

**TINGKAT PEMAHAMAN PESERTA DIDIK KELAS V TENTANG GERAK  
LOKOMOTOR, NON LOKOMOTOR, DAN MANIPULATIF PADA  
GERAK DASAR PERMAINAN SEPAK BOLA DI SD NEGERI  
NGETAL KAPANEWON SEYEGAN**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**



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

Oleh:  
Alvis Zahar  
NIM 19604221060

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

**TINGKAT PEMAHAMAN PESERTA DIDIK KELAS V TENTANG GERAK  
LOKOMOTOR, NON LOKOMOTOR, DAN MANIPULATIF PADA  
GERAK DASAR PERMAINAN SEPAK BOLA DI SD NEGERI  
NGETAL KAPANEWON SEYEGAN**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**



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

Oleh:  
Alvis Zahar  
NIM 19604221060

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

LEMBAR PERSETUJUAN

TINGKAT PEMAHAMAN PESERTA DIDIK KELAS V TENTANG GERAK  
LOKOMOTOR, NON LOKOMOTOR, DAN MANIPULATIF PADA  
GERAK DASAR PERMAINAN SEPAK BOLA DI SD NEGERI  
NGETAL KAPANEWON SEYEGAN

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Alvis Zahar  
NIM 19604221060

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 21 Agustus 2023



Yogyakarta, 12 Agustus 2023

Koordinator Program Studi

Dosen Pembimbing

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

Dr. Nurhadi Santoso, S.Pd., M.Pd.  
NIP 197403172008121003

### SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Alvis Zahar  
NIM : 19604221060  
Prodi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Judul Skripsi : Tingkat Pemahaman Peserta Didik kelas V tentang gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagian acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 12 Agustus 2023

Yang Menyatakan,



Alvis Zahar  
NIM. 19604221060

LEMBAR PENGESAHAN

TINGKAT PEMAHAMAN PESERTA DIDIK KELAS V TENTANG GERAK  
LOKOMOTOR, NON LOKOMOTOR, DAN MANIPULATIF PADA  
GERAK DASAR PERMAINAN SEPAK BOLA DI SD NEGERI  
NGETAL KAPANEWON SEYEGAN

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Alvis Zahar  
NIM 19604221060

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir  
Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 30 Agustus 2023

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Nurhadi Santoso, S.Pd., M.Pd. (Ketua Tim Penguji)		12/9/2023
Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or. (Sekretaris Tim Penguji)		11/9/2023
Dr. Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or. (Penguji Utama)		11/9/2023

Yogyakarta, 14 September 2023  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,

  
Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.  
NIP.1964070719881210010

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Puja dan puji syukur atas kehadiran Allah SWT, karena selalu melimpahkan rahmat-Nya hingga Tugas Akhir Skripsi (TAS) ini dapat tersusun dengan baik. Tugas Akhir ini saya buat dan persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Iriyanta dan Ibu Ana Susanti yang senantiasa mendoakan, selalu memberikan semangat, memberi motivasi, dan mendukung semua kegiatan yang saya kerjakan. Semoga Bapak dan Ibu selalu diberikan umur panjang dan selalu dalam perlindungan Allah SWT.
2. Kakak saya Himawan Cahyadi, Irvan Susanto, Ceria Andespi dan Gesit Guntur Gumilang yang telah memberikan do'a, dukungan, dan semangat kepada saya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

## **KATA PENGANTAR**

Puji Syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya. Sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dengan judul “Tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan” ini bisa berjalan dengan lancar dan dapat terselesaikan sebagaimana mestinya.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Nurhadi Santoso, S.Pd., M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi. Dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini, penulis memperoleh dukungan dan nasehat yang baik secara moral maupun materil, bantuan dari berbagai pihak baik bimbingan maupun saran, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

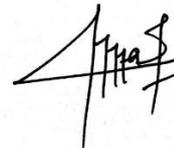
1. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., AIFO. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta Periode 2021 – 2025 yang telah memberikan bantuan dan fasilitas yang terbaik selama proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes., selaku Ketua Departemen Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar beserta dosen dan staf yang telah memberikan fasilitas selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.

4. Bapak Bakir, S.Pd.SD selaku kepala sekolah SD Negeri Ngemplaksari yang telah memberikan izin untuk dapat melakukan uji coba instrumen kepada siswa-siswinya di SD Negeri Ngemplaksari.
5. Bapak Rohmat Widada, S.Pd selaku kepala sekolah SD Negeri Ngetal yang memberikan izin untuk dapat melakukan penelitian kepada siswa-siswinya di SD Negeri Ngetal.
6. Semua teman kelas PJSD A angkatan 2019, teman-teman KKN dan sahabat saya Aripan, Fajri, Adit, Randi, Roberto, Nathan, Dadang, Rangga, Aldin, Wawa yang telah memberikan dukungan dan selalu menyisihkan waktunya untuk membantu satu sama lain dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi (TAS).
7. Semua pihak yang terlibat secara langsung ataupun tidak langsung yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih atas bantuan dan perhatiannya selama waktu penyusunan Tugas Akhir Skripsi.

Semoga semua bantuan yang sudah diberikan dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan selalu mendapat ridho dari Allah SWT. Harapan dengan adanya penelitian ini guna menjadi sumber informasi yang dapat memperluas dan mengembangkan wawasan bagi para pembacanya.

Yogyakarta, 12 Agustus 2023

Penulis,



Alvis Zahar  
NIM 19604221060

**TINGKAT PEMAHAMAN PESERTA DIDIK KELAS V TENTANG GERAK  
LOKOMOTOR, NON LOKOMOTOR, DAN MANIPULATIF PADA  
GERAK DASAR PERMAINAN SEPAK BOLA DI SD NEGERI  
NGETAL KAPANEWON SEYEGAN**

Alvis Zahar  
NIM 19604221060

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan.

Dalam penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei. Populasi yang digunakan ialah peserta didik kelas V (lima) yang bertempat di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan, yaitu sebanyak 30 peserta didik dan sekaligus subjek pada penelitian. Sampel yang diambil menggunakan teknik *total sampling* sedangkan instrumen yang akan dipakai berupa tes atau kuisioner lalu akan disebarakan oleh peneliti kepada responden.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulative yaitu kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 7% (2 peserta didik), “sedang” sebesar 53% (16 peserta didik), “tinggi” sebesar 37% (11 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 3% (1 peserta didik). Maka dari itu dapat disimpulkan bahwasannya tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan mayoritas kategori “sedang”.

**Kata Kunci** : Tingkat Pemahaman, Gerak Dasar, Sepak Bola

**LEVEL OF COMPREHENSION OF THE FIFTH GRADE STUDENTS ON THE  
LOCOMOTOR, NON-LOCOMOTOR, AND MANIPULATIVE MOTION IN  
THE FOOTBALL BASIC MOVES AT SD NEGERI NGETAL,  
SEYEGAN DISTRICT**

Alvis Zahar  
NIM 19604221060

**ABSTRACT**

*This research aims to determine the level of comprehension of the fifth grade students regarding locomotor, non-locomotor and manipulative motions in the football basic moves at SD Negeri Ngetal (Ngetal Elementary School), Seyegan District.*

*This research used the descriptive quantitative study with the survey methods. The research population was the fifth grade students of SD Negeri Ngetal, Seyegan District, for about 30 students and they were also the research subjects. The samples were taken by a total sampling technique, while the instruments used tests or questionnaires distributed by the researcher to respondents.*

*The results of this research indicate that the level of comprehension of the fifth grade students regarding locomotor, non-locomotor, and manipulative motion is as follows: in the "very low" level at 0% (0 student), in the "low" level at 7% (2 students), in the "medium" level at 53% (16 students), in the "high" level at 37% (11 students), and in the "very high" level at 3% (1 student). Therefore, it can be concluded that the level of comprehension of the fifth grade students regarding locomotor, non-locomotor, and manipulative motion in the football basic moves of SD Negeri Ngetal, Seyegan District is in the "medium" level.*

**Keywords:** *Level of Comprehension, Basic Moves, Football*

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA .....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK .....	ix
<i>ABSTRACT</i> .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II KAJIAN TEORI.....</b>	<b>8</b>
A. Kajian Teori .....	8
1. Hakikat Pemahaman.....	8
2. Pembelajaran PJOK.....	11
3. Gerak Lokomotor .....	23
4. Gerak Non Lokomotor Dalam Permainan Sepakbola.....	28
5. Gerak Manipulatif .....	31
6. Permainan Olahraga Sepak Bola.....	33
B. Penelitian Relevan .....	46
C. Kerangka Berfikir .....	47
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>50</b>
A. Jenis Penelitian.....	50
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	50
C. Populasi Penelitian.....	51
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	51
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	52

F.	Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	55
G.	Teknik Analisis Data.....	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....		60
A.	Hasil Penelitian .....	60
B.	Pembahasan.....	69
C.	Keterbatasan Penelitian.....	74
BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....		75
A.	Kesimpulan .....	75
B.	Implikasi .....	75
C.	Saran .....	76
DAFTAR PUSTAKA .....		77

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. KI/KD Penjas Kelas V Sekolah Dasar .....	22
Tabel 2. Kisi – Kisi Instrumen Penelitian .....	53
Tabel 3. Bobot Skor Jawaban Tes.....	54
Tabel 4. Reability Statistics.....	57
Tabel 5. Case Processing Summary .....	57
Tabel 6. Standar Kriteria Objek .....	59
Tabel 7. Deskriptif Statistik Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas V .....	60
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas V .....	61
Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Gerak Non-Lokomotor .....	63
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Faktor Gerak Non-Lokomotor.....	63
Tabel 11. Deskriptif Statistik Faktor Gerak Lokomotor .....	65
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Faktor Gerak Lokomotor .....	66
Tabel 13. Deskriptif Statistik Faktor Gerak Manipulatif .....	67
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Faktor Gerak Manipulatif .....	68

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Gerak Dasar Passing.....	38
Gambar 2. Gerak Dasar Melakukan Dribbling .....	41
Gambar 3. Gerak Dasar Shooting .....	42
Gambar 4. Menendang bola dengan kaki bagian dalam .....	43
Gambar 5. Menendang dengan kaki bagian luar.....	43
Gambar 6. Menendang dengan punggung kaki.....	44
Gambar 7. Menendang bola dengan punggung kaki bagian dalam .....	44
Gambar 8. Gerak Dasar Heading (Menyundul Bola).....	46
Gambar 9. Kerangka Berfikir.....	49
Gambar 10. Diagram distribusi frekuensi tingkat pemahaman.....	61
Gambar 11. Diagram Distribusi frekuensi Faktor Gerak Non-Lokomotor.....	64
Gambar 12. Diagram Distribusi Frekuensi Faktor Gerak Lokomotor .....	66
Gambar 13. Diagram Distribusi Frekuensi Faktor Gerak Manipulatif .....	68

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. SK Pembimbing Tugas Akhir Skripsi .....	83
Lampiran 2. Surat Izin Uji Coba Instrumen .....	84
Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Menyelesaikan Uji Instrumen.....	85
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian.....	86
Lampiran 5. Surat Keterangan Telah Menyelesaikan Penelitian .....	87
Lampiran 6. Surat Permohonan Validasi Instrumen Penelitian .....	88
Lampiran 7. Surat Pernyataan Validasi Instrumen Penelitian .....	89
Lampiran 8. Hasil Uji Vaidasi .....	90
Lampiran 9. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi .....	91
Lampiran 10. Angket Instrumen Penelitian .....	92
Lampiran 11. Hasil Data Penelitian Tingkat Pemahaman .....	95
Lampiran 12. Hasil Olah Data Penelitian .....	97
Lampiran 13. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.....	100
Lampiran 14. Dokumentasi.....	100

## **BAB I PENDAHULUAN**

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

Pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan oleh individu untuk mengembangkan kemampuan dan potensi yang diperoleh dari dalam maupun luar sekolah. Nawafil (2018, p. 5) menyatakan jika pendidikan dapat menjadi sarana dan pedoman bagi kehidupan bermasyarakat. Manusia sebagai individu terdiri dari kesatuan jasmani dan rohani. Kedua unsur tersebut sama pentingnya dan tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Oleh sebab itu, keduanya harus senantiasa dibina, disempurnakan, dan dipelihara sebaik-baiknya agar dapat menjadi individu yang berguna bagi masyarakat. Pendidikan diperlukan untuk mewujudkan individu yang bermutu dan berguna. Tidak heran jika pendidikan merupakan aset yang sangat berharga.

Berbagai bidang pendidikan dapat mewujudkan individu yang berkualitas contohnya yaitu Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) yang dibutuhkan dalam menunjang pertumbuhan seseorang. PJOK merupakan pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang diatur dengan kurikulum untuk menjaga kebugaran jasmani peserta didik. Menurut Komarudin (2016, p. 73) PJOK merupakan proses interaksi peserta didik dan lingkungan melalui pendidikan jasmani untuk membentuk manusia seutuhnya, yaitu untuk mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Peserta didik dapat menyalurkan hasrat dan keinginan untuk bergerak melalui PJOK. Selain itu, PJOK juga memberikan kesempatan kepada peserta

didik untuk terlibat secara langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani. Rahayu (2013, p. 3) mengemukakan bahwa Pendidikan jasmani adalah fase dari program, pendidikan keseluruhan yang memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh tiap siswa. Aktivitas fisik dapat dikaitkan dengan kegiatan siswa untuk meningkatkan kesegaran jasmani, keterampilan gerak, serta aspek-aspek fungsional yang meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotor. PJOK merupakan pembelajaran yang diajarkan diberbagai tingkatan sekolah salah satunya yaitu di Sekolah Dasar (SD).

Pembelajaran PJOK di SD dapat merangsang peserta didik dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Pembelajaran PJOK di SD meliputi materi tentang gerak dasar lokomotor non-lokomotor manipulatif, permainan bola kecil dan bola besar, atletik, bela diri, pengembangan kebugaran jasmani, senam, gerak berirama, aktivitas air dan keselamatan air, kesehatan. Salah satu aktivitas fisik dalam program pendidikan jasmani yang cukup dikenal yaitu aktivitas permainan. Salah satu cabang olahraga yang terdapat di dalam kurikulum pembelajaran PJOK dan diajarkan di SD adalah permainan bola besar, seperti sepak bola, voli, basket, dan permainan lainnya.

Aktivitas jasmani dikatakan sebagai bentuk rangsangan untuk menampilkan potensi yang dimiliki peserta didik. Seorang guru PJOK mempunyai peran penting untuk menciptakan aktivitas pembelajaran yang merangsang pertumbuhan gerak dasar anak. Guru PJOK harus mendorong

siswa untuk aktif bergerak agar tujuan pembelajaran gerak dapat tercapai. Guru PJOK harus dapat memilih metode yang tepat dalam pembelajaran. Walaupun tidak dapat dipungkiri jika belum semua guru dapat memilih metode yang dinilai tepat untuk pembelajaran jasmani bagi anak SD. Guru dapat membantu peserta didik untuk menjalankan aktivitas jasmani pada pembelajaran olahraga. Memanfaatkan permainan bola besar seperti sepak bola dapat mempermudah peserta didik mengerti berbagai gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.

Pemilihan permainan sepak bola sebagai media materi karena cabang olahraga permainan tersebut ada pada kurikulum PJOK kelas V SD dengan Kompetensi Inti (KI) nomor 3 yang menyatakan memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya, dan mencoba. Kegiatan tersebut berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan, benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah, dan tempat bermain. Selain itu, dijelaskan kembali pada Kompetensi Dasar (KD) 3.1 tentang pemahaman kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam

Sepak bola dapat menjadi media agar peserta didik lebih memahami tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Permainan olahraga sepakbola dipilih karena banyak digemari anak usia SD kelas V. Permainan sepak bola dimainkan oleh dua tim setiap timnya berjumlah 11 orang pemain, masing-masing tim berupaya untuk mencetak gol ke gawang

lawan dan mempertahankan supaya tidak kemasukan dan setiap tim memiliki kiper yang bertugas menjaga gawang.

Peserta didik dalam pembelajaran PJOK SD kelas V kurang memahami gerakan seperti lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Gerak lokomotor yang dilakukan dalam permainan sepak bola yaitu seperti berjalan, berlari, dan melompat. Antoni (2019, p. 21) menjelaskan “gerak lokomotor diartikan sebagai gerak perpindahan tempat seperti lari, lompat, dan gerak lain”. Arif (2017, p. 23) berpendapat “gerak non lokomotor adalah gerakan yang dilakukan di tempat tanpa ada ruang gerak seperti menekuk dan meregang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, dan gerakan lain”. Nabilah (2022, p. 501) mengungkapkan “jika gerak manipulatif merupakan gerak berkembang yang dilakukan pada tangan dan kaki, seperti mendorong, menendang, dan menggiring bola”.

Materi pembelajaran PJOK disampaikan kepada peserta didik untuk meningkatkan pemahaman. Namun, tidak selalu mudah memberikan materi kepada peserta didik. Sering ditemukan permasalahan pada proses pembelajaran PJOK seperti yang ada pada kelas V di SD Negeri Ngetal. Hal tersebut disebabkan berbagai faktor salah satunya kurangnya pemahaman siswa terkait materi yang diajarkan. Hal ini ditandai dengan peserta didik tidak berjalan sesuai instruksi guru karena kurang memahami materi. Kurangnya minat dan keaktifan peserta didik saat pembelajaran. Adapun beberapa peserta didik kurang tertarik untuk mempelajari materi yang diberikan oleh guru. Kenyataan tersebut sesuai dengan pernyataan menurut

Imansyah, dalam (Miranda, 2023, p. 24) minat belajar dan keaktifan peserta didik itu sendiri juga bisa merupakan masalah keadaan psikologis yang dapat mempengaruhi hasil belajar di sekolah. Hal ini, juga ditunjang oleh karakteristik peserta didik yang berbeda beda dalam memahami materi. Sudijono dalam (Kakung, 2021, p. 22) mengatakan bahwa pemahaman masuk ke kognitif yang dimulai dari rangsangan alat indra lalu terjadi pengorganisasian pengetahuan sehingga menjadi sesuatu logis untuk dimengerti. Hal tersebut terbukti dengan sebagian besar peserta didik SD Negeri Ngetal kelas V cenderung belum memahami terkait dengan gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola.

Masalah pada penelitian ini diangkat karena banyak peserta didik SD Negeri Ngetal kelas V yang kurang mengerti tentang materi gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif saat pembelajaran PJOK. Permasalahan ini merupakan tantangan terutama bagi guru untuk memberi pemahaman untuk peserta didik. Peran guru dalam hal ini sangat berpengaruh bagi pemahaman peserta didik terkait gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Hal tersebut yang mendorong adanya penelitian ini. Harapannya peserta didik mempunyai pemahaman tentang berbagai gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk pengetahuan. Penelitian dengan judul *“Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas V Tentang Gerak Locomotor, Non lokomotor, dan Manipulatif pada Gerak Dasar Permainan Sepak bola di SD*

*Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan*” ini dapat mengukur tingkat pemahaman peserta didik tentang materi PJOK SD.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Perbedaan karakteristik peserta didik dalam memahami materi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada permainan sepak bola.
2. Metode pembelajaran yang digunakan guru tidak sesuai.
3. Belum diketahui tingkat pemahaman peserta didik kelas V SD Negeri Ngetal tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada permainan sepak bola.

