

**TINGKAT PENGETAHUAN PESERTA DIDIK KELAS V
DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI MATERI
GULING DEPAN DI SD/MI SE-KELURAHAN
MURTIGADING SANDEN BANTUL
TAHUN AJARAN 2024/2025**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

**Oleh:
ICHLASUL LUTHFI PRADANA
NIM. 21604221020**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

**TINGKAT PENGETAHUAN PESERTA DIDIK KELAS V
DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI MATERI
GULING DEPAN DI SD/MI SE-KELURAHAN
MURTIGADING SANDEN BANTUL
TAHUN AJARAN 2024/2025**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

**ICHLASUL LUTHFI PRADANA
NIM. 21604221020**

Telah disetujui dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 2 Januari 2025

Koordinator Program Studi

Dosen Pembimbing



Prof. Dr. Hari Yulianto, M.Kes
NIP. 196707011994121001



Dr. Ranintya Meikallani, M.Pd
NIP. 199205162019032027

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ichlasul Luthfi Pradana

NIM : 21604221020

Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah dasar

Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan kesehatan

Judul Skripsi: Tingkat Pengetahuan peserta didik kelas V dalam Pembelajaran
Senam Lantai Matri Guling depan di SD/MI se-Kelurahan
Murtigading Sanden Bantul Tahun Ajaran 2024/2025

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

Yogyakarta, 1 Januari 2025
Yang menyatakan,



Ichlasul Luthfi Pradana
NIM. 21604221020

LEMBAR PENGESAHAN

**TINGKAT PENGETAHUAN PESERTA DIDIK KELAS V
DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI MATERI
GULING DEPAN DI SD/MI SE-KELURAHAN
MURTIGADING SANDEN BANTUL
TAHUN AJARAN 2024/2025**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

**ICHLASUL LUTHFI PRADANA
NIM.21604221020**

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: **1** Januari 2025

TIM PENGUJI

Nama/ Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Ranintya Meikahani M.Pd (ketua Tim Penguji)		5-1-2025
Dr. Pasca Tri Kaloka M.Pd (Sekertaris Tim Penguji)		5-1-2025
Prof. Dr. Hari Yulianto M.Kes (Penguji Utama)		4-1-2025

Yogyakarta, **1** Januari 2025
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Dr. Hedi Andriyanto Hermawan, M.Or
NIP. 197702182008011002

MOTTO

**“SEMANGATLAH DALAM HAL YANG BERMANFAAT UNTUKMU,
MINTA TOLONGLAH KEPADA ALLAH, DAN JANGAN MALAS
(PATAH SEMANGAT)”**

(HR. Muslim, no. 2664)

**“BELAJAR ADALAH SATU-SATUNYA HALYANG TIDAK PERNAH
MEMBUAT PIKIRAN LELAH, TIDAK PERNAH TAKUT, DAN TIDAK
PERNAH MENYESAL”**

(Leonardo da Vinci)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur, saya mendedikasikan karya ini kepada orang-orang yang saya cintai, orang tuaku, Bapak H. Suparman dan Ibu Hj. Murningsih, yang selalu memberikan dukungan moral dan doa yang tak pernah putus demi kesuksesanku. Tiada ungkapan yang lebih indah daripada doa yang terucap dari orang tua. Ucapan terima kasih tidak akan pernah cukup untuk membalas semua pengorbanan mereka, maka terimalah persembahan bakti dan kasih sayangku untuk kalian.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karunia-Nya sehingga penyusun Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi ini yang berjudul Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V Dalam Pembelajaran Senam Lantai Materi Guling Depan di SD/MI Se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Tahun Ajaran 2024/2025 ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan.

Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini, tidak lepas dari bantuan dan peran sebagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or, selaku Dekan Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Prof. Dr. Hari Yulianto, M.Kes, selaku Koorprodi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Dr. Ranintya Meikahani M.Pd, dosen pembimbing tugas akhir skripsi yang selalu sabar membimbing dan memberikan semangat, dukungan serta arahan dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. H. Daru Tri Anggoro M.Pd, selaku kepala sekolah SDIT ASSALAAM yang telah memberikan ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi.

5. Duwiyanto S.Pd. Jas., selaku guru PJOK beserta Staf SDIT ASSALAAM, yang telah memberikan bantuan dan kerja sama dalam pelaksanaan penelitian.
6. Teman-teman dekatku, yang selalu menemani selama masa kuliah dan memberikan dukungan dalam berbagai tantangan saat mengerjakan tugas, sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
7. Semua pihak yang telah membantu kelancaran penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 1 Januari 2025

Penulis,



Ichlasul Luthfi Pradana

NIM. 21604221020

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul mengenai pembelajaran senam lantai guling depan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Data dikumpulkan melalui tes tertulis berupa soal pilihan ganda sebanyak 20 butir. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas V SD/MI di Kelurahan Murtigading, dengan jumlah total 100 siswa dan menggunakan *total sampling*

Hasil analisis data menunjukkan bahwa rata-rata skor siswa adalah 12,1 dengan standar deviasi 2,7. Kategorisasi hasil menunjukkan 1% siswa berada pada kategori “sangat baik”, 9% “baik”, 13% “cukup”, 67% “kurang”, dan 10% “sangat kurang”. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan yang rendah terhadap materi senam lantai guling depan. Berdasarkan hasil tersebut, penelitian ini merekomendasikan perlunya peningkatan metode pengajaran yang lebih interaktif dan menyenangkan untuk memperkuat Pengetahuan siswa terhadap materi senam lantai.

Kata Kunci: Tingkat Pengetahuan, Senam Lantai, Guling Depan, Pendidikan Jasmani

ABSTRACT

This study aims to measure the level of knowledge of fifth grade elementary school students in Murtigading Village, Sanden, Bantul regarding learning forward roll floor gymnastics. The study used a quantitative approach with a survey method. Data were collected through a written test in the form of 20 multiple-choice questions. The population of the study was all fifth grade elementary school students in Murtigading Village, with a total of 100 students and using total sampling

The results of data analysis showed that the average student score was 12.1 with a standard deviation of 2.7. The categorization of the results showed that 1% of students were in the "very good" category, 9% "good", 13% "sufficient", 67% "less", and 10% "very less". These findings indicate that most students have a low level of knowledge of the forward roll floor gymnastics material. Based on these results, this study recommends the need to improve more interactive and enjoyable teaching methods to strengthen students' understanding of floor gymnastics material.

Keywords: *Level of Knowledge, Floor Gymnastics, Forward Roll, Physical Education*

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN.....	I
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	II
LEMBAR PENGESAHAN	III
MOTTO	IV
PERSEMBAHAN.....	V
KATA PENGANTAR	VI
ABSTRAK	VII
<i>ABSTRACT</i>	IX
DAFTAR ISI.....	X
DAFTAR LAMPIRAN	XII
DAFTAR GAMBAR	XIII
DAFTAR TABEL	XIV
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	9
C. Batasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian.....	10
F. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. Kajian Teori.....	12
B. Penelitian yang Relevan	42
C. Kerangka Pikir	45
BAB III METODE PENELITIAN.....	48
A. Jenis Penelitian	48
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	48
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	48
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	50
E. Uji Instrumen	51

F. Teknik Analisis Data.....	62
BAB IVHASIL DAN PEMBAHASAN	64
A. Hasil Penelitian	64
B. Pembahasan Hasil Kajian	69
C. Kesenjangan Antara Hasil Belajar dan Target Kurikulum	70
D. Menelisik Tingkatan Kognitif Siswa dalam Pembelajaran Senam Lantai melalui Lensa Taksonomi Bloom.....	74
BAB V.....	78
SIMPULAN, KETERBATASAN, DAN SARAN	78
A. Simpulan	78
B. Keterbatasan Hasil Penelitian	78
C. Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN.....	87

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Pembimbingan Proposal TAS	88
Lampiran 2. Kartu Bimbingan TAS	89
Lampiran 3. Surat Izin Uji Instrumen Penelitian	90
Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian	91
Lampiran 5. Surat Ijin Observasi	92
Lampiran 6. Surat keterangan Uji Penelitian SDIT ASSALAAM SANDEN	93
Lampiran 7. Instrumen Penelitian	94
Lampiran 8. Hasil Salah satu Instrumen penelitian	97
Lampiran 9. Data Penelitian.....	100
Lampiran 10. Data Tiap Faktor	103
Lampiran 11. Data Tiap Faktor	106
Lampiran 12. Dokumentasi Uji Penelitian SDIT ASSALAAM SANDEN	109

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Perubahan Domain Taksonomi Bloom ke Pembaruan Anderson dan Krathwohl	14
Gambar 2. Teknik Melakukan Gerakan Sikap Lilin	24
Gambar 3. Langkah-Langkah Guling Belakang	25
Gambar 4. Langkah-Langkah Melakukan Gerakan Meroda.....	25
Gambar 5. Langkah-Langkah Gerakan Kayang.....	26
Gambar 6. Contoh Gerakan Kapal Terbang.....	27
Gambar 7. Langkah-Langkah Melakukan Gerakan Handstand	28
Gambar 8. Langkah-Langkah Melakukan Gerakan Headstand	29
Gambar 9. Guling depan kaki di tekuk	32
Gambar 10. Guling depan kaki lurus	33
Gambar 11. Kerangka Pikir Pengetahuan Peserta didik Kelas V SD/MI Se-Kelurahan Murtigading.....	47
Gambar 12. Statistic Populasi Peserta Didik Kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul.....	49
Gambar 13. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Materi Guling Depan.....	65
Gambar 14. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Dari Faktor Pengertian Senam Lantai.....	67
Gambar 15. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Dari Faktor Teknik Melakukan Guling Depan.	69
Gambar 16. Dokumentasi Uji Coba Penelitian SDIT ASSALAAM SANDEN Saat Menjelaskan Soal di Kelas Putri	109
Gambar 17. Dokumentasi Uji Coba Penelitian SDIT ASSALAAM SANDEN Saat Menjelaskan Soal di Kelas Putra.....	109
Gambar 18. Dokumentasi Uji Coba Penelitian SDIT ASSALAAM SANDEN Saat Mengawasi Peserta didik Putri	110
Gambar 19. Dokumentasi Uji Coba Penelitian SDIT ASSALAAM SANDEN Saat Mengawasi Peserta didik Putra	110

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kata Kerja Operasional Yang Dapat Dipakai untuk Domain Kognitif (pembaruan oleh Anderson)	18
Tabel 2. Nama dan populasi SD/MI di Kelurahan Murtigading	49
Tabel 3. Jumlah siswa kelas V	49
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Pengetahuan Gerak Senam lantai Guling depan	50
Tabel 5. Hasil uji Validitas	52
Tabel 6. Kriteria Tingkat kesukaran	55
Tabel 7. Tingkat kesukaran Uji Coba Instrumen di SD jigudan	56
Tabel 8. Kriteria Daya Pembeda	58
Tabel 9. Daya Pembeda Uji Coba Instrumen di SD Jigudan	59
Tabel 10. Klasifikasi Efektifitas Fungsi Distraktor/Pengecoh	60
Tabel 11. Fungsi Distrktor/pengecoh Uji Coba Instrumen di SD Jigudan.....	61
Tabel 12. Pengkategorian Pengetahuan	62
Tabel 13. Deskriptif Statistic Senam Lantai Guling Depan Peserta Dididk Kelas V di SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul.	64
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Norma Penilaian Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Materi Guling Depan.	65
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Norma Penilaian Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Faktor Pengertian Senam Lantai.	67
Tabel 16. Distribusi Frekuensi Norma Penilaian Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V sd/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Faktor Teknik Melakukan Guling Depan.	68

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan menjadi hal mendasar dalam meningkatkan kualitas individu yang berkarakter kuat, bermoral, cerdas, dan mempunyai bakat yang sesuai dengan minatnya. Individu yang memiliki karakter baik serta kemampuan intelektual dan keterampilan yang beragam, khususnya generasi muda bangsa, hendak menjadi Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas dan mampu unjuk gigi di tingkat global. Pendidikan ialah proses pembelajaran yang sistematis dengan tujuan untuk mengembangkan pola pikir, watak, juga pengetahuan perseorangan atau kelompok. Melalui pendidikan, peserta didik diberikan kesempatan untuk mengoptimalkan potensinya dalam beragam aspek, baik mental, fisik, spiritual, maupun emosional. Hal ini sejalan dengan ketentuan Undang-undang Pendidikan No. 20 Tahun 2003 yang menyebut bahwa pendidikan bertujuan untuk mewujudkan karakteristik yang baik bagi peserta didik.

Definisi pendidikan menurut undang-undang menggarisbawahi pendekatan yang sistematis dan penuh kesadaran dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pengembangan potensi individu. Pendidikan tidak hanya bertujuan untuk membangun kecerdasan intelektual, tetapi juga untuk memperkuat aspek spiritual, moral, dan keterampilan praktis yang relevan dengan kehidupan bermasyarakat dan bernegara (Pasal 1 ayat 1).

Proses pendidikan dan pengajaran yang berkualitas diperlukan untuk mengembangkan potensi generasi pelanjut estafet perjuangan bangsa melalui

sifat spiritual, manajemen emosional, karakter ideal, kecendekiaan, nilai-nilai luhur, dan kemampuan yang dibutuhkan dalam membangun masyarakat, bangsa, dan negara. Proses pembelajaran yang efektif tersebut juga bergantung pada pendidikan dan lingkungan pendidikan yang mendukung. Mutu pendidikan ditentukan oleh berbagai unsur, antara lain sistem pendidikan, kurikulum, mutu pendidik, lingkungan belajar, serta sarana dan prasarana yang siap untuk mendukung aktivitas sehari-hari. Untuk meningkatkan mutu pendidikan diperlukannya kolaborasi antara berbagai pihak dalam pengelolaan dan pengembangan sistem pendidikan saat ini, termasuk kurikulum merdeka.

Pendidikan memiliki peran yang krusial dalam mendukung pengembangan keterampilan individu, pengalaman, dan potensi mereka secara maksimal. Untuk mengonkretkan tujuan sistem pendidikan nasional, pemerintah Indonesia telah mengambil langkah untuk mempermudah akses pendidikan melalui dua jalur utama: formal dan informal. Pendidikan formal mencakup pembelajaran yang terstruktur dalam institusi pendidikan, dengan menekankan proses komunikasi yang intensif antara pengajar dan siswa. Pendidikan formal menjadi pilar esensial dalam sistem pendidikan nasional. Melalui alur ini memungkinkan peserta didik menempuh pembelajaran di sekolah atau lembaga pendidikan resmi lainnya yang diakui. Dalam prosesnya, siswa mengikuti Kurikulum Merdeka yang dirancang secara sistematis, melingkupi bermacam mata pelajaran mulai dari sains hingga aplikasi pragmatis. Sistem evaluasi yang terorganisir dan standar ujian menjadi elemen esensial untuk mengukur perkembangan dan pengetahuan siswa secara obyektif.

