.
- viii. Peneliti merekab skor seluruh siswa dalam format excell untuk dilakukan analisis data.

2. Instrumen Pengumpulan Data

Black dalam Siyoto (2015: 78) mengemukakan bahwa instrumen berfungsi sebagai alat bantu dalam mengumpulkan data yang diperlukan. Bentuk instrumen berkaitan dengan metode pengumpulan data. Menyusun instrumen pada dasarnya adalah menyusun alat evaluasi, karena mengevaluasi adalah memperoleh data

tentang sesuatu yang diteliti, dan hasil yang diperoleh dapat diukur dengan menggunakan standar yang telah ditentukan sebelumnya oleh peneliti. Instrumen pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan tes, observasi, dan dokumentasi.

a. Instrumen Tes

Instrumen tes hasil belajar peserta didik untuk mengukur sejauh mana kemampuan peserta didik atau tingkat pemahaman terhadap materi pembelajaran. Instrumen yang digunakan untuk mengetahui tingkat kemampuan peserta didik dalam penelitian ini berupa tes tertulis. Instrumen tes tertulis berupa lembar evaluasi yang berisi soal-soal untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta didik mengenai materi gerak dasar atletik.

b. Instrumen Observasi

Instrumen observasi dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur kegiatan guru dan peserta didik dalam proses pembelajaran. Penelitian ini menggunakan lembar observasi untuk mengetahui tingkat perkembangan peserta didik yang mencakup sikap, tingkah laku, dan hasil belajar peserta didik.

c. Instrumen Dokumentasi

Instrumen dokumentasi dilakukan dengan cara mengambil gambar saat proses pembelajaran sedang berlangsung. Dokumentasi ini diperlukan untuk memberikan gambaran secara nyata mengenai aktivitas peserta didik saat proses pembelajaran dan untuk memperkuat data yang diperoleh.

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Soal Tes Uji Coba

No	Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Soal	Σ
1.	Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik	Lokomotor	- Pengertian - Jalan - Lari - Lompat - Loncat - Berguling	1 2, 3, 8 6, 7 5, 10, 11 4 9, 12	12
		Non Lokomotor	- Pengertian - Meliuk - Mendorong - Menarik - Mengayun - Menekuk - Membungkuk - Memutar	16, 18 14, 19 22 25 13, 24 20, 23 15 17	13
		Manipulatif	- Pengertian - Melempar - Menangkap - Menendang	30 26, 29 28 27	5

F. Uji Coba Instrumen

Sebelum instrumen digunakan sebagai alat pengumpulan data, maka diperlukan uji coba untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumen yang digunakan. Langkah-langkah uji coba instrumen adalah sebagai berikut.

1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengetahui butir soal yang digunakan valid atau tidak. Uji validitas yang digunakan dalam instrumen ini yaitu Skala Guttman. Skala Guttman adalah skala yang digunakan untuk mendapatkan jawaban yang terpolar dari responden penelitian, yaitu hanya ada dua kategori jawaban seperti setuju atau tidak setuju, ya atau tidak, benar atau salah, positif atau negatif, pernah atau tidak pernah, dan lain-lain (Sugiyono, 2014:139). Dalam penelitian ini, jawaban responden terhadap item dalam instrumen penelitian hanya ada dua,

yaitu benar atau salah. Jawaban benar diberi nilai 1, sedangkan jawaban salah diberi nilai 0.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah keajegan alat ukur dalam menghasilkan nilai atau data dalam suatu pengukuran. Menurut Sugiyono (2014: 141), reliabilitas adalah serangkaian pengukuran atau serangkaian alat ukur yang memiliki konsistensi bila pengukuran yang dilakukan dengan alat itu memberikan hasil yang konsisten saat dilakukan secara berulang. Uji reliabilitas diperlukan untuk mengetahui apakah instrumen yang digunakan dapat dipercaya sebagai alat pengumpulan data. Suatu instrumen dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan Teknik Belah Dua (*Split-Half Technique*). Proses pengujian menggunakan bantuan program MS-Office Excell.

3. Uji Tingkat Kesukaran Soal

Uji Tingkat Kesukaran Soal dilakukan untuk mengetahui apakah suatu soal atau item tergolong mudah atau sukar. Uji tingkat kesukaran soal akan menghasilkan suatu bilangan yang menunjukkan sukar atau mudahnya suatu soal (Arikunto, 1999: 207). Uji tingkat kesukaran soal dilakukan dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{B}{Jx}$$

Keterangan : P = indeks kesukaran

B = banyaknya siswa yang menjawab soal dengan benar

Jx = jumlah seluruh siswa peserta tes

4. Uji Daya Beda Soal

Uji daya beda soal dilakukan untuk mengetahui kemampuan suatu soal dalam membedakan siswa yang memiliki pengetahuan atau kemampuan tinggi dengan siswa yang memiliki pengetahuan atau kemampuan rendah (Arikunto, 1999: 211).

Daya Beda Soal dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$DP = \frac{B_A}{J_A} - \frac{B_B}{J_B}$$

Keterangan: DP = Daya Pembeda Soal

B_A = banyaknya peserta kelompok atas yang menjawab benar

B_B = banyaknya peserta kelompok bawah yang menjawab benar

J_A = banyaknya peserta tes kelompok atas

J_B = banyaknya peserta tes kelompok bawah

Kriteria indeks daya beda adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Kualifikasi Daya Beda Soal

DP	Kualifikasi
0,00 – 0,19	Rendah
0,20 – 0,39	Sedang
0,40 – 0,69	Tinggi
0,70 – 1,00	Sangat Tinggi
Negatif	Tidak baik, harus dibuang

G. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2016:44) analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesis, menyusun ke

dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif dalam bentuk persentase, untuk menggambarkan kondisi tingkat pemahaman siswa kelas I, II, dan III tentang gerak dasar atletik di SD Muhammadiyah Serut Palbapang, Bantul. Data yang telah terkumpul dideskripsikan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan histogram, dilengkapi skor terendah, skor tertinggi, mean, median, modus, dan standar deviasi. Data data penelitian yang sudah diperoleh kemudian diimplementasikan dalam kalimat kualitatif (pengetahuan sangat baik, pengetahuan cukup, dan pengetahuan kurang). Kemudian data hasil tes dikategorikan menjadi 5 kriteria yaitu : sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Berikut adalah rumus yang digunakan untuk menentukan kriteria nilai:

Tabel 4. Kategori Skor Penilaian

No	Rumus	Kategori
1	$\leq X - 1,5 SD$	Sangat Rendah
2	$X - 1 SD - X - 1,5 SD$	Rendah
3	$X + 1 SD - X - 1 SD$	Sedang
4	$X + 1,5 SD - X + 1 SD$	Tinggi
5	$\geq X + 1,5 SD$	Sangat Tinggi

Berdasarkan rumus tersebut, maka akan diperoleh rentang skor. Jika nilai kurang dari sama dengan $X - 1,5 SD$, maka nilai tersebut termasuk dalam kriteria sangat rendah. Jika nilai $X - 1,5 SD$ sampai dengan $X - 1 SD$ maka nilai tersebut dinyatakan rendah. $X - 1 SD$ sampai dengan $X + 1 SD$, maka nilai tersebut dinyatakan sedang. $X + 1 SD$ sampai dengan $X + 1,5 SD$, maka nilai tersebut

dinyatakan tinggi. Dan jika nilai lebih dari $X + 1,5 SD$ maka nilai tersebut dinyatakan sangat tinggi.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum SD Muhammadiyah Serut Palbapang

Penelitian dilakukan di SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul. Subjek penelitian ini adalah siswa 1 yang terdiri dari 3 kelas parallel yaitu kelas 1A, 1B dan 1C SD Muhammadiyah Serut Palbapang Tahun Ajaran 2022/2023 yang masing-masing kelas berjumlah 24 orang siswa. Dengan demikian subjek keseluruhan adalah berjumlah 72 siswa. Sedangkan objek penelitian ini adalah tentang pemahaman gerak dasar atletik.

SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul adalah salah satu satuan pendidikan dengan jenjang SD yang terletak di Dusun Serut, Kalurahan Palbapang Kecamatan Bantul. SD Muhammadiyah Serut Palbapang adalah sekolah berstatus Swasta di bawah naungan Yayasan Muhammadiyah Kabupaten Bantul. SD Muhammadiyah Serut Palbapang merupakan sekolah yang sudah cukup lama berdiri, yaitu sejak tahun 1977 dengan SK Pendirian Sekolah No. 2952/L.1883/DIY.55/77. Sekolah tersebut beroperasi dengan Izin Operasi Tanggal 26 Februari 1977.

Saat ini SD Muhammadiyah Serut Palbapang sudah berakreditasi A, dengan jumlah guru sebanyak 29 orang guru, 474 siswa tercatat sebagai siswa aktif pada semester 2 Tahun 2022/2023 yang terbagi dalam 6 jenjang kelas dan jumlah rombongan belajar (rombel) sebanyak 18 rombel. Total 474 siswa SD Muhammadiyah Serut Palbapang dapat diperinci sebanyak 256 siswa laki-laki dan 218 siswa perempuan.

Fasilitas penunjang kegiatan belajar mengajar di SD Muhammadiyah Serut Palbapang terdiri dari 20 ruang kelas yang pada saat penelitian berada dalam kondisi baik semua, 1 ruang perpustakaan, dan 1 ruang untuk laboratorium komputer. Untuk menunjang aktifitas belajar mengajar di kelas, SD Muhammadiyah Serut Palbapang sudah memiliki kelengkapan berupa satu alat proyektor dan LCD. Karena baru hanya ada 1 alat proyektor dan LCD, jika guru akan menggunakan proyektor dan LCD tersebut dalam proses pembelajaran, maka guru harus terlebih dahulu mempersiapkan alat tersebut di dalam ruang kelas. Sebagai penunjang pembelajaran, setiap ruang kelas sudah dilengkapi dengan speaker.