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, peneliti membatasi masalah dengan tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah di atas dapat dibuat rumusan masalah untuk penelitian ini yaitu “Seberapa tinggi tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan?”

## **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan.

## **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini, sebagai berikut:

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan keilmuan mengenai Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK).

### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Lembaga, diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai tingkat pemahaman guru pendidikan jasmani sekolah dasar negeri serta peserta didik terhadap proses pembelajaran.
- b. Bagi Guru PJOK, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk mengetahui kekurangan dalam pelaksanaan kegiatan pembelajarannya dan dapat meningkatkan pemahaman mengenai pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK).
- c. Bagi Peneliti, diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan tentang kemampuan guru penjas sekolah dasar dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SD Negeri Ngetal, sehingga dapat menjadi acuan atau dasar penelitian selanjutnya.

## **BAB II KAJIAN TEORI**

### **A. Kajian Teori**

#### **1. Hakikat Pemahaman**

##### **a. Definisi Pemahaman**

Pemahaman merupakan hasil dari proses pembelajaran. Widoyoko (2014: 31) menyatakan bahwa “pemahaman merupakan proses mengkonstruksi makna dari pesan-pesan pembelajaran, baik yang bersifat lisan, tulisan, atau grafik yang telah disampaikan melalui pengajaran, buku, dan sumber-sumber belajar lainnya”. Latifah (2017, p. 9) menyatakan bahwa “pemahaman adalah kemampuan seseorang dalam mengartikan, menafsirkan menerjemahkan atau menyatakan sesuatu dengan caranya sendiri tentang pengetahuan yang yang pernah diterimanya”. Kemampuan di tingkat pemahaman melalui kemampuan mengklasifikasi, menggambarkan, mendiskusikan, menjelaskan, mengungkapkan, mendefinisikan, menunjukkan, mengalokasikan, melaporkan, mengakui, mengkaji ulang melilih menyatakan, dan menerjemahkan. Sudaryono (2012, p. 44) menyatakan bahwa “pemahaman (comprehension) adalah kemampuan seseorang untuk mengerti dan memahami sesuatu setelah sesuatu itu diketahui atau diingat, yang mencakup kemampuan untuk menangkap makna dari arti dan bahan yang telah dipelajari, yang dinyatakan dengan menguraikan isi pokok dari suatu bacaan, atau mengubah data yang disajikan dalam bentuk tertentu ke bentuk yang lain”.

Beberapa pendapat ini dapat disimpulkan bahwa pemahaman merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam menerima informasi atau suatu hal dan dirinya dapat menerangkan/mendefinisikan kembali tanpa mengubah suatu konsep dari informasi atau hal tersebut, dengan kata atau kalimat yang tentunya berbeda akan tetapi tetap bermakna sama. Seseorang mampu memahami setelah sesuatu itu diketahui dan diingat melalui penjelasan isi pokok sesuai makna yang telah dijelaskan. Lebih baik lagi apabila dapat memberikan contoh atau mensinergikan apa yang telah dipelajari dengan permasalahan-permasalahan yang ada di sekitarnya.

**b. Tingkat Pemahaman**

Pemahaman merupakan kemampuan yang harus dikuasai oleh peserta didik dan menunjang dalam menyelesaikan masalah. Mengingat di dalam kegiatan pembelajaran, peserta didik mempunyai pemahaman daya serap yang berbeda-beda dan dengan pemahaman inilah menjadikan suatu patokan kompetensi yang wajib dicapai oleh peserta didik dalam proses belajar. Namun perlu diketahui bahwa terdapat peserta didik yang cepat memahami materi secara menyeluruh dan ada pula peserta didik yang lambat ketika menangkap materi hingga tidak dapat mengambil makna dari apa yang telah dipelajari oleh peserta didik tersebut. Menurut Purwanto (2013, p. 44) menyatakan “jika pemahaman dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu terjemahan, komprehensi penafsiran, dan komprehensi ekstrapolasi”. Terjemahan yaitu dapat menjelaskan fungsi

suatu hal. Komprehensi penafsiran yaitu dapat menghubungkan beberapa bagian dengan kejadian, baik yang sudah terjadi atau yang akan terjadi. Sedangkan penafsiran ekstrapolasi yaitu diharapkan dapat memperluas persepsi, maksudnya seseorang diharapkan mengerti. Seseorang dituntut mempunyai tingkat pemahaman yang baik agar dapat menerima informasi yang diberikan dengan tepat.

Menurut Daryanto (2016, p. 106) menyatakan bahwa, kemampuan pemahaman berdasarkan tingkat kepekaan dan penyerapan materi dapat dibagi dalam tiga tingkatan, yaitu:

1. Menerjemahkan (*translation*) Makna pemahaman pada tingkat penerjemahan tidak hanya transfer makna dari satu bahasa ke bahasa lain, tetapi juga makna konsep abstrak menjadi model simbolik untuk memfasilitasi pembelajaran peserta didik.
2. Menafsirkan (*interpretation*) Tingkat menafsirkan memiliki makna yang lebih luas daripada menerjemahkan. Menafsirkan merupakan kemampuan untuk mencerna dan memahami suatu informasi yang didapatkan. Menafsirkan didapatkan dengan menghubungkan pengalaman pengetahuan yang telah dimilikinya dengan pengetahuan yang baru didapatkannya saat ini. Pada tingkat menafsirkan peserta didik memiliki kemampuan untuk menghubungkan antara grafik dengan kondisi yang dijabarkan, serta membedakan antara yang pokok dan tidak pokok dalam pembahasan.

3. Mengekstrapolasi (*extrapolation*) Ekstrapolasi merupakan tingkat pemahaman yang tingkatannya lebih tinggi dari menerjemahkan dan menafsirkan, karena pada tingkat mengekstrapolasi mengharuskan peserta didik memiliki kesanggupan intelektual yang lebih tinggi sehingga peserta didik pada tingkat atau tahap ini dituntut untuk bisa melihat sesuatu dibalik sebuah tulisan dengan efektif dan efisien.

Beberapa pernyataan dan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman peserta didik merupakan hal yang penting diketahui oleh peserta didik maupun seorang guru guna memaksimalkan perkembangan dalam pencapaian hasil belajar dengan mengevaluasi setiap kekurangan dari setiap karakteristik dari peserta didik. Tingkat pemahaman juga penting diketahui oleh peserta didik dengan harapan peserta didik nantinya mampu memiliki pemahaman yang lebih luas mengenai arti atau konsep, situasi serta fakta yang diketahuinya dan dapat diterapkan dalam menunjang ranah psikomotoriknya baik digunakan di dalam proses pembelajaran maupun di luar pembelajaran.

## 2. Pembelajaran PJOK

### a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran dapat diartikan sebagai penyampaian materi dari pengajar atau tenaga pendidik kepada peserta didik. Pembelajaran pada hakikatnya adalah proses sebab akibat. Guru sebagai pengajar merupakan penyebab utama terjadinya proses pembelajaran peserta didik. Meskipun tidak semua kegiatan belajar peserta didik merupakan akibat guru yang mengajar. Oleh sebab itu, guru sebagai figur sentral,

harus mampu menetapkan strategi pembelajaran yang tepat sehingga dapat mendorong terjadinya perbuatan belajar peserta didik yang aktif, produktif, dan efisien. Menurut (Priastuti, 2015, p. 138) pembelajaran adalah pemberdayaan potensi peserta didik menjadi kompetensi. Kegiatan pemberdayaan ini tidak dapat berhasil tanpa ada orang yang membantu.

Menurut (Nurdyansyah & Fahyuni, 2016, p. 2) pembelajaran dari sudut pandang teori interaksional didefinisikan sebagai proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Berdasarkan konsep ini, pembelajaran dipandang memiliki kualitas baik jika interaksi yang terjadi bersifat multi arah, yakni guru-peserta didik, peserta didik-guru, peserta didik-peserta didik, peserta didik-sumber belajar, dan peserta didik-lingkungan belajar. Menurut (Festiawan & Arovah, 2020, p. 188) pembelajaran merupakan kegiatan belajar mengajar sehingga proses pembelajaran sangat saling membutuhkan, guru membutuhkan peserta didik dan peserta didik membutuhkan peran guru, namun seharusnya bantuan guru harus semakin dikurangi karena tujuannya adalah meningkatkan keaktifan peserta didik bukan guru yang menjadi semakin aktif, dengan hal ini seharusnya pembelajaran yang tadinya satu arah (guru-peserta didik) menjadi dua arah (guru-peserta didik dan peserta didik-guru).

Dalam pembelajaran, terdapat tiga konsep pengertian. Sugiharto dalam (Fajri & Prasetyo, 2015, p. 90) konsep-konsep tersebut yaitu:

- 1) Pembelajaran dalam pengertian kuantitatif  
Secara kuantitatif pembelajaran berarti penularan pengetahuan dari guru ke pada peserta didik. Dalam hal ini, guru dituntut untuk menguasai pengetahuan yang dimiliki, sehingga dapat menyampaikan ke pada peserta didik dengan sebaik-baiknya.
- 2) Pembelajaran dalam pengertian institusional  
Secara institusional, pembelajaran berarti penataan segala kemampuan mengajar, sehingga dapat berjalan efisien. Dalam pengertian ini guru dituntut untuk selalu siap mengadaptasikan berbagai teknik mengajar untuk bermacam-macam peserta didik yang memiliki berbagai perbedaan individu.
- 3) Pembelajaran dalam pengertian kualitatif  
Secara kualitatif pembelajaran berarti upaya guru untuk memudahkan kegiatan belajar peserta didik. Dalam pengertian ini peran guru dalam pembelajaran tidak sekedar menjejalkan pengetahuan ke pada peserta didik, tetapi juga melibatkan peserta didik dalam aktivitas belajar yang efektif dan efisien.

Pembelajaran merupakan bantuan yang di berikan pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Proses pembelajaran dialami sepanjang hayat seorang manusia serta dapat berlaku dimanapun dan kapanpun.

Berdasarkan pernyataan diatas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi atau timbal balik antara guru dan peserta didik dalam situasi pendidikan yang terdiri dari komponen tujuan yang ingin dicapai, sedangkan perubahan perilaku sebagai perubahan hasil pembelajaran adalah perilaku secara keseluruhan, jadi bukan hanya salah satu aja. Pembelajaran adalah usaha sadar dari guru untuk membuat peserta didik belajar, yaitu terjadinya perubahan itu dengan didapatkannya kemampuan baru yang berlaku dalam waktu yang relative lama dan karena adanya usaha.

## **b. Pembelajaran PJOK**

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang ada dalam kurikulum SD, terutama Kurikulum Merdeka. Pembelajaran PJOK membawa manfaat positif bagi peserta didik. Pembelajaran PJOK dapat melatih berbagai keterampilan, seperti motorik, afektif, dan psikomotor. Ketiga keterampilan tersebut dapat dikombinasi menjadi komponen yang dibutuhkan dalam membentuk kecerdasan anak. PJOK dapat dikatakan proses aktivitas jasmani yang dirancang sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Menurut (Rithaudin & Sari, 2019, p. 34) hakikat Pendidikan Jasmani memiliki dua asumsi yaitu Pendidikan melalui jasmani dan Pendidikan untuk jasmani. Berdasarkan pada asumsi pertama dapat dijelaskan bahwa pendidikan jasmani merupakan sebuah proses Pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani yang sengaja dipilih untuk mencapai tujuan Pendidikan. Sedangkan asumsi yang kedua Pendidikan jasmani diasumsikan sebagai sebuah media yang dapat dimanfaatkan untuk kebutuhan peningkatan kemampuan jasmani.

Widiastuti (2019, p. 141) menyatakan “Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses Pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistic dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional”. Pendidikan jasmani memiliki tujuan yang bersifat menyeluruh yang mencakup aspek fisik, kognitif, afektif, emosional, sosial dan moral. Pendidikan jasmani, olahraga, dan

Kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah dasar, sekolah menengah pertama, dan sekolah menengah atas untuk meningkatkan sumber daya manusia khususnya di bidang jasmani, untuk meningkatkan kehidupan yang sehat jasmani dan rohani, menuju Kesehatan seutuhnya dalam kehidupan sehari-hari. Arifin (2017, p. 18) menyatakan “bahwa Pendidikan jasmani adalah proses pembentukan seorang sebagai individu atau sebagai anggota masyarakat, yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani guna meningkatkan pertumbuhan jasmani Kesehatan dan kebugaran jasmani, keterampilan dan kemampuan, kecerdasan, perkembangan yang serasi yang berkaitan dengan mutu Pendidikan masyarakat Indonesia berdasarkan Pancasila”.

Menurut (Utami & Purnomo, 2019, p. 11) PJOK merupakan mata pelajaran yang penting, karena membantu mengembangkan peserta didik sebagai individu dan makhluk sosial agar tumbuh dan berkembang secara wajar. Hal ini dikarenakan pelaksanaannya mengutamakan aktivitas jasmani khususnya olahraga dan kebiasaan hidup sehat. Dengan adanya PJOK, maka potensi diri dari seseorang akan dapat berkembang. Paturusi (2012, p. 4) menyatakan “Pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan mendidik anak dengan proses Pendidikan melalui aktivitas Pendidikan jasmani dan olahraga untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan Pendidikan nasional”.

Pendapat dari Wibowo (2014, p. 42) “PJOK diajarkan mulai dari Sekolah Dasar (SD) sampau dengan Sekolah Menengah Atas (SMA), PJOK dapat dipahami sebagai Pendidikan melalui aktivitas jasmani, namun pada kenyataannya Pendidikan jasmani lebih banyak disampaikan dengan bentuk olahraga kecabangan”. PJOK yang selama ini diterapkan di sekolah rata-rata menggunakan pendekatan teknik, sehingga keterampilan dasar menjadi salah satu tujuan utamanya. Pendekatan pembelajaran PJOK yang berorientasi teknik ini berharap dengan penguasaan teknik cabang olahraga maka mereka akan mampu bermain olahraga tersebut.

Pendapat dari Mulyana (2013, p. 24) menilai jika “PJOK merupakan hasil kontribusi peserta didik dari aspek kognitif, afektif, dan psikomotor”. PJOK juga memberikan manfaat dari aspek-aspek tersebut. Aspek kognitif bermanfaat karena membantu pembentukan dan pengembangan pengetahuan. Aspek afektif bermanfaat karena membantu pembentukan dan pengembangan emosi. Aspek psikomotor bermanfaat karena membantu pembentukan keterampilan yang kompleks. Ketiga aspek tersebut dalam PJOK mempunyai manfaatnya masing-masing bagi peserta didik. Kemendikbud (2014, p. 9) menjelaskan bahwa “Pendidikan Jasmani mengandung makna Pendidikan menggunakan aktivitas jasmani untuk menghasilkan peningkatan secara menyeluruh terhadap kualitas fisik, mental, dan emosional peserta didik.”

PJOK merupakan mata pelajaran yang melibatkan aktivitas fisik dan pembiasaan pola hidup sehat, sehingga dapat merangsang pertumbuhan jasmani, Kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan serta perkembangan individu yang seimbang. Pendapat dari (Supriatna & Wahyupurnomo, 2015, p. 66) “Pendidikan jasmani merupakan proses Pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional”.

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses Pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memerlukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Utama (2011, p. 3) menyebutkan bahwa “bedasarkan pemahaman mengenai hakikat Pendidikan jasmani maka tujuan Pendidikan jasmani sama dengan tujuan pendidikan pada umumnya, karena Pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari Pendidikan pada umumnya melalui aktivitas jasmani”. Salah satu tujuan Pendidikan jasmani yaitu melalui aktivitas jasmani diupayakan untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, psikomotor dan sosial.

Berdasarkan pendapat para ahli yang telah dijelaskan, maka PJOK merupakan pembelajaran jasmani yang sangat bermanfaat bagi peserta didik terlebih untuk kesehatan jasmani. PJOK juga merupakan proses aktivitas jasmani yang dirancang sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Intinya, PJOK merupakan bagian pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani untuk menciptakan kebugaran, emosi, mental, dan kesehatan bagi peserta didik.

**c. Pembelajaran PJOK di SD**

Pembelajaran PJOK di SD memiliki tujuan yaitu membentuk siswa yang sehat dan mengembangkan potensi dirinya dan juga membentuk sikap moral. Dengan adanya mata pelajaran PJOK di Sekolah Dasar diharapkan para siswa bisa mengelola dirinya menjadi manusia yang sehat dan memelihara kebugaran jasmaninya dengan aktifitas-aktifitas dalam pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan Kesehatan. Berikut ini beberapa tujuan pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan Kesehatan menurut Kristiyandaru (melalui Junaedi, A, 2015, p. 836), sebagai berikut :

- 1) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui hubungan timbal balik antara nilai dan Pendidikan jasmani.
- 2) Menumbuhkan karakter individu agar dapat menjadi pribadi yang memiliki sikap kepribadian yang baik.
- 3) Dapat meningkatkan kemampuan intelektual melalui proses pembelajaran.
- 4) Dengan adanya aktivitas Pendidikan jasmani dapat menumbuhkan sikap percaya diri, memiliki rasa kepedulian terhadap sesama dan tidak menang sendiri.

- 5) Melalui Pendidikan jasmani dapat meningkatkan keterampilan gerak dengan jenis-jenis materi pembelajaran yang terdapat dalam Pendidikan jasmani.
- 6) Dapat menumbuhkan sikap mencintai diri sendiri dengan menjaga dan merawat Kesehatan dalam diri melalui aktivitas kebugaran jasmani.
- 7) Dengan adanya Pendidikan jasmani dapat meningkatkan kualitas dalam melindungi diri sendiri beserta orang lain.
- 8) Dengan adanya Pendidikan jasmani dapat menanamkan dalam diri bahwa kebugaran dan Kesehatan terhadap diri sendiri itu sangat penting.
- 9) Dapat menciptakan ide-ide yang baru dalam keseharian sehingga tidak ada waktu yang terbuang sia-sia dan dapat digunakan untuk pendidikan jasmani.

Ruang lingkup dari Pendidikan jasmani, olahraga dan Kesehatan merupakan isi dari sebuah pembelajaran yang berkaitan dengan kegiatan jasman. Berikut ini beberapa unsur yang terdapat dalam ruang lingkup Pendidikan jasmani di SD yang di kemukakan oleh Rahayu (melalui Junaedi, A, 2015, p. 836) :

- 1) Permainan dan olahraga.

Ruang lingkup permainan dan olahraga berhubungan dengan berbagai hal yang dimulai dari berbagai maca, jenis olahraga tradisional yang meliputi eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor dan manipulative, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola dan lain sebagainya.