Sebaliknya, pendidikan informal menawarkan pendekatan pembelajaran yang terjadi di luar lingkup pendidikan formal. Jalur ini berlangsung dalam keluarga, masyarakat, atau melalui pengalaman sehari-hari dan pelatihan nonformal. Pendidikan informal memberikan fleksibilitas dalam pengembangan kecakapan dan pengetahuan tanpa batasan sistem formal. Jalur ini menjunjung konsep pembelajaran sepanjang hayat, menegaskan bahwa pendidikan tidak terhitung pada masa sekolah, melainkan merupakan proses yang berkelanjutan. Dengan adanya kedua jalur ini, pendidikan di Indonesia menjadi saling melengkapi dalam membentuk individu yang siap menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan bermasyarakat.

Sebagai pilar utama pendidikan formal, sekolah mengangkat peran yang amat substansial dalam menempatkan basis bagi pengetahuan dan kemampuan yang dibutuhkan setiap orang. Kunci untuk mengukir pengetahuan yang lebih komprehensif tentang dunia adalah pengetahuan. Seseorang bersama segudang pengetahuan mampu memahami kerumitan dan konteks berbagai situasi yang mereka hadapi. Orang mungkin merasa terkekang dalam pikiran dan perilaku mereka jika mereka tidak memiliki pengetahuan yang cukup. Keterampilan, di sisi lain, adalah instrumen yang memberikan kesempatan bagi seseorang untuk berhasil mengaplikasikan pengetahuan yang dimiliki. Keterampilan mencakup lebih dari sekadar aspek teknis dan praktis; keterampilan juga mencakup kepemimpinan, fleksibilitas, dan keterampilan interpersonal. Seseorang dapat menjadi orang yang tangguh yang diperlengkapi untuk menangani berbagai dinamika kehidupan dengan mengasah kemampuan ini. Dengan menyediakan

berbagai jenis mata pelajaran yang meliputi beraneka bidang, termasuk sains, pendidikan jasmani, kesehatan, matematika, bahasa, dan olahraga. Sekolah berkontribusi dalam penguatan sistem pendidikan nasional dengan menyediakan landasan pengetahuan dan keterampilan yang dapat diukur dan terorganisir.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan aspek fundamental dalam kurikulum pendidikan formal. Materi ini disampaikan kepada siswa di berbagai jenjang pendidikan, sejak dari sekolah dasar hingga sekolah menengah. Melalui pembelajaran PJOK, siswa dapat meningkatkan kebugaran fisik selama proses pembelajaran dengan mengikuti berbagai aktivitas olahraga dan gerakan tubuh. Kegiatan ini mencakup beragam olahraga, permainan, serta aktivitas fisik lainnya yang bertujuan untuk membangun ketahanan fisik sekaligus mengasah koordinasi dan kemampuan motorik. Selain itu, PJOK juga mengajarkan siswa mengenai pentingnya menjaga pola hidup sehat. Program ini dirancang untuk membantu siswa mengembangkan pola pikir positif dalam menyokong gaya hidup positif yang dapat berlangsung bukan hanya sewaktu masa sekolah, namun juga sepanjang hidup mereka.

PJOK adalah mata pelajaran yang berfungsi untuk meningkatkan tingkat aktivitas fisik siswa, terutama pada jenjang sekolah dasar. Berdasarkan Undang-Undang Pendidikan (tahun 2003), tepatnya pada Pasal 37 ayat (1), mata pelajaran ini bersifat wajib dimasukkan ke dalam kurikulum sekolah menengah dan dasar. Oleh karena itu, siswa dari jenjang sekolah dasar hingga menengah diwajibkan untuk mengikuti pelajaran PJOK. Ketentuan ini menunjukkan bahwa pemerintah

memufakati pentingnya kedudukan PJOK dalam mengembangkan budi pekerti dan kebugaran siswa secara holistik sedari usia dini.

Kurikulum PJOK di tingkat sekolah dasar mencakup berbagai permainan dan aktivitas latihan jasmani. Siswa sering diberikan tugas untuk mengikuti kegiatan seperti permainan bola besar, bola kecil, senam, serta aktivitas akuatik. Beragam aktivitas fisik ini dirancang untuk meningkatkan dan mengasah kemampuan serta potensi siswa. Senam termasuk salah satu cabang olahraga yang selaku bagian dari kurikulum sekolah dasar. Aktivitas senam tidak hanya sekadar rutinitas fisik, tetapi juga memberikan kesempatan bagi anak untuk mengeksplorasi dan mengembangkan kemampuan motorik, menjaga kesehatan fisik, serta memperbaiki harmonisasi tubuh.

Senam ialah salah satu cabang olahraga yang dalam bahasa Indonesia diterjemahkan secara langsung dari istilah bahasa Inggris "*Gymnastics*," sementara dalam bahasa Belanda dikenal dengan sebutan "*Gymnastiek*." Terminologi "senam" bermula dari kata Yunani "*gymnos*," yang berarti "telanjang," karena secara tradisional senam dilaksanakan dengan pakaian minim untuk memberikan kebebasan gerak yang optimal. Senam adalah aktivitas yang dilakukan secara sadar dan direncanakan dengan baik, serta disusun secara metodis untuk meningkatkan kebugaran fisik, mengembangkan kemampuan, dan menegakkan nilai-nilai spiritual dan mental (Wahana, 2016, p. 85).

Federation Internationale de Gymnastique mengelompokkan senam ke dalam enam kategori utama, yakni: senam artistik (*artistic gymnastics*), senam

trampolin (*trampolining*), senam akrobatik (*acrobatic gymnastics*), senam ritmik sportif (*sportif rhythmic gymnastics*), senam umum (*general gymnastics*) dan senam aerobik (*sports aerobics*). Di antara kategori tersebut, senam artistik dianggap sebagai cabang yang menonjol karena menekankan gerakan yang cepat, eksplosif, serta kombinasi fleksibilitas dan keseimbangan. Gerakan-gerakan dalam senam artistik bersifat dinamis dan terkendali, menghasilkan performa yang memukau dan mengesankan seperti sebuah tarian. Penampilan pesenam selama olimpiade sering kali menarik perhatian penonton di seluruh dunia berkat keterampilan mereka yang luar biasa. Pesenam memanfaatkan tubuh mereka sendiri sebagai alat utama untuk menciptakan gerakan kreatif yang mengesankan, mencerminkan keindahan dan seni. Dalam senam artistik, terdapat berbagai nomor peralatan, tetapi pesenam pria dan wanita memiliki dua nomor yang sama, yaitu *floor exercise* (latihan lantai) dan *vaulting* (lompatan).

Senam lantai didefinisikan sebagai salah satu jenis gerakan dalam seni yang dilakukan tanpa menggunakan peralatan khusus di atas dasar yang dilapisi matras. Pesenam lantai menggunakan lantai untuk menyampaikan gerakan-gerakan kreatif, meskipun gerakan-gerakan tersebut dianggap sebagai alat. Pesenam menggunakan tubuh mereka untuk melakukan berbagai gerakan, termasuk berguling, melompat, dan berputar di udara. Senam lantai memadukan kekuatan, kelenturan, kecepatan, dan koordinasi untuk menghasilkan keindahan artistik. Kegiatan senam lantai mencakup berguling ke depan dan ke belakang, gerakan meroda, jungkir balik, *handstand*, dan salto.

Salah satu teknik senam lantai yang termasuk dalam cabang olahraga senam artistik adalah teknik guling depan. Teknik ini sangat penting karena dapat meningkatkan kekuatan, kelenturan, dan koordinasi tubuh. Di sekolah dasar, latihan (PJOK) melibatkan guru dan siswa. Berdasarkan hasil pengamatan, siswa sekolah dasar se-Kelurahan Murtigading pada umumnya lebih pendiam dan kurang percaya diri, sehingga mempengaruhi hasil latihan senam lantai guling depan.

Penyampaian materi PJOK di sekolah sering menghadapi berbagai kendala, khususnya di tingkat kelas V SD. Hal ini teridentifikasi melalui observasi pada SD/MI se-Kelurahan Murtigading dalam mata kuliah evaluasi pembelajaran penjas. Banyak siswa yang memandang pelajaran PJOK sebagai kesempatan untuk beraktivitas bebas tanpa arah di luar kelas dan melepaskan kejenuhan setelah kegiatan belajar di dalam ruangan. Akibatnya, siswa kurang memahami teknik yang tepat dalam melakukan senam lantai, spesifiknya gerakan guling depan, sehingga kemampuan mereka dalam menguasai gerakan tersebut menjadi terhambat. Selain itu, keterbatasan waktu dan kurangnya fasilitas seperti matras untuk berlatih juga menjadi tantangan, yang berujung pada berkurangnya kesempatan siswa untuk berlatih gerakan senam lantai guling depan secara optimal.

Untuk mencapai hasil maksimal dalam pembelajaran (PJOK), guru harus berkomitmen secara teratur dan memiliki kognisi akan pentingnya gaya hidup aktif dan sehat. Guru juga diharapkan menjadi teladan yang baik dan memberikan dorongan yang berarti kepada peserta didik. Motivasi sebagai

dorongan, keinginan, dan kebutuhan untuk menggerakkan perilaku adalah kunci penting yang harus dimiliki oleh guru (Suprihatin *et al.*, 2019, p. 74)

Siswa kurang menunjukkan antusiasme dalam melakukan aktivitas senam, terutama karena adanya aturan atau ketentuan pelaksanaan yang sering kali membuat tingkat partisipasi mereka rendah. Hal ini, berdampak pada kesulitan siswa dalam menguasai gerakan guling depan. Variasi kendala yang sering ditemukan dalam proses pembelajaran senam lantai guling depan di SD/MI se-Kelurahan Murtigading, antara lain: rendahnya tingkat keterlibatan siswa, kurangnya partisipasi aktif dalam menjalankan tugas yang diberikan oleh pengajar, serta adanya ketakutan yang dirasakan oleh siswi dalam melaksanakan gerakan guling depan.

Masalah utama yang dihadapi adalah dampak pada tingkat pengetahuan siswa yang memerlukan kombinasi instruksi teoritis dan praktik langsung untuk sepenuhnya memahami langkah-langkah guling depan. Penilaian kognitif umumnya dilakukan melalui ujian tertulis, sementara penilaian senam lantai di sekolah dasar dan sekolah dasar Islam se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul, lebih berfokus pada aspek psikomotorik melalui latihan praktik. Untuk mengevaluasi pengetahuan siswa tentang teknik guling depan dalam senam lantai yang juga dapat meningkatkan kemampuan kognitif dan afektif mereka, para peneliti merancang ujian berbentuk pilihan ganda (*multiple choice*).

Hasil survei awal menunjukkan bahwa di SD/MI se-Kelurahan Murtigading, untuk KKM materi senam lantai sendiri di angka 75, dan presentase pada angka 78 % siswa belum memenuhi kriteria KKM tentang

materi tersebut. Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan sebelumnya, dengan harapan agar siswa SD/MI se-Kelurahan Murtigading, memahami gerakan senam lantai materi guling depan.

B. Identifikasi Masalah

Setelah dilakukan pemetaan masalah dalam latar belakang, persoalan yang dapat teridentifikasi, sebagaimana berikut:

1. Sebanyak 78 dari 100 peserta didik kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul, belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal (KKM) untuk senam lantai, khususnya guling depan.
2. Pelaksanaan pembelajaran senam lantai belum sepenuhnya mencapai kriteria ketuntasan maksimal.
3. Pengetahuan siswa kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul, terkait teknik guling depan belum terukur dengan jelas.

C. Batasan Masalah

Peneliti membatasi pembahasan berdasarkan identifikasi masalah yang tersedia pada konteks “Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V dalam Pembelajaran Senam Lantai Materi Guling Depan di SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul Tahun Ajaran 2024/2025.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian sebelumnya penelitian ini berfokus pada pertanyaan: "Bagaimana tingkat pengetahuan siswa kelas V terhadap pembelajaran senam lantai, khususnya materi guling depan, di SD/MI yang berada di se-Kelurahan

Murtigading, Kecamatan Sanden, Kabupaten Bantul pada Tahun Ajaran 2024/2025?"

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini ialah mendapati taraf Pengetahuan siswa kelas V mengenai pembelajaran senam lantai dengan materi guling depan di SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul, Tahun Ajaran 2024/2025.

F. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan sejumlah manfaat, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini tidak hanya akan memberikan solusi praktis terhadap permasalahan yang diangkat, tetapi juga akan memberikan pengalaman berharga yang dapat memperluas wawasan yang sudah diperoleh semasa perkuliahan.

2. Manfaat praktis

a. Untuk Siswa

Untuk mendukung mahasiswa meraih prestasi dalam kegiatan tersebut, penelitian ini diharapkan dapat merangsang mahasiswa untuk lebih tertarik dalam mengikuti pembelajaran PJOK, khususnya pada materi senam lantai guling depan.

b. Untuk Guru PJOK

Dapat mengoptimalkan pemanfaatan kreativitas dalam operasi pembelajaran serta menumbuhkan minat siswa terhadap pendidikan jasmani, terutama dalam materi senam lantai guling depan.

c. Untuk Sekolah

Hasil penelitian yang dilakukan ini diharapkan dapat melahirkan kontribusi kepada sekolah-sekolah se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul dan DIY dalam memahami pentingnya pengenalan pembelajaran senam lantai di tingkat sekolah dasar dan madrasah ibtidaiah.

d. Untuk Wali Murid

Melalui penelitian ini, orang tua diharapkan dapat mendukung pengembangan keterampilan pendidikan jasmani anak-anak mereka dengan lebih memahami potensi yang dimiliki oleh anak.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Kemampuan

a. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan ialah informasi apa pun yang dipahami seseorang, seperti deskripsi, teori, konsep, hipotesis, prosedur, dan prinsip yang dianggap benar. Ketika seseorang menerapkan akal budi untuk mengidentifikasi objek atau peristiwa yang sebelumnya tidak diketahui, pengetahuan tercipta. Secara umum, pengetahuan adalah hasil dari proses pembelajaran dan pengetahuan fakta, informasi, konsep, ide, dan pengalaman yang dikumpulkan melalui interaksi dengan lingkungan dan pengamatan. Selain sebagai ilmu, pengetahuan berfungsi sebagai dasar bagi ilmu pengetahuan dengan memungkinkan pengetahuan tentang bagaimana sesuatu berfungsi dan bagaimana mereka memengaruhi dunia. Menurut Wahana, (2016, p. 46), pengetahuan mencakup semua elemen yang terhubung dengan aktivitas melalui interaksi dengan objek tertentu. Menurut Muchlis (2020, p. 6), pengetahuan tidak hanya sekadar berupa ilmu, tetapi juga berfungsi sebagai dasar yang mendukung terbentuknya ilmu itu sendiri.

Pengetahuan, yang sering disebut 'knowledge', merupakan respons terhadap rasa ingin tahu seseorang (*curiosity*). Adiputra *et al.*, (2021, p. 21) menyatakan bahwa melalui penggunaan indra, pengetahuan dapat berkembang sebagai hasil dari rasa ingin tahu terhadap suatu objek.