B. Hasil Penelitian

1. Hasil Uji Coba Instrumen Penelitian

Uji coba instrumen penelitian dilakukan untuk mengetahui validitas dan realibilitasnya, juga untuk mengetahui tingkat kesukaran item dan tingkat daya beda item. Uji coba telah dilakukan pada siswa MI Nurul Ulum karena memiliki karakteristik yang serupa dengan subjek yang akan diteliti. Hasil uji coba instrumen dipaparkan berikut ini:

a. Uji Validitas

Uji validitas yang digunakan dalam instrumen ini yaitu skala guttman. Uji validitas digunakan untuk mengetahui butir soal yang digunakan valid atau tidak. Uji coba telah dilakukan kepada 17 peserta didik kelas I MI Nurul Ulum dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Validitas Instrumen

Butir Soal	r-tabel	r-hitung	Kategori Butir Soal
1	0,482	0,500	Valid
2	0,482	0,636	Valid
3	0,482	0,607	Valid
4	0,482	0,518	Valid
5	0,482	0,505	Valid
6	0,482	0,607	Valid
7	0,482	0,546	Valid
8	0,482	0,550	Valid
9	0,482	0,494	Valid
10	0,482	0,503	Valid
11	0,482	0,607	Valid
12	0,482	0,357	Tidak Valid
13	0,482	0,642	Valid
14	0,482	0,607	Valid
15	0,482	0,550	Valid
16	0,482	0,566	Valid
17	0,482	0,380	Tidak Valid
18	0,482	0,638	Valid
19	0,482	0,595	Valid
20	0,482	0,636	Valid
21	0,482	0,038	Tidak Valid
22	0,482	0,590	Valid
23	0,482	0,607	Valid
24	0,482	0,728	Valid
25	0,482	0,742	Valid
26	0,482	0,550	Valid
27	0,482	0,687	Valid
28	0,482	0,614	Valid
29	0,482	0,546	Valid
30	0,482	0,614	Valid

Butir soal dinyatakan valid apabila r hitung lebih tinggi dari r tabel pada taraf signifikansi 5%. Sebaliknya, apabila r hitung lebih rendah dari r tabel maka butir soal dinyatakan tidak valid. Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil uji coba yaitu terdapat 27 butir soal yang dinyatakan valid dan 3 butir soal yang dinyatakan tidak valid. Soal yang tidak valid yaitu pada butir soal 12, 17, dan 21. Butir soal yang tidak valid ini akan gugur atau dihilangkan.

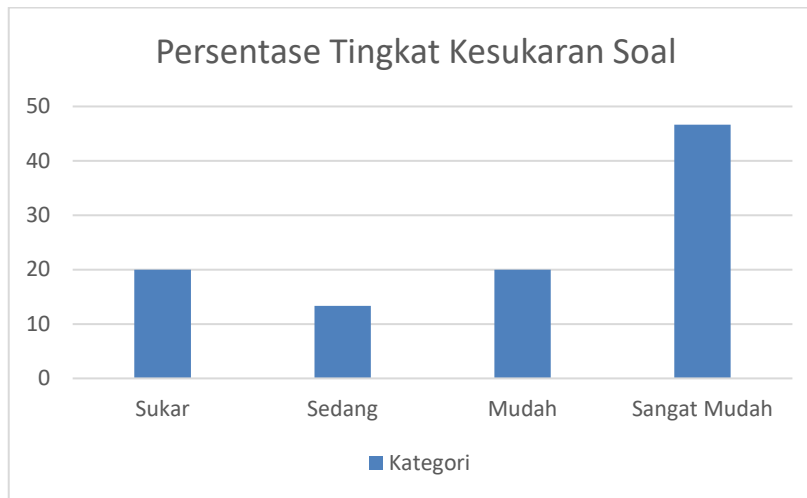
b. Tingkat kesukaran

Adapun hasil uji tingkat kesukaran yang didapatkan dari hasil uji coba pada instrumen tes adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Tingkat Kesukaran Soal

Butir Soal	Tingkat Kesukaran	Kategori
1	0,647	Sedang
2	0,882	Sangat Mudah
3	0,882	Sangat Mudah
4	0,824	Mudah
5	0,294	Sukar
6	0,882	Sangat Mudah
7	0,235	Sukar
8	0,882	Sangat Mudah
9	0,882	Sangat Mudah
10	0,235	Sukar
11	0,882	Sangat Mudah
12	0,941	Sangat Mudah
13	0,765	Mudah
14	0,882	Sangat Mudah
15	0,882	Sangat Mudah
16	0,294	Sukar
17	0,882	Sangat Mudah
18	0,824	Mudah
19	0,529	Sedang
20	0,882	Sangat Mudah
21	0,882	Sangat Mudah
22	0,235	Sukar
23	0,882	Sangat Mudah
24	0,765	Mudah
25	0,706	Sedang
26	0,882	Sangat Mudah
27	0,529	Sedang
28	0,824	Mudah
29	0,235	Sukar
30	0,824	Mudah

Berdasarkan hasil di atas, dapat diperoleh persentase tingkat kesukaran instrumen yang disajikan pada diagram berikut:



Gambar 1. Diagram Persentase Tingkat Kesukaran

Berdasarkan analisis di atas, dari 30 uji validitas soal pilihan ganda diketahui bahwa terdapat enam soal (20%) dengan tingkat kesukaran sukar, yaitu soal nomor 5, 7, 10, 16, 22, dan 29. Terdapat empat soal (13,3%) dengan tingkat kesukaran sedang, yaitu soal nomor 1, 19, 25, dan 27. Terdapat enam soal (20%) dengan tingkat kesukaran mudah, yaitu soal nomor 4, 13, 18, dan 28. Sedangkan untuk tingkat kesukaran sangat mudah adalah yang paling banyak, yaitu 14 soal (46,7%) yang ditunjukkan pada nomor 2, 3, 6, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 17, 20, 21, 23, dan 26.

c. Daya Pembeda

Berikut ini adalah hasil uji daya pembeda instrumen tes yang digunakan.

Tabel 7. Daya Pembeda Soal

Butir Soal	Tingkat Kesukaran	Kategori
1	0,667	Tinggi
2	0,222	Sedang
3	0,222	Sedang
4	0,333	Sedang
5	0,333	Sedang
6	0,222	Sedang

Butir Soal	Tingkat Kesukaran	Kategori
7	0,444	Tinggi
8	0,222	Sedang
9	0,222	Sedang
10	0,444	Tinggi
11	0,222	Sedang
12	0,111	Rendah
13	0,444	Tinggi
14	0,222	Sedang
15	0,222	Sedang
16	0,556	Tinggi
17	0,222	Sedang
18	0,333	Sedang
19	0,556	Tinggi
20	0,222	Sedang
21	0,222	Sedang
22	0,444	Tinggi
23	0,222	Sedang
24	0,444	Tinggi
25	0,556	Tinggi
26	0,222	Sedang
27	0,778	Sangat tinggi
28	0,333	Sedang
29	0,444	Tinggi
30	0,333	Sedang

Berdasarkan hasil analisis daya pembeda soal di atas, dapat diketahui bahwa terdapat satu soal dengan kategori daya pembeda sangat tinggi yaitu soal nomor 27. Terdapat sepuluh soal dengan kategori daya pembeda tinggi yaitu soal nomor 1, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 24, 25, dan 29. Terdapat 18 soal dengan kategori daya pembeda sedang yaitu pada butir soal 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 14, 15, 17, 18, 20, 21, 23, 26, 28, dan 30. Sedangkan sisanya adalah soal dengan kategori daya pembeda rendah yaitu soal nomor 12.

d. Reliabilitas

Reliabilitas adalah keajegan dalam suatu pengukuran. Uji reliabilitas diperlukan untuk mengetahui instrumen yang digunakan dapat dipercaya sebagai

penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Data dalam penelitian ini adalah data kuantitatif deskriptif berupa skor tingkat pemahaman siswa mengenai gerak dasar atletik.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah tes pemahaman gerak dasar atletik yang terdiri dari 27 butir soal dengan 4 tingkat kesulitan, yaitu tingkat kesulitan sangat mudah, mudah, sedang, dan sukar. Penskoran menggunakan nilai 1 untuk jawaban benar dan nilai 0 untuk jawaban salah. Dari penilaian tersebut, kemungkinan nilai yang diperoleh siswa adalah minimal nilai 0 dan maksimal nilai 27 atau pada rentang nilai 0 – 27. Nilai minimal (skor 0) diberikan kepada siswa yang tidak bisa menjawab satu pun pertanyaan yang diberikan dengan benar, sedangkan nilai maksimal (skor 27) diberikan kepada siswa yang berhasil menjawab seluruh pertanyaan dengan benar. Dengan demikian, diperoleh rerata (*mean*) ideal = 13,5 dan simpangan baku (*standard deviation*) ideal = 4,5.

Dari rerata (*Mean*) dan simpangan baku (SD) ideal tersebut, dapat ditentukan kriteria penilaian evaluasi pada penelitian ini, dan disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 8. Kategori Skor Penilaian

No	Rumus	Rentang Skor	Kategori
1	$\leq X - 1,5 SD$	$\leq 6,75$	Sangat Rendah
2	$X - 1 SD - X - 1,5 SD$	6,75 – 9	Rendah
3	$X + 1 SD - X - 1 SD$	9 – 18	Sedang
4	$X + 1,5 SD - X + 1 SD$	18 – 20,25	Tinggi
5	$\geq X + 1,5 SD$	$\geq 20,25$	Sangat Tinggi

Setelah seluruh siswa mengerjakan tes tingkat pemahaman gerak dasar atletik yang diberikan, hasil pengerjaan siswa kemudian dinilai sesuai dengan

aturan penilaian. Analisis deskriptif kemudian dilakukan terhadap nilai siswa untuk setiap kelas, gabungan seluruh siswa, dan analisis pada setiap faktor. Analisis data meliputi tabel distribusi frekuensi dan histogram, dilengkapi skor terendah, skor tertinggi, mean, median, modus, dan standar deviasi. Dari hasil tes pemahaman gerak dasar atletik, diperoleh skor terendah 7 dan skor tertinggi 26. Skor tingkat pemahaman siswa selengkapnya dapat dipaparkan melalui tabel berikut:

a. Analisis Data Deskriptif Siswa Kelas 1A

Hasil analisis deskriptif skor tingkat pemahaman siswa kelas 1A pada materi gerak dasar atletik adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Skor Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik Siswa Kelas 1A

Skor Nilai	Frekuensi
7	0
8	0
9	1
10	1
11	1
12	0
13	1
14	0
15	0
16	0
17	0
18	1
19	5
20	0
21	0
22	2
23	5
24	4
25	1
26	2

Dari tabel tersebut di atas, diperoleh mean, median, modus dan standar deviasi sebagaimana tabel berikut.