- 2) Aktivitas Pengembangan.

Ruang lingkup mengenai aktivitas pengembangan yaitu dimana kegiatan pembelajaran penjad memiliki tujuan agar senantiasa mengarahkan seseorang menjadi lebih berani untuk mengeksplorasi

banyak hal, meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani dan bentuk postue tubuh serta aktivitas lainnya.

3) Aktivitas senam.

Aktivitas senam merupakan hal yang sudah tidak asing lai, karena hal hal menyangkut dengan senam pastinya banyak kita jumpai di lingkungan Sekolah Dasar, akan tetapi senam merupakan hal terpenting yang terkandung dalam ruang lingkup penjas SD dan dikaji secara mendalam, meliputi ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat dan senam lantai.

4) Aktivitas ritmik.

Aktivitas ritmik dalam Pendidikan jasmani di rencanakan secara sistematis agar mencapai tujuan dalam pengembangan sekaligus peningkatan ilmu dalam diri individu mengenai ilmu kognitif dan emosional. Ruang lingkup dalam aktivitas ritmik ini adalah kegiatan dalam Pendidikan jasmani yang meliputi banyak hal: mulai dari gerak bebas, SKJ, Senam aerobic serta aktivitas lainnya.

5) Aktivitas air.

Aktivitas ini merupakan sebuah kegiatan jasmani yang memanfaatkan air (kolam renang) agar melakukan berbagai aktivitas jasmani yang berhubungan dengan air.

6) Pendidikan luar kelas.

Pendidikan diluar kelas merupakan salah satu dari ruang lingkup Pendidikan jasmani dengan tujuan agar membuat kesenangan dan

mencoba melakukan hal hal baru, meliputi pengenalan lingkungan, piknik/karya wisata, berkemah, menjelajah dan mendaki gunung.

#### 7) Kesehatan

Dalam ruang lingkup ini mengenai Kesehatan ada beberapa hal yang dipelajari mulai dari penanaman budaya hidup sehat, mengajarkan individu agar dapat belajar merawat Kesehatan tubuh mereka, Kesehatan lingkungan mereka dan juga memilih dan mengonsumsi makanan yang bergizi yang terhindar dari ancaman penyakit.

Ruang lingkup yaitu suatu cakupan atau Batasan yang sudah ditetapkan, sehingga dalam suatu pembelajaran Pendidikan jasmani guru tidak memikirkan apa yang akan berhubungan dengan Pendidikan jasmani karena sudah ada ruang lingkup tersebut. Jika dilihat dari ruang lingkup Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan ada begitu banyak materi yang mendukung Pendidikan jasmani dalam artian Pendidikan jasmani bukan hanya dalam suatu aspek pembelajaran mengenai fisik saja tetapi mengenai emosional, Kesehatan, rekreasi dan spiritual.

Materi pembelajaran merupakan sekumpulan bahan ajar yang disiapkan oleh guru secara sistematis untuk melakukan pembelajaran baik untuk satu pertemuan maupun lebih guna memenuhi standar kompetensi yang ditetapkan. Guru PJOK di SD mempersiapkan materi pembelajaran berdasarkan bahan-bahan ajar yang telah disusun oleh guru PJOK maupun dari pihak sekolah. Bahan ajar yang telah disiapkan

bedasarkan KI (Kompetensi Inti) dan KD (Kompetensi Dasar) serta Referensi dari perangkat pembelajaran seperti kriteria ketuntasan minimal, program tahunan, program semester, silabus dan rencana pelaksanaan pembelajaran sehingga materi pembelajaran yang nanti di ajarkan kepada siswa dapat menjadikan suatu ilmu pengetahuan yang berguna bagi diri siswa, lingkungan, bangsa dan negara. Untuk rencana pelaksanaan pembelajaran ada pada lampiran 13. Berikut KI/KD Materi Pembelajaran siswa kelas V yang sesuai dengan Kurikulum yang di tetapkan dengan Surat Keputusan Kepala Badan Penelitian dan Pengembangan dan Perbukuan Nomor 018/ H/ KR/ 2020.

**Tabel 1.** KI/KD Penjas Kelas V Sekolah Dasar

KOMPETENSI INTI 3 (KI) PENGETAHUAN	KOMPETENSI INTI 4 (KI) KETERAMPILAN
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan di tempat bermain.	4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.
KOMPETENSI DASAR	
3.1 Memahami kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar/bola kecil sederhana dan atau tradisional*	4.1 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar/bola kecil sederhana dan atau tradisional*

Bedasarkan pemaparan materi pembelajaran diatas maka peneliti mengkaji bahwa suatu materi pembelajaran dapat diartikan sebagai suatu pegangan yang harus dikuasai dan dimiliki oleh seorang tenaga pendidik (guru) pada saat akan melaksanakan proses belajar mengajar, bahwasanya materi pembelajaran merupakan ujung tombak guna menciptakan peserta didik yang berintelektual, sosial dan berakhlak mulia. Dilihat dari kegunaan materi pembelajaran yang sangat diperlukan maka seorang guru dituntut dalam menyiapkan materi pembelajaran secara terperinci sehingga materi pembelajaran yang diajarkan pada peserta didik dapat menjadi suatu ilmu pengetahuan yang berguna.

## **5. Gerak Lokomotor**

### **a. Pengertian Gerak Lokomotor**

Gerak lokomotor yaitu melakukan bermacam-macam keterampilan lokomotor secara otomatis dan tanpa pikiran yang disengaja, serta menggunakan keterampilan dengan memanipulasi gerakan yang sesuai waktu, ruang, kekuatan, dan aliran. Keterampilan lokomotor merupakan gerakan yang sangat penting bagi transportasi manusia. Keterampilan ini diidentifikasi sebagai keterampilan yang menggerakkan individu dalam satu ruang atau tempat ke ruang ataupun tempat yang lainnya. Menurut Sugito (2015, p.62) gerak lokomotor adalah gerak memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain. Macam-

macam gerak lokomotor yaitu: lari, lompat, loncat, jingkat, menderep, sliding, skiping, rolling dan memanjat.

Gerak lokomotor merupakan kebalikan dari gerak non-lokomotor yaitu gerak yang kita bisa amati dengan apabila suatu gerakan yang ditandai dengan adanya perpindahan tempat, seperti jalan, lari, melompat, dan mengguling. Gerak lokomotor atau sering disebut juga traveling, diartikan sebagai gerak berpindah tempat, seperti jalan, lari, dan lompat. Gerakan ini biasanya membuat anak merasa senang melakukannya. Menurut Vanagosi (2016, p. 75) gerak lokomotor ini bisa di modifikasi menjadi permainan anak sehingga tanpa di sadari siswa sedang melakukan gerakan lokomotor seperti jalan, lari dan mengguling.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa gerak lokomotor adalah aktivitas pokok perpindahan posisi seseorang untuk beralih dari satu tempat ke tempat lain seperti jalan, lari, dan loncat. Gerak lokomotor bagi anak akan membantu anak untuk menjelajah lingkungannya secara optimal. Keterampilan lokomotor merupakan gerakan yang sangat penting bagi transportasi manusia. Keterampilan ini diidentifikasi sebagai keterampilan yang menggerakkan individu dalam satu ruang atau tempat ke ruang ataupun tempat yang lainnya. Perkembangan keterampilan lokomotor umumnya sebagai hasil dari tingkat kematangan tertentu.

## **b. Macam Gerak Lokomotor Dalam Permainan Sepakbola**

Menurut Setyawan (2017, p. 66) Gerak lokomotor lainnya adalah berjalan, berlari, melompat, meloncat, meluncur dan berdiri.

### **1. Berjalan**

Berjalan merupakan keterampilan dasar. Berjalan merupakan kegiatan yang paling banyak digunakan maupun keterampilan dasar individu. Digunakan secara terpisah atau hanya berjalan saja atau dengan mengkombinasikan dengan gerakan lain dan membentuk beberapa keterampilan yang lebih kompleks, berjalan merupakan kegiatan dasar gerakan lokomotor (Hamidan, 2018, p. 17).

Dalam melakukan gerakan jalan terdapat variasi-variasi yang dapat mengacu berdasarkan ruang, arah waktu dan gerakan tambahan, variasi tersebut antara lain berjalan berdasarkan kreasi anak, berjalan seperti binatang, berjalan jinjit, berjalan pada garis lurus, dan berjalan diatas papan titian (Hamidan, 2018, p. 17). Gerakan berjalan yang mula-mula belum bisa dilakukan dengan baik, setelah melewati masa pertumbuhan lambat laun anak mampu melakukan gerak berjalan dengan lebih lancar dan mampu bergerak lebih cepat.

Perkembangan kemampuan gerak berjalan berhubungan dengan peningkatan kekuatan kaki, keseimbangan, dan koordinasi bagian-bagian tubuh yang mendukung berat badan tubuh, keseimbangan diperlukan untuk menjaga keseimbangan pada saat

memindahkan titik berat badan ke kaki depan yang melangkah, koordinasi antara kaki dengan anggota tubuh bagian atas terutama tangan sangat diperlukan.

## 2. Berlari

Menurut Rini dalam (Mubarak, 2016, p. 28) Gerakan berlari merupakan perkembangan dari gerakan berjalan. Gerakan dasar anggota tubuh pada saat berlari menyerupai gerakan berjalan. Perbedaannya terletak pada irama ayunan langkah pada lari iramanya lebih cepat dan ada saat melayang. Gerakan lari ini akan dikuasai anak setelah anak terampil berjalan. Samsudin dalam (Mubarak, 2016, p. 28) menyatakan bahwa lari merupakan kelanjutan dari jalan dengan ciri khusus adanya masa di mana badan seakan dilepaskan dari landasannya (fase melayang) dari salah satu kaki. Pada gerakan berlari, karena ada saat badan melayang, gerakan itu menjadi kurang stabil dibandingkan dengan berjalan. Agar posisi tubuh tetap stabil saat melakukan gerakan berlari maka dibutuhkan keseimbangan tubuh yang baik.

Pada saat lari dibutuhkan pengendalian terhadap tubuh secara keseluruhan. Apabila anak mampu membawa badannya lebih cepat, maka waktu yang dibutuhkan juga akan makin lama serta langkah yang semakin panjang dan kurang pantulan. Rini dalam (Mubarak, 2016, p. 29) menjelaskan tentang karakteristik bentuk gerakan berlari yang mula-mula bisa dilakukan oleh anak-anak adalah

sebagai berikut: (a) gerakan langkah masih terbatas rentangannya, dan (b) ayunan lengan terbatas siku dan arahnya tidak sepenuhnya ke depan dan ke belakang melainkan cenderung ke arah samping. Seiring bertambahnya usia anak akan mampu melakukan gerakan lari dengan gerakan tangan maupun kaki yang lebih baik dan bervariasi. Kesempatan latihan yang cukup akan mendukung keterampilan berlari anak agar lebih optimal. Gerakan berlari dapat dimodifikasi namun teknik-teknik dasar gerakan lari yang benar juga harus selalu diperhatikan. Variasi yang dapat dilakukan dalam gerak lari antara lain berlari dengan membungkuk, langkah lebar, berlari dengan tumit, kaki diayunkan tinggi ke depan, lutut dikunci, berlari di tempat, lari berputar, lari zig-zag, lari mundur. Variasi berkaitan dengan waktu diantaranya dengan berlari cepat, berlari lambat, berlari diiringi musik atau instrumen (Mubarak, 2016, p. 29).

### 3. Meloncat dan Melompat

Istilah loncat dalam pembicaraan sehari-hari sering kali disamakan dengan istilah lompat, padahal sebenarnya dua istilah tersebut memiliki arti yang sangat berbeda. Tumpuan kaki saat mendarat itulah yang membedakan antara gerakan melompat dengan meloncat (Hamidan, 2018, p. 20).

Meloncat umumnya dilakukan dengan tujuan untuk mencapai ketinggian atau jarak. Untuk kedua tujuan di atas, pinggul, lutut, dan pergelangan kaki harus dibengkokkan untuk memperoleh gaya lebih

besar. Oleh sebab itu, meloncat harus dimulai dari posisi seperti jongkok. Saat akan mendarat harus dimulai dengan tumit dan selanjutnya titik berat badan dipindahkan ke depan agar tetap seimbang dan tidak jatuh. Gerakan meloncat yang awal dikuasai adalah dengan cara menumpu dengan satu kaki dan mendarat dengan satu kaki yang lainnya. Gerakan selanjutnya adalah menumpu dengan dua kaki bersama-sama (Hamidan, 2018, p. 21).

Mendarat menggunakan kedua kaki memang membutuhkan kekuatan dan keseimbangan yang lebih besar sehingga gerakan meloncat dengan tumpuan dua kaki ini biasanya dikuasai anak setelah anak mampu menumpu dengan salah satu kakinya. Berdasarkan beberapa uraian di atas berarti meloncat adalah gerakan yang mengarahkan maupun menahan badan di udara sesaat dan menggunakan dua kakisebagai tumpuannya. Gerakan ini lebih bertujuan untuk mencapai jarak tertentu. Keseimbangan tubuh perlu diperhatikan agar posisi anak stabil dan tidak jatuh.

## **6. Gerak Non Lokomotor Dalam Permainan Sepakbola**

### **a. Pengertian Gerak Non Lokomotor**

Gerak dasar non-lokomotor adalah gerak dasar yang di tandai dengan tidak adanya perpindahan tempat, contohnya meliuk, menggoyangkan pinggul dan bahu, mearik, menekuk dan memutar (Vanagosi, 2016, p. 75). Gerak non-lokomotor adalah aktivitas yang menggerakkan anggota tubuh pada porosnya dan pelaku tidak pindah

tempat. Bentuk-bentuk gerak non-lokomotor yaitu menghindar, meregangkan otot, memutar dan berputar, mengayunkan kaki, bergantung, menarik dan yang terakhir adalah mendorong (Hanief, 2015: 62).

Menurut Danang dalam Nunung (2023, p. 61) mengemukakan bahwa “gerakan non lokomotor juga dapat diartikan sebagai keterampilan stabil, Gerakan yang dilakukan tanpa atau hanya sedikit sekali bergerak dari daerah tumpuannya”. Keterampilan non-lokomotor dilakukan di tempat, tidak ada cukup ruang untuk bergerak. Keterampilan non-lokomotor termasuk membungkuk dan meregangkan, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan, membungkuk dan memutar, berguling, memantul dan banyak lagi

Bedasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa Gerakan dasar non-lokomotor adalah Gerakan yang tidak berpindah tempat tetapi anggota tubuh tetap melakukan aktifitas. Beberapa dengan gerak dasar lokomotor dan manipulative, gerak dasar non lokomotor lebih berfokus pada kelentukan sendi kesegala arah.

## **b. Macam Gerak Non Locomotor**

### **1) Menghindar**

Sangat berguna dalam berbagai permainan olahraga. Menghindar dapat berupa menghindari benda maupun kawan atau lawan bermain tanpa adanya Gerakan berpindah tempat. Seperti menghindari bola agar tidak terkena bola saat dengan meliukan badan.

2) Latihan peregangan.

Peregangan adalah bentuk Latihan meregangkan otot untuk meningkatkan fleksibilitas otot dan meningkatkan jangkauan Gerakan anggota tubuh yang melibatkan persendian. Aktivitas peregangan biasanya dilakukan sebagai bagian dari Latihan olahraga atau rehabilitasi fungsi anggota tubuh. Fungsi Latihan tersebut yaitu meningkatkan fleksibilitas tubuh, meningkatkan keseimbangan dan koordinasi dan meningkatkan kemampuan fisik serta kebugaran tubuh.

3) Memutar Badan

Gerakan ini berguna dalam berbagai permainan olahraga. Salah satu contohnya gerakan memutar badan pada permainan sepakbola. Memutar badan dapat berguna untuk menipu pergerakan lawan. Karena dalam permainan sepak bola, gerakan memutar badan dapat dilakukan dengan menguasai bola atau bahkan tanpa menguasai bola

4) Membungkuk

Membungkuk adalah gerakan menunduk dengan membuat posisi tubuh menjadi 90 derajat dan melihat ke bawah. Pada permainan sepakbola gerakan membungkuk sangat berguna saat persiapan menendang bola.

5) Menggelengkan kepala

Gerakan menggelengkan kepala ke kiri dan ke kanan berguna dalam permainan sepak bola. Gerakan ini bertujuan agar dapat membantu jangkauan pandangan pada saat permainan sepakbola.

**7. Gerak Manipulatif**

**a. Pengertian Gerak Manipulatif**

Gerak dasar manipulatif merupakan gerakan yang bisa kita amati dan lihat apabila gerakan dilakukan dengan manipulasi alat. Contoh gerakan ini adalah melempar, menangkap dan menyepak, gerakan ini sering dijumpai dan dilakukan pada olahraga berkelompok beregu (Vanagosi, 2016, p. 75). Gerak dasar manipulatif, dimana gerakan tersebut merupakan gerakan memanipulasi objek. Yusup (2021, p. 365) menyatakan bahwa “manipulatif biasanya digambarkan sebagai gerakan yang memainkan objek tertentu sebagai medianya atau keterampilan yang melibatkan kemampuan seseorang menggunakan bagian tubuhnya untuk memanipulasi objek di luar dirinya”.

Terdapat beberapa gerakan dalam manipulatif, dikemukakan oleh Marijana dalam Nunung (2023, p. 64) gerakan keterampilan manipulasi terdiri dari menangkap, melempar, memantul. Pernyataan dari Sutapa (2018, p. 136) menyatakan bahwa “gerakan manipulatif merupakan gerakan untuk memainkan suatu objek tertentu dengan menggunakan salah satu anggota badan”.

Kemampuan manipulatif ini melibatkan tangan dan kaki. Gerak manipulatif menurut Rahyubi (2012, p. 305) yaitu “gerakan yang memerlukan koordinasi ruang dan benda yang ada di sekitarnya. Keterampilan manipulatif melibatkan tindakan mengontrol objek, yaitu tangan dan kaki”. Gerak manipulative merupakan gerakan yang bisa kita amati dan lihat apabila gerak dilakukan dengan manipulasi alat. Contoh gerakan ini adalah melempar, menangkap dan menyepak. Gerakan ini sering dijumpai dan dilakukan pada olahraga berkelompok beregu Vanagosi (2016, p. 75).

**b. Macam Gerak Manipulatif Pada Permainan Sepakbola**

Pada dasarnya terdapat beberapa macam gerak manipulatif. Gerak manipulatif adalah bagian dari keterampilan dasar yang harus dipelajari anak Bersama-sama dengan keterampilan lokomotori dan nonlokomotor. Berikut macam gerak dasar manipulatif:

1) Melempar.

Melempar adalah suatu keterampilan manipulatif yang kompleks di mana satu atau dua tangan digunakan untuk melontarkan suatu objek menjauhi tubuh ke ruang tertentu.

2) Menangkap.

Menangkap adalah Gerakan yang melibatkan penghentian momentum suatu objek dan menambahkan control terhadap objek tersebut dengan menggunakan satu tangan atau dua tangan.