Perbedaan persepsi terhadap objek yang diterima oleh masing-masing indra menyebabkan munculnya variasi antar individu.

b. Tingkat Pengetahuan

Nafiati, (2021, p. 155), menyatakan bahwa Bloom sudah menciptakan taksonomi kognitif, terutama dalam hal merancang tes atau pertanyaan untuk siswa yang harus mengacu pada tujuan pembelajaran yang telah ditentukan sebelumnya. Sahabat karib Bloom, Krathwohl, dan psikolog pendidikan lainnya berupaya keras untuk memperbarui dan menerbitkan taksonomi tersebut. Menurut Taksonomi Bloom, pengetahuan dalam domain kognitif dikaitkan dengan kapasitas untuk mengingat, berpikir, dan bernalar Anderson *et al.*, (2021, p. 156). Anderson dan Krathwohl menjelaskan peran kognitif dalam menunjukkan tingkat pengetahuan dalam pembaruan taksonomi terbaru mereka:

1) Mengingat (*Remembering*)

Salah satu keterampilan kognitif terpenting dalam kehidupan sehari-hari adalah kemampuan mengingat. Mengingat informasi yang telah dipelajari sebelumnya dan yang telah lama diperoleh dari ingatan merupakan upaya mengingat. Proses pemecahan masalah (*problem solving*) dan pengembangan pembelajaran yang bermakna (*meaningful learning*) sangat bergantung pada dimensi mengingat ini. Seperti yang dijelaskan dalam tabel berikut, mengingat sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan dan mengatasi hambatan dalam pembelajaran dan pemecahan masalah:

Gambar 1. Perubahan Domain Taksonomi Bloom ke Pembaruan Anderson dan Krathwohl

	Taksonomi Bloom Lama	Taksonimi Bloom Baru
C1	(Pengetahuan)	(Mengingat)
C2	(Pengetahuan)	(Memahami)
C3	(Aplikasi)	(Mengaplikasikan)
C4	(Analisis)	(Menganalisis)
C5	(Sintesis)	(Mengevaluasi)
C6	(Evaluasi)	(Mencipta)

Sumber: Nafiati, (2021, p. 156)

2) Memahami (*Understanding*)

Kemampuan untuk memahami dan menginterpretasikan apa yang dikomunikasikan disebut sebagai pengetahuan dalam Taksonomi Bloom. Ketika seseorang mencapai tingkat pengetahuan, mereka dapat menjelaskan, menginterpretasikan, dan meringkas informasi dengan cara yang masuk akal bagi mereka selain mampu mengingatnya kembali. Pengetahuan mencakup kemampuan untuk membuat hubungan antara ide, menemukan tren, dan mengekstrapolasi kesimpulan dari data.

Menurut taksonomi Bloom, pengetahuan sangat penting karena berfungsi sebagai dasar bagi kemampuan berpikir yang lebih canggih. Ketika seseorang telah memahami suatu teori atau penjelasan, mereka dapat meneruskan ke tingkatan berpikir yang kian tinggi, seperti menerapkan, menyampaikan, menyebarkan, hingga menciptakan sesuatu yang baru. Dengan demikian, pengetahuan memiliki peran krusial dalam menciptakan pembelajaran yang praktis serta interpretasi yang mengakar terhadap materi yang dipelajari.

3) Mengaplikasikan (Menerapkan)

Penerapan atau implementasi, sebagaimana digunakan dalam taksonomi kognisi Bloom, menggambarkan kapasitas seseorang untuk menerapkan suatu proses atau informasi yang dipelajari dalam konteks melakukan pengujian atau menyelesaikan komplikasi. Taksonomi Bloom adalah kerangka konseptual yang digunakan untuk mengklasifikasikan kemampuan kognitif, termasuk proses berpikir dan pengolahan informasi, ke dalam berbagai tingkatan atau kategori. Menurut Taksonomi Bloom, orang diharapkan mampu menggunakan konsep atau pengetahuan yang dipelajari sebelumnya untuk memecahkan masalah atau menangani keadaan tertentu pada tingkat aplikasi.

Tingkat aplikasi dalam Taksonomi Bloom mencerminkan kemampuan individu untuk menggunakan pengetahuannya dalam situasi nyata, yang menunjukkan wawasan yang lebih mendalam serta keterampilan praktis dalam proses kognitif. Dalam konteks pemecahan masalah, aplikasi mengacu pada kemampuan untuk mengenali penyelesaian yang tepat berdasarkan ilmu atau teknik yang sudah ditelaah sebelumnya, kemudian mengimplementasikannya dengan metode yang sesuai untuk mengatasi problem yang dihadapi.

4) Menganalisis (*Analyzing*)

Menurut Taksonomi Bloom, analisis merupakan taraf kognitif yang menggambarkan kecakapan individu untuk memisahkan

informasi menjadi komponen-komponen yang lebih kecil, mengidentifikasi hubungan antar komponen tersebut, serta mengenali pola atau struktur yang ada. Analisis adalah proses penyelesaian masalah dengan membandingkan setiap komponen masalah dan mengidentifikasi hubungan di antara komponen-komponen tersebut, serta bagaimana hubungan tersebut dapat menimbulkan masalah. Kemampuan untuk menganalisis sangat penting dalam proses pembelajaran di berbagai sekolah, karena hal ini memerlukan pengetahuan mendalam mengenai hubungan antar elemen dalam suatu konteks.

5) Mengevaluasi (*Evaluating*)

Dalam konsep Bloom, evaluasi merujuk pada kapasitas untuk menilai Pengetahuan seseorang terhadap informasi, serta kompetensi mereka dalam mensintesis, menganalisis, dan menyebarkan pengetahuan tersebut. Proses evaluasi digunakan untuk menghasilkan keputusan, mengemukakan dalih, atau menguji kelayakan suatu ide. Evaluasi mencakup proses kognitif dalam menilai berdasarkan kriteria dan standar yang telah ditetapkan. Kriteria utama yang menjadi fokus meliputi efektivitas, kualitas, konsistensi serta efisiensi.

Dalam konteks taksonomi Bloom, evaluasi mencakup kompetensi individu untuk mengkritik, membandingkan, dan menarik kesimpulan mengenai informasi. Dalam konteks pembelajaran, evaluasi juga merujuk pada kemampuan individu untuk

menilai kinerja dirinya sendiri atau orang lain, serta menetapkan kriteria penilaian yang relevan dan tepat. Keterampilan berpikir kritis dan reflektif sangat penting dalam evaluasi, serta kemampuan untuk menarik kesimpulan dan membuat keputusan yang tepat berdasarkan informasi yang ada.

6) Mencipta (*Creating*)

Proses penciptaan mengimplikasikan aktivitas kognitif yang menyatukan berbagai elemen menjadi satu kesatuan yang logis, serta membantu siswa memanifestasikan buatan baru dengan menderetkan elemen-elemen tersebut dalam sebuah pola yang tidak sama dengan yang telah ada sebelumnya. Aktivitas ini sangat dikuasai oleh pengalaman belajar yang telah dimiliki siswa. Meskipun fokus pada pemikiran kreatif, hal ini tidak sepenuhnya menghambat kemampuan siswa untuk berinovasi.

Gambar dan definisi yang disajikan menunjukkan adanya perubahan signifikan dalam segi proses kognitif. Transformasi kesatu adalah pergeseran simbolisasi penamaan proses kognitif, yang sebelumnya menggunakan kata benda, kini diganti dengan kata kerja. Kedua, terdapat perubahan dalam urutan hierarki proses kognitif, terutama pada tahapan evaluasi dan sintesis. Ketiga, level sintesis yang diubah menjadi mencipta kini ditempatkan di puncak hierarki proses kognitif. Nafiati, (2021, p. 151) mengusulkan dimensi baru dalam proses kognitif yang mencakup tahapan mengingat,

memahami, menerapkan, menganalisis, mengubah, dan menciptakan. Dalam kerangka Taksonomi Bloom, istilah kerja operasional digunakan untuk merumuskan tujuan pembelajaran. Kata kerja operasional berikut dapat diterapkan dalam domain kognitif dengan reformasi dari Anderson:

Tabel 1. Kata Kerja Operasional Yang Dapat Dipakai untuk Domain Kognitif (pembaruan oleh Anderson)

Mengetahui	Memahami	Mengaplikasikan	Menganalisis	Mengevaluasi	Membuat
Mengutip	Memperkirakan	Menugaskan	Menganalisis	Membandingkan	Mengabstraksi
Menyebutkan	Menjelaskan	Mengurutkan	Mengaudit	Menyimpulkan	Mengatur
Menjelaskan	Mengkategorikan	Menentukan	Memecahkan	Menilai	Menganimasi
Menggambarkan	kan	Menerapkan	Menegaskan	Mengarahkan	Mengumpulkan
Membilang	Mencirikan	Menyesuaikan	Mendeteksi	Mengkritik	Mengategorikan
Mengidentifikasi	Merinci	Mengkalkulasi	Mendiagnosis	Menimbang	Mengkode
Mendaftar	Mengasosiasikan	Memodifikasi	Menyeleksi	Memutuskan	Mengombinasikan
Menunjukkan	Membandingkan	Mengklasifikasi	Memerinci	Memisahkan	Menyusun
Memberi label	Menghitung	Membangun	Menominasikan	Memprediksi	Mengarang
Memberi indeks	Mengkontraskan	Mengurutkan	Mendiagram-	Memperjelas	Membangun
Memasangkan	Mengubah	Membiasakan	kan	Menugaskan	Menanggulangi
Menamai	Mempertahankan	Mencegah	Mengkorelasikan	Menafsirkan	Menghubungkan
Menandai	an	Menggambarkan	Merasionalkan	Mempertahankan	Menciptakan
Membaca	Menguraikan	Menggunakan	Menguji	Memerinci	Mengkreasikan
Menyadari	Menjalin	Menilai	Mencerahkan	Mengukur	Mengkoreksi
Menghafal	Membedakan	Melatih	Menjelajah	Merangkum	Merancang
Meniru	Mendiskusikan	Menggali	Membagikan	Membuktikan	Merencanakan
Mencatat	Menggali	Mengemukakan	Menyimpulkan	Memvalidasi	Mendikte
Mengulang	Mengcontohkan	Mengadaptasi	Menemukan	Mengetes	Meningkatkan
Mereproduksi	Menerangkan	Menyelidiki	Menelaah	Mendukung	Memperjelas
Meninjau	Mengemukakan	Mengoperasikan	Memaksimalkan	Memilih	Memfasilitasi
Memilih	Mempolakan	Mempersoalkan	Memerintahkan	Memproyeksikan	Membentuk
Menyatakan	Memperluas	Mengkonsepkan	Mengedit		Merumuskan
Mempelajari	Menyimpulkan	Melaksanakan	Mengaitkan		Menggeneralisasi
Mentabulasi	Meramalkan	Meramalkan	Memilih		Menggabungkan
Memberi kode	Merangkum	Memproduksi	Mengukur		Memadukan
Menelusuri	Menjabarkan	Memproses	Melatih		Membatas
Menulis			Mentransfer		Mereparasi

Sumber: Nafiati, (2021, p. 164)

Istilah kata kerja operasional menggambarkan tindakan yang dapat diukur atau dievaluasi untuk menilai sejauh mana pencapaian tujuan pembelajaran pada setiap tingkat kognitif, yang memungkinkan observasi terhadap perubahan perilaku atau tindakan yang dilakukan, serta dapat diuji dan dimanfaatkan dalam rangka merumuskan arah pembelajaran. Tujuan tersebut selanjutnya menjadi

dasar untuk merancang instrumen evaluasi pembelajaran (Putra, 2015, p. 56). Dalam konteks kognitif, kata kerja operasional berperan sebagai jembatan yang menghubungkan fungsi dan peran tersebut. Ini juga relevan dalam dimensi pengetahuan kognitif, di mana pencapaian setiap aspek pengetahuan dalam pembelajaran PJOK membutuhkan pengembangan yang sistematis untuk memastikan tujuan pembelajaran tercapai melalui penerapan kata kerja operasional (KKO). Sebagai contoh, dalam dimensi pengetahuan fisik, kegiatan yang melibatkan pengenalan gerakan dasar seperti berlari, melompat, dan melempar.

c. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Berbagai faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan individu meliputi tingkat pendidikan, usia, minat, jenis pekerjaan, pengalaman, informasi, dan budaya (Pariati & Jumriani, 2021, p. 8):

1) Usia

Usia dapat didefinisikan sebagai masa antara kelahiran hingga sampai seseorang bertahan hidup. Usia dalam konteks ini lazim disematkan tanggal bulan dan tahun.

2) Pendidikan

Pendidikan dapat didefinisikan sebagai bentuk proses pembentukan kepribadian yang memiliki *soft skill* maupun *hard skill*. Proses yang dimaksud terjadi antara siswa, guru maupun elemen lainnya.

Hal yang ingin dicapai ialah kecerdasan kognitif, penguatan emosional dan fisik serta sosial.

3) Pekerjaan

Pekerjaan adalah aktivitas yang digarap oleh insan untuk memperoleh pendapatan atau memenuhi kebutuhan lainnya. Pekerjaan dapat mencakup beragam tugas maupun kecekatan yang dikerjakan selaku rutin selama jangka durasi tersendiri. Karier dapat bersifat formal, seperti di industri atau institusi, atau informal, seperti pekerjaan rumah tangga maupun pekerjaan independen. Lingkungan kerja menyediakan kesempatan untuk memperoleh pengalaman serta wawasan. Terkadang karier memberikan lebih banyak kesempatan untuk mengembangkan pengetahuan, namun ada kalanya pekerjaan juga menghambat akses terhadap informasi.

4) Minat

Minat adalah kecenderungan ataupun ketertarikan insan akan sesuatu maupun kegiatan tertentu. Semakin besar ketertarikan manusia dalam suatu disiplin, kian luas juga peluangnya demi mengelaborasi pengetahuan di bidang tersebut. Partisipasi aktif dan ketertarikan yang mendalam pada suatu topik alias aktivitas berhasil meningkatkan pengetahuan seseorang. Dengan kata lain, kian tinggi ketertarikan insan, semakin banyak pengetahuan yang akan diperoleh seiring berjalannya masa.

5) Pengalaman

Pengalaman adalah hubungan direk dengan keadaan ataupun peristiwa khusus, tatkala pengetahuan adalah konstruksi atau informasi yang dipunyai individu. Lebih meluas pengalaman yang didapatkan, kian luas kemampuan individu guna memupuk pengetahuan, karena pengalaman memberi konteks dunia nyata yang memperkaya pengetahuan.

6) Kebudayaan

Budaya merupakan kumpulan nilai, norma, dan praktik yang dipusakakan oleh suatu kalangan penduduk. Perkembangan budaya berhubungan melekat dengan pengetahuan, dengan tingkat budaya yang lebih tinggi mendorong kognisi dan cakrawala yang lebih luas bagi masyarakat. Proses ini menghasilkan ikatan silih mendukung antara budaya dengan pengetahuan, di mana progres rekognisi mendukung perkembangan budaya dan sebaliknya. Masyarakat kini memiliki akses lebih luas atas pengetahuan yang bervariasi, mengubah siklus positif di mana keduanya sama-sama menguatkan.

7) Informasi

Informasi yaitu himpunan evidensi atau fakta yang disuguhkan dalam format nan mudah dicerna dan bermakna. Informasi bisa didapat dari beragam sumber, termasuk pengalaman personalitas, penelitian, pengamatan, dan hubungan dengan sekitar. Informasi memberikan pengertian atau deskripsi tentang suatu topik atau objek. Saat ini, akses

terhadap informasi semakin mudah, yang memengaruhi tingkat pengetahuan individu atau kelompok.