Tabel 10. Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa Kelas 1A

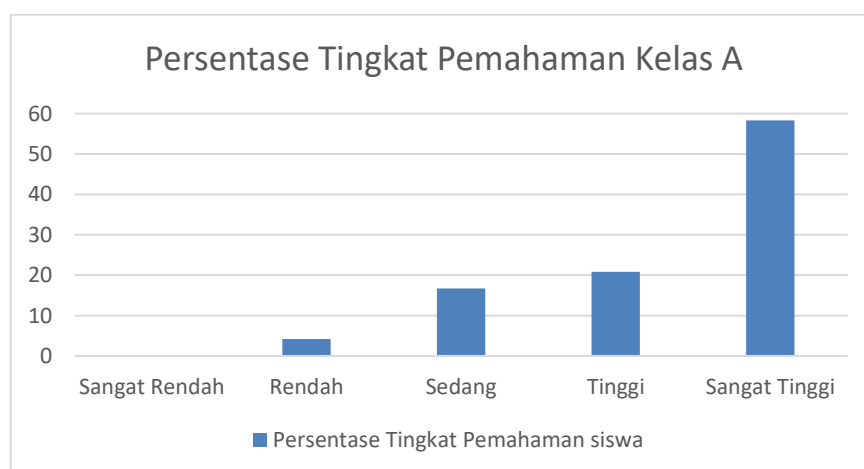
	Tertinggi	Terendah	Rerata	Median	Modus	SD
Skor Tingkat Pemahaman Siswa	26	9	20,333	22	19, 23	4,984

Selanjutnya dipaparkan distribusi frekuensi tingkat pemahaman siswa pada materi gerak dasar atletik sebagai berikut:

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kelas 1A

No	Rentang Skor	Kategori Skor	Frekuensi	
			N	%
1	$\leq 6,75$	Sangat Rendah	0	0
2	6,75 – 9	Rendah	1	4,17
3	9 – 18	Sedang	4	16,67
4	18 – 20,25	Tinggi	5	20,83
5	$\geq 20,25$	Sangat Tinggi	14	58,33
Total			24	100

Tabel distribusi frekuensi di atas apabila disajikan dalam bentuk diagram adalah sebagai berikut:



Gambar 3. Persentase Tingkat Pemahaman Kelas A

Dari diagram tersebut dapat diketahui bahwa dari 24 siswa Kelas 1A SD Muhammadiyah Serut Palbapang, sebanyak 1 siswa atau sekitar 4,17 % memiliki tingkat pemahaman rendah. Sebanyak 4 siswa atau sekitar 16,67 % memiliki tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada kategori sedang. Sebanyak 5 siswa atau sekitar 20,83 % berada pada kategori tinggi, dan sebanyak 14 orang siswa atau sekitar 58,33 % berada pada kategori sangat tinggi. Sementara tidak ada satu siswa pun yang berada pada kategori sangat rendah.

b. Analisis Deskriptif Siswa Kelas 1B

Hasil analisis deskriptif skor tingkat pemahaman siswa kelas 1B pada materi gerak dasar atletik adalah sebagai berikut.

Tabel 12. Skor Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik Siswa Kelas 1B

Skor Nilai	Frekuensi
7	1
8	1
9	0
10	2
11	1
12	0
13	2
14	1
15	2
16	0
17	1
18	0
19	3
20	0
21	1
22	1
23	3
24	2
25	2
26	1

Dari tabel tersebut di atas, diperoleh mean, median, modus dan standar deviasi sebagaimana tabel berikut:

Tabel 13. Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa Kelas 1B

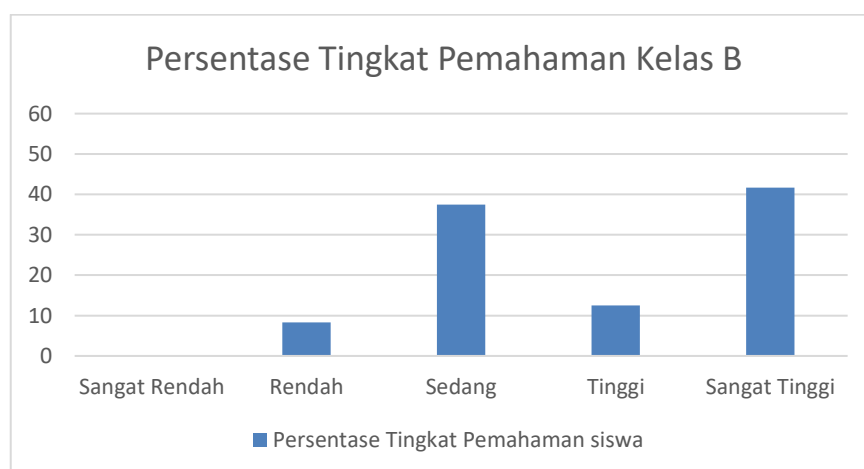
	Tertinggi	Terendah	Rerata	Median	Modus	SD
Skor Tingkat Pemahaman Siswa	26	7	17,75	15	19, 23	5,965

Selanjutnya dipaparkan distribusi frekuensi tingkat pemahaman siswa pada materi gerak dasar atletik sebagai berikut:

Tabel 14. Distribusi Frekuensi Kelas 1B

No	Rentang Skor	Kategori Skor	Frekuensi	
			N	%
1	$\leq 6,75$	Sangat Rendah	0	0
2	6,75 – 9	Rendah	2	8,33
3	9 – 18	Sedang	9	37,50
4	18 – 20,25	Tinggi	3	12,50
5	$\geq 20,25$	Sangat Tinggi	10	41,67
Total			24	100

Tabel distribusi frekuensi di atas apabila disajikan dalam bentuk diagram adalah sebagai berikut:



Gambar 4. Persentase Tingkat Pemahaman Kelas B

Dari diagram tersebut dapat diketahui bahwa dari 24 siswa kelas 1B SD Muhammadiyah Serut Palbapang, sebanyak 2 siswa atau sekitar 8,33 % berada pada kategori rendah. Sebanyak 9 siswa atau sekitar 37,50% memiliki tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada kategori sedang. Sebanyak 3 siswa atau sekitar 12,50 % berada pada kategori tinggi, dan sebanyak 10 orang siswa atau sekitar 41,67 % berada pada kategori sangat tinggi. Sementara pada kategori sangat rendah, tidak ada satu siswa pun yang berada pada kategori tersebut.

c. Analisis Deskriptif Siswa Kelas 1C

Hasil analisis deskriptif skor tingkat pemahaman siswa kelas 1C pada materi gerak dasar atletik adalah sebagai berikut:

Tabel 15. Skor Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik Siswa Kelas 1C

Skor Nilai	Frekuensi
7	1
8	1
9	1
10	3
11	2
12	0
13	1
14	0
15	1
16	1
17	0
18	0
19	4
20	1
21	0
22	2
23	3
24	2
25	1
26	0

Dari tabel tersebut di atas, diperoleh mean, median, modus dan standar deviasi sebagaimana tabel berikut:

Tabel 16. Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa Kelas 1C

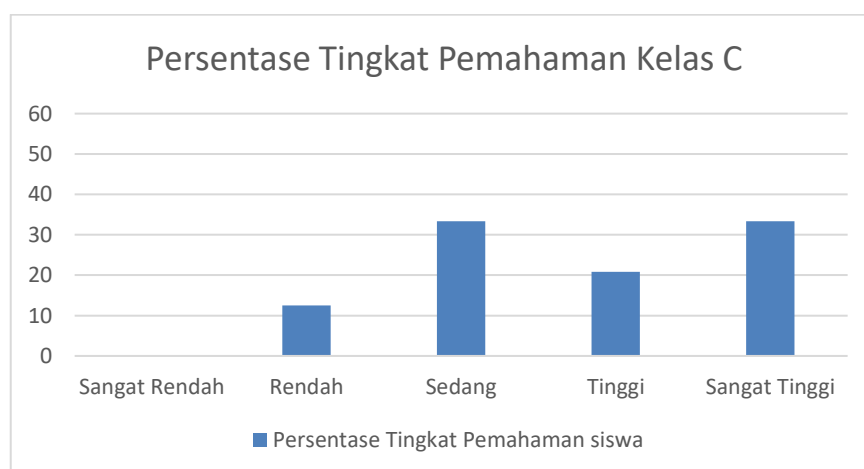
	Tertinggi	Terendah	Rerata	Median	Modus	SD
Skor Tingkat Pemahaman Siswa	25	7	16,75	19	19	6,00181

Selanjutnya dipaparkan distribusi frekuensi tingkat pemahaman siswa pada matRata-eri gerak dasar atletik sebagai berikut:

Tabel 17. Distribusi Frekuensi Kelas 1C

No	Rentang Skor	Kategori Skor	Frekuensi	
			N	%
1	$\leq 6,75$	Sangat Rendah	0	0
2	6,75 – 9	Rendah	3	12,50
3	9 – 18	Sedang	8	33,33
4	18 – 20,25	Tinggi	5	20,83
5	$\geq 20,25$	Sangat Tinggi	8	33,33
Total			24	100

Tabel distribusi frekuensi di atas apabila disajikan dalam bentuk diagram adalah sebagai berikut:



Gambar 5. Persentase Tingkat Pemahaman Kelas C

Dari diagram tersebut dapat diketahui bahwa dari 24 siswa Kelas 1C SD Muhammadiyah Serut Palbapang, sebanyak 3 siswa atau sekitar 12,50 % memiliki tingkat pemahaman pada kategori rendah. Sebanyak 8 siswa atau sekitar 33,33 % memiliki tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada kategori sedang. Sebanyak 5 siswa atau sekitar 20,83 % berada pada kategori tinggi dan pada kategori sangat tinggi terdapat 8 siswa atau sekitar 33,33 %. Sementara pada kategori sangat rendah, tidak ada satu siswa pun yang berada pada kategori tersebut.

d. Analisis Deskriptif Seluruh Siswa

Hasil analisis deskriptif seluruh siswa adalah sebagai berikut:

Tabel 18. Skor Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik

Skor Nilai	Frekuensi
7	2
8	2
9	2
10	6
11	4
12	0
13	4
14	1
15	3
16	1
17	1
18	1
19	12
20	1
21	1
22	5
23	11
24	8
25	4
26	3

Dari tabel tersebut di atas, diperoleh mean, median, modus dan standar deviasi sebagaimana tabel berikut:

Tabel 19. Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa

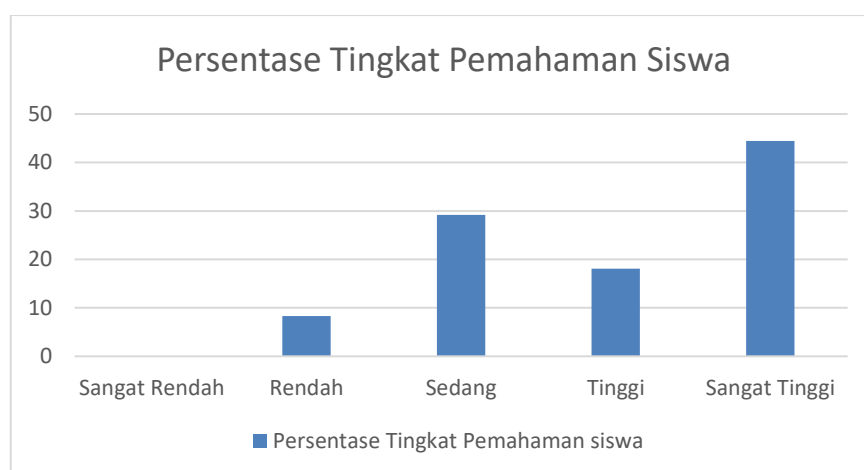
	Tertinggi	Terendah	Rerata	Median	Modus	SD
Skor Tingkat Pemahaman Siswa	26	7	18,333	19	19	5,819

Selanjutnya dipaparkan distribusi frekuensi tingkat pemahaman siswa pada materi gerak dasar atletik sebagai berikut:

Tabel 20. Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik

No	Rentang Skor	Kategori Skor	Frekuensi	
			N	%
1	$\leq 6,75$	Sangat Rendah	0	0
2	6,75 – 9	Rendah	6	8,33
3	9 – 18	Sedang	21	29,17
4	18 – 20,25	Tinggi	13	18,06
5	$\geq 20,25$	Sangat Tinggi	32	44,44
Total			72	100

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi tersebut di atas, persentase tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada siswa SD Muhammadiyah Serut Palbapang dapat disajikan dalam bentuk diagram berikut ini.



Gambar 6. Persentase Tingkat Pemahaman Siswa

Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa dari 72 siswa SD Muhammadiyah Serut Palbapang, sebanyak 6 siswa atau sekitar 8,33% memiliki tingkat pemahaman pada kategori rendah. Sebanyak 21 siswa atau sekitar 29,17% memiliki tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada kategori sedang. Sebanyak 13 siswa atau sekitar 18,06% berada pada kategori tinggi, dan sebanyak 32 orang siswa atau sekitar 44,44% berada pada kategori sangat tinggi. Sementara pada kategori sangat rendah, tidak ada satu siswa pun yang berada pada kategori tersebut.

e. Faktor Lokomotor

Soal instrumen gerak dasar lokomotor terdiri dari 11 butir soal. Penskoran menggunakan nilai 1 untuk jawaban benar dan nilai 0 untuk jawaban salah. Dari penilaian tersebut, kemungkinan nilai yang diperoleh siswa adalah minimal nilai 0 dan maksimal nilai 11 atau pada rentang nilai 0 – 11. Dengan demikian, diperoleh rerata (*mean*) ideal = 5,5 dan simpangan baku (*standard deviation*) ideal = 1,833.

Dari rerata (*Mean*) dan simpangan baku (*SD*) ideal tersebut, kriteria penilaian evaluasi pada penelitian ini dapat disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 21. Rentang Skor Faktor Lokomotor

No	Rumus	Rentang Skor	Kategori
1	$\leq X - 1,5 SD$	$\leq 2,75$	Sangat Rendah
2	$X - 1 SD - X - 1,5 SD$	$2,75 - 3,67$	Rendah
3	$X + 1 SD - X - 1 SD$	$3,67 - 7,33$	Sedang
4	$X + 1,5 SD - X + 1 SD$	$7,33 - 8,25$	Tinggi
5	$\geq X + 1,5 SD$	$\geq 8,25$	Sangat Tinggi

Hasil analisis deskriptif skor tingkat pemahaman siswa pada materi gerak dasar atletik faktor lokomotor adalah sebagai berikut:

Tabel 22. Skor Tingkat Pemahaman Faktor Lokomotor

Skor Nilai	Frekuensi
1	0
2	0
3	4
4	8
5	8
6	0
7	8
8	10
9	22
10	8
11	4

Dari tabel tersebut di atas, diperoleh mean, median, modus dan standar deviasi sebagaimana tabel berikut:

Tabel 23. Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa

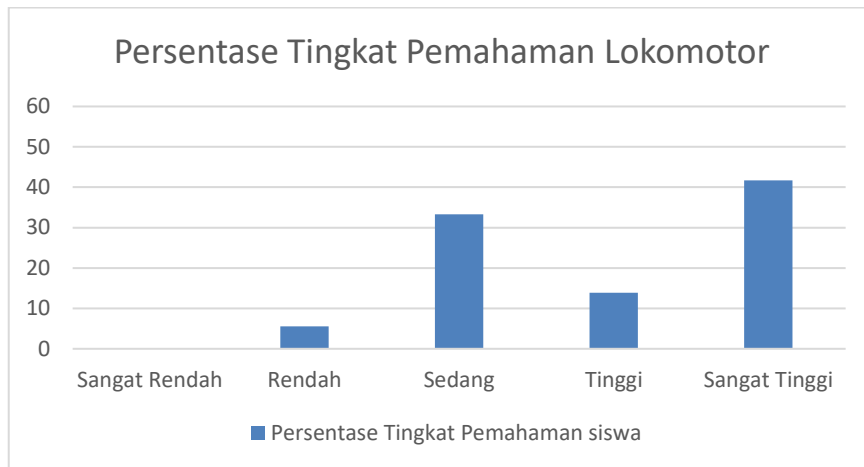
	Tertinggi	Terendah	Rerata	Median	Modus	SD
Skor Tingkat Pemahaman Siswa	11	3	7,53	8	9	2,319

Selanjutnya dipaparkan distribusi frekuensi tingkat pemahaman siswa pada materi gerak dasar atletik sebagai berikut:

Tabel 24. Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman Faktor Lokomotor

No	Rentang Skor	Kategori Skor	Frekuensi	
			N	%
1	$\leq 2,75$	Sangat Rendah	0	0
2	2,75 – 3,67	Rendah	4	5,56
3	3,67 – 7,33	Sedang	24	33,33
4	7,33 – 8,25	Tinggi	10	13,89
5	$\geq 8,25$	Sangat Tinggi	34	47,22
Total			72	100

Tabel distribusi frekuensi di atas apabila disajikan dalam bentuk diagram adalah sebagai berikut:



Gambar 7. Persentase Tingkat Pemahaman Faktor Lokomotor

Dari diagram tersebut dapat diketahui bahwa dari 72 siswa kelas 1 SD Muhammadiyah Serut Palbapang, sebanyak 4 siswa atau sekitar 5,56 % berada pada kategori rendah. Sebanyak 24 siswa atau sekitar 33,33 % memiliki tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada kategori sedang. Sebanyak 10 siswa atau sekitar 13,89 % berada pada kategori tinggi, dan sebanyak 34 orang siswa atau sekitar 47,22 % berada pada kategori sangat tinggi. Sementara pada kategori sangat rendah, tidak ada satu siswa pun yang berada pada kategori tersebut.

Berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh, yaitu 7,53 maka tingkat pemahaman siswa terhadap materi gerak dasar atletik faktor lokomotor termasuk dalam rentang kategori tinggi.

f. Faktor Non Lokomotor

Soal instrumen gerak dasar non lokomotor sejumlah soal pada faktor lokomotor sehingga kriteria penilaian evaluasi menggunakan rentang skor yang sama dengan rentang skor pada faktor lokomotor.

Hasil analisis deskriptif skor tingkat pemahaman siswa pada materi gerak dasar atletik faktor non lokomotor adalah sebagai berikut:

Tabel 25. Skor Tingkat Pemahaman Faktor Non Lokomotor

Skor Nilai	Frekuensi
1	0
2	0
3	10
4	4
5	2
6	8
7	3
8	9
9	17
10	11
11	8

Dari tabel tersebut di atas, diperoleh mean, median, modus dan standar deviasi sebagaimana tabel berikut:

Tabel 26. Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa

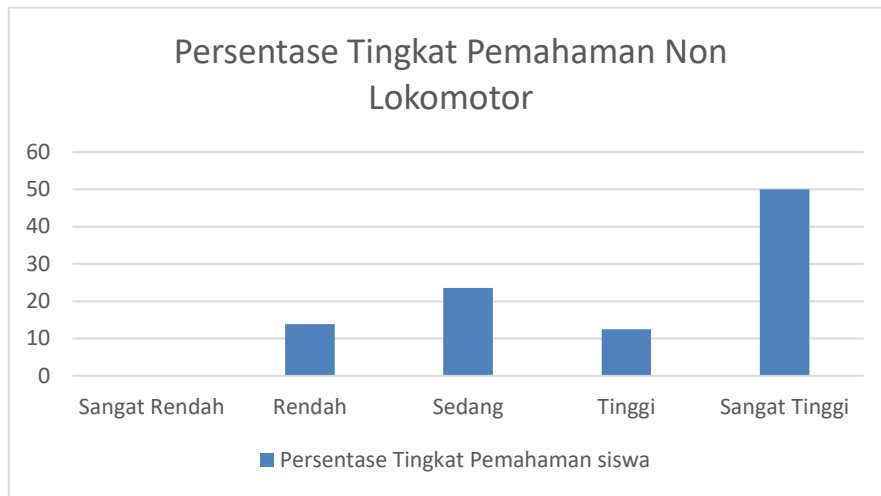
	Tertinggi	Terendah	Rerata	Median	Modus	SD
Skor Tingkat Pemahaman Siswa	11	3	7,61	8,5	9	2,625

Selanjutnya dipaparkan distribusi frekuensi tingkat pemahaman siswa pada materi gerak dasar atletik sebagai berikut:

Tabel 27. Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman Faktor Non Lokomotor

No	Rentang Skor	Kategori Skor	Frekuensi	
			N	%
1	$\leq 2,75$	Sangat Rendah	0	0
2	2,75 – 3,67	Rendah	10	13,89
3	3,67 – 7,33	Sedang	17	23,61
4	7,33 – 8,25	Tinggi	9	12,50
5	$\geq 8,25$	Sangat Tinggi	36	50
Total			72	100

Tabel distribusi frekuensi di atas apabila disajikan dalam bentuk diagram adalah sebagai berikut:



Gambar 8. Persentase Tingkat Pemahaman Faktor Non Lokomotor

Dari diagram tersebut dapat diketahui bahwa dari 72 siswa kelas 1 SD Muhammadiyah Serut Palbapang, sebanyak 10 siswa atau sekitar 13,89 % berada pada kategori rendah. Sebanyak 17 siswa atau sekitar 23,61 % memiliki tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada kategori sedang. Sebanyak 9 siswa atau sekitar 12,50 % berada pada kategori tinggi, dan sebanyak 36 orang siswa atau 50 % berada pada kategori sangat tinggi. Sementara pada kategori sangat rendah, tidak ada satu siswa pun yang berada pada kategori tersebut.

Berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh, yaitu 7,61 maka tingkat pemahaman siswa terhadap materi gerak dasar atletik faktor non-lokomotor termasuk dalam rentang kategori tinggi.

g. Faktor Manipulatif

Soal instrumen gerak dasar lokomotor terdiri dari butir soal. Penskoran menggunakan nilai 1 untuk jawaban benar dan nilai 0 untuk jawaban salah. Dari penilaian tersebut, kemungkinan nilai yang diperoleh siswa adalah minimal nilai 0

dan maksimal nilai 5 atau pada rentang nilai 0 – 5. Dengan demikian, diperoleh rerata (*mean*) ideal = 2,5 dan simpangan baku (*standard deviation*) ideal = 0,833.

Dari rerata (*Mean*) dan simpangan baku (*SD*) ideal tersebut, kriteria penilaian evaluasi pada penelitian ini dapat disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 28. Rentang Skor Faktor Manipulatif

No	Rumus	Rentang Skor	Kategori
1	$\leq X - 1,5 SD$	$\leq 1,25$	Sangat Rendah
2	$X - 1 SD - X - 1,5 SD$	1,25 – 1,67	Rendah
3	$X + 1 SD - X - 1 SD$	1,67 – 3,33	Sedang
4	$X + 1,5 SD - X + 1 SD$	3,33 – 3,75	Tinggi
5	$\geq X + 1,5 SD$	$\geq 3,75$	Sangat Tinggi

Hasil analisis deskriptif skor tingkat pemahaman siswa pada materi gerak dasar atletik faktor lokomotor adalah sebagai berikut:

Tabel 29. Skor Tingkat Pemahaman Faktor Manipulatif

Skor Nilai	Frekuensi
1	6
2	17
3	17
4	21
5	11

Dari tabel tersebut di atas, diperoleh mean, median, modus dan standar deviasi sebagaimana tabel berikut:

Tabel 30. Tabel Analisis Deskriptif Nilai Pemahaman Siswa

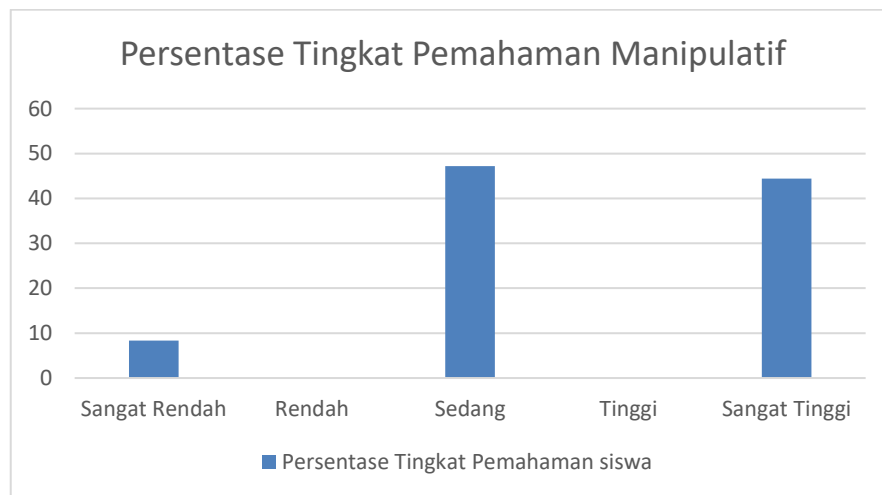
	Tertinggi	Terendah	Rerata	Median	Modus	SD
Skor Tingkat Pemahaman Siswa	5	1	3,19	3	4	1,206

Selanjutnya dipaparkan distribusi frekuensi tingkat pemahaman siswa pada materi gerak dasar atletik sebagai berikut.

Tabel 31. Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman Faktor Manipulatif

No	Rentang Skor	Kategori Skor	Frekuensi	
			N	%
1	$\leq 1,25$	Sangat Rendah	6	8,33
2	1,25 – 1,67	Rendah	0	0
3	1,67 – 3,33	Sedang	34	47,22
4	3,33 – 3,75	Tinggi	0	0
5	$\geq 3,75$	Sangat Tinggi	32	44,44
Total			72	100

Tabel distribusi frekuensi di atas apabila disajikan dalam bentuk diagram adalah sebagai berikut:



Gambar 9. Persentase Tingkat Pemahaman Faktor Manipulatif

Dari diagram tersebut dapat diketahui bahwa dari 72 siswa kelas 1 SD Muhammadiyah Serut Palbapang, sebanyak 6 siswa atau sekitar 833 % berada pada kategori sangat rendah. Sebanyak 34 siswa atau sekitar 47,22 % memiliki tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada kategori sedang. Sebanyak 32 siswa atau sekitar 44,44 % berada pada kategori sangat tinggi. Sementara pada kategori rendah dan tinggi, tidak ada satu siswa pun yang berada pada dua kategori tersebut.

Berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh, yaitu 3,19 maka tingkat pemahaman siswa terhadap materi gerak dasar atletik faktor lokomotor termasuk dalam rentang kategori sedang.

h. Perbandingan Rata-Rata Tingkat Pemahaman Siswa Antar Faktor

Selanjutnya peneliti mencoba membandingkan tingkat pemahaman siswa antar faktor, untuk mengetahui faktor mana yang memiliki tingkat pemahaman yang lebih tinggi. Hasil perbandingan tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 32. Distribusi Frekuensi antar Faktor

Lokomotor		Non Locomotor		Manipulatif	
<i>N</i>	72	<i>N</i>	72	<i>N</i>	72
<i>Mean</i>	11	<i>Mean</i>	11	<i>Mean</i>	5
<i>Median</i>	3	<i>Median</i>	3	<i>Median</i>	1
<i>Mode</i>	7,53	<i>Mode</i>	7,61	<i>Mode</i>	3,19
<i>SD</i>	8	<i>SD</i>	8,5	<i>SD</i>	3
<i>Mi</i>	9	<i>Mi</i>	9	<i>Mi</i>	4
<i>SDi</i>	2,319	<i>SDi</i>	2,625	<i>SDi</i>	1,206

Hasil tersebut apabila dikategorikan ke dalam rentang skornya masing-masing maka dapat disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 33. Perbandingan Tingkat Pemahaman Siswa antar Faktor

Faktor	Rata-Rata	Kategori
Lokomotor	7,53	Tinggi
Non Locomotor	7,61	Tinggi
Manipulatif	3,19	Sedang

Dari perbandingan nilai rata-rata tingkat pemahaman siswa antar faktor, terlihat bahwa faktor lokomotor dan non lokomotor memiliki rata-rata tingkat pemahaman tinggi sedangkan faktor manipulatif memiliki tingkat pemahaman sedang. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa faktor manipulatif memiliki

tingkat pemahaman yang lebih rendah daripada faktor lokomotor dan non lokomotor.

C. Pembahasan

Dari hasil analisis data yang telah dipaparkan di depan, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada siswa kelas rendah SD Muhammadiyah Serut Palbapang secara keseluruhan berada pada kategori “Tinggi”.

Hasil tersebut mengindikasikan bahwa pembelajaran atletik secara khusus, atau pembelajaran olahraga secara umum, yang dilaksanakan oleh guru PJOK bisa dikatakan sudah berhasil. Peranan guru PJOK dalam suatu proses pembelajaran memang sangat krusial dan penting sehingga menjadi salah satu faktor penentu keberhasilan pembelajaran olahraga. Terkait dengan adanya perbedaan tingkat pemahaman yang tercermin dari perbedaan skor dari masing-masing siswa dibanding dengan temannya, hal tersebut adalah suatu kewajaran yang tidak bisa dihindari.

Perbedaan tingkat pemahaman siswa terjadi karena berbagai faktor penyebab, baik faktor internal yang berada dalam diri siswa yang bersangkutan, maupun faktor eksternal yaitu faktor lingkungan belajar. Faktor internal dalam diri siswa bersangkutan bisa meliputi perbedaan tingkat kecerdasan, perbedaan kesiapan belajar, perbedaan minat dan bakat, dan lain-lain. Sementara faktor eksternal meliputi hal-hal lain di luar faktor internal seperti latar belakang dan lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat yang lebih luas lagi di sekitar siswa seperti pergaulan teman sebaya dan lain-lain.

Perbedaan-perbedaan tersebutlah yang mungkin juga dapat dijadikan penjelasan mengapa anak-anak usia dini di Negara-negara Amereka Latin seperti Brasil, Argentina dan Uruguay sudah mampu mengembangkan dan menguasai teknik-teknik dan keterampilan sepakbola sehingga akhirnya bisa menjadi bintang sepakbola kelas dunia, sementara anak-anak di Negara-negara Afrika seperti Kenya dan Negara lainnya lebih menonjol dalam kemampuan dan ketahanan berlari, atau anak-anak di Asia lebih menonjol di cabang olahraga bulutangkis.

Tingkat pemahaman gerak dasar atletik sendiri lebih banyak menjelaskan aspek kognitif dari kemampuan siswa, sementara praktik gerak dasar atletik adalah aspek yang berbeda, yaitu aspek psikomotor. Dalam hal ini, skor tingkat pemahaman siswa tidak mencerminkan skor keterampilan siswa dalam melakukan gerakan fisik. Bisa jadi siswa yang memiliki skor tingkat pemahaman rendah mampu melakukan gerakan yang sangat baik atau lebih baik dari siswa yang memiliki skor tingkat pemahaman lebih tinggi. Sebaliknya, siswa yang memiliki skor tingkat pemahaman tinggi bisa jadi kalah baik dalam memperagakan gerakan fisik dibanding siswa dengan skor tingkat pemahaman rendah.