3) Menendang

Menendang adalah suatu pola keterampilan manipulatif yang menggunakan kaki untuk memukul suatu benda. Jenisnya tendangan kura-kura kaki, yaitu tendangan dengan bagian atas atau punggung kaki, dan tendangan dengan bagian dalam kaki.

4) Menggiring (bola)

Menggiring (bola) adalah keterampilan manipulatif khusus yang berkaitan dengan kegiatan menggerakkan suatu benda (bola) dengan pengontrolan dan penguasaan yang terus menerus. Keterampilan gerak menggiring ini dibedakan antara menggiring ini dibedakan antara menggiring bola dengan kaki dan menggiring bola dengan tangan.

**8. Permainan Olahraga Sepak Bola**

**a. Pengertian Permainan Sepak Bola**

Sepak bola merupakan permainan yang digemari hingga seluruh dunia. Tidak heran jika permainan bola ini sangat populer di kalangan anak SD. Sepak bola dianggap sebagai olahraga paling banyak digemari. Sepak bola menurut Mochtar dalam (Rachman, 2019, p. 4) merupakan permainan dengan pengolahan bola dalam gerak tubuh dalam permainan. Nasution (2018, p. 3) menyatakan bahwa sepak bola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh sebelas pemain sekaligus, termasuk penjaga gawang.

Sepak bola hampir secara eksklusif menggunakan keterampilan kaki, kecuali penjaga gawang, yang bebas menggunakan bagian tubuh manapun. Tujuan masing-masing tim adalah memasuki gawang lawan dengan pemahaman sebanyak mungkin dan berusaha semaksimal mungkin agar gawang tidak diizinkan oleh penyerang lawan. Permainan ini dimainkan dalam dua putaran, dengan istirahat di antara dua putaran. Perubahan juga terjadi di babak kedua dengan diadakan pertukaran tempat. Adapun kelengkapan penggunaan sepatu bola oleh para pemain dan warna seragam yang berbeda antara kedua tim, serta penggunaan seragam yang khusus dan berbeda untuk setiap penjaga gawang. Sepak bola sangat populer di kalangan pemain dari semua lapisan masyarakat, dari anak-anak dan remaja hingga orang tua.

Permainan sepak bola merupakan permainan yang banyak digemari dan diminati oleh berbagai kalangan, seperti yang di ungkap Pardiman dalam (Pratama, 2023, p. 27), sepak bola merupakan “olahraga yang menyenangkan dan membutuhkan Teknik dasar bermain agar pemain dapat Bergerak dengan efektif eksplosif karena olahraga sepak bola ini menurut ketelitian dan kecepatan gerak dari para pemainnya”.

Dengan demikian menurut pendapat dari beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa sepak bola merupakan permainan beregu yang dimainkan oleh sebelas pemain dalam setiap tim. Tujuan dari permainan ini yaitu mencetak gol ke gawang lawan selama durasi waktu yang telah ditetapkan. Permainan sepak bola membutuhkan Teknik dasar bermain

agar permainan dapat bergerak dengan efektif eksplosif karena olahraga sepak bola ini menurut ketelitian dan kecepatan gerak dari para pemainnya.

#### **b. Gerak Dasar Permainan Sepak Bola**

Keterampilan sepak bola merupakan bagian gerak dasar yang ada pada permainan ini. Sepak bola melibatkan unsur fisik, teknik, taktik, dan mental. Menurut Sukatamsi dalam (Rachman, 2019, p. 2) yaitu gerak dasar keterampilan pada sepak bola yaitu menendang, menggiring, melempar, merampas, dan merebut bola. Pada permainan sepak bola, pasti mempunyai gerak dasar yang sesuai dengan jenis olahraganya.

Menurut Primasoni (2017, p. 12) semua keterampilan dalam sepak bola diperlihatkan dalam permainan sepak bola yang pergerakannya sangat sulit untuk diprediksi. Keterampilan dalam sepak bola didasarkan pada unsur-unsur situasi permainan yang berubah-ubah, para pemain memutuskan Langkah dalam waktu singkat karena mereka menentukan niat terbaik dalam bergerak. Keterampilan sepak bola adalah sebagai berikut:

##### 1) Menguasai bola.

Menguasai bola adalah kemampuan menahan bola dalam penguasaan agar tetap bergerak di area lapangan dan masih dalam penguasaan pemain.

2) Menggiring Bola.

Menggiring bola adalah keterampilan individu dimana bola dapat dikontrol dan dipertahankan dengan kaki untuk menghindari lawan.

3) Mengumpan Bola.

Mengumpan bola adalah keterampilan memindahkan bola satu ke titik lain (teman ke teman). Mengoper bola juga merupakan bentuk komunikasi dan itu terjadi dalam sepak bola. Mengoper bola terjadi apabila bola sampai pada tujuan dan tidak menyulitkan teman Ketika menerima bola.

4) Menghentikan Bola.

Menghentikan bola adalah upaya untuk mencegah bola mencapai pemain. Ada beberapa cara untuk menghentikan bola yaitu a) menghentikan bola dengan telapak kaki, b) menghentikan bola dengan bagian dalam kaki, c) menghentikan bola dengan bagian luar kaki, d) menghentikan bola dengan punggung kaki, e) menghentikan bola dengan kaki bagian bawah, f) menghentikan bola dengan paha, dan g) menghentikan bola dengan kepala.

5) Menendang Bola.

Tendangan ke gawang adalah usaha seorang untuk menendang bola ke arah gawang, dalam tembakan ke gawang, punggung kaki biasanya digunakan, karena ini membuat tembakan menjadi keras (semakin keras, semakin sulit dijangkau penjaga gawang).

6) Menyundul Bola.

Menyundul Bola adalah keterampilan menyundul dimana bola disundul (mengumpan, menghentikan, maupun mencetak gol). Dalam sepak bola sundulan terkadang digunakan untuk memblokir serangan, terutama saat bola berada di udara.

Gerak dasar dalam permainan sepakbola sangat diperlukan karena merupakan kemampuan yang mendasar dalam sepakbola untuk mencapai efektifitas dan efisiensi, misalnya mengoper kedepan. Untuk menguasai keterampilan yang baik maka harus menguasai unsur-unsur yang terkandung dalam sepakbola. Menurut Suwarno dalam (Wijaya (2012, p. 10) meliputi :

- 1) Gerakan – Gerakan tanpa bola (*movement without the ball*)
  - a) Lari dan merubah arah (*Running and changing of direction*)
  - b) Meloncat/ melompat (*Jumping*)
  - c) Gerak tipu tanpa bola atau gerak tipu badan (*feinting without the ball/ body feint*)
- 2) Gerakan-gerakan dengan bola (*Movement with the ball*)
  - a) Menendang bola (*kicking*)
  - b) Menerima bola (*Receiving the ball*)
  - c) Menyundul bola (*Heading*)
  - d) Menggiring bola (*Dribbling*)
  - e) Gerak tipu (*Feinting*)
  - f) Teknik merebut bola (*Teacling*)

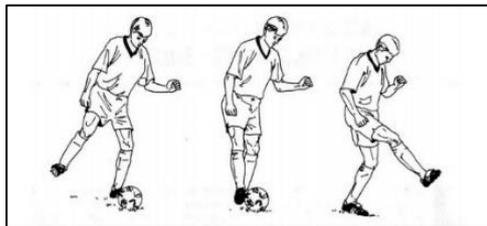
- g) Teknik penjaga gawang, bertahan dan menyerang (Technique of goal keeping, defensive and offensive)

**c. Contoh Gerak Permainan Sepak Bola**

Upaya untuk mencapai suatu prestasi sepakbola ada beberapa komponen dan factor-faktor yang menunjang diantaranya yaitu: kemampuan gerak dasar sepak bola. Kualitas permainan dalam sepakbola dilihat bagaimana gerak dasar sepakbola (nst & adnan, 2019, p. 61)

**1) Passing.**

Passing adalah sebuah keterampilan memindahkan bola pada pemain kepada pemain lainnya yang dilaksanakan melalui akurasi dan ketepatan tinggi, menurut Wiriawan & Irawan dalam (Irfan, 2020, p. 722). Passing menjadi penyusunan serangan dalam sepakbola dan menciptakan gol, juga dipergunakan menghidupkan bola dikarenakan kesalahan serta untuk pembersihan dengan menyapu bola-bola berbahaya dalam daerah atau Ketika usaha menahan serangan lawan dan berada didaerah pertahanan sendiri (Yudi, 2019, p. 8).



**Gambar 1.** Gerak Dasar Passing  
(Sumber: Luxbacher, 2012)

Dalam pelaksanaannya di lapangan, teknik passing atau mengoper bola di bagi dua. Mazzantini & Bombardieni (melalui Bahtra 2022, p. 104) mengemukakan bahwa dalam teknik mengoper bola (Passing) ada dua jenis, yaitu short pass dan long pass. Pelaksanaan short pass dilakukan untuk jarak yang tidak terlalu jauh dan menggunakan bagian kaki yang di inginkan dengan kekuatan sedang. Sedangkan long pass dilakukan untuk jarak yang jauh dan menggunakan bagian kaki yang di inginkan dengan kekuatan penuh. Maka saat melakukan passing pemain harus memperhatikan jaraknya dengan jarak teman, sehingga passing akan tetap kesasaran yang dituju. Sesuai jarak passing maka passing dibedakan atas tiga jenis, sebagai berikut:

a) Short pass

Short pass adalah passing yang dilakukan dengan jarak pendek. Dalam artian jarak antara pemain yang menguasai bola dengan temannya yang akan menerima bola tidak jauh, kira-kira 5-10 meter. Short pass merupakan yang paling sering dilakukan pemain selama pertandingan. Saat melakukan ball possession jarak antar pemain tidak terlalu jauh sehingga short pass merupakan gerak yang efektif dilakukan.

b) Medium Pass

Medium pass adalah passing yang dilakukan dengan jarak menengah. Jarak menengah yaitu jarak antara pemain yang menguasai bola tidak rerlalu dekat dan tidak terlalu jauh dengan

pemain yang akan menerima bola, kira-kira 10-20 meter. Dalam pertandingan, beberapa momen pelaksanaan medium pass yang sering dilihat adalah saat pemain belakang memberikan passing ke pemain gelandang. Selain itu ada pemain gelandang memberikan through pass ke pemain depan.

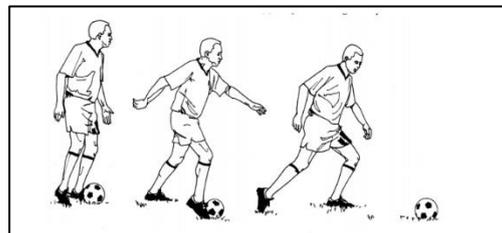
c) Long Pass

Long pass adalah jarak passing antara pemain yang menguasai bola dengan pemain yang akan menerima bola sangat jauh, jarak di atas 25 meter. Long pass bisa dilakukan dengan bola bawah dan bola atas, namun long pass sering dilakukan dengan bola atas sehingga sulit untuk dipotong oleh lawan. Dalam pertandingan long passing lebih sering dilakukan oleh pemain belakang dan gelandang. Pemain belakang memberikan umpan jauh ke pemain depan atau melakukan clearance untuk mengamankan daerah.

**2) Menggiring bola.**

Menggiring bola adalah berlari membawa bola dan mencoba mengalahkan beberapa pemain bertahan, ini disebut menggiring dan mencoba menjaga bola selalu berada dekat dengan kaki dan selalu terkontrol. Ketika pergerakan dorongan bola kedepan lalu menggunakan bagian luar pada kaki maupun kaki bagian laurnya, Ketika menaklukkan lawan selalu bola dilindungi dan lakukanlah Gerakan-gerakan berbelok seetiap tipuan menurut Akmal & Lesmana dalam (Irfan, 2020, p. 723).

Andianda & Arwandi dalam (Irfan, 2020, p. 723) mengemukakan bahwa dribbling adalah keterampilan dasar dalam sepakbola, pemain melakukan pergerakan lari serta melakukan dorongan pada bola dengan kaki yang mengakibatkan perpindahan bola dari tempat ketempat lainnya atau membuka daerah pertahanan lawan, pandangan tidak selalu terhadap bola, pergerakan dan selalu mengawasi pemain lawan Dribbling bola salah satu teknik yang penting didalam sepakbola, Ketika mendribbling, dapat mempermudah bagi seorang dalam mengatur tempo, mengumpan, menerima bola, mengganggu pertahanan lawan dan melakukan gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan (Saputra & Yenes, 2019, p. 71).



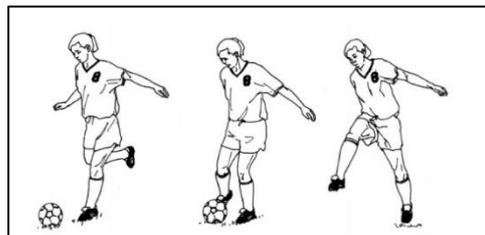
**Gambar 2.** Gerak Dasar Melakukan Dribbling  
(Sumber: Luxbacher, 2012)

### **3) Shooting.**

Shooting adalah menendang dengan punggung kaki digunakan untuk menembak bola ke gawang (Shooting at the goal). Mustofa & Adnan dalam (Irfan, 2020, p. 724) menjelaskan bahwa pemain mempunyai tendangan yang bagus akan begitu mudah melakukan sebuah gol apalagi Ketika saat tendangan penalti Menjadi teknik yang utama dalam sepakbola serta harus dikuasai seluruh pesepakbola adalah

menendang ke gawang sering juga di sebut shooting. Shooting merupakan usaha untuk memasukkan bola ke gawang lawan. Teknik shooting dapat dilakukan pada seluruh bagian kaki. Tanpa melakukan shooting tim tidak akan bisa mencetak gol dan meraih kemenangan dalam pertandingan (Zulwandi & Irawan, 2018, p. 977)

Tujuan utama setiap permainan sepakbola adalah mencetak gol. Untuk mencetak sebuah gol ke gawang lawan maka dituntut melakukan gerak shooting dengan keadaan dibawah tekanan dalam pertandingan, dengan waktu terbatas, fisik yang terkuras dengan lawan yang selalu agresif. Melakukan usaha shooting bisa menjadi terciptanya sebuah gol dan mendapatkan tujuan kemenangan. Seluruh pemain harus bisa melakukan tendangan ke gawang lawan, gol akan terjadi ketika setiap usaha tendangan yang dilakukan ke gawang lawan, pendapat Afrizal dalam (Irfan, 2020, p. 724).



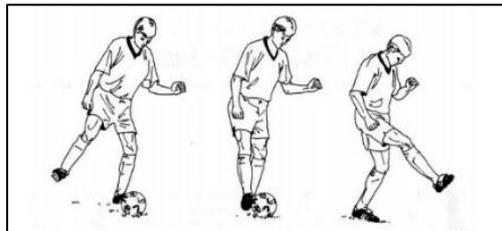
**Gambar 3.** Gerak Dasar Shooting  
(Sumber: Luxbacher, 2012)

Menurut Sucipto dalam (Wijaya, 2012) “Menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepak bola yang paling dominan”. Menendang bola paling banyak dilakukan dalam permainan sepak bola bisa dibandingkan dengan gerak lain, maka wajarlah bila

dalam setiap Latihan banyak di ajarkan teknik menendang bola. Dari perkenaan kaki ke bola, menendang dibedakan menjadi beberapa macam yakni:

a) Menendang dengan kaki bagian dalam

Menendang dengan kaki bawah dalam biasanya lebih banyak dilakukan seorang pemain sepakbola untuk memberi umpan atau mengoper bola kepada teman. Pada umumnya teknik menendang dengan kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpun jarak pendek.



**Gambar 4.** Menendang bola dengan kaki bagian dalam  
(Sumber: Luxbacher, 2012)

b) Menendang dengan kaki bagian luar

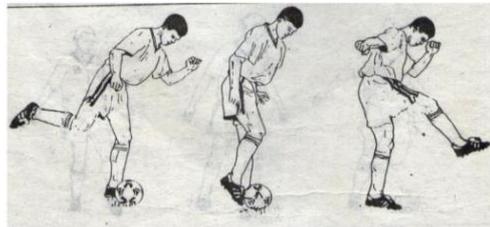
Menendang dengan kaki bagian luar biasanya dilakukan seorang teman. Pada umumnya gerak dasar menendang dengan kaki bagian luar digunakan untuk mengumpun jarak pendek (*short passing*).



**Gambar 5.** Menendang dengan kaki bagian luar  
(Sumber: Luxbacher, 2012)

c) Menendang dengan punggung kaki.

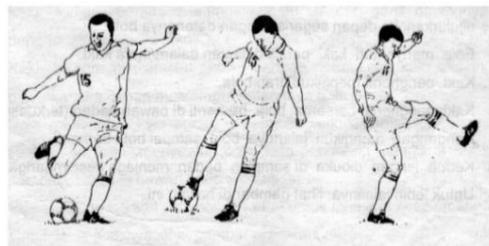
Menendang dengan punggung kaki, biasanya dilakukan pemain untuk menambahkan bola ke gawang. Pada umumnya menendang dengan punggung kaki digunakan untuk menembak ke gawang (*shooting at the goal*)



**Gambar 6.** Menendang dengan punggung kaki  
(Sumber: Luxbacher, 2012)

d) Menendang dengan punggung kaki bagian dalam.

Pada umumnya menendang dengan punggung kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak jauh kepada teman. Pada umumnya menendang dengan punggung kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak jauh (*long passing*).



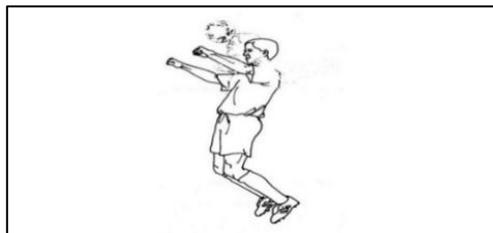
**Gambar 7.** Menendang bola dengan punggung kaki bagian dalam  
(Sumber: Luxbacher, 2012)

**4) Heading.**

Heading adalah teknik dasar yang penting dalam sepakbola, sundulan bukan hanya sekedar cara mengoper bola dengan kepala,

melainkan juga dapat sebagai andalah untuk mencetak gol ke gawang lawan. Oleh sebab itu kecepatan pergerakan tubuh mengakibatkan bola yang disundul semakin tajam ke gawang lawan yang berakibat sulit diantisipasi kiper lawan. Menurut Arifan dalam (Irfan, 2020, p. 725) ada beberapa konsep dasar saat melakukan heading (1) Pada saat melihat datangnya bola, langsung menuju ke arah bola dengan menghadang atau menghalau datang bola, langsung menuju ke arah bola dengan menghadang atau menghalau datangnya baola, (2) perhatikan arah datang bola, perhatikan bola tersebut mengenai kening. (3) jangan memejamkan mata atau agar tidak kesakitan, perhatikan arah bola menjauhi anda. (4) menyundul bola dengan bagian atas kening, jangan pada bagian pelipis maupun kepala atas. (5) lakukan Gerakan ke belakang dan lakukan sundulan bola dengan kuat, jangan sampai kepala diam dan menimpa kepala anda.