2. Hakikat Senam

a) Pengertian Senam

Senam dikenal sebagai salah satu olahraga yang pertama kali dilakukan di Yunani. Asal kata senam yakni *gymnos* yang bermakna “telanjang”. Sementara dalam aksara inggris dikenal dengan *gymnastics*. Terminologi ini, awalnya menggambarkan praktik fisik yang dilakukan dengan sedikit atau tanpa pakaian untuk memberikan keleluasaan gerak, karena teknologi pada masa itu belum memungkinkan pembuatan pakaian yang fleksibel untuk aktivitas fisik seperti senam. Senam memiliki variasi yang luas, mulai dari senam artistik, masing-masing memiliki aturan dan teknik yang spesifik.

Menurut Sumarni (2017, p. 9), gimnastik yaitu salah satu unit olahraga dasar yang mengimplikasikan manuver yang dilakukan oleh sekelompok anggota tubuh secara terkoordinasi, meliputi anasir-anasir motorik misalnya kecepatan, keseimbangan, kekuatan, ketepatan, dan kelenturan (Listyarini, 2012, p. 24). Selanjutnya, mengatakan bahwa gimnastik adalah latihan jasmani yang dirancang dan dilaksanakan secara sistematis dan metodis dengan maksud guna menumbuhkan kepribadian yang harmonis. Berdasarkan penjelasan tersebut, senam adalah salah satu unit olahraga dasar yang mengaitkan komponen-komponen motorik, kekuatan, dan keseimbangan secara terstruktur.

Senam dikenal juga sebagai kegiatan yang mengandalkan fisik dengan variasi gerakan badan untuk *upgrade* kualitas fisik tubuh, kelentukan, massa otot, dan koordinasi. (Muhajir, 2017, p. 211) menyatakan bahwa senam memiliki manfaat dalam mengembangkan komponen fisik dan gerakan. Salah satu jenis senam lantai, yaitu senam guling depan, dilakukan melalui serangkaian gerakan yang sistematis untuk membentuk dan mengembangkan kepribadian secara seimbang. Senam dapat dilakukan secara mandiri maupun menggunakan instruktur terlatih. Senam bisa dilakukan secara mandiri ataupun dapat pula berkelompok agar lebih kolektif.

b) Pengertian Senam Lantai

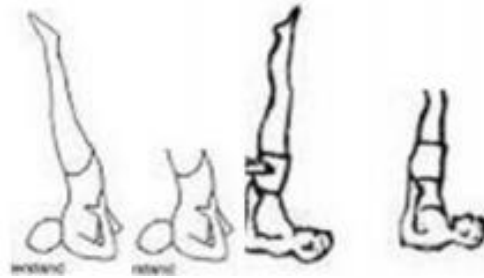
Salah satu bentuk senam lantai, yaitu senam guling depan, dilakukan melalui rangkaian manuver yang terstruktur untuk membentuk dan mengembangkan kepribadian secara seimbang. Latihan ini bisa dilaksanakan baik secara kelompok maupun perseorangan dan sering kali disertai dengan musik atau instruksi untuk membimbing gerakan tertentu.

Dalam senam lantai terdapat berbagai gerakan yang bervariasi, mulai dari yang sederhana seperti yang sering ditunjukkan hingga yang lebih kompleks sebagaimana penjelasan di bawah ini:

1. Sikap Lilin

Sikap lilin yakni posisi yang diambil dengan berbaring terlentang, membawa kedua tungkai lurus ke atas, serta menopang pinggang dengan kedua tangan dijelaskan pada gambar tersebut:

zGambar 2. Teknik Melakukan Gerakan Sikap Lilin



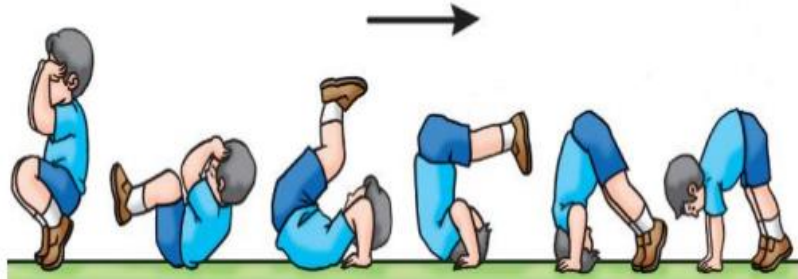
Sumber: Nurhuda, (2017, p. 7)

Gerakan ini merupakan bagian dari senam lantai dan sering digunakan dalam yoga, dikenal dengan nama *shoulder stand* atau *sarvangasana*. Manfaat dari sikap lilin meliputi, penguatan otot perut, peningkatan sirkulasi darah, serta pelatihan keseimbangan tubuh

2. Guling Belakang,

Guling belakang atau (*backward roll*) ialah gerakan menggulingkan tubuh ke pungkur dengan cara membentuk pose bulat. Posisi awal biasanya berdiri tegak, kemudian tubuh dibungkukkan ke depan dan tangan diletakkan di lantai. Saat mengguling, kepala harus menempel pada dada untuk melindungi leher, dan tumpuan harus kuat agar tidak terjatuh. Gerakan ini bertujuan untuk melatih keseimbangan dan koordinasi, dijelaskan pada gambar berikut:

Gambar 3. Langkah-Langkah Guling Belakang

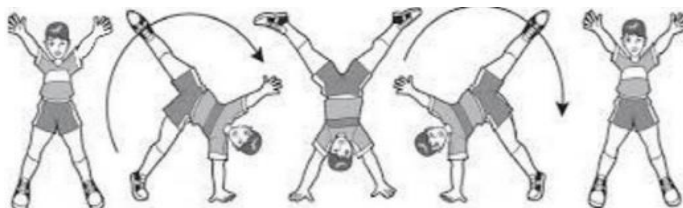


Sumber: Triyanto, (2015, P. 36)

3. Meroda

Meroda adalah gerakan senam yang melibatkan perputaran tubuh kesamping, biasanya dilakukan setelah melakukan guling depan atau belakang. Dalam posisi berdiri, tubuh di bungkukkan dan kedua tangan diletakkan di matras untuk menumpu saat melakukan putaran. Gerakan ini meningkatkan fleksibilitas dan koordinasi tubuh, dijelaskan pada gambar berikut:

Gambar 4. Langkah-Langkah Melakukan Gerakan Meroda



Sumber: Falahudin, (2021, P. 26)

4. Kayang

Kayang adalah posisi dimana tubuh membentuk lengkungan seperti busur, dengan tangan dan kaki sebagai tumpuan. Untuk melakukan kayang, mulai dari posisi berdiri, kemudian tubuh di bungkukkan ke belakang hingga kedua tangan menyentuh matras.

Gerakan ini memeperkuat otot punggung dan meningkatkan fleksibilitas, dijelaskan pada gambar berikut:

Gambar 5. Langkah-Langkah Gerakan Kayang

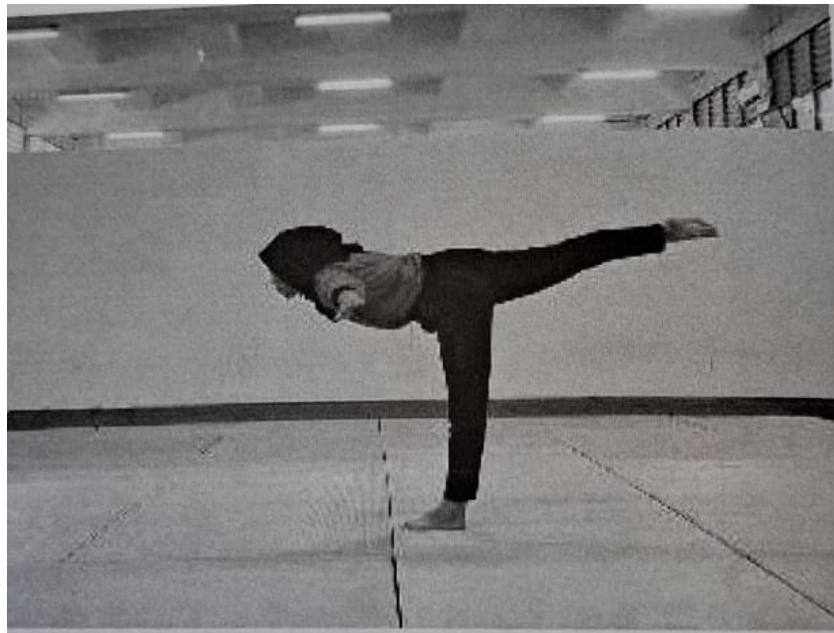


Sumber: Meikahani *et al.*, (2022, p. 42)

5. Kapal Terbang

Kapal terbang yakni gerakan yang dilaksanakan dengan berdiri di atas satu kaki sambil mengangkat kaki yang lain ke belakang dan kedua tangan menjulur ke depan. Posisi ini mirip dengan pesawat terbang dan berfungsi untuk melatih keseimbangan serta kekuatan otot kaki dan punggung, dijelaskan pada gambar berikut:

Gambar 6. Contoh Gerakan Kapal Terbang



Sumber: Meikahani *et al.*, (2022, p. 36)

6. *Handstand*

Handstand adalah pose bertumpu terbalik seraya menggunakan kedua tangan sebagai tumpuan. Dalam pose ini, badan harus vertikal dan tegak, mengandalkan kekuatan otot perut dan bahu untuk menjaga keseimbangan. *Handstand* sangat baik untuk melatih kekuatan inti dan meningkatkan kontrol tubuh, dijelaskan pada gambar berikut:

Gambar 7. Langkah-Langkah Melakukan Gerakan Handstand

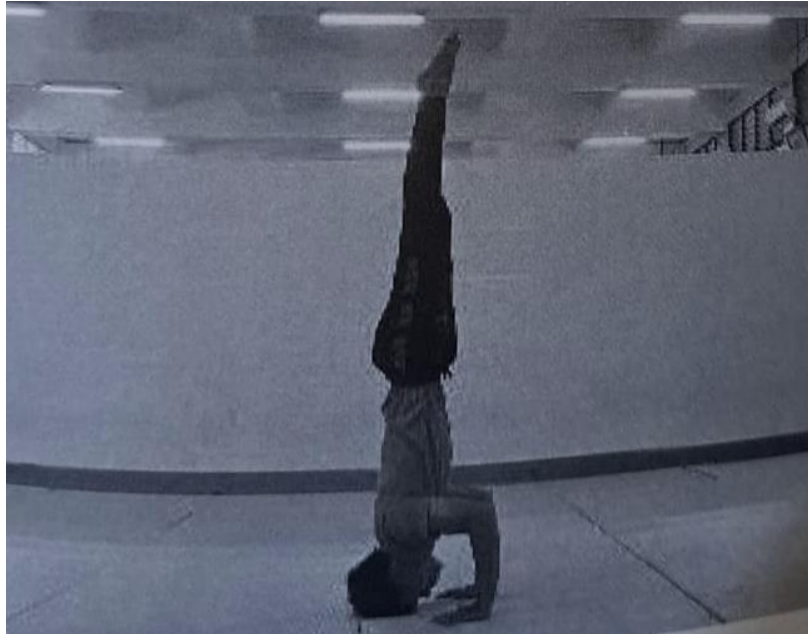


Sumber: Meikahani *et al.*, (2022, p. 51)

7. *Headstand*

Headstand adalah posisi terbalik dimana kepala menjadi tumpuan utama sementara kaki berada di atas. Untuk melakukan *headstand*, penting untuk menjaga leher tetap dalam posisi aman dengan menekuk dagu ke dada. Gerakan ini meningkatkan sirkulasi darah ke otak memperkuat otot leher dan punggung, dijelaskan pada gambar berikut:

Gambar 8. Langkah-Langkah Melakukan Gerakan Headstand



Sumber: Meikahani *et al.*, (2022, p. 57)

Tujuan utama dari senam ini yaitu untuk meningkatkan kekuatan, keseimbangan, dan kekuatan tubuh. Selain itu, senam lantai juga memiliki berbagai manfaat, termasuk peningkatan ketrampilan motorik, pengembangan kebugaran fisik, peningkatan rasa percaya diri, serta pendidikan karakter. Dalam konteks Fase C pada PJOK, senam lantai memiliki peran penting sebagai aktivitas yang mendukung tercapainya tujuan pembelajaran. Fase C ditujukan bagi petatar kelas V-IV di tingkat sekolah dasar, dimana mereka diharapkan dapat melakukan modifikasi terhadap berbagai aktivitas pola gerak dasar, menerapkan konsep dan prinsip gerak dengan tepat serta mengembangkan kebugaran fisik dan perilaku hidup sehat.

Dalam pelaksanaan senam lantai, terdapat 5 unsur utama yang sangat penting. Pertama, unsur keseimbangan merupakan kemampuan untuk

menjaga dan mengontrol tubuh selama melakukan gerakan, yang sangat krusial untuk meningkatkan kinerja atlet. Kedua, elemen kelenturan berpengaruh pada kemampuan melakukan gerakan sulit seperti roll, kayang, dan salto, tubuh yang lentur memungkinkan atlet untuk melakukan variasi gerakan dengan lebih mudah dan estetik. Ketiga, unsur keindahan muncul dari variasi dan kesempurnaan setiap gerakan, gerakan yang dilakukan dengan estetika tinggi akan memberikan nilai tambah pada penampilan. Keempat, keberanian diperlukan untuk melakukan beberapa gerakan ekstrem dalam senam lantai seperti salto dan berdiri dengan tangan, keberanian ini penting untuk mengatasi rasa takut saat mencoba gerakan sulit. Kelima, unsur kekuatan fisik sangat dibutuhkan untuk mendukung berbagai jenis gerakan yang memerlukan energi besar.