Bukan berarti pemahaman kognitif dalam pembelajaran olahraga atau pendidikan jasmani tidak berguna atau tidak lebih penting dibanding pembelajaran aktifitas psikomotor. Kedua ranah tersebut, baik ranah kognitif maupun psikomotor tetap sama-sama penting, bahkan juga ranah afektifnya. Meskipun pembelajaran olahraga atau pendidikan jasmani sendiri menitikberatkan pada pemanfaatan aktivitas jasmani (keterampilan psikomotor), namun keterlibatan ranah kognitif atau pemahaman konsep dan teori sangat menunjang bagi

tercapainya tujuan pembelajaran yaitu pengembangan dan peningkatan kemampuan siswa secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif dan emosional sekaligus (Kurikulum Penjas, 2004). Demikian juga ranah afektif sangat diperlukan bagi pengembangan sportivitas yang tinggi.

Pelibatan ranah kognitif dan afektif dalam pendidikan jasmani sangat penting dilakukan karena meskipun aktivitas pengembangan fisik itu mempunyai tujuan tertentu dalam bidang olahraga prestasi, namun pelaksanaannya tetap harus berada dalam konteks pendidikan secara umum (*general education*). Anggapan umum yang menyatakan bahwa Pendidikan Jasmani hanya berisi kegiatan olahraga adalah suatu kekeliruan. Pendidikan Jasmani idealnya tidak hanya mengembangkan aktifitas dan keterampilan fisik saja (psikomotor), namun juga sangat perlu mengembangkan aspek yang lain (kognitif dan afektif).

Apalagi sekarang di dunia olahraga sudah dikembangkan apa yang disebut sebagai *sportscience* (iptek olahraga). *Sportscience* adalah suatu disiplin ilmu yang mempelajari prinsip-prinsip sains untuk diterapkan dalam upaya pengembangan teknik-teknik olahraga dengan tujuan meningkatkan performa dan prestasi atlet-atletnya. *Sportscience* adalah suatu perpaduan nyata antara ranah kognitif dan psikomotor dalam bidang olahraga.

Beberapa negara besar di dunia sudah mengembangkan *sportscience* ini untuk mendongkrak prestasi atlet-atlet mereka. Dengan mengaplikasikan *sportscience*, negara-negara seperti China, Korea Selatan, Jerman dan Australia mampu mendongkrak prestasi atlet-atlet mereka di berbagai cabang olahraga sehingga menjadi atlet dengan prestasi elite di cabangnya masing-masing.

Dengan demikian, pelibatan pembelajaran kognitif pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani di SD merupakan tahap paling awal pengembangan *sports science* di tingkat pendidikan selanjutnya yang lebih tinggi.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada siswa kelas rendah SD. Penelitian dilaksanakan di SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul dengan mengambil subjek penelitian siswa kelas 1 SD Muhammadiyah Serut Palbapang. Dalam pelaksanaannya, tentu terdapat berbagai keterbatasan sehingga hasil penelitian ini tidak bisa dijadikan gambaran secara umum mengenai tingkat pemahaman gerak dasar atletik untuk kalangan yang lebih luas.

Berbagai keterbatasan penelitian tersebut adalah sebagai berikut:

1. Keterbatasan waktu penelitian, juga tenaga dan kemampuan peneliti.
2. Jumlah subjek yang hanya 72 siswa dan diambil hanya kelas 1 saja, tentu tidak mencerminkan seluruh populasi kelas rendah, yaitu kelas 1, 2 dan 3.
3. Pengumpulan data yang hanya dilakukan satu kali saja di mana siswa diberi alat tes dan diminta untuk menjawab pertanyaan yang disediakan. Berbagai faktor dapat mempengaruhi proses pengerjaan soal sehingga bisa jadi hasilnya kurang akurat.
4. Kesimpulan penelitian hanya diambil dari hasil analisis data dan tidak mempertimbangkan faktor-faktor lain.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab-bab sebelumnya, dengan mengacu pada rumusan masalah dan tujuan penelitian yang telah ditentukan, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Motivasi, minat, kesungguhan dan keaktifan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani sangat baik.
2. Guru PJOK sudah menjalankan perannya dengan baik.
3. Tingkat pemahaman siswa kelas I SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul berada pada rentang tingkatan rendah sampai sangat tinggi.
4. Berdasarkan nilai rata-rata, tingkat pemahaman gerak dasar atletik pada siswa kelas I SD Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul termasuk dalam kategori tinggi.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat dikemukakan implikasi secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Implikasi Teoritis
 - a. Efektivitas dan keberhasilan pelaksanaan pembelajaran dipengaruhi oleh pemilihan pendekatan pembelajaran yang tepat dan sesuai.
 - b. Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD harus melibatkan aspek-aspek lain di luar aspek psikomotor seperti aspek kognitif dan aspek afektif sebagai dasar

pembelajaran dan pengembangan *sportscience* lebih lanjut di jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

2. Implikasi Praktis

- a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi guru PJOK dalam merancang program pembelajaran yang tepat, tidak hanya mengedepankan aspek psikomotor aktifitas fisik saja, namun juga melibatkan aspek kognitif dan afektif sehingga proses pembelajaran yang akan dilaksanakan dapat berlangsung dengan baik, efektif, dan tujuan pembelajaran dapat tercapai.
- b. Bagi sekolah, perlu diperhatikan penyediaan sarana pembelajaran yang memadai yang dapat mendukung proses pembelajaran sesuai dengan pendekatan pembelajaran yang telah ditentukan oleh guru.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Bagi guru, disarankan untuk memilih pendekatan pembelajaran yang tepat sesuai dengan perkembangan kepribadian peserta didik dan materi pembelajaran yang diajarkan.
2. Bagi siswa, diharapkan dapat meningkatkan kesungguhan dalam mengikuti pembelajaran agar dapat menyerap semua materi pembelajaran yang disampaikan oleh guru.
3. Bagi peneliti selanjutnya, mungkin perlu melakukan penelitian lebih lanjut dengan pengambilan subjek penelitian yang lebih banyak dan lebih luas sehingga hasil penelitian lebih mencerminkan kondisi faktual yang ada.

Daftar Pustaka

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, S. 2017. *Pengembangan Instrumen Penelitian dan Penilaian Program*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Cahyo, Patris N. 2022. "Tingkat Pengetahuan Atletik Peserta Didik Kelas V di Sekolah Dasar se-Gugus 3 Kecamatan Kotagede Yogyakarta Saat Pandemi Covid-19". Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta: Skripsi.
- Kakung, Estu. 2021. "Tingkat Pemahaman Siswa Kelas X Terhadap Materi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan serta Aktivitas Pengembang Secara Daring di SMA Negeri 1 Pundong". Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta: Skripsi.
- Himalaya, F. 2021. "Tingkat Pemahaman Siswa Pada Atletik Nomor Lari Kelas XI SMK Insan Sempurna Pendidikan Karawang", UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin: Naskah Publikasi.
- Indarto, P., Septi, V.S., & Nurhidayat. 2018. *Pandai Mengajar dan Melatih Atletik*. Surakarta: Muhammadiyah University Press
- Indriani, F., Kirana P Dewi, Al Qisan, Nana Nur O. 2020. *Subject Specific Pedagogy*. Yogyakarta: Gestalt Media
- Mulya, G. 2018. "Peran Pendidikan Jasmani Dalam Penguatan Pendidikan Karakter Siswa", *Jurnal Sains Keolahragaan & Kesehatan, Vol. III (1)*
- Mustafa, PS. 2022. "Peran Pendidikan Jasmani Untuk Mewujudkan Tujuan Pendidikan Nasional", *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, Vol. 8 (9): 68-80*
- Nopiyanto, Y.E., Raibowo, S. & Arwin. 2020. *Pembelajaran Atletik*. Bengkulu: Elmarkazi
- Nugroho, U. 2021. *Mari Memahami Pembelajaran Gerak Pendidikan Jasmani*. Grobogan : Sarnu Untung
- Purnomo, E. & Dapan. 2018. *Pedoman Mengajar Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: Alfabedia
- Purwanto, Ngalim. 2010. *Prinsip-Prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Sudjana, Nana. 2016. *Penilaian Hasil Proses Belajar mengajar*. Bandung: Remaja Rosda Karya

- Sudjono, Anas. 2012. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suherman, A. 2018. *Kurikulum Pembelajaran Penjas*. Jawa Barat: UPI Sumedang Press
- Syahrudin. 2020. *Permainan Bombardier Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Grobogan: Sarnu Untung
- Syayidah. 2010. "Peningkatan Pemahaman Konsep Gerak Menggunakan Media CD dengan Pendekatan Konstruktivistik Kelas VII B Semester 2 SMP Kesatrian 1 Semarang Tahun Ajaran 2009/2010". *JP2F*, Vol. 42 (2): 163.
- Widya, M.D. 2004. *Teknik Dasar Atletik*. Jakarta: UNJ Press

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pembimbing TAS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
DEPARTEMEN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092.
Laman : <http://www.fik.uny.ac.id>. Surel : humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 20/PJSD/II/2023
Lamp : 1 Bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

Kepada Yth : **Bapak Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or.**
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta

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

Nama : Prastiyanto
NIM : 19604221077
Judul Skripsi : Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik Untuk Anak Kelas Atas di Sekolah Dasar (SD) Serut Pelbapang Bantul.

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 disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 20 Februari 2023
Koord. Prodi PJSD.

Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Tembuan :
1. Prodi
2. Ybs

Scanned by TapScanner

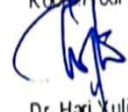
Lampiran 2. Kartu Bimbingan Skripsi

**KARTU BIMBINGAN
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Nama Mahasiswa : Prostiyaning
 NIM : 19604221077
 Program Studi :
 Departemen :
 Pembimbing : Heri Yogo Prayadi, S. Pd. Jas., M.Ps.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1.	11/11/2022	Konsultasi Judul TA	P
2.	19/12/2022	Revisi bab 1	P
3.	25/12/2022	Bab 2 di tambahkan sumber	P
4.	3/1/2022	Bab 2 dan bab 3 di tambahkan	P
5.	6/1/2022	penulisan di benarkan	P
6.	15/1/2022	konsultasi instrumen	P
7.	5/2/2022	instrumen disejui	P
8.	5/2/2022	validasi instrumen	P
9.	4/2/2022	konsultasi instrumen	P
10.	5/3/2022	bab 4-5	P
11.	13/3/2022	bab 3 tambahan	P
11.	13/3/2022	layak untuk sidang	P

Mengetahui
 Koordinator Prodi P.SD




Dr. Hari Yulianto, M.Kes
 NIP. 19670701 199412 1 001

Lampiran 2. Kartu Bimbingan Skripsi

Lampiran 4. Surat Izin Uji Coba Instrumen

SURAT IZIN UJI INSTRUMEN <https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-uji-instrumen>



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI**
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id


Nomor : B/356/UN34.16/LT/2023 20 Februari 2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian**

Yth. MI nurul ulum

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama	: Prastiyanto
NIM	: 19604221077
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Judul Tugas Akhir	: TINGKAT PEMAHAMAN GERAK DASAR ATLETIK UNTUK ANAK KELAS BAWAH DI SEKOLAH DASAR (SD) SERUT PALBAPANG BANTUL
Waktu Uji Instrumen	: Senin, 20 Februari 2023

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tugas Akhir. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.
Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,
Kebudayaan, Mahasiswa dan Alumni,

Dr. Guntur, M.Pd.
NIP. 19810926 200604 1 001

Tembusan :
1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 5. Surat Keterangan Melakukan Uji Coba



YAYASAN PONDOK PESANTREN AL-QUR'AN ANAK-ANAK NURUL 'ULUM
MADRASAH IBTIDAIYAH NURUL ULUM
Alamat : Tegalsari, Donotirto, Kretek, Bantul, D.I. Yogyakarta Kodepos. 55772.
Phone. 085729003737. e_mail : minurulumbantul@gmail.com

Surat keterangan Nomor : 07/MINU/III/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Nindya rachman pranajati, M.Pd
Jabatan : Kepala Madrasah

Menerangkan bahwa :

Nama : Prastiyanto
Nim : 19604221077
Program studi : pendidikan jasmani sekolah Dasar -S1
Fakultas : ilmu keolahragaan dan kesehatan


Telah melakukan uji coba instrumen pada tanggal 06 maret 2023 di mi nurul ulum dalam rangka penyusunan tugas akhir dengan judul tingkat pengetahuan gerak dasar atletik untuk anak kelas bawah di sekolah dasar Muhamadiyah serut Palbapang Bantul.

Demikian surat ini kami berikan untuk dapat di pergunakan dengan sebagaimana mestinya.



Bantul, 06 maret 2023
Kepala sekolah

Nindya rachman pranajati, M.Pd

Lampiran 6. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN		about:blank
	KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281 Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092 Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id	
Nomor :	B/1010/UN34.16/PT.01.04/2023	17 Maret 2023
Lamp. :	1 Bendel Proposal	
Hal :	Izin Penelitian	
Yth .	Nuroh hidayatun,s.pd di SD Muhamadiyah serut	
Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:		
Nama :	Prastiyanto	
NIM :	19604221077	
Program Studi :	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1	
Tujuan :	Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)	
Judul Tugas Akhir :	penelitian/Tingkat pengetahuan gerak dasar atletik untuk anak kelas bawah di sekolah dasar sd serut palbapang Bantul	
Waktu Penelitian :	16 - 21 Maret 2023	
Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.		
Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.		
		Wakil Dekan Bidang Akademik, dan mahasiswaan dan Alumni,
Tembusan :		Dr. Guntur, M.Pd. NIP 19810926 200604 1 001
1. Kepala Layanan Administrasi;		
2. Mahasiswa yang bersangkutan.		

Lampiran 7. Surat Keterangan Penelitian

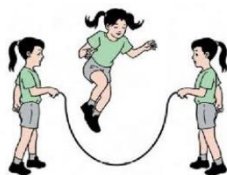
	<p>MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH MUHAMMADIYAH DAERAH KABUPATEN BANTUL</p> <p>SEKOLAH DASAR MUHAMMADIYAH SERUT</p> <p>TERAKREDITASI "A"</p> <p>Alamat : Serut, Palbapang, Bantul, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta No. Telepon: (0274) 6460513; Email: sdmuhserut@gmail.com Website: www.sdmuhammadiyahserut.sch.id</p>
<p style="text-align: center;"><u>SURAT KETERANGAN</u></p> <p style="text-align: center;">Nomor : 09/SDMSrt/III/2023</p>	
<p>Yang bertandatangan dibawah ini :</p>	
Nama	: Nuroh Hidayatun, S.Pd
NBM	: 12026189640231
Jabatan	: Kepala Sekolah
<p>Menerangkan bahwa :</p>	
Nama	: Prastiyanto
NIM	: 19604221077
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar-S1
Fakultas	: Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
<p>Telah melakukan penelitian/pengumpulan data terhitung mulai Kamis - Selasa, 16 - 21 Maret 2023 di SD Muhammadiyah Serut dalam rangka penyusunan Tugas Akhir dengan judul "Penelitian/Tingkat Pengetahuan Gerak DasarAtletik untuk Anak Kelas Bawah di Sekolah Dasar Muhammadiyah Serut Palbapang Bantul".</p> <p>Demikian surat keterangan ini kami berikan untuk dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya.</p>	
<p style="text-align: right;"> 20 Maret 2023 Kepala Sekolah Nuroh Hidayatun, S.Pd NBM: 12026189640231</p>	

Lampiran 8. Instrumen Penelitian



SOAL GERAK DASAR ATLETIK

Pilihlah jawaban yang benar pada soal di bawah ini dengan memberi tanda silang (X) pada huruf a, b, atau c!

- Gerakan berpindah tempat merupakan gerak ...
 - Lokomotor
 - Non lokomotor
 - Manipulatif
- Berjalan dan berlari adalah termasuk gerak ...
 - Non lokomotor
 - Lokomotor
 - Manipulatif
- Ketika sedang berjalan, pandangan mata mengarah ke ...
 - Depan
 - Atas
 - Bawah
- Gerakan mengikuti gaya katak di sebut ...
 - Berjalan
 - Berlari
 - Meloncat
- Gerakan melompat melatih otot ...
 - Tangan
 - Kaki
 - Perut
- Posisi badan saat berlari yaitu condong ke ...
 - Belakang
 - Atas
 - Depan
- Latihan lari bertujuan untuk melatih ...
 - Keseimbangan
 - Kecepatan
 - Kelentukan
- Gambar di samping merupakan gerakan ...
 - Berjalan ke samping
 - Berjalan ke depan
 - Berjalan ke belakang
- Matras biasanya digunakan untuk ...
 - Tidur
 - Berguling
 - Berlari
- Permainan tradisional tapak gunung ditunjukkan pada gambar ...



Lampiran 8. Instrumen Penelitian

11. Posisi awal saat melakukan gerakan menirukan katak adalah ...
 - a. Berdiri tegak
 - b. Jongkok
 - c. Duduk
12. Anggota tubuh yang digunakan untuk mengayun tali dalam permainan lompat tali adalah ...
 - a. Tangan
 - b. Kaki
 - c. Lutut
13. Pemanasan penting dilakukan untuk mencegah cedera. Pemanasan dilakukan saat ...
 - a. Sebelum olahraga
 - b. Sesudah olahraga
 - c. Di kelas
14. Ketika melakukan pemanasan, kita membungkukkan badan hingga tangan menyentuh ...
 - a. Lutut
 - b. Kaki
 - c. Lantai
15. Gerak non lokomotor merupakan gerak ...
 - a. Berpindah tempat
 - b. Tidak berpindah tempat
 - c. Menggunakan alat
16. Berikut ini yang termasuk gerak non lokomotor, kecuali ...
 - a. Berlari
 - b. Menekuk
 - c. Membungkuk
17. Meliukkan badan ke samping kanan dan kiri bertujuan untuk melatih ...
 - a. Kekuatan
 - b. Kecepatan
 - c. Kelentukan
18.  Edo sedang melakukan pemanasan sebelum berolahraga. Gerakan yang sedang dilakukan Edo pada gambar di samping adalah ...
 - a. Menekuk
 - b. Meliuk
 - c. Membungkuk
19. Gerak mendorong tembok merupakan salah satu latihan ...
 - a. Keseimbangan
 - b. Kekuatan
 - c. Kecepatan
20.  Wati sedang melakukan sikap duduk ...
 - a. Bersimpuh
 - b. Bersila
 - c. Selonjor

Lampiran 8. Instrumen Penelitian

21. Gerakan tangan ketika menirukan gerak pohon yang ditiup angin adalah ...
 - a. Di pinggang
 - b. Di tekuk
 - c. Diayunkan ke kanan dan ke kiri
22. Gerakan saling menarik dilakukan secara ...
 - a. Berpasangan
 - b. Berkelompok
 - c. Mandiri
23. Gerak melempar bola dapat menguatkan otot ...
 - a. Kaki
 - b. Tangan
 - c. Kepala
24. Berikut ini yang termasuk gerak manipulatif yaitu ...
 - a. Menendang bola
 - b. Melompat
 - c. Membungkuk
25. Menangkap bola kecil yang baik dilakukan dengan menggunakan ...
 - a. Satu tangan
 - b. Dua tangan
 - c. Dua kaki
26. Agar bola yang dilemparkan menjadi jauh maka harus dilempar dengan ...
 - a. Lemah
 - b. Biasa saja
 - c. Kuat
27. Gerak manipulatif adalah gerak ...
 - a. Berpindah tempat
 - b. Tidak berpindah tempat
 - c. Menggunakan alat

Lampiran 9. Hasil Uji Coba Instrumen

Butir Soal	Tingkat Kesukaran Soal		Daya Pembeda Soal		Validitas Soal		Realibilitas Soal		
	Indeks	Kategori	Indeks	Kategori	Indeks	Kategori	Indeks	Kriteria	Kategori
1	0,647	Sedang	0,667	Tinggi	0,500	Valid	0,925	Reliabel	Sangat Tinggi
2	0,882	Sangat Mudah	0,222	Sedang	0,636	Valid			
3	0,882	Sangat Mudah	0,222	Sedang	0,607	Valid			
4	0,824	Mudah	0,333	Sedang	0,518	Valid			
5	0,294	Sukar	0,333	Sedang	0,505	Valid			
6	0,882	Sangat Mudah	0,222	Sedang	0,607	Valid			
7	0,235	Sukar	0,444	Tinggi	0,546	Valid			
8	0,882	Sangat Mudah	0,222	Sedang	0,550	Valid			
9	0,882	Sangat Mudah	0,222	Sedang	0,494	Valid			
10	0,235	Sukar	0,444	Tinggi	0,503	Valid			
11	0,882	Sangat Mudah	0,222	Sedang	0,607	Valid			
12	0,941	Sangat Mudah	0,111	Rendah	0,357	Tidak Valid			
13	0,765	Mudah	0,444	Tinggi	0,642	Valid			
14	0,882	Sangat Mudah	0,222	Sedang	0,607	Valid			
15	0,882	Sangat Mudah	0,222	Sedang	0,550	Valid			