Paramitha dalam (Irfan, 2020, p. 725) menjelaskan menyundul bola bisa dilakukan dengan berbagai cara, sambal terbang (melayang), dan meloncat (*jump headear*) yaitu melakukan loncatan untuk menyundul bola. Posisi tubuh pemain saat menyundul bola bisa dalam posisi melompat atau berdiri. Penting untuk dipahami bahwa pemain sepak bola bukan hanya tentang seorang pemain, tetapi seorang pemain yang menyundul bola Ketika datang ke arahnya.



**Gambar 8.** Gerak Dasar Heading (Menyundul Bola)  
(Sumber: Luxbacher, 2012)

## **B. Penelitian Relevan**

1. Penelitian Annisa Rahman yang berjudul “Tingkat Pemahaman Peserta Didik Pada Mata Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas V Madrasah Ibtidaiyah Negeri 1 Tulang Bawang Lampung”. Dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa dalam penelitian peneliti menggunakan metode survey dengan kuesioner. Populasi penelitian adalah 30 peserta didik kelas V madrasah Ibtidaiyah Negeri 1 Tulang Bawang. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa presentase tingkat pemahaman peserta didik kelas V Madrasah Ibtidaiyah Negeri 1 Tulang Bawang Lampung pada mata pelajaran PJOK dalam kriteria “sangat tinggi” 0,00%, “tinggi, 20,00%”, “rendah 73,33%” dan “sangat rendah 6,67%” sehingga dapat disimpulkan bahwa 80% dari peserta didik kelas V Madrasah Ibtidaiyah Negeri 1 Tulang Bawang Lampung masih relatif rendah.
2. Penelitian Taufik Freddy Prahantono yang berjudul “Tingkat Pemahaman Siswa Kelas V SD Negeri Sidomoyo Kecamatan Godean Kabupaten Sleman Terhadap Perturan Permainan Sepakbola” dalam penelitian tersebut di jelaskan bawah peneliti menggunakan metode deskriptif dengan teknik pengumpulan data dilakukan secara online dengan menggunakan google form. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Sidomoyo

berjumlah 32 siswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa kelas V SD Negeri Sidomoyo dalam tingkat pemahaman sangat tinggi dengan frekuensi 2 siswa (6,25%), tingkat pemahaman tinggi 19 siswa (59.58%), tingkat pemahaman sedang dengan frekuensi 7 siswa (21.87%), tingkat pemahaman rendah dengan frekuensi 4 siswa (12,5%).

3. Penelitian Bagus Lebda Indria dengan judul “Tingkat Pemahaman Permainan Rounders Peserta Didik Kelas IV di SD Negeri Pungkuran Kecamatan Pleret Kabupaten Bantul” dari penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Populasi dalam penelitian ini yaitu peserta didik kelas IV di SD Negeri Pungkuran Kecamatan Pleret Bantul yang berjumlah 46 Peserta didik. Teknik pengambilan sample menggunakan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan yaitu tes benar-salah berjumlah 34 butir. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang di tuangkan dalam bentuk presentase. Hasil dari penelitian ini masuk kedalam kategori “Kurang” sebesar 84,78% (39 peserta didik), “cukup” sebesar 13,05% (6 peserta didik), dan “baik” sebesar 21.17% (1 peserta didik). Dari penjelasan di atas dapat di ambil kesimpulan bahwa tingkat pemahaman permainan rounders peserta didik kelas IV di SD Negeri Pungkuran Kecamatan Pleret Kabupaten Bantul masuk kedalam kategori “Kurang”

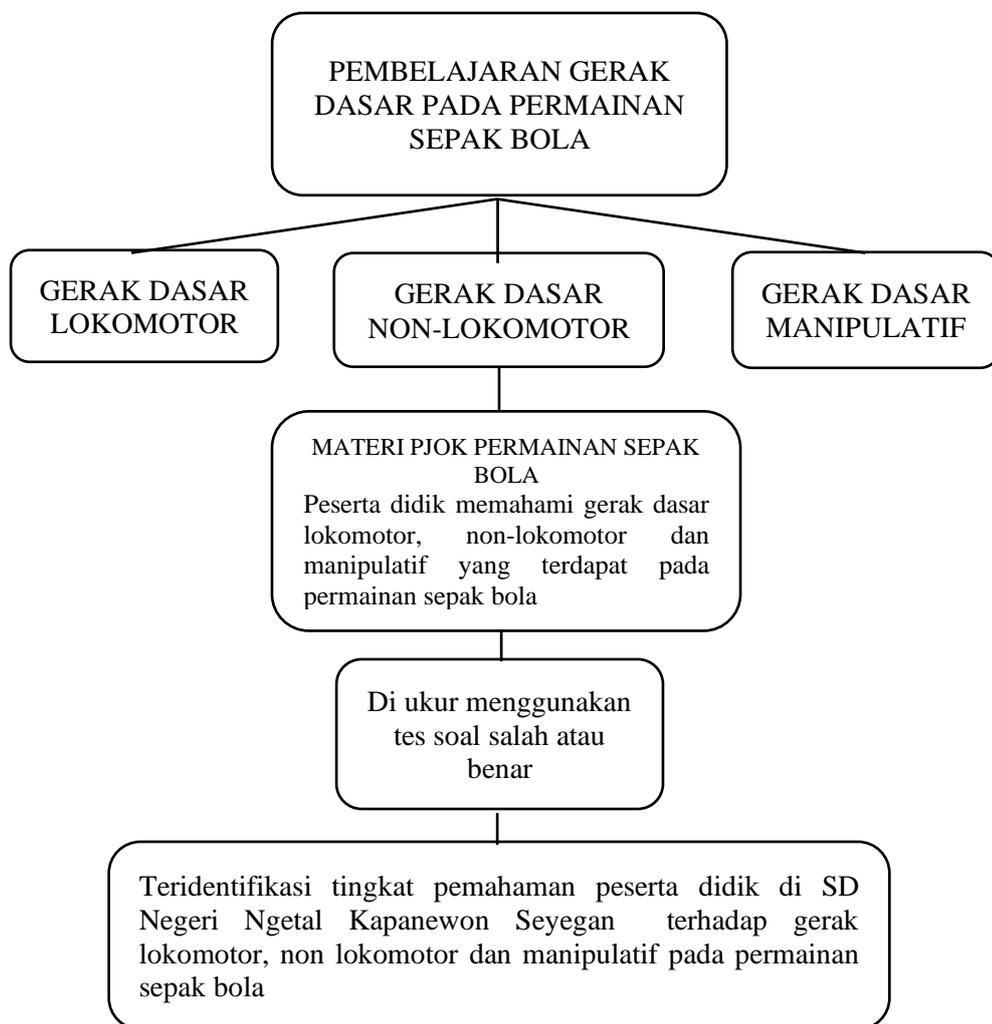
### **C. Kerangka Berfikir**

Pemahaman (*comprehension*) adalah kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami sesuatu setelah sesuatu itu diketahui dan diingat

(Sudijono, 2011, p. 50). Pemahaman menurut Sudaryanto (2012, p. 44) yaitu kemampuan untuk memahami sesuatu jika sesuatu tersebut telah diingat. Kemampuan ini dapat mencakup beberapa makna dari yang sudah dipelajari sebelumnya. Kemampuan ini dapat dinyatakan dengan keberhasilannya menguraikan isi bacaan atau merubah data dalam bentuk lain. Pembelajaran dapat diartikan sebagai penyampaian materi dari pengajar atau tenaga pendidik kepada peserta didik. Pembelajaran pada hakikatnya adalah proses sebab akibat. Guru sebagai pengajar merupakan penyebab utama terjadinya proses pembelajaran peserta didik. Meskipun tidak semua kegiatan belajar peserta didik merupakan akibat guru yang mengajar

Dalam permainan sepak bola terdapat gerak dasar seperti lokomotor, non lokomotor dan gerak manipulatif. Dalam pembelajaran PJOK di SD Sendiri siswa telah di ajarkan materi pemahaman jenis gerak dasar, akan tetapi belum sepenuhnya siswa mengetahui dan memahami gerak dasar yang dilakukan secara langsung di sebuah permainan Sepak bola contohnya yang siswa ketahui dalam permainan sepak bola hanyalah mencetak gol sebanyak banyaknya tanpa memahami konsep gerak dasar mereka. Sedangkan jika siswa mengetahui konsep gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif dalam gerak dasar permainan sepak bola akan dapat mendukung permainan individu yang baik, sehingga pada saat permainan sesungguhnya berlangsung maka pemain yang tampil maksimal akan memudahkan kerjasama tim, baik menyerang maupun bertahan.

Namun masih belum di katahunya tingkat pemahaman siswa di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan terhadap gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola. Maka sewajarnya siswa harus memiliki pemahaman yang baik guna meningkatkan keterampilan dan pemahaman siswa mengenai gerak dasar dalam permainan sepak bola. Secara ringkas dapat digambarkan seperti pada gambar di bawah:



**Gambar 9.** Kerangka Berfikir

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Sugiyono (2015, p. 147), menyatakan bahwa “penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya”. Perencanaan yang digunakan dalam penelitian ini adalah perencanaan survey dan teknik pengumpulan data menggunakan tes pilihan Benar-Salah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non-lokomotor dan gerak manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan dengan waktu penelitian di laksanakan pada tanggal 4 Agustus 2023.

##### **2. Waktu Penelitian.**

Adapun waktu penelitian ini dilakukan pada 4 Agustus 2023. Penelitian di awali dengan observasi langsung ke sekolah, melihat tingkat pemahaman peserta didik terkait gerak dasar sepak bola, hingga dilakukannya tes pemahaman gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar sepak bola melalui tes Benar atau Salah.

### **C. Populasi Penelitian**

Hardani (2020, p. 361) menyatakan bahwa populasi adalah objek penelitian yang terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas V di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan yang berjumlah 30 peserta didik. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan *total sampling*.

### **D. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Siyoto (2015, p. 50) menyatakan bahwa Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Sesuai dengan desain penelitian di atas, maka variabel penelitian ini adalah tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, gerak non lokomotor dan gerak manipulatif di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan. Definisi operasionalnya yaitu tingkat pemahaman yang merupakan suatu kemampuan seseorang untuk dapat mengerti atau dapat menjelaskan apa yang telah diingat dan telah dipelajari dari sesuatu yang telah didapatkan. Tingkat pemahaman dilihat dari tingkat kemampuan menerjemahkan, kemampuan menafsirkan dan kemampuan mengekstrapolasi yang diukur menggunakan instrument jawaban Benar-Salah yang terkait dengan tingkat pemahaman gerak lokomotor, gerak non-lokomotor dan gerak manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan.

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

### **1. Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan adalah tes pilihan Benar-Salah. Menurut Winarno (2011, p. 94) tes merupakan instrumen atau alat yang digunakan untuk mengumpulkan informasi berupa pengetahuan atau keterampilan seseorang. Sementara itu, menurut Arikunto (2013, p. 193) tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat-alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok. Bentuk tes objektif terdiri atas mengisi jawaban pendek, soal dengan jawaban benar-salah, soal pilihan berganda, bentuk soal pilihan perganda dengan alasan penilaian dalam instrument tes pada penelitian ini adalah jika jawaban benar, maka nilainya adalah 1 dan jika jawaban salah maka nilainya 0. Mahmud (2011, p. 186) menyatakan bahwa tolak ukur penggunaan alat tes sebagai instrument pengumpulan data dalam suatu penelitian adalah sebagai berikut :

- a. Objektif, yaitu hasil yang dicapai dapat menggambarkan keadaan yang sebenarnya tentang tingkat kemampuan seseorang, baik berupa pengetahuan maupun keterampilan.
- b. Cocok, yaitu alat yang digunakan sesuai dengan jenis data yang akan dikumpulkan untuk menguji hipotesis dalam rangka menjawab masalah penelitian.
- c. Valid, yaitu memiliki derajat kesesuaian, terutama isi dan konstraknya dengan kemampuan suatu kelompok yang ingin diukur.

- d. Reliabel, yaitu derajat kekonsistenan skor yang diperoleh dari hasil tes menggunakan alat tersebut.

Memerlukan ketelitian dan kepehaman materi dari peneliti yang nantinya akan membuat butir-butir soal tes. Pada umumnya waktu yang dibutuhkan peserta tes untuk mengerjakan tes tersebut memerlukan waktu 1 hingga 2 menit tiap butir soalnya. Maka dari itu perlu penyusunan kisi-kisi hingga melaksanakan tes dan menafsirkan hasil tes tersebut. Kisi-kisi instrumen penelitian pada tabel sebagai berikut :

**Tabel 2.** Kisi – Kisi Instrumen Penelitian

VARIABEL	FAKTOR	INDIKATOR	NO BUTIR	
			+	-
Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas V Tentang Gerak Lokomotor, Gerak Non-lokomotor dan Manipulatif pada Gerak Dasar Permainan Sepak Bola	Gerak Non-Lokomotor	Menerjemahkan gerak dasar non-lokomotor pada permainan sepak bola	1,3	2
		Menafsirkan gerak dasar non-lokomotor pada permainan sepak bola	4,5	6
		Mengekstrapolasi gerak dasar non-lokomotor pada permainan sepak bola	7, 9	8
	Gerak Lokomotor	Menerjemahkan gerak dasar lokomotor, pada permainan sepak bola	10, 12	11
		Menafsirkan gerak dasar lokomotor pada permainan sepak bola	13, 14	15
		Mengekstrapolasi gerak dasar lokomotor pada permainan sepak bola	16, 17	18

VARIABEL	FAKTOR	INDIKATOR	NO BUTIR	
			+	-
	Gerak Manipulatif	Menerjemahkan gerak dasar manipulative pada permainan sepak bola.	19, 20	21, 22
		Menafsirkan gerak dasar manipulative pada permainan sepak bola.	23, 24, 26	25
		Mengekstrapolasi gerak dasar manipulative pada permainan sepak bola.	27, 29, 30	28
	Jumlah		30	

Berdasarkan pendapat Sugiyono (2015, p. 32), skala yang digunakan dalam tes ini menggunakan skala Gutman dengan interval 0-1 dengan alternatif jawaban Benar atau Salah. Bobot Skor jawaban tes ini dapat dilihat pada tabel berikut ini :

**Tabel 3.** Bobot Skor Jawaban Tes

Jawaban	Butir Positif	Butir Negatif
Benar	1	0
Salah	0	1

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan sebuah proses pengadaan data untuk keperluan penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes ke pada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti mencari data peserta didik kelas V di SD Negeri Ngental Kapanewon Seyegan dengan jumlah 30 peserta didik.

- b. Peneliti menyebarkan tes kepada responden pada saat setelah meakukan survey dan pengamatan.
- c. Selanjutnya peneliti mengumpulkan hasil dan melakukan transkrip atas hasil pengisian tes.
- d. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengolah data sehingga didapatkan hasil penelitian.

#### F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Instrumen tes soal yang telah disusun tentunya perlu diuji cobakan terlebih dahulu sebelum melakukan pengambilan data yang sebenarnya. Uji coba ini tentunya dilakukan kepada sampel yang mempunyai karakteristik hampir samadengan kondisi sampel yang sesungguhnya. Kisi-kisi uji coba instrumen pada tabel sebagai berikut :

**Table 3.** Kisi-Kisi Uji Coba Instrumen

VARIABEL	FAKTOR	INDIKATOR	NO BUTIR	
			+	-
Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas V Tentang Gerak Lokomotor, Gerak Non-lokomotor dan Manipulatif pada Gerak Dasar Permainan Sepak Bola	Gerak Non-Lokomotor	Menerjemahkan gerak dasar non-lokomotor pada permainan sepak bola	1,3	2
		Menafsirkan gerak dasar non-lokomotor pada permainan sepak bola	4,5	6
		Mengekstrapolasi gerak dasar non-lokomotor pada permainan sepak bola	7, 9	8
	Gerak lokomotor	Menerjemahkan gerak dasar lokomotor pada permainan sepak bola	10, 12	11

VARIABEL	FAKTOR	INDIKATOR	NO BUTIR	
			+	-
		Menafsirkan gerak dasar lokomotor pada permainan sepak bola	13, 14	15
		Mengekstrapolasi gerak dasar lokomotor pada permainan sepak bola	16, 17	18
	Gerak Manipulatif	Menerjemahkan gerak dasar manipulative pada permainan sepak bola.	19, 20	21, 22
		Menafsirkan gerak dasar manipulative pada permainan sepak bola.	23, 24, 26	25
		Mengekstrapolasi gerak dasar manipulative pada permainan sepak bola.	27, 29, 30	28
		Jumlah	30	

a) Uji Validitas Instrumen

Validitas (kesahihan) adalah kualitas yang menunjukkan hubungan antara suatu pengukuran (diagnosis) dengan arti atau tujuan kriteria belajar atau tingkah laku (Purwanto, 2013, p. 137). Perhitungan yang dilakukan peneliti yaitu menggunakan bantuan aplikasi SPSS. Nilai  $r_{xy}$  yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* pada tabel taraf sidnifikansi 0,05. Kemudian apabila setelah dianalisis  $r_{xy} > r_{tab}$  maka item tersebut dinyatakan sah atau valid.

Setelah dilakukannya uji coba penelitian oleh peneliti pada 28 Juli 2023 di SDN Ngemplaksari bahwasanya dari 30 butir soal tersebut semua adalah valid dan sudah divalidasi oleh Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas, M.Or. Maka dari itu terdapat 30 butir soal yang dapat digunakan untuk penelitian. Butir soal dikatakan valid ketika *rhitung* > , dan dikatakan tidak valid

ketika  $r_{hitung} < r_{tabel}$ , nilai  $r_{tabel}$  diperoleh dari konsultasi harga kritik  $r$  product moment dengan nilai  $\alpha = 5\%$  dan  $n = 14$ . Dilihat di tabel diperoleh  $r_{tabel} = 0,532$ .

b) Uji Reliabilitas Instrumen

Arikunto (2010, p. 41) menyatakan reliabilitas instrumen mengacu pada sebuah pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen dapat dikatakan reliabel apabila mampu memberikan data yang dapat dipercaya dan sesuai dengan kenyataan. Menurut Arikunto (2010, p. 47) berpendapat bahwa perhitungan reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Maka dari itu, peneliti menggunakan perhitungan dengan bantuan aplikasi SPSS. Hasil dari uji coba reliabilitas instrumen, yaitu:

**Tabel 4. Reability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
0.760	30

Koefisien reliabilitas yang dihasilkan pada soal tes instrumen sebagai berikut :

**Tabel 5. Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	14	100.0
	Excluded	0	0
	Total	14	100.0

Dengan menggunakan rumus Alpha output SPSS didapat reliabilitasnya sebesar 0,760. Karena nilai Cronbach's alpha  $0.760 > 0.60$  maka dapat disimpulkan bahwa 30 soal item pertanyaan adalah reliable. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen dapat dipercaya untuk digunakan pada penelitian.