Senam lantai juga memberikan kesempatan pada siswa untuk memodifikasi gerakan dasar seperti memutar, melompat, dan berdiri seimbang sesuai dengan kemampuan mereka dalam menerapkan modifikasi pola gerak dasar. Selain itu, siswa belajar menerapkan prinsip-prinsip fisika seperti keseimbangan, momentum, dan gravitasi saat melakukan berbagai gerakan, yang membantu mereka memahami konsep gerak dengan lebih mendalam. Latihan senam lantai secara rutin dapat meningkatkan kekuatan otot inti, postur tubuh, dan daya tahan yang merupakan aspek penting dari kebugaran jasmani yang ditekankan dalam Fase C. Melalui latihan senam lantai dalam kelompok, siswa belajar tentang bekerja sama, saling menghargai, juga komitmen atas diri sendiri

maupun secara kolektif kolegal. Fase C dapat dilakukan dengan senam dan dapat menjadi pembelajaran yang efektif, tidak hanya olahraga fisik.

c) Pengertian Guling Depan

Guling depan adalah gerakan yang melibatkan melengkungnya tubuh ke hadapan, dengan sisi belakang tubuh (punggung, tengkuk, panggul bagian belakang, dan pinggang) menyentuh permukaan. Latihan guling depan bisa dilangsungkan melalui dua teknik, yakni:

1. Guling Depan dengan Posisi Kaki Tertekuk
2. Guling Depan dengan Posisi Kaki Lurus

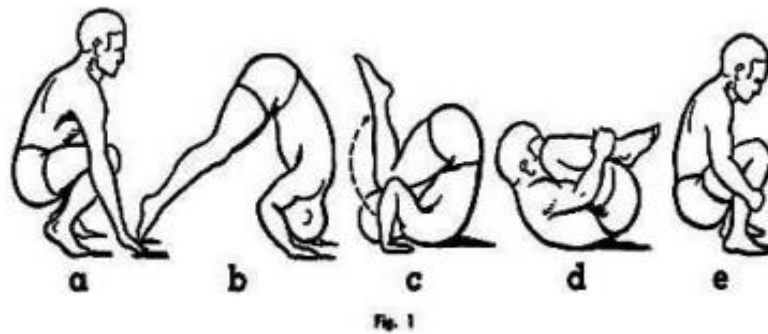
Gerakan guling depan tergolong mudah dan menyenangkan, namun jika ditunaikan tanpa cara yang akurat, bisa berisiko mencelakakan keselamatan. Sebelum melancarkan gerakan inti, sangat disarankan untuk menjalankan pemanasan dan relaksasi terlebih awal guna mencegah cedera. Tidak hanya pada olahraga guling depan, semua cabang olahraga jua mengharuskan pemanasan. Manfaat pemanasan sebelum berolahraga antara lain adalah untuk mempersiapkan otot agar lebih lentur saat melakukan gerakan inti, menjaga degup jantung tetap kukuh, menaikkan suhu tubuh, memintasi cedera, dan meningkatkan kepercayaan personal.

1. Guling Depan dengan Posisi Kaki Tertekuk

Saat melakukan berguling ke depan dengan kaki ditekuk, pemula sebaiknya menggunakan momen gaya ke depan saat gerakan berguling awal. Tujuan penerapan momen gaya ke depan adalah untuk memberikan dorongan pada tubuh agar proses gerakan dapat

dilakukan dengan efektif, sebagaimana dapat dilihat pada gambar berikut:

Gambar 9. Guling depan kaki di tekuk



(Sumber: Adi, 2018, p. 21)

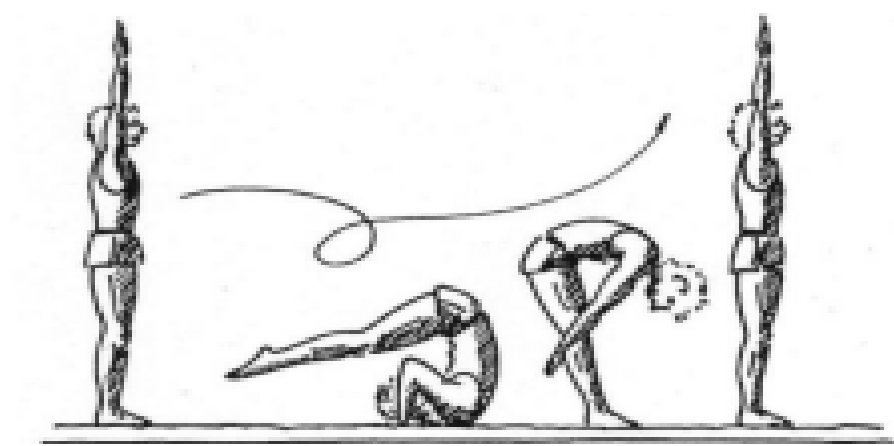
Tahapan-tahapan untuk melaksanakan guling depan dengan kaki ditekuk, yaitu:

- a) Untuk melaksanakan guling depan dengan kaki tertekuk, mulailah dengan meletakkan kedua tangan selebar bahu di atas matras dan letakkan tengkuk di sana. Tubuh kemudian didorong ke depan untuk berguling.
- b) Saat berguling, cobalah untuk membentuk lingkaran dengan paha lebih dekat ke dada. Bagi pemula, cekam kedua lutut supaya tubuh selalu membangun lingkaran, yang memuluskan berguling.
- c) Pada manuver terakhir, tubuh akan berwujud dalam pose jongkok, kedua kaki saling berhadapan dan digenggam oleh kedua tangan. Bagi yang telah mahir, tidak perlu lagi memegang lutut kedua kaki.

2. Guling depan dengan kaki lurus

Varietas lain dari gerakan berguling ke depan bersama kaki lurus adalah melalui memulai dengan kaki lurus lalu menekuk kedua kaki di bagian akhir. Gerakan ini kian gampang daripada gerakan berguling ke depan, yang dimulai dan diakhiri dengan kaki lurus, seperti yang ditunjukkan pada gambar berikut:

Gambar 10. Guling depan kaki lurus



(Sumber: Adi, 2018, p. 22)

Tahapan-tahapan melaksanakan guling depan dengan kaki lurus, yaitu:

- a) Mulailah dengan pose tegak, bersama kedua tangan dinaikkan ke atas serta bersiap untuk menyangga tubuh dengan kedua tangan dibuka selebar bahu. Tekuk leher dan pastikan kedua kaki tetap lurus. Dorong tubuh ke depan sehingga siap berguling.
- b) Pada momen berguling, pastikan kedua kaki konsisten lurus hingga mencapai matras, sementara kedua tangan diletakkan di

tepi paha luar dan sedia guna melepaskan dorongan kuat, sehingga badan dapat terangkat dan berdiri dengan mudah.

- c) Kemudian, berdirilah dengan tegak seperti posisi awal, dengan kedua tangan terangkat ke atas dan sedia untuk melanjutkan manuver berikutnya.

Melakukan gerakan berguling ke depan dengan menjaga kaki tetap lurus tergolong sulit. Oleh karena itu, diperlukan keterampilan analisis gerakan tingkat lanjut untuk melakukan gerakan berguling ke depan dengan kaki lurus dengan benar.

- a. Pertama, pastikan tubuh dan kedua kaki tetap dekat satu sama lain saat melakukan gerakan berguling.
- b. Kedua, gunakan pose ke depan untuk memberikan dorongan, yang akan mempermudah proses berdiri.
- c. Pada momen itu, letakkan kedua tangan di atas matras untuk memberikan dorongan, sehingga tubuh bisa berdiri dengan lebih mudah.
- d. Arahkan tubuh ke depan untuk memindahkan titik kesetimbangan berat tubuh ke arah depan.

Berguling ke depan ialah aktivitas yang menyenangkan dan mudah dilakukan, terutama bagi siswa sekolah dasar. Namun, untuk menghindari cedera, diperlukan teknik yang tepat. Pemanasan dan relaksasi sebelum melakukan gerakan inti sangat penting untuk menjaga keselamatan, tidak hanya dalam berguling ke depan, tetapi juga dalam semua olahraga.

3. Konsepsi Peserta didik

a. Pengertian

Peserta didik dapat didefinisikan sebagai subjek pada konteks pendidikan secara luas. Ia tidak hanya objek pendidikan yang bersifat statis dan pasif. Idealnya subjek pendidikan bersifat aktif dan merdeka dalam belajar. Secara umum, peserta didik didefinisikan sebagai setiap person yang masih menempuh pendidikan maupun menyerap penataran pada berbagai lintasan, strata, atau klasifikasi pendidikan tersendiri. Menurut Sudrajat dan Hariati (2021, p. 254), dengan mengadaptasi adicita "belajar sepanjang hayat", terminologi "peserta didik" lebih tepat digunakan untuk mengacu kepada seseorang yang sedang menuntut ilmu, termasuk orang dewasa. Sementara itu, istilah "mahasiswa" cenderung merujuk pada orang yang madya muda atau anak-anak. Istilah "peserta didik" mencakup berbagai kelompok usia dan mencerminkan luasnya insitut pendidikan yang bukan sekadar eksklusif pada lembaga formal sebagaimana sekolah dan perguruan tinggi, melainkan juga mencakup institut pendidikan di publik seperti kelompok pengajian, perkumpulan, dan lainnya.

b. Kepribadian Spesifik Siswa SD Tingkat Atas

Kepribadian ialah pola pikir dan perilaku yang konsisten dan memberikan ciri khas atau keunikan pada seseorang. Term "karakter" bersumber dari bahasa Yunani "*to mark*", yang bermakna penerapan nilai-nilai positif dengan ulah dan perilaku. Karakter amat terkait dengan aspek person atau khuluk yang bertaut pada diri seseorang dan menjadi sinyal

untuk mengidentifikasi mereka. Peserta didik, seperti halnya semua orang, memiliki ciri-ciri tertentu. Hanifah *et al.*, (2020, p. 109) mendefinisikan karakteristik peserta didik sebagai berbagai segi atau mutu yang dimiliki peserta didik secara individu, misal minat, motivasi belajar, gaya belajar, sikap, kualifikasi awal dan keterampilan berpikir. Setiap siswa menunjukkan berbagai karakteristik di sekolah dasar, baik di tingkat atas maupun tingkat bawah.

Pada rentang umur 6 sampai dengan 12 tahun pertumbuhan anak sangat begitu cepat. Pada tahap pendidikan sekolah dasar, khususnya pada kelas 5 SD dengan rentang usia 10 hingga 11 tahun, anak mengalami perubahan fisik yang signifikan seiring dengan proses pubertas. Perkembangan ini mencakup peningkatan tinggi badan, perubahan pada organ reproduksi, serta perubahan pada kulit dan rambut. Pertumbuhan fisik anak perempuan pada umumnya lebih pesat daripada anak laki laki. Namun, hal tersebut tidak berlangsung terus-menerus sebab bertepatan berjalannya masa, pertumbuhan anak laki-laki remaja akan kian bertambah.

Anak perempuan mulai tumbuh pesat selama kelas lima sekolah dasar, seiring dengan perkembangan tangan dan kaki mereka, dan mereka cenderung makin tinggi dan kian berat tinimbang anak laki-laki. Tidak seperti anak-anak berusia 9 tahun, divergensi perkembangan selang anak laki-laki dan perempuan pada umur ini sangat minim dan rada serupa. Namun, sebagian anak laki-laki mulai menunjukkan perkembangan yang

lebih pesat pada usia sebelas tahun. Hal ini, harus diperhitungkan saat mencatat kejadian berdasarkan kemampuan unik setiap individu.

Menurut Kuraesin (2011, p. 4), ciri-ciri dan persyaratan siswa berikut ini tercakup:

- 1) Anak-anak di sekolah dasar dikenal memiliki kegemaran bermain. Hal ini memberi kesempatan bagi guru untuk memasukkan lebih banyak permainan ke dalam proses pembelajaran, khususnya untuk siswa yang lebih muda. Guru harus menciptakan gaya mengajar yang serius namun mudah didekati dan paradigma pembelajaran yang menghibur. Pelajaran dengan komponen yang menyenangkan, seperti halnya PJOK, SBK, kegiatan pembelajaran harus diimbangi dengan mata pelajaran yang lebih serius, seperti sains dan matematika dalam Kurikulum Merdeka.
- 2) Ciri kedua adalah mereka lebih suka aktif; manusia dewasa mungkin dapat duduk berlarut, namun anak-anak SD hanya mampu duduk diam selama maksimal setengah jam. Pelajaran olahraga dapat menjadi alternatif bagi peregangan otot siswa karena terbiasa duduk lama di kelas. Sehingga perlu ada rancangan khusus untuk ini.
- 3) Anak-anak di sekolah dasar memiliki ciri ketiga, yaitu mereka senang bekerja dalam kelompok. Melalui interaksi dengan teman sebaya, anak-anak mengembangkan keterampilan sosialisasi yang penting, seperti menghormati aturan kelompok, belajar setia kepada teman, menerima tanggung jawab, tidak bergantung pada persetujuan lingkungan, belajar

cara bersaing dengan orang lain dengan cara yang sehat (spiritual), dan berpartisipasi dalam olahraga. Oleh karena itu, guru harus menciptakan pendekatan pengajaran yang memungkinkan siswa untuk bekerja atau belajar dalam kelompok sambil belajar tentang demokrasi dan keadilan. Ciri ini, menunjukkan bahwa pendidik perlu membuat model pembelajaran yang memungkinkan kerja kelompok atau instruksi. Untuk mempelajari atau menyelesaikan proyek kelompok, guru dapat mendesak siswa untuk membagi diri ke dalam himpunan-himpunan subtil yang terjadi dari tiga hingga empat orang.

- 4) Ciri keempat siswa sekolah dasar adalah kecondongan mereka guna meronakan emosi atau ide secara kontan. Pada tahap ini, siswa berada dalam fase operasional konkret menurut teori perkembangan kognitif, yang berarti mereka lebih mampu berpikir secara logis dan konkret, serta cenderung untuk mengungkapkan pemikiran dan perasaan mereka dengan cara yang jelas dan langsung. Mereka memperoleh kemampuan untuk membuat hubungan antara ide-ide baru dan lama melalui pendidikan mereka. Siswa mengembangkan ide-ide tentang waktu, lokasi, angka, peran gender, fungsi tubuh, etika, dan banyak topik lainnya sebagai hasil dari pengalaman ini. Jika siswa sekolah dasar menyelesaikan tugasnya sendiri dan memberikan contoh kepada orang dewasa, uraian guru tentang konten akan lebih mudah diikuti. Akibatnya, instruktur berencana untuk membuat metodologi pengajaran yang memungkinkan anak-anak mengambil peran aktif

dalam pendidikan mereka. Misalnya, jika anak-anak dikawal keluar sekolah segera dan diarahkan ke setiap arah mata angin bahkan menjulurkan lidah sedikit untuk memastikan mereka akan memahami arah utama dengan lebih baik.

4. Teori Kognitif Bloom

a. Pengertian

Teori Kognitif Bloom adalah kerangka konseptual yang dikembangkan oleh Benjamin Bloom pada tahun 1956, bersama dengan sekelompok ahli pendidikan. Teori ini dirancang untuk mengklasifikasikan tujuan pendidikan dan pembelajaran ke dalam berbagai tingkat kompleksitas. Taksonomi ini sering digunakan dalam perencanaan pembelajaran, evaluasi, dan analisis kemampuan siswa (Zhang, 2023).

b. Struktur Taksonomi Bloom

Taksonomi Bloom mengelompokkan tujuan pembelajaran ke dalam tiga domain utama (Tiantian Li, 2024):

1) Domain Kognitif (*Cognitive Domain*)

Domain ini fokus pada aspek intelektual, seperti pengetahuan, pengetahuan, dan pemecahan masalah. Domain ini memiliki enam tingkatan, yang diurutkan dari sederhana hingga kompleks. Pertama, pengetahuan (*knowledge*): Mengingat fakta, konsep, dan informasi dasar. Contoh: menghafal definisi guling depan. Kedua, pengetahuan (*comprehension*): memahami informasi dan menjelaskan dengan kata-kata sendiri. Contoh: menjelaskan langkah-langkah guling depan.

Ketiga, penerapan (*application*): Menggunakan informasi dalam situasi baru. Contoh: menerapkan teknik guling depan saat berlatih senam. Keempat, analisis (*analysis*): Membagi informasi menjadi bagian-bagian kecil untuk memahami strukturnya. Contoh: menganalisis kesalahan teknis dalam guling depan. Kelima, sintesis (*synthesis*): menggabungkan berbagai elemen untuk membentuk ide baru. Contoh: merancang strategi pembelajaran untuk teknik guling depan. Keenam, evaluasi (*evaluation*): membuat penilaian berdasarkan kriteria tertentu. Contoh: mengevaluasi keberhasilan teknik guling depan dalam sebuah penilaian praktis.