Lampiran 9. Hasil Uji Coba Instrumen

Butir Soal	Tingkat Kesukaran Soal		Daya Pembeda Soal		Validitas Soal		Realibilitas Soal		
	Indeks	Kategori	Indeks	Kategori	Indeks	Kategori	Indeks	Kriteria	Kategori
16	0,294	Sukar	0,556	Tinggi	0,566	Valid	0,925	Reliabel	Sangat Tinggi
17	0,882	Sangat Mudah	0,222	Sedang	0,380	Tidak Valid			
18	0,824	Mudah	0,333	Sedang	0,638	Valid			
19	0,529	Sedang	0,556	Tinggi	0,595	Valid			
20	0,882	Sangat Mudah	0,222	Sedang	0,636	Valid			
21	0,882	Sangat Mudah	0,222	Sedang	0,038	Tidak Valid			
22	0,235	Sukar	0,444	Tinggi	0,590	Valid			
23	0,882	Sangat Mudah	0,222	Sedang	0,607	Valid			
24	0,765	Mudah	0,444	Tinggi	0,728	Valid			
25	0,706	Sedang	0,556	Tinggi	0,742	Valid			
26	0,882	Sangat Mudah	0,222	Sedang	0,550	Valid			
27	0,529	Sedang	0,778	Tinggi Sekali	0,687	Valid			
28	0,824	Mudah	0,333	Sedang	0,614	Valid			
29	0,235	Sukar	0,444	Tinggi	0,546	Valid			
30	0,824	Mudah	0,333	Sedang	0,614	Valid			

Lampiran 10. Hasil Penelitian

DAFTAR NILAI KELAS IA

NOMOR		NAMA SISWA	I/P	Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik																													
URUT	NISN/NIS			Butir Soal																													
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	Skor		
1	0152664356 /	ABRAHAM AL IKHSAN HADIPUTRA	L	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	24	
2	0152590233 /	ADITYA RIFQI HAMIZAN	L	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	25	
3	3154464002 /	ADZKHA KAMILA ULFATUNNISA	P	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	19	
4	0154193993 /	ALEENA NAIRA HANA PUTRI	P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26	
5	3164188153 /	ALFINA NUR PRATIWI	P	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	19	
6	0159995482 /	alkhalifi zikri Akins Farjana	L	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	24	
7	0165719383 /	ALMIRA DAMA NASYITHA	P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26	
8	0168684569 /	ANINDITA KEIZHA AZZAHRA	P	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	19	
9	3153699435 /	ASHALINA FALIHA	P	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	13
10	3156116128 /	ATHALA FAIZ ALFAREZQI	L	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	
11	0157397918 /	AZKA RAFF HARIH RUCHIYAT	L	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	
12	0159627788 /	AZKA RAHMAT PUTRANTO	L	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	22	
13	0157410796 /	BINTANG PUTRI ANANTA	P	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	
14	3152039531 /	ELMIRA IZWANENDRA	P	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	19	
15	3164039216 /	FADHIL SHAHEED HANAFA	L	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	9	
16	0168848412 /	GITA PUTRI WIJAYA	P	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	24
17	3157421985 /	MUHAMMAD MUHYIDIN ABDUL FA	L	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	24	
18	0155847761 /	NADHIF AYDIN AR RAFF	L	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	10	
19	0157272606 /	NADHIRA ADIBAH KHANSA	P	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	19	
20	0151112556 /	RADEN RORO AYUNDYA NAFISHA	P	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	
21	0156791767 /	RAFF AQIL PRADIPTA	L	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	22		
22	0166490885 /	RR AZUMI ADIAN AKMAL	P	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	18	
23	0154665330 /	VANIA MIKHAYLA SALSABILA	P	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	23	
24	3165048297 /	ZIANDRA KIENAN RAFFASYA	L	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	11	

Lampiran 10. Hasil Penelitian

DAFTAR NILAI KELAS IB

NOMOR		NAMA SISWA	L/P	Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik																													
URUT	NISN/NIS			Butir Soal																													
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	Skor		
1	0158867425 / 3	ABID AQILA PRANAJA	L	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	21
2	0155477970 / 3	Adara Syaquilla Athanaya	P	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	24		
3	0133161136 / 3	Adella Windi Ayu Revina	P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26		
4	0151230229 / 3	AIRLANGGA PUTRA PRADANA NU	L	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	14		
5	0155731950 / 3	Alfarisqi Sakha Hermawan	L	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	25		
6	0154875507 / 3	ALISHA KHAIRA SUFI	P	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	19		
7	0156191699 / 3	ALLEYA PUTRI NUGRAHA	P	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	11		
8	0151788041 / 3	AQILA ADZKIA AZZAHWA	P	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	23		
9	3152176335 / 3	Bening Afsheen Soswantoro	P	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	22		
10	0155739910 / 3	DILA ANDIS ANJANI	P	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	15		
11	0157646731 / 3	FAIREL LAUDZAI PRASETYO	L	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	13		
12	0149510110 / 3	GLOCYNDION RAHARJO	P	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	10		
13	3158444729 / 3	HAIKAL BAJA ALFURQAN	L	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	25		
14	0152635509 / 3	ILLA DAYU NURSITA	P	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	19		
15	0157064314 / 3	JAKA PERMANA	L	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	23	
16	0165961319 / 3	JAMEELA NUR HIDAYAH	P	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	10		
17	3151131059 / 3	Kyaniskha Safaluna Adhwa	P	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	19		
18	3156520177 / 3	MUHAMMAD FA'IQ AS'AD	L	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	8		
19	0159151976 / 3	NASYWA MAIDA CANDRAWATI	P	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	15		
20	3164882955 / 3	PANJI PAMUNGKAS Satrio Anggo	L	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	23		
21	0154587421 / 3	RAFA NAWFAL ALI	L	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	17		
22	0154729192 / 3	RAJENDRA RAZKA GADING AHSAN	L	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	24	
23	0162906150 / 3	Reynand Anugrah Adhyastha	L	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	7		
24	3157616703 / 3	SUKMA LARASATI YUSUF	P	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	13		

Lampiran 10. Hasil Penelitian

DAFTAR NILAI KELAS IC

NOMOR		NAMA SISWA	L/P	Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Atletik																													
URUT	NISN/NIS			Butir Soal																													
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	Skor		
1	0151144868 /	AARON AGHA MANGGALA	L	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	11	
2	0157044456 /	Abiyyu Mumtaz Adz-Zaki	L	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	19	
3	0154084711 /	ADIBA SHAKILA ZAHRA	P	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	23		
4	0169735380 /	ALESHA FARZANA ROMADHONA	P	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	13		
5	3165742635 /	Alodia Seravienna Nazailla Aurora	P	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	23	
6	3161991053 /	AQILA SALSABILA PUTRI WIDIYAN	P	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	19	
7	3164585541 /	ATHALLAH ACHSYA RAFISQI	L	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	7		
8	0151465183 /	AVICENNA ZHUFAIRA AZKIADEVL	P	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	10	
9	0158481127 /	AYUDISA AILANI INARA	P	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	19	
10	0155474712 /	DIARRA ARTHA LAQUANDIVYA	P	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	19	
11	3150062690 /	FABIANNURU BAYU WIRAHADIKA	L	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	24
12	0157132103 /	FARID ATHOILLAH	L	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	25	
13	0154132198 /	MUHAMMAD ADLI SAPUTRA	L	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	9		
14	0155914207 /	MUHAMMAD JALALUDDIN SIDIK	L	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	20	
15	0152536551 /	MUHAMMAD JAMALUDDIN SIDIK	L	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	11
16	0156599751 /	Nabawi Naufal Yogantara	L	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	24	
17	0156498634 /	Nafisa Adzkiya Putri	P	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	10	
18	0159032805 /	PUTRA ADHA AL ROFFI	L	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	8	
19	0158321892 /	RAISA HASNA SAFIRA	P	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	22	
20	0156906034 /	Ramadhanys Abqory Muaffa	L	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	16		
21	0151777697 /	Reta Adia Pramusita	P	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	15		
22	3169416215 /	Reva Alya Khoirunisa	P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	22		
23	0153050138 /	Syaqilla Najwan	P	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	23		
24	0153609880 /	Zidhan Faruq Al Hakim	L	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	10		

Lampiran 11. Statistik Data Penelitian

Frequencies

Notes

Output Created		01-APR-2023 21:47:43
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	72
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=nilai /STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE SUM /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00,00
	Elapsed Time	00:00:00,01

[DataSet0]

Statistics

nilai

N	Valid	72
	Missing	0
Mean		18.28
Median		19.00
Mode		19
Std. Deviation		5.793
Minimum		7
Maximum		26
Sum		1316

Lampiran 11. Statistik Data Penelitian

Nilai

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	7	2	2.8	2.8	2.8	
	8	2	2.8	2.8	5.6	
	9	2	2.8	2.8	8.3	
	10	6	8.3	8.3	16.7	
	11	4	5.6	5.6	22.2	
	13	4	5.6	5.6	27.8	
	14	1	1.4	1.4	29.2	
	15	3	4.2	4.2	33.3	
	16	1	1.4	1.4	34.7	
	17	1	1.4	1.4	36.1	
	18	1	1.4	1.4	37.5	
	19	12	16.7	16.7	54.2	
	20	1	1.4	1.4	55.6	
	21	1	1.4	1.4	56.9	
	22	5	6.9	6.9	63.9	
	23	11	15.3	15.3	79.2	
	24	8	11.1	11.1	90.3	
	25	4	5.6	5.6	95.8	
	26	3	4.2	4.2	100.0	
	Total		72	100.0	100.0	

Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian



Foto Bersama Guru PJOK dan Siswa SD Muhammadiyah Serut



Siswa Muhammadiyah Serut Mengisi Instrumen Penelitian

Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian



Uji Coba Instrumen



Uji Coba Instrumen