#### **G. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase. Menurut Sugiyono (2014, p. 21), statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul dari obyek yang telah diteliti sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.

Dengan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2015, p. 40)

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

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Rumusan yang digunakan untuk mengukur persentase dari jawaban yang di dapat dari kuisisioner, jika benar nilai 1 dan jika salah nilai 0 (Arikunto, 2010, p. 208). Namun perlu diperhatikan sebelum pengelompokan tiap kategori yaitu ditentukan terlebih dahulu skor minimum dan maksimumnya. Setelah itu

menentukan *mean* dan *standar deviation* skor yang telah diperoleh. Apabila telah menentukan nilai rata-rata (*mean*) dan *standar deviation*, maka data disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan kemudian dilakukan pengkategorian serta menyajikan dalam bentuk histogram. Arikunto (2010, p. 207) berpendapat bahwa pengkategorian disusun dalam 5 kategori yaitu menggunakan teknik kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Berikut adalah rumus yang digunakan untuk menyusun kategori:

**Tabel 6.** Standar Kriteria Objek

<b>Interval</b>	<b>Kategori</b>
76-100	Sangat Tinggi
66-75	Tinggi
56-65	Sedang
41-55	Rendah
0-40	Sangat Rendah

**Sumber:** Arikunto (2010, p. 207)

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan, yang diungkapkan dengan tes pilihan benar-salah yang berjumlah 30 butir. Hasil analisis terkumpul didapatkan yaitu skor minimum = 53; skor maximum = 77; mean = 64,8; median = 63; mode = 63; dan standart deviasi = 6,337627099. Maka hasil tersebut dapat dilihat di tabel 7 sebagai berikut:

**Tabel 7.** Deskriptif Statistik Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas V Tentang Gerak Lokomotor, Non Lokomotor, dan Manipulatif pada Gerak Dasar Permainan Sepak Bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan

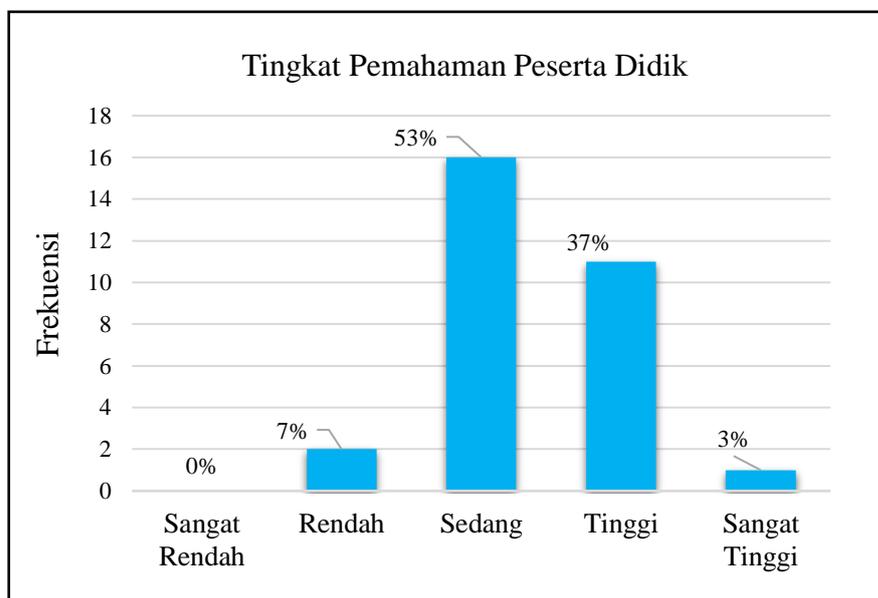
Statistik	
N	30
Mean	64.8
Median	63
Mode	63
Std. Deviation	6,337627099
Minimum	53
Maksimum	77

Distribusi frekuensi tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan dapat dilihat pada tabel 8 di bawah ini:

**Tabel 8.** Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas V Tentang Gerak Lokomotor, Non Lokomotor, dan Manipulatif pada Gerak Dasar Permainan Sepak Bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan

NO	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	76-100	Sangat Tinggi	1	3%
2	66-75	Tinggi	11	37%
3	56-65	Sedang	16	53%
4	41-55	Rendah	2	7%
5	0-40	Sangat Rendah	0	0%
JUMLAH			30	100%

Pada tabel distribusi frekuensi di atas Ketika ditampilkan dalam bentuk grafik maka data mengenai tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan dapat dilihat dalam gambar dibawah ini:



**Gambar 10.** Diagram distribusi frekuensi tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan.

Tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 7% (2 peserta didik), “sedang” sebesar 53% (16 peserta didik), “tinggi” sebesar 37% (11 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 3% (1 peserta didik). Maka dari itu dapat disimpulkan bahwasannya tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan mayoritas kategori “**sedang**”.

Penelitian yang telah diteliti oleh peneliti tentang tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan tentunya terdapat beberapa faktor yaitu faktor gerak non-lokomotor, gerak lokomotor, gerak manipulatif. Pada penelitian ini terdapat hasil dari setiap faktornya, dapat diuraikan sebagai berikut:

### **1. Faktor Gerak Non-Lokomotor**

Berdasarkan deskriptif statistik data hasil penelitian tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan menurut faktor gerak non-lokomotor di dapat yaitu skor minimum = 33; skor maximum = 88; mean = 60,3; median = 56; mode

= 56 & 67; dan standart deviasi = 15,23415. Maka hasil tersebut dapat dilihat di tabel 9 sebagai berikut:

**Tabel 9.** Deskriptif Statistik Faktor Gerak Non-Lokomotor

Statistik	
N	30
Mean	60,3
Median	56
Mode	56 & 67
Std. Deviation	15,23415
Minimum	33
Maksimum	88

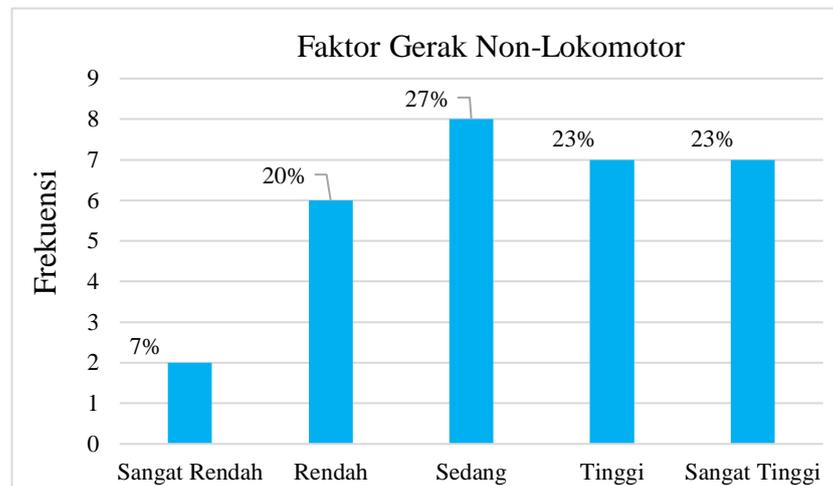
Deskriptif statistik tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan berdasarkan faktor gerak non-lokomotor dapat dilihat pada tabel 10 di bawah ini:

**Tabel 10.** Distribusi Frekuensi Faktor Gerak Non-Lokomotor

NO	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	76-100	Sangat Tinggi	7	23%
2	66-75	Tinggi	7	23%
3	56-65	Sedang	8	27%
4	41-55	Rendah	6	20%
5	0-40	Sangat Rendah	2	7%
JUMLAH			30	100%

Pada tabel distribusi frekuensi di atas ketika ditampilkan dalam bentuk grafik maka data mengenai tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan berdasarkan faktor gerak non-lokomotor dapat dilihat dalam gambar

dibawah ini:



**Gambar 11.** Diagram Distribusi frekuensi Faktor Gerak Non-Lokomotor

Pada tabel distribusi frekuensi di atas ketika ditampilkan dalam bentuk grafik maka data mengenai tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan berdasarkan faktor gerak non-lokomotor dapat dilihat dalam gambar dibawah ini:

Berdasarkan tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa tingkat tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan menurut faktor gerak non-lokomotor berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 6% (2 peserta didik), “rendah” sebesar 20% (6 peserta didik), “sedang” sebesar 27% (8 peserta didik), “tinggi” sebesar 23% (7 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 23% (7

peserta didik). Maka dari itu dapat disimpulkan bahwasannya tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan mayoritas kategori “**Sedang**”.

## 2. Faktor Gerak Locomotor

Berdasarkan deskriptif statistik data hasil penelitian tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan menurut faktor gerak lokomotor di dapat yaitu skor minimum = 22; skor maximum = 77; mean = 60,7; median = 61,6; mode = 56; dan standart deviasi = 13,47834 . Maka hasil tersebut dapat dilihat di tabel 11 sebagai berikut:

**Tabel 11.** Deskriptif Statistik Faktor Gerak Locomotor

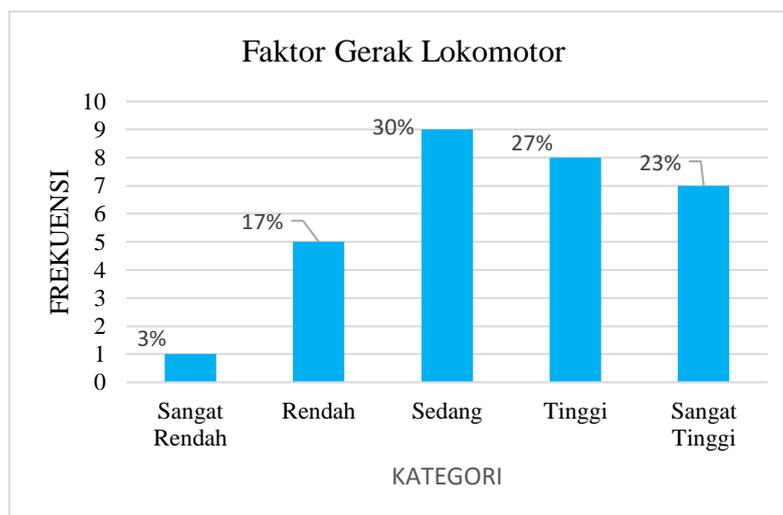
Statistik	
N	30
Mean	60,7
Median	61,5
Mode	56
Std. Deviation	13,47834
Minimum	22
Maksimum	77

Distribusi frekuensi tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan berdasarkan faktor gerak non-lokomotor dapat dilihat pada tabel 12 di bawah ini:

**Tabel 12.** Distribusi Frekuensi Faktor Gerak Lokomotor

NO	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	76-100	Sangat Tinggi	7	23%
2	66-75	Tinggi	8	27%
3	56-65	Sedang	9	30%
4	41-55	Rendah	5	17%
5	0-40	Sangat Rendah	1	3%
JUMLAH			30	100%

Pada tabel distribusi frekuensi di atas ketika ditampilkan dalam bentuk grafik maka data mengenai tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan berdasarkan faktor gerak lokomotor dapat dilihat dalam gambar dibawah ini:



**Gambar 12.** Diagram Distribusi Frekuensi Faktor Gerak Lokomotor

Berdasarkan tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa tingkat tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non

lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan menurut faktor gerak lokomotor berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 3% (1 peserta didik), “rendah” sebesar 17% (5 peserta didik), “sedang” sebesar 30% (9 peserta didik), “tinggi” sebesar 27% (8 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 23% (7 peserta didik). Maka dari itu dapat disimpulkan bahwasannya tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan mayoritas kategori “**sedang**”.

### 3. Faktor Gerak Manipulatif

Berdasarkan deskriptif statistik data hasil penelitian tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan menurut faktor gerak manipulatif di dapat yaitu skor minimum = 50; skor maximum = 92; mean = 71,3; median = 75; mode 75= ; dan standart deviasi = 11,54103125 . Maka hasil tersebut dapat dilihat di tabel 13 sebagai berikut:

**Tabel 13.** Deskriptif Statistik Faktor Gerak Manipulatif

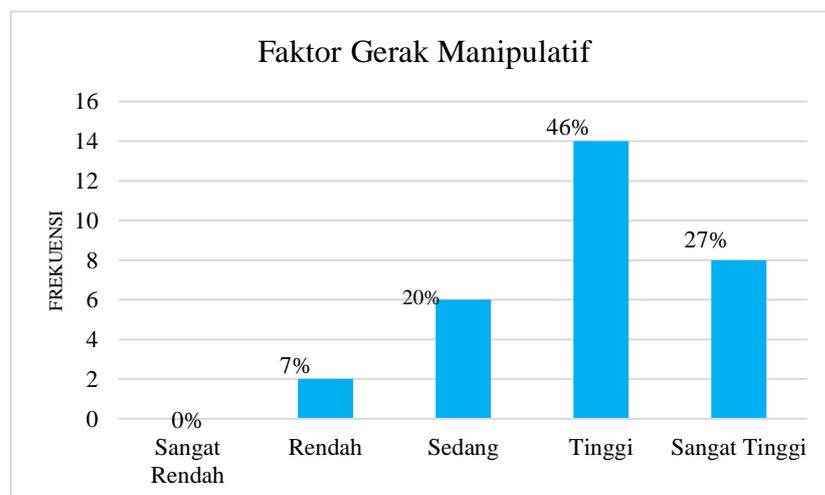
Statistik	
N	30
Mean	71,3
Median	75
Mode	75
Std. Deviation	11,54103125
Minimum	50
Maksimum	92

Distribusi frekuensi tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan berdasarkan faktor gerak manipulatif dapat dilihat pada tabel 14 di bawah ini:

**Tabel 14.** Distribusi Frekuensi Faktor Gerak Manipulatif

NO	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	76-100	Sangat Tinggi	8	27%
2	66-75	Tinggi	14	46%
3	56-65	Sedang	6	20%
4	41-55	Rendah	2	7%
5	0-40	Sangat Rendah	0	0%
JUMLAH			30	100%

Pada tabel distribusi frekuensi di atas ketika ditampilkan dalam bentuk grafik maka data mengenai tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan berdasarkan faktor gerak manipulatif dapat dilihat dalam gambar dibawah ini:



**Gambar 13.** Diagram Distribusi Frekuensi Faktor Gerak Manipulatif

Berdasarkan tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan menurut faktor gerak lokomotor berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 6% (2 peserta didik), “sedang” sebesar 20% (6 peserta didik), “tinggi” sebesar 46% (14 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 27% (8 peserta didik). Maka dari itu dapat disimpulkan bahwasannya tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan mayoritas kategori “**Tinggi**”.

## **B. Pembahasan**

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan. Penelitian ini merupakan bentuk perluasan pemahaman mengenai materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK yang lebih spesifik yaitu melalui cabang olahraga sepak bola, yang sebelumnya belum pernah dilakukannya tes tingkat pemahaman gerak dasar dalam permainan sepak bola di kelas V SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan. Dimana tes tingkat pemahaman yang diberikan oleh peneliti berupa pertanyaan dengan jawaban Benar atau Salah, dan terbagi menjadi 3 faktor yaitu (1) gerak nonlokomotor; (2) gerak lokomotor; dan (3) gerak manipulatif. Adanya penelitian ini guna menunjang tingkat

pemahaman siswa-siswi yang lebih luas dan tinggi mengenai materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK.

Hasil penelitian tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan dengan kategori “sangat rendah” sebesar 0% dengan artian tidak ada peserta didik yang masuk dalam kategori sangat rendah, “rendah” sebesar 7% (2 peserta didik), “sedang” sebesar 53% (16 peserta didik), “tinggi” sebesar 37% (11 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 3% (1 peserta didik). Berdasarkan uraian tersebut bahwa tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan secara keseluruhan masuk dalam kategori “**sedang**”. Dilihat dari hasilnya bahwa peserta didik di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan tidak seluruhnya menerima pembelajaran dengan baik dikarenakan pembelajaran yang diberikan monoton dan tidak berkembang, dari guru PJOK nya sendiri juga kurang inovatif dan kreatif dalam mengembangkan pembelajaran. Peserta didik jika melakukan praktik seperti berjalan, berlari, menendang, dan melempar mereka mampu dan bisa, tetapi untuk membedakan antara ketiga gerak yaitu lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif belum paham bagi sebagian siswa maka hasil dari keseluruhan yaitu sedang. Ada beberapa hal yang mempengaruhi siswa tidak dapat memahami pembelajaran dengan baik seperti karakteristik siswa yang berbeda-beda, ada yang daya ingatnya kuat dan ada juga yang daya ingatnya rendah, metode pembelajaran

yang diberikan guru kurang sesuai dengan siswa, pada saat pembelajaran berlangsung peserta didik ada yang kurang memperhatikan materi yang diberikan oleh guru dan kurang fokus saat pembelajaran. Kemudian dari guru PJOK sendiri lebih terfokuskan kepada pembelajaran praktik dari pada teori yang mengakibatkan kurangnya pengetahuan dalam diri peserta didik, ditambah lagi pada tahun pelajaran baru ini di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan guru PJOK yang mengampu bukan dari lulusan guru PJOK yang mengakibatkan kurangnya wawasan dan pengetahuan yang mumpuni terhadap materi pembelajaran dan berdampak terhadap kemampuan siswa. Diharapkan dari tes tingkat pemahaman ini guru PJOK dari SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan dapat menyesuaikan pembelajaran dan metode yang akan diberikan kepada peserta didik.

Tingkat pemahaman peserta didik mengenai materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK dalam penelitian ini dipengaruhi berdasarkan beberapa faktor yaitu:

### **1. Faktor Nonlokomotor**

Tingkat pemahaman peserta didik kelas V dalam materi gerak dasar nonlokomotor pada cabang olahraga sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan termasuk dalam kategori “**sedang**” yaitu terdapat 8 peserta didik dengan presentase 27%. Dari 9 butir soal di faktor nonlokomotor bahwa jawaban yang hampir semua benar yaitu pada butir soal nomor 8 dengan pertanyaan “Berlari mengejar bola merupakan bentuk gerakan non-lokomotor” dengan jawab yang tepat adalah

“**salah**”. Pada butir soal nomor 8 terdapat 22 peserta didik yang benar dari 30 peserta didik. Selain itu terdapat kesalahan paling banyak pada butir soal nomor 7, yaitu dengan pertanyaan “Usaha untuk menghadang lawan dalam permainan sepakbola termasuk gerak non-lokomotor” dan jawaban yang tepat adalah “**benar**”. Butir soal nomor 7 ini terdapat 10 peserta didik dari 30 peserta didik yang menjawab benar. Gerak nonlokomotor adalah aktivitas yang menggerakkan anggota tubuh pada porosnya dan pelaku tidak pindah tempat. Bentuk-bentuk gerak non-lokomotor yaitu menghindar, meregangkan otot, memutar dan berputar, mengayunkan kaki, bergantung, menarik dan yang terakhir adalah mendorong (Hanief, 2015, p. 62).