2) Domain Afektif (*Affective Domain*)

Domain ini berhubungan dengan sikap, emosi, dan nilai-nilai siswa. Domain ini melibatkan lima tingkat: menerima (*receiving*), merespons (*responding*), menghargai (*valuing*), mengorganisasi (*organizing*), dan karakterisasi (*characterizing*).

3) Domain Psikomotorik (*Psychomotor Domain*)

Domain ini dikembangkan oleh David R. Krathwohl dan lainnya setelah Bloom, domain ini berfokus pada keterampilan motorik dan fisik. Contoh: melakukan guling depan dengan teknik yang benar setelah mempelajarinya.

Pada tahun 2001, Anderson dan Krathwohl merevisi taksonomi Bloom untuk memberikan penekanan pada proses berpikir aktif. Beberapa perubahan signifikan dalam revisi ini. Nama tingkatan diubah menjadi kata

kerja aksi (misalnya, *Knowledge* menjadi *Remembering*). Tingkat tertinggi diubah dari *synthesis* menjadi *creating*, sehingga struktur revisi menjadi sebagaimana berikut:

- 1) *Remembering*: Mengingat informasi dasar.
- 2) *Understanding*: Menjelaskan ide atau konsep.
- 3) *Applying*: Menggunakan informasi dalam situasi nyata.
- 4) *Analyzing*: Memecah informasi untuk memahami elemen-elemennya.
- 5) *Evaluating*: Menilai berdasarkan kriteria tertentu.
- 6) *Creating*: Menggabungkan elemen-elemen untuk membentuk produk atau ide baru.

c. Aplikasi Teori Kognitif Bloom

Aplikasi teori ini dapat dilakukan dalam tiga tahap sebagaimana berikut:

1) Perencanaan Pembelajaran

Guru dapat merancang tujuan pembelajaran berdasarkan tingkat taksonomi. Misalnya, dalam pembelajaran senam lantai, dimulai dengan mengingat langkah-langkah (*remembering*), kemudian memahami urutan teknik (*understanding*), dan akhirnya mempraktikkannya (*applying*).

2) Penilaian Hasil Belajar

Soal atau tugas dapat dirancang sesuai tingkat kognitif, dari yang sederhana (pilihan ganda untuk mengingat) hingga kompleks (proyek yang melibatkan analisis dan evaluasi).

3) Pengembangan Kurikulum

Kurikulum dapat diatur agar mencakup semua tingkat taksonomi secara bertahap, memastikan siswa tidak hanya memahami informasi tetapi juga mampu menggunakannya dalam situasi nyata.

Teori kognitif Bloom memiliki kelebihan dan kritik yang relevan dalam konteks pendidikan. Sebagai kelebihan, teori ini menyediakan kerangka yang sistematis untuk pendidikan, membantu merancang tujuan pembelajaran yang jelas, serta memungkinkan evaluasi keberhasilan pembelajaran. Namun, kritik terhadap teori ini mencakup keterbatasannya dalam mencerminkan proses belajar yang dinamis karena memisahkan tingkat kognitif secara hierarkis, serta kurangnya perhatian pada aspek kontekstual dan sosial dalam pembelajaran. Dalam penelitian terkait hasil pembelajaran senam lantai, teori kognitif Bloom dapat diterapkan untuk menganalisis tingkat kemampuan siswa. Misalnya, penelitian dapat memetakan apakah siswa hanya mampu mengingat dan memahami teknik senam lantai pada tingkat dasar atau sudah mampu menerapkan dan mengevaluasinya pada tingkat lanjut. Dengan demikian, teori ini memberikan kerangka yang komprehensif untuk mengevaluasi efektivitas pembelajaran.

B. Penelitian yang Relevan

Tujuan dari riset yang cukup relevan ialah untuk memberikan pengetahuan yang lebih mendalam dan menjadi acuan bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi. Penelitian-penelitian tersebut membantu membentuk alur dan telaah

dalam topik yang sedang diteliti. Selanjutnya yakni berbagai penelitian yang dilakukan dengan permasalahan yang diteliti

- 1) Penelitian dengan judul “Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas IV SD N 2 Wijirejo Kecamatan Pandak Mengenai Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan” dilakukan oleh Puput Wulandari Tahun 2023. Adapun tujuannya yakni untuk mengetahui seberapa baik Pengetahuan siswa SD N 2 Wijirejo dalam senam lantai guling depan. Penelitian deskriptif kuantitatif ini menggunakan pendekatan survei dan pengumpulan data menggunakan tes pilihan ganda sebagai instrumennya. Dengan menggunakan teknik sampel lengkap, sebanyak 79 siswa kelas IV dijadikan sebagai subjek penelitian. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif yang dinyatakan dalam bentuk persentase. Berdasarkan hasil penelitian, siswa kelas IV SD N 2 Wijirejo, Kecamatan Pandak memiliki tingkat pengetahuan yang cukup tentang pembelajaran senam lantai guling depan. Angka-angka spesifiknya adalah sebagai berikut: 3,8% untuk sangat baik, 20,3% untuk baik, 48,1% untuk cukup, 25,3% untuk kurang, dan 2,5% untuk sangat sedikit.
- 2) Penelitian dengan judul “Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas VI Mengenai Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan di SD Negeri Gadingan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulonprogo” dilakukan oleh Fevi Susanti. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat penguasaan siswa kelas VI SD Negeri Gadingan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulonprogo dalam senam lantai guling depan. Penelitian ini merupakan penelitian

deskriptif kuantitatif. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes pilihan ganda (*multiple choice*) dan metode penelitian yang digunakan adalah metode survei. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas VI SD Negeri Gadingan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulonprogo yang berjumlah 27 orang. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif yang dinyatakan dalam bentuk persentase. Berdasarkan hasil penelitian, pengetahuan siswa kelas VI SDN Gadingan tentang pembelajaran senam lantai guling depan terbagi menjadi lima kategori yaitu sangat baik (7,41%), baik (29,53%), cukup (22,22%), kurang (37,03%), dan sangat kurang (3,70%).

- 3) Penelitian “Tingkat Pengetahuan Anak Kelas V SD tentang Pembelajaran Olahraga di Desa Mayungan Kecamatan Ngawen Kabupaten Klaten” dilakukan oleh Shofina Assay Fatimah Tahun 2023. Tujuan penelitian ini adalah untuk menilai derajat pengetahuan pembelajaran olahraga siswa kelas V SD di Desa Mayungan, Kecamatan Ngawen, Kabupaten Klaten. Penelitian deskriptif ini menggabungkan metode survei dengan strategi pengumpulan data menggunakan instrumen berupa tes pilihan ganda. Subjek dalam penelitian ini adalah 53 siswa kelas V dengan teknik pengambilan sampel acak bertujuan. Format yang digunakan dalam metode analisis data adalah persentase. Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 42 siswa (79,2%) memiliki kategori besar, 9 siswa (17,0%) memiliki kategori sangat besar, 2 siswa (3,8%) memiliki kategori sedang, 0 siswa (0%) memiliki kategori kecil, dan 0 siswa (0%) mendapat golongan sangat kecil. Hasil penelitian ini

menggambarkan tingkat pengetahuan tentang pembelajaran atletik siswa kelas V SD se-Desa Mayungan, Kecamatan Ngawen, Kabupaten Klaten.

- 4) Penelitian yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas IV SD Negeri Punukan Mengenai Gerakan Dasar Renang Crawl” merupakan penelitian yang dijalankan oleh Joko Semedi. Tujuan penelitian ini ialah guna mengetahui Pengetahuan siswa kelas IV SD Negeri Punukan atas gerakan dasar renang crawl. Penelitian ini yakni penelitian deskriptif kuantitatif. Instrumen penelitian ini adalah tes pilihan ganda, dan metodologi penelitiannya adalah metode survei. Dua puluh empat siswa kelas empat SD Negeri Punukan menjadi sampel penelitian. Analisis deskriptif kuantitatif, yang dinyatakan dalam persentase, digunakan dalam teknik analisis data. Berdasarkan hasil penelitian, pengetahuan gerak dasar renang siswa kelas IV SDN Punukan termasuk dalam salah satu kategori berikut: sangat buruk (0%), buruk (0%), cukup (8,3%), baik (54,2%), dan sangat baik (37,5%).

C. Kerangka Pikir

Meskipun senam merupakan salah satu mata pelajaran wajib yang diajarkan di sekolah dasar, hasil pembelajarannya tidak selalu mencapai tingkat yang optimal. Tidak semua siswa mampu mempelajari senam, atau bahkan tertarik untuk melakukannya. Untuk meningkatkan pembelajaran senam, khususnya senam lantai guling depan, guru harus kreatif dalam menyampaikan materi pengajaran. Namun, sistem pendukung juga harus dioptimalkan, seperti infrastruktur dan fasilitas yang terawat dengan baik, dan harus selalu diperhatikan untuk mencegah terjadinya cedera pada siswa. Selain itu, sangat

penting untuk menjamin bahwa per anak mengantongi oportunity yang setara untuk belajar dan terlibat dalam kegiatan senam.

Dalam situasi ini, metode pengajaran yang efektif sangat penting untuk meningkatkan motivasi siswa agar dapat melanjutkan proses pengkajian gimnastik, khususnya senam rantai guling depan. Dengan pendekatan yang tepat, murid dapat menggapai perkembangan yang holistik, baik secara fisik, mental, sosial, emosional, maupun moral dengan menggunakan sumber belajar senam. Sebagai alat pengajaran, senam berupaya untuk meningkatkan pengalaman gerakan siswa dan meningkatkan tingkat kebugaran fisik mereka. Salah satu olahraga yang penting adalah senam rantai.

Pengetahuan atau hasil belajar siswa yang buruk mungkin menjadi alasan mengapa mereka tidak dapat melakukan guling depan. Memahami alasan di balik menurunnya kemampuan mempelajari gerakan berguling ke depan sangat penting untuk menyelesaikan masalah ini. Dengan judul "Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas V dalam Pembelajaran Senam Rantai Materi Guling Depan di Sekolah Dasar/MI se-Kelurahan Murtigading, Kecamatan Sanden, Kabupaten Bantul Tahun Pelajaran 2024/2025", peneliti berencana untuk melakukan penelitian lebih lanjut berdasarkan hal tersebut. Hasil penelitian ini dimaksudkan dapat menyokong pendidik dalam mengidentifikasi kesalahan yang dilakukan peserta didik saat melakukan guling depan, mulai dari gerakan pertama hingga gerakan terakhir, sehingga dapat memberikan pendekatan yang tepat untuk mengatasinya.

Gambar 11. Kerangka Pikir Pengetahuan Peserta didik Kelas V SD/MI Se-Kelurahan Murtigading



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Menurut Aziza (2023, p. 136), desain ini memungkinkan peneliti untuk menganalisis fitur-fitur mendasar dari data yang ada dan menarik kesimpulan yang lebih akurat tentang peristiwa yang mereka amati dengan menggunakan statistik deskriptif kuantitatif. Penulis menggunakan survei sebagai metode penelitian, dan alat pilihan ganda difungsikan guna mengakumulasi data. Analisis data deskriptif kuantitatif, teknik yang berguna guna mengkaraktirasi, menampilkan, atau meringkas data berdasarkan deskripsi statistik, adalah metode analisis data yang dipakai. Ini membantu dalam menguraikan data yang rumit dan melihat tren dalam set data tertentu.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SDIT ASSALAAM SANDEN yang berlokasi di Kelurahan Murtigading, Kapanewon Sanden, Bantul. Penelitian dilaksanakan pada 12-19 November 2024.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah kompilasi manusia, benda, atau peristiwa yang menjadi subjek riset atau penyelidikan tertentu. Penelitian ini difokuskan pada orang-orang yang dikenal sebagai peserta didik. Adapun populasi pada penelitian ini terdiri dari seluruh murid kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, dan Bantul yang berjumlah 100 siswa menggunakan data sebagai berikut:

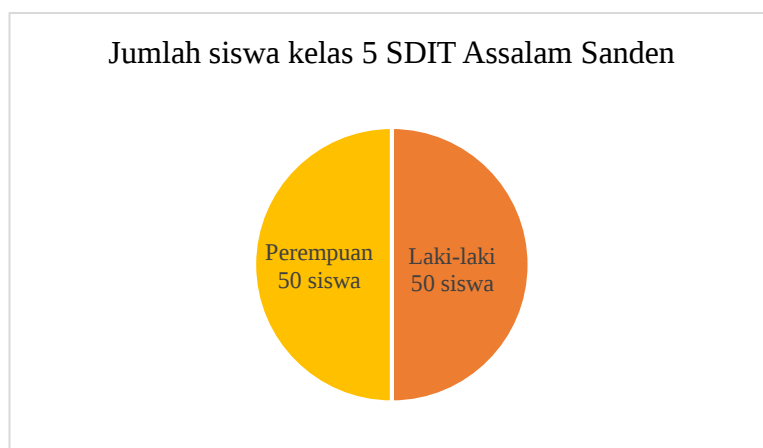
Tabel 2. Nama dan populasi SD/MI di Kelurahan Murtigading

No	Nama Sekolah Dasar	Jumlah Siswa
1.	SDIT ASSALAAM SANDEN	100 siswa
TOTAL		100 siswa

Tabel 3. Jumlah siswa kelas V

JENIS KELAMIN	JUMLAH SISWA
LAKI – LAKI	50 siswa
PEREMPUAN	50 siswa

Gambar 12. Statistic Populasi Peserta Didik Kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul



2. Sampel

Dalam statistik, sampel yakni bagian dari populasi yang diseleksi guna representatif segenap populasi yang lebih besar. Penelitian ini melibatkan seluruh teknik pengambilan sampel, dengan semua siswa kelas lima SD/MI di Murtigading, Sanden, dan Bantul sebagai sampel penelitian. Dengan demikian, total ukuran sampel untuk SD/MI kelas lima di Murtigading, Sanden, dan Bantul adalah 100 siswa.

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Alat pengumpulan data pada penelitian yakni menggunakan tes tertulis dengan soal opsional atau pilihan ganda. Elemen dari instrumen yang diaplikasikan untuk mengumpulkan data disusun dalam format kisi instrumen riset, sebagaimana berikut:

Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Pengetahuan Gerak Senam lantai Guling depan

Variabel	Faktor	Indikator	Butir	Σ
Tingkat Pengetahuan Peserta didik kelas V dalam Pembelajaran Senam Lantai materi Guling Depan di SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul Tahun Ajaran 2024/2025	Pengertian senam	a. Pengertian senam lantai	1,2,3,4,5	5
		b. Pengertian guling depan	6,7,8,9,10	5
	Teknik melakukan n guling depan	a. Tahap persiapan	11,12,13,14,15	5
		b. Tahap gerakan	16,17,18,19,20	5
jumlah				20

2. Teknik Pengumpulan Data

Strategi akumulasi data dilakukan dengan memerlukan ujian tertulis pilihan ganda selaku alat evaluasi untuk siswa yang menjadi sampel penelitian. Tes tersebut terdiri dari 20 pertanyaan.

E. Uji Instrumen

Langkah pertama dalam menilai sejauh mana akuratnya instrumen tes untuk mengukur kemampuan siswa adalah dengan melakukan uji coba terhadap instrumen penelitian tersebut. Setelah percobaan, langkah berikutnya adalah memeriksa karakteristik penilaian setiap butir soal. Beberapa bagian penting dari analisis ini harus dievaluasi, termasuk reliabilitas instrumen dan validitas, yang merupakan inti pokok. Validitas menekankan seberapa baik instrumen menilai apa pun yang dikandungnya, sedangkan reliabilitas mencerminkan konsentrasi atau konsistensi instrumen. Akibatnya, pengetahuan menyeluruh tentang karakteristik butir soal sangat penting guna meyakinkan bahwa tes menghasilkan hasil yang benar dan disajikan sesuai dengan kapasitas siswa.

1. Validitas

Uji validitas internal dilakukan oleh peneliti untuk memastikan reliabilitas instrumen. Menurut Asrul *et al.*, (2014, p. 121), istilah "valid" mengacu pada sesuatu yang sah atau tepat. Akibatnya, tes yang valid menunjukkan efisiensinya sebagai alat ukur untuk objek tertentu. Pengujian validitas menilai keakuratan dan kompatibilitas alat ukur dan hal yang diukur. Misalnya, menggunakan meteran untuk mengukur berat badan tidak dianggap sah. Timbangan yang digunakan di penggilingan padi cocok untuk mengukur

berat beras, namun tidak tepat digunakan untuk menaksir bobot cincin emas. Test yang diseleksi layak sesuai dan konsisten dengan aspek hasil belajar yang ingin dinilai. Test yang diseleksi wajib konsisten dengan fitur hasil belajar yang akan dinilai. Peneliti lebih menyukai validitas internal karena validitas tes dapat diukur menggunakan korelasi tes.

Tabel 5. Hasil uji Validitas

No	R Tabel	R Hitung	Kriteria
1.	0,4438	0.4852	Valid
2	0,4438	0.5146	Valid
3	0,4438	0.8746	Valid
4	0,4438	0.5394	Valid
5	0,4438	0.5626	Valid
6	0,4438	0.4632	Valid
7	0,4438	0.5714	Valid
8	0,4438	0.4611	Valid
9	0,4438	0.5666	Valid
10	0,4438	0.4530	Valid
11	0,4438	0.4458	Valid
12	0,4438	0.5352	Valid
13	0,4438	0.7112	Valid
14	0,4438	0.5245	Valid
15	0,4438	0.6127	Valid
16	0,4438	0.4973	Valid
17	0,4438	0.4852	Valid
18	0,4438	0.6184	Valid
19	0,4438	0.4551	Valid
20	0,4438	0.4814	Valid

2. Reliabilitas

Menurut Arikunto, (2010, p. 221) mendefinisikan reliabilitas sebagai ketepatan suatu tes ketika diujikan pada sampel yang sama. Dengan demikian, sebuah tes dianggap reliabel apabila bisa membagikan perolehan yang konsisten ketika diulang. Melalui observasi ini, reliabilitas dihitung memakai KR 20, seperti yang akan dijelaskan berikut ini:

$$r_{11} = \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(\frac{s^2 - \sum pq}{s^2} \right)$$

Keterangan :

- r_{11} = reliabilitas tes secara keseluruhan
- p = proporsi subjek yang menjawab item dengan benar
- q = proporsi subjek yang menjawab item dengan salah ($1 - p$)
- $\sum pq$ = jumlahhasil perkalian p dan q
- n = banyak item
- s = standar deviasi dari tes (akar varian)

Jika nilai r_{11} adalah 0,70 atau lebih, maka tes yang digunakan memiliki tahapan reliabilitas yang cukup bagus. Pada konteks penelitian ini, uji reliabilitas dilaksanakan dengan *Microsoft Excel* dan menghasilkan skor sebesar 0,847161733. Dengan demikian, tes dalam penelitian ini dinilai kredibel sebab nilainya melebihi 0,70 (Rahayu & Sukanti, 2013, p. 70).

3. Analisis Butir Soal

Proses evaluasi terhadap butir soal adalah langkah penting yang harus dilakukan oleh tenaga pengajar sebagai strategi untuk meningkatkan kualitas soal yang telah dirancang. kajian terhadap butir soal terbagi menjadi tiga kategori utama, yakni:

a. Kesukaran

Tingkat kesulitan butir soal merujuk pada evaluasi soal berdasarkan tingkat kesulitan, dengan tujuan untuk mengidentifikasi soal yang mudah, sedang, atau sulit. Soal dengan indeks 0,00 menunjukkan bahwa tidak ada murid yang mengerjakan dengan valid, sedangkan indeks 1,00 menunjukkan bahwa murid menyelesaikan dengan valid. Indikator kesulitan dihitung untuk setiap soal. Secara umum, nilai pada umumnya berkisar rata-rata 45 yang didapat murid pada soal tertentu menunjukkan tingkat kesulitan soal tersebut.

Dalam konteks penilaian, indeks kesulitan biasanya dilambangkan dengan simbol P (P besar), yang merupakan singkatan dari "proporsi". Oleh karena itu, soal dengan $P = 0,70$ dianggap lebih mudah ditandingkan soal dengan $P = 0,20$. Perhitungan untuk menentukan tingkat kesulitan tes adalah sebagaimana berikut (Rahayu & Sukanti, 2013, p. 70):

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

Keterangan:

P = Indeks kesukaran

B = Banyaknya peserta didik yang menjawab soal itu dengan

JS = Jumlah seluruh peserta didik peserta tes

Tolak ukur indeks kesukaran soal adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Kriteria Tingkat kesukaran

Indekas Kesukaran	Kategori soal
$p > 0,70$	Mudah
0,30-0,70	Sedang
$p < 0,30$	Sukar

(Sumber: Rahayu & Sukanti, 2013, p. 71)

Dari hasil uji coba instrumen di SD Jigudan Kecamatan Pandak diperoleh tingkat kesukaran sebagai berikut:

Tabel 7. Tingkat kesukaran Uji Coba Instrumen di SD jigudan

Soal	Kesukaran	Kategori
Soal 1	0,7	Mudah
Soal 2	0,6	Sedang
Soal 3	0,5	Sedang
Soal 4	0,25	Sukar
Soal 5	0,8	Mudah
Soal 6	0,75	Mudah
Soal 7	0,5	Sedang
Soal 8	0,75	Mudah
Soal 9	0,5	Sedang
Soal 10	0,6	Sedang
Soal 11	0,8	Mudah
Soal 12	0,75	Mudah
Soal 13	0,4	Sedang
Soal 14	0,6	Sedang
Soal 15	0,75	Mudah
Soal 16	0,55	Sedang
Soal 17	0,65	Sedang
Soal 18	0,45	Sedang
Soal 19	0,45	Sedang
Soal 20	0,55	Sedang

Dari grafik yang menunjukkan tingkat kesulitan instrumen uji coba di SD Jigudan di atas, dapat disimpulkan bahwa instrumen uji coba yang terdiri dari 20 soal memiliki persentase tingkat kesulitan, yaitu 5% sangat sulit, 60% sedang, dan 35% mudah.

b. Daya Pembeda

Daya pembeda merujuk pada kompetensi suatu soal untuk memilah antara siswa yang menguasai kapabilitas tinggi dan peserta didik yang menguasai rendah. Menurut Daryanto (Rahayu & Sukanti, 2013, p. 71), analisis daya pembeda bermaksud guna mengevaluasi sejauh mana soal dapat memilah antara siswa dengan prestasi tinggi dan siswa dengan prestasi rendah. Oleh karena itu, daya pembeda memainkan peran penting dalam menganalisis butir soal guna meningkatkan keakuratan pengukuran kemampuan siswa.

$$D = \frac{B_A}{J_A} - \frac{B_B}{J_B} = P_A - P_B$$

Keterangan:

J = jumlah peserta tes.

J_A = banyaknya peserta kelompok atas.

J_B = banyaknya peserta kelompok bawah.

B_A = banyaknya peserta kelompok atas yang menjawab soal itu dengan benar.

B_B = banyaknya peserta kelompok bawah yang menjawab soal itu dengan benar.

$P_A = \frac{B_A}{J_A}$ = proporsi peserta kelompok atas yang menjawab benar

(sebagai indeks kesukaran).

$P_B = \frac{B_B}{J_B}$ = proporsi peserta kelompok bawah yang menjawab benar.

Tabel 8. Kriteria Daya Pembeda

Daya Beda	Kategori soal
0,00-0,19	Jelek (<i>poor</i>)
0,20-0,39	Cukup (<i>satisfactory</i>)
0,40-0,69	Baik (<i>good</i>)
0,70-1,00	Baik sekali (<i>excellent</i>)
Negatif	Semuanya tidak baik

Dari hasil uji coba instrumen di SD Jugudan Kapanewon Pandak didapat daya pembeda sebagai berikut:

Tabel 9. Daya Pembeda Uji Coba Instrumen di SD Jigudan

Soal	Daya Pembeda	Kategori
Soal 1	0,4	Cukup
Soal 2	0,6	Baik
Soal 3	0,4	Cukup
Soal 4	0,3	Cukup
Soal 5	0,4	Cukup
Soal 6	0,3	Cukup
Soal 7	0,4	Cukup
Soal 8	0,5	Baik
Soal 9	0,4	Cukup
Soal 10	0,6	Baik
Soal 11	0,4	Cukup
Soal 12	0,5	Baik
Soal 13	0,4	Cukup
Soal 14	0,4	Cukup
Soal 15	0,3	Cukup
Soal 16	0,5	Baik
Soal 17	0,3	Cukup
Soal 18	0,5	Baik
Soal 19	0,5	Baik
Soal 20	0,5	Baik

Merujuk pada tabel di atas, instrumen uji coba SD Jigudan di atas, dapat disimpulkan bahwa 20 soal dalam instrumen uji coba termasuk dalam golongan cukup dengan persentase 60% dan golongan baik dengan persentase 40%.

c. Distraktor/pengecoh

Distraktor dianggap efektif apabila dapat menarik perhatian peserta tes yang belum menguasai konsep atau materi yang diuji. (Arikunto, 2012, p. 233). Kegunaan alternatif jawaban sebagai distraktor ditentukan oleh apakah semua jawaban berfungsi dengan baik. Sebaliknya, jika tidak ada distraktor yang dipilih sama sekali, maka dapat dianggap sebagai distraktor negatif. Distraktor dinilai efektif jika dipilih paling sedikit 5% dari peserta tes. Soal pilihan ganda biasanya memiliki tiga hingga lima jawaban atau kemungkinan yang berbeda. Di antara alternatif-alternatif ini, terdapat satu kunci jawaban yang valid, begitu pula dengan berbagai distraktor.

Tabel 10. Klasifikasi Efektifitas Fungsi Distraktor/Pengecoh

Jumlah Pemilih	Kategori soal
$\geq 5\%$	Berfungsi Baik
$< 5\%$	Berfungsi Kurang baik

(Sumber: Rahayu & Sukanti, 2013, p. 72)

Berdasarkan hasil pengujian instrumen di SD Jigudan Kapanewon Pandak, didapat pengecoh atau distraktor sebagai berikut:

Tabel 11. Fungsi Distraktor/pengecoh Uji Coba Instrumen di SD Jigudan

Soal	Opsi			
	A	B	C	D
1.	14	6	0	0
2.	0	12	4	4
3.	5	1	4	10
4.	5	1	5	9
5.	16	1	0	3
6.	15	0	0	5
7.	1	10	3	6
8.	15	1	0	4
9.	3	5	10	2
10.	0	5	12	3
11.	1	3	0	16
12.	0	15	5	0
13.	8	0	0	12
14.	12	0	2	6
15.	15	0	5	0
16.	11	3	2	4
17.	2	1	4	13
18.	9	7	3	0
19.	9	8	3	0
20.	11	2	1	6

Keterangan :



: Kunci Jawaban



: Opsi < 5%

Merujuk tabel distraktor dari uji coba instrumen di SD Jigudan tersebut, bisa disimpulkan bahwa instrumen uji coba yang terdiri dari 20 soal termasuk dalam golongan "berfungsi dengan baik".

F. Teknik Analisis Data

Metode pengumpulan data dalam riset ini mengintegrasikan analisis deskriptif dan menggunakan pendekatan statistik. Statistik deskriptif dimanfaatkan guna mengevaluasi data yang diperoleh. Tujuan dari analisis ini ialah guna memahami taraf pengetahuan siswa pada kelas V akan materi senam guling depan di SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, dan Bantul. Untuk memperbaiki distribusi data, diterapkan skor baku (skor T) yang mengklasifikasikan hasil penilaian ke dalam lima kategori.

Hasil analisis data diklasifikasikan ke dalam lima jenis: sangat tinggi, tinggi, cukup, kurang, dan sangat kurang. Kategorisasi ini ditentukan menggunakan algoritma berdasarkan rata-rata dan simpangan baku yang diinginkan. Klasifikasi ini mengacu pada *Norm Reference Assessment* (PAN), dengan klasifikasi nilai dan rumus yang telah ditentukan:

Tabel 12. Pengkategorian Pengetahuan

Interval	Kategori
90-100	Sangat Tinggi
80-89	Tinggi
71-79	Sedang
41-70	rendah
0-40	Sangat Rendah

Sumber: Sugiyono (2008, p. 199)

Selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan sebagai pembahasan atas permasalahan yang diajukan dalam bentuk presentase. Menurut Sugiyono (2008, p. 199) rumus untuk menghitung frekuensi relatif (persentase) sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Angket Persentase

F = Jumlah Frekuensi Jawaban

N = Jumlah Subjek (Respon)

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini bermaksud guna mengukur taraf pengetahuan siswa kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul mengenai penelaahan senam lantai guling depan. Pengumpulan data dilaksanakan melalui tes pilihan ganda yang terdiri dari 20 soal. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh skor terendah 6; skor tertinggi 18; *mean* 12,1; *median* 12, *range* 12; dan deviasi standar 2,7. Hasil lengkap sebagaimana data berikut:

Tabel 13. Deskriptif Statistic Senam Lantai Guling Depan Peserta Didik Kelas V di SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul.