## 2. Faktor Lokomotor

Tingkat pemahaman peserta didik kelas V dalam materi gerak dasar lokomotor pada cabang olahraga sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan termasuk dalam kategori “**sedang**” yaitu terdapat 9 peserta didik dengan presentase sebesar 30%. Dari 9 butir soal di faktor gerak dasar lokomotor jawaban yang hampir semua benar yaitu pada butir soal nomor 17 dengan pertanyaan “Pemain yang berpindah tempat dengan berlari bertujuan...” dengan jawaban yang tepat adalah “**benar**”. Pada butir soal nomor 17 terdapat 23 peserta didik dari 30 peserta didik yang menjawab dengan benar. Selain itu terdapat kesalahan paling banyak pada butir soal nomor 18 yaitu dengan pertanyaan “Kiper melompat menangkap bola adalah gerak dasar lokomotor” dan jawaban

yang tepat adalah **“salah”**. Butir soal nomor 18 ini terdapat 7 peserta didik dari 30 peserta didik yang menjawab dengan benar. Menurut Sugito (2015, p. 62) gerak lokomotor adalah gerak memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain. Macam-macam gerak lokomotor yaitu: lari, lompat, loncat, jingkat, menderep, sliding, skipping, rolling dan memanjat.

### **3. Faktor Manipulatif**

Tingkat pemahaman peserta didik kelas V dalam materi gerak dasar lokomotor pada cabang olahraga sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan termasuk dalam kategori **“tinggi”** yaitu terdapat 14 peserta didik dengan presentase sebesar 46%. Dari 12 butir soal di faktor gerak dasar manipulatif dengan jawaban yang semua benar yaitu pada butir soal nomor 19 dengan pertanyaan “Gerakan yang dilakukan menggunakan alat/benda seperti bola....” dengan jawaban yang tepat adalah **“benar”**. Pada butir soal nomor 19 semua peserta didik dengan total 30 peserta didik menjawab dengan benar. Selain itu terdapat kesalahan paling banyak pada butir soal nomor 28 yaitu dengan pertanyaan “Kiper bereaksi terhadap tendangan lawan dengan melompat....” dan jawaban yang tepat adalah **“salah”**. Butir soal nomor 28 ini terdapat 11 peserta didik dari 30 peserta didik yang menjawab dengan benar. Yusup (2021, p. 365) menyatakan bahwa manipulatif biasanya digambarkan sebagai gerakan yang mempermainkan objek tertentu sebagai medianya atau keterampilan yang melibatkan

kemampuan seseorang menggunakan bagian tubuhnya untuk memanipulasi objek di luar dirinya.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini memiliki kekuarangan atau keterbatasan diantaranya sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini hanya berlaku terhadap peserta didik kelas V di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan saja dan tidak digeneralisasikan untuk mata pelajaran yang lain.
2. Ketika pengambilan data penelitian, peneliti sudah memantau dengan langsung dan cermat. Namun ketika peneliti mendekat dan melihat jawaban dari responden, masih terdapat beberapa responden yang belum sungguh-sungguh dan terdapat responden yang masih belum fokus pada saat mengerjakan tes tersebut.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan, untuk kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 7% (2 peserta didik), “sedang” sebesar 53% (16 peserta didik), “tinggi” sebesar 37% (11 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 3% (1 peserta didik). Maka dari itu dapat disimpulkan bahwasannya tingkat pemahaman peserta didik kelas V tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan mayoritas kategori “**sedang**”.

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan kesimpulan penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka pada penjelasan berikut peneliti akan menyajikan implikasi hasil penelitian, sebagai berikut:

1. Hasil penelitian dapat memberikan informasi mengenai tingkat pemahaman peserta didik kelas V terhadap materi gerak dasar dalam cabang olahraga sepak bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan.
2. Dengan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan baik sekolah, guru serta peserta didik untuk meningkatkan pemahaman dalam pembelajaran maupun diluar pembelajaran yang kaitannya dalam hal

mental, fisik, dan pengetahuan serta kebutuhan untuk proses belajar mengajar agar tercapai tujuan pembelajaran.

### **C. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan, sebagai berikut:

1. Peneliti hanya melakukan penelitian pada pemahaman peserta didik dalam materi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam cabang olahraga sepak bola, bagi peneliti selanjutnya disarankan sampel dan variable penelitian yang lainnya, sehingga diharapkan keterlaksanaan pembelajaran dapat teridentifikasi secara luas.
2. Bagi peserta didik yang memiliki kategori tingkat pemahaman rendah dan sangat rendah, diharapkan untuk meningkatkannya dengan cara belajar dan mendapatkan bimbingan yang intensif dari guru maupun orang tua.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, S. (2018). Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukam Berkontribusi terhadap Akurasi Shooting Sepakbola. *Peforma Olahraga*, 3(02), 6-14.
- Akmal, I., & Lesmana, H. S. (2019). Kontribusi Kecepatan dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling. *Jurnal Patriot*, 2, 1197-1210.
- Antoni, R., & Bakhtiar, S. (2019). Hubungan Status Gizi Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor di Sekolah Dasar. *Jurnal JPDO*, 2(8), 21-27.
- Arif, H. (2017). Peningkatan Aktivitas Gerak Lokomotor, Non lokomotor dan Manipulatif Menggunakan Model Permainan pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 9(1), 23
- Arifin, S. (2017). Internalisasi Sportivitas Pada Pendidikan Jasmani. Sidoarjo: Zifatama Jawara, 18.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. (Rev.ed)*. Jakarta: PT Bina Aksara
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta. 193
- Bahtra, R. (2022). *Buku Ajar Permainan Sepakbola*. Padang: Sukabina Press.104-132.
- Fajri, S. A., & Prasetyo, Y. (2015). Pengembangan busur dari pralon untuk pembelajaran ekstrakurikuler panahan peserta didik sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(2), 90.
- Festiawan, R., & Arovah, N. I. (2020). Pengembangan “Buku Saku Pintar Gizi” untuk peserta didik SMP: alternatif media pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan gizi olahraga. *Physical Activity Journal*, 1(2) 188-201
- Hamidan, R. (2018). Pengembangan model permainan tanpa alat untuk mengembangkan kemampuan gerak lokomotor siswa sekolah dasar kelas bawah. *Yogyakarta : Eprintis UNY*, 17-21.
- Hanief, Y. N., & Sugito. (2015). Membentuk gerak dasar pada siswa sekolah dasar melalui permainan tradisional. *Sportif*, 1(1) 60-73.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D.J.,& Istiqomah,R.R. (2020) *Metode penelitian kualitatif & kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 361

- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., Oktavianus, I. (2020). Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola. Fakultas Ilmu Keolahragaan : Universitas Negeri Padang, 722-725.
- Junaedi, A. (2015) Survey Tingkat Kemajuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sma,Smk dan Ma Negeri Se-Kabupaten Gresik. Universitas Negeri Semarang, 836.
- Kakung, E. (2021). Tingkat Pemahaman Siswa Kelas X terhadap Materi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Serta Aktivitas Pengembang Secara Daring di SMA Negeri 1 Pundong. *Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta*, 1-109.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2014). Pendidikan Jamani Olahraga dan Kesehatan, 9.
- Komarudin, K. (2016). Membentuk Kematangan Emosi dan Kekuatan Berpikir Positif pada Remaja Melalui Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(2), 67-75.
- Latifah, U. (2017). Peningkatan pemahaman konsep ips melalui penerapan metode active learning tipe index card match pada peserta didik kelas VA SD Ngoto tahun pelajaran 2016/2017. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta, 9.
- Luxbacher. (2012). Sepakbola. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Mahmud. (2011). Metode penelitian pendidikan. Bandung: Pustaka Setia.
- Miranda, Evelyn. Y. (2023). Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas VII Terhadap Permainan Bola Basket Di SMP Negeri ! Lendah Kabupaten Kulon Progo. *Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta*, 1-138.
- Mubarak, R. (2016). Efektivitas Latihan gerak lokomotor untuk meningkatkan kemampuan motoric kasar pada siswa tunagrahita sedang kelas 3 SD di SLB Wiyata Dharma 3 Sleman. Yogyakarta: Eprintis UNY, 28-29.
- Mulyana, S. A. (2013). Analisis Kondisi Fisik dan Teknik Dasar Sepak Bola Ektrakurikuler Sepak Bola SMAN 2 Ciamis. *Skripsi*. Universitas Pendidikan Indonesia, 24.
- Mustada, H., & Adnan, A. (2019). Penyebab kurangnya akurasi shooting ditinjau dari pelaksanaan gerak. *Jurnal Patriot*, 2, 1064-1076.
- Nasution, A. (2018). Survei teknik dasar bermain sepak bola pada siswa smkt somba opu kabupaten gowa. Ilmu Keolahragaan, 1-10.

- Nawafil, M. (2018). *Cornerstone of Education: (Landasan-Landasan Pendidikan)*. Absolute Media, 5.
- NST, G. Z. A., & Adnan, A. (2019). Tinjauan keterampilan Teknik sepakbola bagi anak usia remaja pada klub sepakbola gaeuda FC Kabupaten Pasaman. *Jurnal Patriot*, 1, 56-62.
- Nunung, S. (2032). Pengembangan media permainan berangkai untuk meningkatkan gerak dasar siswa sekolah dasar. Yogyakarta : Fakultas Ilmu Keolahragaan, 61-64.
- Nurdyansyah & Fahyuni, E. F. (2016). Intonasi model pembelajaran sesuai kurikulum 2013. Semarang: UNSSULA Press, 2.
- Nurunnabilah, N., Gani, R. A., & Gustiawati, R. (2022). Pengaruh Permainan Gerak Manipulatif Terhadap Konsentrasi Belajar. *Jurnal Porkes*, 5(2), 498-509.
- Paramitha, S. T., Imanudin, I., Hardwis, S., & Suwanta, D. M. (2020). *Development of basic football learning techniques (kicking) throught digitalization of learning material*. 394(Icirad 2019), 419-424.
- Pardiman, Ratih, M., & Anwar, S. (2022). Studi literatur Latihan tendangan kaki bagian dalam terhadap ketepatan shooting pada permainan sepak bola. *Sparta*, 03(01), 1-10.
- Paturusi, A. (2012). Manajemen Pendidikan jasmani dan olahraga. Jakarta: Rineka Cipta, 4-5.
- Pratama, Mega. Y. (2023). Tingkat pemahaman siswa kelas V pada pembelajaran Pendidikan jasmani materi sepak bola di SD Negeri Bantul Timur. Yogyakarta : Eprintis UNY, 27.
- Priastuti, D. (2015). Peningkatan keberanian guling belakang melalui permainan bola dan sampai pada peserta didik kelas IV A SDN 4 Wates, Kulonprogo. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 11(2), 138.
- Primasoni, N. (2017). Pedoman melatih sepak bola anak usia dini berkarakter. Yogyakarta: UNY Press, 12-19.
- Purnomo, E. (2011). Dasar-dasar Gerakan Atletik. Yogyakarta: Alfabedia, 11.
- Purwanto, N. (2013). Prinsip-prinsip dan teknik evaluasi pengajaran. Bandung: Remaja Rosdakarya, 44-137.
- Rachman, A. (2019). Survei Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Kelas X Sman 1 Sinjai. Fakultas Ilmu Keolahragaan.

- Rahayu, Ega Trisna. 2013. Strategi pembelajaran pendidikan jasmani. Implementasi pada pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Bandung: Alfabeta, 3.
- Rahyubi, H. (2012). Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik Deskripsi dan Tinjauan Kritis. Bandung: Nusa Media, 305.
- Rithaudin, A., & Sari, P. T. P. (2019). Analisis pembelajaran aspek kognitif materi Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan SMK/SMA. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 34.
- Saputra, A., & Yanes, R. (2019). Hubungan Kelinvahan dan Kecepatan terhadap Kemampuan Deibbling Pemain Sekolah Sepakbola. *Jurnal Patriot*, , 71-78.
- Setyawan, D. A., Hadi, H., & Royana, I. F. (2018). Kemampuan motoric kasar anak usia 5-6 tahun di TK Negeri Pembina Kota Surakarta. *Jurnal Penjakora*, 5(1), 17-27.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. literasi media publishing, 50.
- Sudaryono. (2012). Dasar-dasar evaluasi pembelajaran. Yogyakarta: Graha Ilmu, 44.
- Sudijono, A. (2015). Pengantar statistika pendidikan. Jakarta: CV Rajawali, 40-50.
- Supriatna, E., & Wahyupurnomo, M. A. (2015). Keterampilan guru dalam membukan dan menutup pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan di SMAN se-Kota Pontianak. *Jurnal Pendidikan Jamani Indonesia* 11(1), 66.
- Sutapa, P. (2018). Aktivitas fisik motoric dan pengembangan kecerdasan majemuk usia dini. Yogyakarta: PT Kanisius, 136.
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta. 21
- Sugiyono (2015). Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods). Bandung: Alfabeta. 32-147
- Utami, M. S. U., & Purnomo, E. (2019). Minat peserta didik sekolah menengah pertama terhadap pembelajaran atletik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonseia*, 15(1), 12-21.
- Vanagosi, K. D. (2016). Konsep gerak dasar untuk anak usia dini. *Juenal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 2(1), 75.

- Wibowo, Yuyun. A. (2014). Pemhaman Mahasiswa PJKR Kelas B Angkatan Tahun 2009 Terhadap Permainan Net. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. FIK UNY, 10(1), 42
- Widiastuti. (2019). Mengatasi keterbatasan saran prasarana pada pembelajaran Pendidikan jasmani. *POLGLOT: Jurnal Ilmiah*, 15(1), 141.
- Wijaya, W. A. (2012). Tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepakbola peserta putra ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 2 Wonosobo. Yogyakarta: FIK UNY, 10.
- Winarno, M.E. 2011. *Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Media Cakrawala Utama Press, 94.
- Wiriawan, W., & Irawan, R. (2019). Futsal, modofikasi instrument mengoper bola rendah untuk tes passing. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2, 438-451.
- Yudi, A. A. (2019). Pengaruh latihan small sided game terhadap keterampilan passing siswa SMAN 4 Sumbar. *Jurnal Cerdas Sifa*, (2), 1-8.
- Zulwandi, Y., & Irawan. R. (2018). Metode Latihan Sirkuit Berpengaruh Terhadap Akurasi Shooting Sepakbola Yogi. *Jurnal Patriot*, 2, 975

# LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing Tugas Akhir Skripsi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 550816, 515091, Faksimile (0274) 515091.  
Laman : <http://www.uns.ac.id> Surel : [uns@uns.ac.id](mailto:uns@uns.ac.id)

11 April 2022

Kpd Yth Saudara Ahis Zahar NIM 19604221060

Mahasiswa Prodi PGSD Penjaj

Dengan hormat,

Berdasarkan surat saudara tentang permohonan judul penulisan Tugas Akhir Skripsi. Kami menyetujui judul Tugas Akhir Skripsi saudara dengan:

Judul Tugas Akhir : Tingkat Pemahaman Siswa Kelas V SD Negeri Ngetal Kecamatan Seyegan terhadap Teknik Dasar *Passing* dan *Dribbling* pada Permainan Sepakbola.

Dosen Pembimbing : Dr. Nurhadi Santoso, M.Pd.

Selanjutnya saudara bisa segera menghubungi dosen pembimbing untuk memulai proses bimbingan dengan menyertakan judul, permasalahan singkat dan metode penelitian.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Koorprodi PGSD Penjaj

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

## Lampiran 2. Surat Izin Uji Coba Instrumen

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



**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/549/UN34.16/LT/2023 25 Juli 2023  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : **Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian**

**Yth . Kepala SD Negeri Ngemplaksari**  
**Ngemplaksari, Margomulyo, Kec. Seyegan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta**

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

Nama	: Alvis Zahar
NIM	: 19604221060
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Judul Tugas Akhir	: Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas V Tentang Gerak Lokomotor, Non Lokomotor, dan Manipulatif Pada Gerak Dasar Permainan Sepak Bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan
Waktu Uji Instrumen	: Rabu - Kamis, 26 - 27 Juli 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,  
Kemahasiswaan dan Alumni,

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

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

### Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Menyelesaikan Uji Instrumen



**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
DINAS PENDIDIKAN  
SEKOLAH DASAR NEGERI NGEEMPLAKSARI**

Ngemplak, Margomulyo, Seyegan, Sleman, Yogyakarta, 55561  
HP 082136939315  
Email : [sdn\\_ngemplaksari@yahoo.com](mailto:sdn_ngemplaksari@yahoo.com)

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor: 36/Suket/VIII/2023

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : BAKIR, S.Pd.SD  
NIP : 19700101 199606 1 004  
Pangkat , Gol/Ruang : Pembina, IV/a  
Jabatan : Kepala SD Negeri Ngemplaksari, Seyegan  
Alamat : Ngemplak, Margomulyo, Seyegan, Sleman

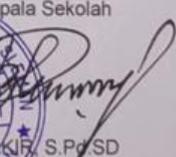
Menerangkan bahwa nama tersebut di bawah ini:

Nama : Alvis Zahar  
NIM : 19604221060  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1

Telah melaksanakan uji instrumen tingkat pemahaman peserta didik kelas v tentang gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada gerak dasar permainan sepak bola di SD Negeri Ngemplaksari Kapanewon Seyegan pada hari Jumat, tanggal 28 Juli 2023.

Demikian surat ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Seyegan, 3 Agustus 2023  
Kepala Sekolah

  
BAKIR, S.Pd.SD  
Pembina, IV/a  
NIP. 19700101 199606 1 004



## Lampiran 4. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN <https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



**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/1532/UN34.16/PT.01.04/2023 2 Agustus 2023  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : **Izin Penelitian**

**Yth . Kepala Sekolah SD Negeri Ngetal**  
**Ngetal, Margoagung, Kec. Seyegan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta**

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama	: Alvis Zahar
NIM	: 19604221060
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas V Tentang Gerak Lokomotor, Non Lokomotor, dan Manipulatif Pada Gerak Dasar Permainan Sepak Bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan
Waktu Penelitian	: Kamis - Jumat, 3 - 4 Agustus 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,  
Kemahasiswaan dan Alumni,

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

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



1 dari 1 02/08/2023, 09:35

## Lampiran 5. Surat Keterangan Telah Menyelesaikan Penelitian

**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**SD NEGERI NGETAL**  
Alamat : Ngetal, Margoagung, Seyegan, Sleman, Yogyakarta Telp. 0812 2807 0466  
Email : sd\_n\_ngetal@yahoo.co.id

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 038/SD.Ngtl/VIII/2023

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Rohmat Widada, S.Pd
N I P	: 19700622 199603 1 006
Jabatan	: Kepala Sekolah
Asal Sekolah	: SD Negeri Ngetal
Telepon/HP	: 081228070466

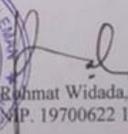
Menerangkan bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama	: Alvis Zahar
NIM	: 19604221060
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Waktu Penelitian	: Kamis – Jum'at, 3 – 4 Agustus 2023

Benar-benar telah melaksanakan penelitian Tugas Akhir Skripsi dengan judul **“Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas V Tentang Gerak Lokomotor, Non Lokomotor, dan Manipulatif Pada Gerak Dasar Permainan Sepak Bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan”** di Kelas V SD Negeri Ngetal.

Demikian surat keterangan ini kami buat sebenar-benarnya dan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Seyegan, 04 Agustus 2023  
Kepala Sekolah

  
Rohmat Widada, S.Pd  
NIP. 19700622 199603 1 006



## Lampiran 6. Surat Permohonan Validasi Instrumen Penelitian

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TA  
Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth,  
Bapak Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas, M.Or.  
Dosen Prodi Pendidikan Olahraga  
di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

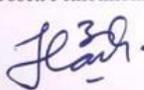
Schubungan dengan pelaksanaan Tugas Akhir (TA), dengan ini saya:

Nama : Alvis Zahar  
NIM : 19604221060  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar  
Judul : Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas V Tentang Gerak Lokomotor, Non Lokomotor, dan Manipulatif Pada Gerak Dasar Permainan Sepak Bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan.

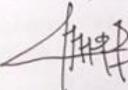
Dengan hormat mohon Bapak berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TA yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, Bersama ini saya lampirkan: (1) proposal TA, (2) kisi-kisi instrument TA, (3) draft instrument penelitian TA.

Demikian permohonan saya, atas bantuan dan perhatian Bapak diucapkan terima kasih.

Mengetahui,  
Dosen Pembimbing TA,

  
Dr. Nurhadi Santoso, S.Pd., M.Pd.  
NIP 197403172008121003

Yogyakarta, 18 Juli 2023  
Pemohon,

  
Alvis Zahar  
NIM 19604221060

Lampiran 7. Surat Pernyataan Validasi Instrumen Penelitian

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI  
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas, M.Or.  
NIP : 198207112008121003  
Jurusan : Pendidikan Olahraga

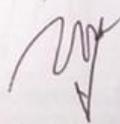
Menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Alvis Zahar  
NIM : 19604221060  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar  
Judul TA : Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas V Tentang Gerak Lokomotor, Non Lokomotor, dan Manipulatif Pada Gerak Dasar Permainan Sepak Bola di SD Negeri Ngetal Kapanewon Seyegan.

Setelah dilakukan kajian atas instrument penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

Layak digunakan untuk penelitian  
 Layak digunakan dengan revisi  
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 18 Juli 2023  
Validator,  
  
Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas, M.Or.  
NIP 198207112008121003

Catatan:

Beri Tanda ✓

Lampiran 8. Hasil Uji Vaidasi

No Butir Soal	R hitung	R table
1	0.693	0.532
2	0.793	0.532
3	0.693	0.532
4	0.884	0.532
5	0.693	0.532
6	0.952	0.532
7	0.599	0.532
8	0.693	0.532
9	0.952	0.532
10	0.538	0.532
11	0.952	0.532
12	0.538	0.532
13	0.723	0.532
14	0.884	0.532
15	0.952	0.532
16	0.599	0.532
17	0.884	0.532
18	0.952	0.532
19	0.538	0.532
20	0.693	0.532
21	0.723	0.532
22	0.693	0.532
23	0.884	0.532
24	0.693	0.532
25	0.538	0.532
26	0.884	0.532
27	0.538	0.532
28	0.884	0.532
29	0.599	0.532
30	0.952	0.532

Lampiran 9. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR PROGRAM SARJANA  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092.  
Laman : <http://www.fikk.uny.ac.id>, Surel : [bumas\\_fikk@uny.ac.id](mailto:bumas_fikk@uny.ac.id)

FORMULIR BIMBINGAN PENYUSUNAN LAPORAN TA

Nama Mahasiswa : Alvis Zahar  
Dosen Pembimbing : Dr. Nurhik Santoso, S.P.d., M.P.d.  
NIM : 19604221060  
Program Studi : S1- PJSD  
Judul TA : Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas V Tentang Gerak Lokomotor, Non Lokomotor dan Manipulatif Pada Gerak Dasar Permainan Sepak Bola di SD Negeri Ngetal Kabupaten Seyegan

No.	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Hasil/Saran Bimbingan	Paraf Dosen Pembimbing
1.	Senin, 30-01-2023	Bab 1	Revisi Judul dan latar belakang	<i>[Signature]</i>
2.	Kamis, 09-03-2023	BAB 1	Revisi tata tulis dan latar belakang	<i>[Signature]</i>
3.	Selasa, 13-03-2023	BAB 1	Revisi identifikasi masalah	<i>[Signature]</i>
4.	Selasa, 11-04-2023	BAB 2	Revisi kutipan dan kajian teori	<i>[Signature]</i>
5.	Rabu, 31-05-2023	BAB 2	Revisi kajian teori	<i>[Signature]</i>
6.	Selasa, 06-06-2023	BAB 3	Revisi kis-kis Instrumen penelitian	<i>[Signature]</i>
7.	Selasa, 27-06-2023	BAB 3	Revisi tata tulis	<i>[Signature]</i>
8.	Selasa, 1-08-2023	BAB 4 dan BAB 5	Revisi Pembahasan tata tulis	<i>[Signature]</i>
9.	Jumat, 18-08-2023	BAB 4 dan BAB 5	Revisi daftar isi dan tabel gambar	<i>[Signature]</i>
10.	Senin, 21-08-2023	BAB 4 dan BAB 5	Penulisan dan tata tulis lampiran, gambar	<i>[Signature]</i>

Mengetahui  
Koord. Prodi S1 PJSD

*[Signature]*  
Dr. Hari Yulianto, M.Kes.  
NIP. 19670701 199412 1 001

Yogyakarta, 22 Agustus 2023

Mahasiswa,

*[Signature]*  
Alvis Zahar  
NIM. 19604221060

Lampiran 10. Angket Instrumen Penelitian

**INSTRUMEN PENELITIAN**  
**TINGKAT PEMAHAMAN PESERTA DIDIK KELAS V TENTANG GERAK**  
**LOKOMOTOR, NON LOKOMOTOR, DAN MANIPULATIF PADA**  
**GERAK DASAR PERMAINAN SEPAK BOLA DI SD NEGERI**  
**NGETAL KAPANEWON SEYEGAN**

1. IDENTITAS RESPONDEN

- a. Nama : .....
- b. Kelas/ No Absen : .....
- c. Jenis Kelamin (L/P) : .....

2. PETUNJUK PENGISIAN SOAL:

- a. Bacalah, cermati, dan pahami setiap butir pernyataan-pernyataan di bawah ini dengan seksama.
- b. Pilihan jawaban adalah BENAR dan SALAH
- c. Pilihlah salah satu jawaban yang dianggap paling sesuai dengan pendapat saudara seperti yang telah digambarkan oleh pernyataan yang tersedia.
- d. Berilah tanda centang (V) pada salah satu jawaban yang sesuai dengan tanggapan saudara pada kolom di samping pernyataan.

**Contoh :**

NO	Pernyataan	Benar	Salah
1.	Gerak dasar permainan sepak bola salah satunya adalah passing.	V	

**Soal.**

NO	Pernyataan	Benar	Salah
1.	Gerakan yang ditandai dengan tidak ada perpindahan tempat adalah pengertian gerak non-lokomotor.		
2.	Pemain bola berjalan sambil melihat posisi lawan termasuk dalam gerak non-lokomotor.		
3.	Dalam permainan sepakbola ada gerakan membungkuk ini termasuk dalam gerak non-lokomotor		

NO	Pernyataan	Benar	Salah
4.	Pada permainan sepakbola membayangi lawan ini termasuk dalam gerak non-lokomotor.		
5.	Pada permainan sepakbola terdapat gerak non-lokomotor salah satunya berdiri.		
6.	Kiper menangkap bola merupakan gerak non-lokomotor.		
7.	Usaha untuk menghadang lawan dalam permainan sepakbola termasuk gerak non-lokomotor.		
8.	Berlari mengejar bola merupakan bentuk gerakan non-lokomotor.		
9.	Menggelengkan kepala untuk melihat posisi teman pada saat ingin memberikan umpan termasuk dalam gerak non-lokomotor.		
10.	Gerakan berpindah tempat tanpa menyentuh bola dalam permainan sepakbola tergolong gerak dasar lokomotor		
11.	Pemain sepakbola membalikkan badannya ditempat ketika akan menerima bola adalah gerak dasar lokomotor.		
12.	Pemain menghindari lawan dengan melompat termasuk gerak lokomotor.		
13.	Salah satu gerak dasar lokomotor dalam permainan sepak bola adalah berlari		
14.	Melangkah termasuk gerak dasar lokomotor dalam permainan sepakbola.		
15.	Menyundul bola dalam permainan sepakbola termasuk gerak lokomotor.		
16.	Lari awalan sebelum menendang bola termasuk gerak dasar lokomotor.		
17.	Pemain yang berpindah tempat dengan berlari bertujuan mencari ruang kosong termasuk gerak dasar lokomotor		
18.	Kiper melompat menangkap bola adalah gerak dasar lokomotor.		
19.	Gerakan yang dilakukan menggunakan alat/benda seperti bola adalah pengertian dari gerak manipulatif.		
20.	Menendang bola termasuk dalam gerak manipulatif.		

NO	Pernyataan	Benar	Salah
21.	Berlari melewati hadangan lawan termasuk dalam gerak manipulatif.		
22.	Kiper bergerak melompat termasuk dalam gerak manipulatif.		
23.	Mengoper bola kepada teman termasuk dalam gerak manipulatif.		
24.	Usaha menggiring bola untuk menghindari lawan termasuk gerak dasar manipulatif.		
25.	Melangkah untuk menghindari lawan termasuk gerak manipulatif.		
26.	Lemparan ke dalam pada permainan sepakbola termasuk gerak manipulatif.		
27.	Ketika pemain sepak bola mendapatkan bola dari penguasaan lawan maka telah terjadi gerak dasar manipulatif.		
28.	Kiper bereaksi terhadap tendangan lawan dengan melompat menuju arah bola ini termasuk dalam gerak manipulatif.		
29.	Menghentikan bola dengan telapak kaki merupakan gerakan manipulatif.		
30.	Memainkan bola dengan kepala termasuk dalam gerak manipulatif.		



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	NON-LOKOMOTOR														
AHMAD	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0
AKBAR	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1
ALIKA	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1
ANANDA	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0
ANDIKA	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1
ANINDYA	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1
ARIYANI	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1
ARKA	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1
ASNA	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0
ASYIFA	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1
AYUNDA	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1
DAFA	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1
DICKY	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1
DILA	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1
EKA	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1
IOBAL	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0
ISYIKA	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0
KALILA	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1
KUMAIRA	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1
KHUSNA	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1
LABIBAH	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0
NABIL	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0
NABILA	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0
NAURA	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1
NALA	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0
RAMADHAN	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0
RAMDHAN	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1
SAVALUNA	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0
SIFA	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1
TARA	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0
TOTAL	19	21	16	19	20	18	10	22	18	18	17	18	19	22	18

Lampiran 12. Hasil Olah Data Penelitian

**Statistics Pemahaman Siswa**

Pemahaman siswa

N	Valid	30
	Missing	0
Mean		64.8000
Median		63.0000
Mode		63.00
Std. Deviation		6.33763
Minimum		53.00
Maximum		77.00
Sum		1944.00

**Pemahaman Siswa**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	53.00	3	9.7	10.0	10.0
	57.00	2	6.5	6.7	16.7
	60.00	2	6.5	6.7	23.3
	63.00	9	29.0	30.0	53.3
	67.00	5	16.1	16.7	70.0
	70.00	4	12.9	13.3	83.3
	73.00	4	12.9	13.3	96.7
	77.00	1	3.2	3.3	100.0
	Total	30	96.8	100.0	
Missing	System	0	0		
Total		30	100.0		

**Statistics Non-Lokomotor**

Nonlokomotor

N	Valid	30
	Missing	0
Mean		60.5000
Median		56.0000
Mode		56.00 <sup>a</sup>
Std. Deviation		15.53805
Minimum		33.00
Maximum		89.00
Sum		1815.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

**VAR00010**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	33.00	2	6.7	6.7	6.7
	44.00	6	20.0	20.0	26.7
	56.00	8	26.7	26.7	53.3
	67.00	8	26.7	26.7	80.0
	78.00	3	10.0	10.0	90.0
	89.00	3	10.0	10.0	100.0
Total		30	100.0	100.0	

**Statistics Lokomotor**

Lokomotor

N	Valid	30
	Missing	0
Mean		60.9333
Median		61.5000
Mode		56.00
Std. Deviation		13.77387
Minimum		22.00
Maximum		78.00
Sum		1828.00

**VAR00010**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	22.00	1	3.3	3.3	3.3
	44.00	5	16.7	16.7	20.0
	56.00	9	30.0	30.0	50.0
	67.00	8	26.7	26.7	76.7
	78.00	7	23.3	23.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

**Statistics Manipulatif**

Manipulatif

N	Valid	30
	Missing	0
Mean		71.3333
Median		75.0000
Mode		75.00
Std. Deviation		11.54103
Minimum		50.00
Maximum		92.00
Sum		2140.00

**VAR00013**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	50.00	2	6.7	6.7	6.7
	58.00	6	20.0	20.0	26.7
	67.00	5	16.7	16.7	43.3
	75.00	9	30.0	30.0	73.3
	83.00	6	20.0	20.0	93.3
	92.00	2	6.7	6.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

## Lampiran 13. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

### a. RPP Materi Permainan Sepak Bola

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)	
Satuan Pendidikan	: SD NEGERI NGETAL
Kelas / Semester	: 5 / 1
Mata Pelajaran	: PJOK
Materi	: 1. Permainan Sepak Bola
Sub Materi	: 1. Menggiring Bola
Alokasi Waktu	: 2 JP

**A. Tujuan Pembelajaran**

1. Siswa mampu menjelaskan tata cara menggiring bola dalam permainan sepak bola dengan benar.
2. Siswa mampu mempraktikkan gerakan menggiring bola dalam permainan sepak bola dengan benar.

**B. Kegiatan Pembelajaran**

1. Pembelajaran dimulai dengan salam, do'a bersama, dan dilanjutkan dengan menanyakan kabar siswa.
2. Guru mengecek kehadiran siswa serta memberikan pesan untuk selalu menjaga kesehatan dan mematuhi protokol kesehatan Covid-19.
3. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa melakukan pemanasan terlebih dahulu.
4. Kegiatan pembelajaran dilanjutkan dengan memberikan penjelasan kepada siswa tentang tata cara dan prosedur menggiring bola dalam permainan sepak bola.
5. Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang materi yang telah disampaikan.
6. Siswa diminta untuk berdiskusi dengan temannya tentang tata cara dan prosedur dalam menggiring bola.
7. Guru meminta beberapa siswa untuk memperagakan gerakan menggiring bola.
8. Guru memberikan koreksi gerakan menggiring bola yang belum sesuai dengan prosedur.
9. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan.
10. Guru meminta siswa untuk mempraktikkan gerakan menggiring bola dengan temannya.
11. Guru memantau kegiatan siswa dalam melakukan gerakan menggiring bola dengan temannya.
12. Setelah selesai, siswa diminta untuk menyampaikan pesan dan kesan.
13. Pembelajaran ditutup dengan penguatan materi, motivasi singkat, dan salam.

**C. Penilaian**

1. Penilaian aspek pengetahuan dilakukan dengan cara tes tertulis atau lisan tentang materi menggiring bola.
2. Penilaian aspek sikap dilakukan dengan cara observasi mengenai sikap jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, percaya diri, patuh terhadap tata tertib, teliti, kasih sayang, kerja sama, dan menghargai ketika proses pembelajaran berlangsung.
3. Penilaian aspek keterampilan dilakukan dengan siswa mempraktikkan menggiring bola.



Kepala Sekolah,  
**Rohmat Widada, S.Pd.**  
NIP. 197006221996031006

Sleman, 10 Juli 2023  
Guru PJOK,  
  
**Intan Wahyu Wulandari, S.Pd.**  
NIP. -

b. RPP Materi Menendang Bola

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**Satuan Pendidikan** : SD NEGERI NGETAL  
**Kelas / Semester** : 5 / 1  
**Mata Pelajaran** : PJOK  
**Materi** : 1. Permainan Sepak Bola  
**Sub Materi** : 2. Menendang Bola  
**Alokasi Waktu** : 2 JP

**A. Tujuan Pembelajaran**

1. Siswa mampu menjelaskan langkah-langkah gerakan menendang bola dalam permainan sepak bola dengan tepat.
2. Siswa mampu mempraktikkan gerakan menendang bola dalam permainan sepak bola dengan tepat.

**B. Kegiatan Pembelajaran**

1. Pembelajaran dimulai dengan salam, do'a bersama, dan dilanjutkan dengan menanyakan kabar siswa.
2. Guru mengecek kehadiran siswa serta memberikan pesan untuk selalu menjaga kesehatan dan mematuhi protokol kesehatan Covid-19.
3. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa melakukan pemanasan terlebih dahulu.
4. Kegiatan pembelajaran dilanjutkan dengan memberikan penjelasan kepada siswa tentang tata cara dan prosedur menendang bola dalam permainan sepak bola.
5. Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang materi yang telah disampaikan.
6. Siswa diminta untuk berdiskusi dengan temannya tentang tata cara dan prosedur dalam menendang bola.
7. Guru meminta beberapa siswa untuk memperagakan gerakan menendang bola.
8. Guru memberikan koreksi gerakan menendang bola yang belum sesuai dengan prosedur.
9. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan.
10. Guru meminta siswa untuk mempraktikkan gerakan menendang bola dengan temannya.
11. Guru memantau kegiatan siswa dalam melakukan gerakan menendang bola dengan temannya.
12. Setelah selesai, siswa diminta untuk menyampaikan pesan dan kesan.
13. Pembelajaran ditutup dengan penguatan materi, motivasi singkat, dan salam.

**C. Penilaian**

1. Penilaian aspek pengetahuan dilakukan dengan cara tes tertulis atau lisan tentang materi menendang bola.
2. Penilaian aspek sikap dilakukan dengan cara observasi mengenai sikap jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, percaya diri, patuh terhadap tata tertib, teliti, kasih sayang, kerja sama, dan menghargai ketika proses pembelajaran berlangsung.
3. Penilaian aspek keterampilan dilakukan dengan siswa mempraktikkan menendang bola.

Sleman, 10 Juli 2023  
Guru PJOK,  


**Intan Wahyu Wulandari, S.Pd.**  
NIP. -



Lampiran 14. Dokumentasi

**A. Uji Instrumen**



Foto 1. Menerangkan sebelum pengerjakan



Foto 2. Mengecek siswa pada saat pengerjakan

## B. Penelitian



Foto 3. Menenerangkan sebelum dilakukan mengerjakan tes.



Foto 4. Mengecek siswa pada saat mengerjakan tes