Statistics		
Nilai		
N	Valid	100
	Missing	0
Mean		12.1900
Median		12.0000
Std. Deviation		2.72176
Range		12.00
Minimum		6.00
Maximum		18.00
Sum		1219.00

Setelah data diproses dan dianalisis dengan menggunakan perangkat lunak *SPSS Statistics* dan *Microsoft Excel*, disusunlah deskripsi mengenai taraf pengetahuan siswa kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul,

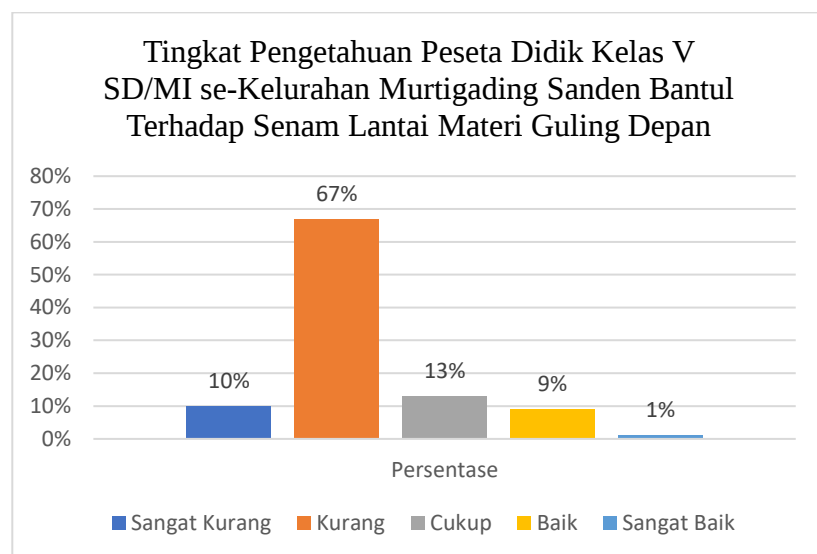
terkait pembelajaran senam lantai guling depan, seperti yang ditampilkan pada gambar berikut:

Tabel 14. Distribusi Frekuensi Norma Penilaian Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Materi Guling Depan.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
90-100	Sangat Baik	1	1%
80-89	Baik	9	9%
71-79	Cukup	13	13%
41-70	Kurang	67	67%
0-40	Sangat Kurang	10	10%
Jumlah		100	100%

Berikut ini adalah grafik batang yang menunjukkan taraf pengetahuan siswa kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul mengenai keterampilan senam lantai guling depan:

Gambar 13. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Materi Guling Depan.



Menurut tabel dan gambar yang disajikan, pengetahuan siswa kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul mengenai pembelajaran senam lantai guling depan dapat dikategorikan sebagai berikut: 1% sangat baik, 9% baik, 13% cukup, 67% kurang, dan 10% sangat kurang. Dari hasil penelitian ini, sebagian besar siswa kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul menunjukkan pengetahuan yang tergolong "rendah".

Dari tabel dan gambar yang tersedia, taraf kognisi siswa kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul terkait pembelajaran senam lantai guling depan terdistribusi dalam klasifikasi sebagai berikut: 4% sangat baik, 30% baik, 23% cukup, 31% kurang, dan 12% sangat kurang.

1. Faktor Pengertian Melakukan Guling Depan

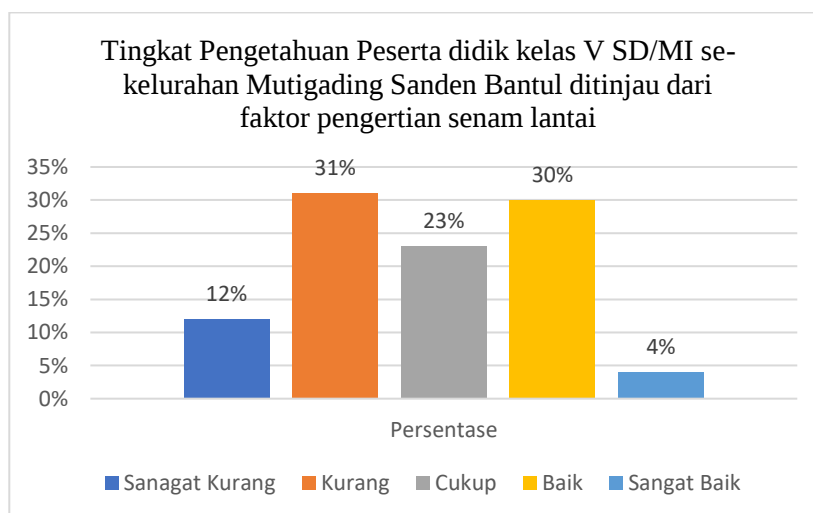
Hasil ini menunjukkan bahwa pengetahuan tentang faktor pengetahuan senam dalam penelitian ini diukur menggunakan 11 pertanyaan. Skor yang diperoleh menunjukkan nilai minimum sejumlah 3; nilai maksimum sebesar 10; nilai rata-rata sejumlah 6,7; median sebanyak 7; rentang sejumlah 7; dan deviasi standar sebanyak 1,7. Deskripsi lebih lanjut mengenai hasil penelitian untuk faktor definisi senam lantai dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 15. Distribusi Frekuensi Norma Penilaian Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Faktor Pengertian Senam Lantai.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
90-100	Sangat Baik	4	4%
80-89	Baik	30	30%
71-79	Cukup	23	23%
41-70	Kurang	31	31%
0-40	Sangat Kurang	12	12%
Jumlah		100	100%

Tingkat pengetahuan siswa kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul mengenai penataran senam lantai guling depan berdasarkan faktor pengertian guling depan dapat dilihat pada diagram batang berikut:

Gambar 14. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Dari Faktor Pengertian Senam Lantai.



Menurut tabel dan gambar yang ada, tingkat pengetahuan siswa kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul mengenai pembelajaran

senam lantai guling depan terbagi sebagai berikut: 4% dengan klasifikasi sangat baik, 30% dengan golongan baik, 23% dengan kriteria cukup, 31% dengan kategori kurang, dan 12% dengan golongan sangat kurang.

2. Faktor Teknik dalam Melakukan Guling Depan

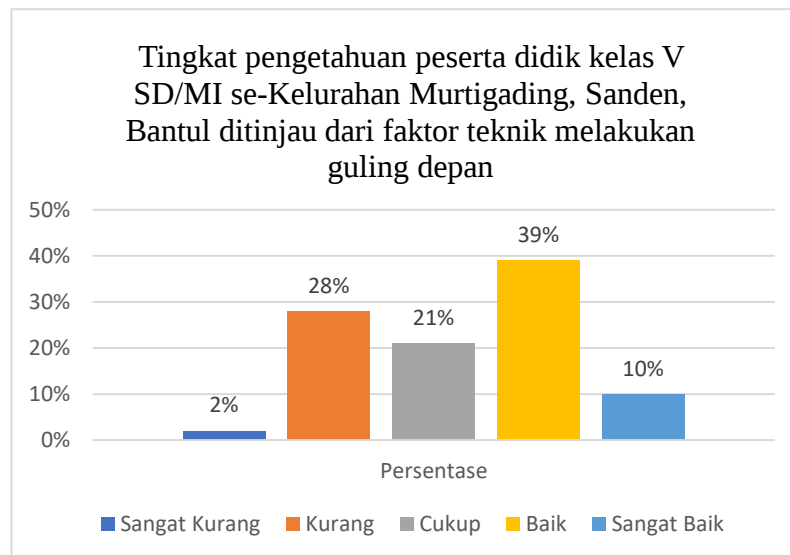
Penelitian mengenai pengetahuan faktor teknis dalam guling depan diukur melalui sembilan pernyataan. Temuan penelitian menunjukkan skor terendah 1; skor tertinggi 9; rata-rata 5,4; *median* 5; rentang 8; dan deviasi standar 1,5. Selanjutnya ialah tabel yang mengikhtisarkan hasil penelitian mengenai faktor Pengetahuan senam:

Tabel 16. Distribusi Frekuensi Norma Penilaian Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V sd/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Faktor Teknik Melakukan Guling Depan.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
90-100	Sangat Baik	10	10%
80-89	Baik	39	39%
71-79	Cukup	21	21%
41-70	Kurang	28	28%
0-40	Sangat Kurang	2	2%
Jumlah		100	100%

Grafik batang di bawah ini menggambarkan taraf pengetahuan peserta didik kelas V SD se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul terkait pembelajaran senam lantai guling depan, yang ditinjau berdasarkan faktor teknik guling depan:

Gambar 15. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Dari Faktor Teknik Melakukan Guling Depan.



Menurut tabel dan gambar yang disajikan, pengetahuan siswa kelas V SD/MI Se-Kelurahan Murtigading Sanden Bantul mengenai pembelajaran senam lantai guling depan menunjukkan bahwa faktor teknik guling depan memiliki persentase sangat baik sejumlah 10%, baik 39%, cukup 21%, kurang 28%, dan sangat kurang 2%.

B. Pembahasan Hasil Kajian

Riset ini bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul terhadap materi senam lantai, khususnya guling depan. pengukuran dilakukan melalui tes tertulis dengan 20 soal pilihan ganda dan melibatkan 100 siswa sebagai responden. hasil analisis menunjukkan bahwa pengetahuan siswa tentang materi guling depan tergolong rendah, dengan rincian: 1% (1 siswa) sangat baik, 9% (9 siswa) baik, 13% (13 siswa) cukup, 67% (67 siswa) kurang, dan 10% (10 siswa) sangat kurang. Jika

melihat komponen pengetahuan senam lantai dan teknik guling depan, dalam analisis peneliti menunjukkan bahwa:

1. Siswa kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul memiliki pengetahuan yang kurang terhadap materi guling depan. Secara rinci, 4% siswa (4 siswa) berada pada kategori sangat baik, 30% (30 siswa) pada kategori baik, 23% (23 siswa) pada kategori cukup, 31% (31 siswa) pada kategori kurang, dan 12% (12 siswa) pada kategori sangat kurang.
2. Mengenai teknik guling depan, siswa pada kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul menunjukkan tingkat pengetahuan yang lebih baik. Detailnya meliputi, 10% (10 siswa) sangat baik, 39% (39 siswa) baik, 21% (21 siswa) cukup, 28% (28 siswa) rendah, dan 2% (2 siswa) sangat rendah.

C. Kesenjangan Antara Hasil Belajar dan Target Kurikulum

Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan bahwa rata-rata nilai siswa adalah 12,1 dengan standar deviasi sebesar 2,7. Dengan skor minimum 6 dan maksimum 18, data menunjukkan distribusi yang cukup lebar namun dengan konsentrasi pada nilai rendah hingga menengah.

Sebagian besar siswa, yaitu 67%, berada dalam kategori “kurang,” dengan tambahan 10% pada kategori “sangat kurang.” Hanya 1% siswa yang menunjukkan pengetahuan sangat baik, sementara 9% berada pada kategori “baik,” dan 13% pada kategori “cukup.” Sebaran ini menunjukkan bahwa

Pengetahuan mayoritas siswa terhadap materi tergolong rendah, dengan hanya sebagian kecil yang mencapai kategori tinggi.

Ketika dilihat dari aspek faktor definisi guling depan, distribusi nilai tetap memperlihatkan pola serupa. Sebanyak 31% siswa masuk dalam kategori “kurang,” sementara 12% berada pada kategori “sangat kurang.” Meski demikian, terdapat 34% siswa yang tergolong “baik” dan “sangat baik,” menunjukkan bahwa sebagian siswa memiliki pengetahuan teoritis yang lebih baik.

Faktor teknis guling depan memberikan hasil yang lebih positif dibandingkan Pengetahuan definisi. Dalam faktor ini, 10% siswa mencapai kategori “sangat baik,” dan 39% siswa tergolong “baik.” Ini menunjukkan bahwa siswa lebih mudah memahami aspek teknis atau praktis dari materi, meskipun 28% masih berada di kategori “kurang,” dan 2% dalam “sangat kurang.”

Perbedaan signifikan antara pengetahuan teoritis dan teknis ini menjadi temuan menarik. Siswa tampaknya lebih nyaman dengan praktik langsung daripada penguasaan konsep-konsep teoretis. Hal ini dapat menjadi indikator bahwa metode pembelajaran yang diterapkan lebih mendukung aspek praktis dibandingkan penanaman konsep dasar.

Rendahnya rata-rata pengetahuan siswa, juga dapat dikaitkan dengan penggunaan media dan metode pembelajaran yang kurang variatif. Jika pembelajaran difokuskan pada metode ceramah atau demonstrasi sederhana tanpa pengayaan melalui alat bantu modern, siswa cenderung sulit untuk

memahami materi secara komprehensif. Penelitian tambahan perlu dilakukan untuk mengidentifikasi efektivitas metode pengajaran yang digunakan.

Perbandingan hasil dengan target kurikulum menunjukkan adanya kesenjangan signifikan. Dengan mayoritas siswa berada di kategori rendah, jelas bahwa tujuan pembelajaran senam lantai di tingkat SD belum sepenuhnya tercapai. Sedangkan Analisis dari Hidayati (2023) dalam analisisnya, Hidayati menyoroti pentingnya dukungan orang tua dan lingkungan sekolah dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Penelitian ini menunjukkan bahwa sekolah dengan dukungan komunitas yang kuat dan program ekstrakurikuler aktif berhasil meningkatkan hasil belajar senam lantai siswa, dengan lebih dari 70% siswa mencapai kategori baik. Hal ini menuntut adanya evaluasi lebih lanjut terhadap relevansi kurikulum dengan kemampuan siswa di lapangan.

Analisis tambahan dapat dilakukan dengan memetakan hubungan antara fasilitas olahraga yang tersedia di sekolah dan tingkat pengetahuan siswa. Sekolah-sekolah se-Kelurahan Murtigading mungkin memiliki keterbatasan dalam menyediakan sarana dan prasarana olahraga yang memadai. Hal ini bisa menjadi salah satu faktor utama yang menyebabkan rendahnya Pengetahuan siswa terhadap materi.

Selain itu, hasil ini menyoroti pentingnya pelatihan guru untuk menggunakan pendekatan pembelajaran yang inovatif. Guru pendidikan jasmani perlu dilatih untuk memanfaatkan media pembelajaran yang lebih interaktif, seperti video, simulasi, atau evaluasi digital. Ini diharapkan dapat meningkatkan

keterlibatan siswa dan memperkuat pengetahuan mereka terhadap konsep dan teknik.

Metode pengajaran yang digunakan saat ini tampaknya kurang efektif dalam menjembatani kesenjangan antara teori dan praktik. Siswa yang memiliki pengetahuan teknis lebih baik cenderung mengalami kesulitan dalam menguasai aspek teoritis, yang seharusnya menjadi dasar bagi pengetahuan mereka terhadap praktik. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan pembelajaran terpadu yang menekankan keseimbangan antara teori dan praktik.

Lebih jauh, data menunjukkan adanya distribusi nilai yang cukup merata dengan standar deviasi rendah. Ini mengindikasikan bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat pengetahuan yang tidak jauh berbeda satu sama lain. Namun, rata-rata nilai yang rendah menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran harus diarahkan untuk meningkatkan pengetahuan seluruh siswa secara keseluruhan, bukan hanya kelompok tertentu.

Rendahnya jumlah siswa dalam kategori “sangat baik” juga patut menjadi perhatian. Dengan hanya 1% siswa yang mencapai tingkat pengetahuan tertinggi, tampaknya belum ada upaya maksimal untuk mendukung siswa yang memiliki potensi akademik tinggi. Hal ini dapat berdampak pada motivasi siswa untuk mencapai hasil belajar yang lebih baik.

Strategi intervensi yang lebih inklusif dan terarah diperlukan untuk meningkatkan hasil belajar. Program-program seperti bimbingan tambahan, kompetisi olahraga, atau pelatihan intensif dapat membantu siswa memahami

materi secara lebih baik. Selain itu, peran guru sebagai fasilitator harus diperkuat untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif.

Penelitian ini memberikan wawasan penting tentang kondisi pembelajaran senam lantai se-Kelurahan Murtigading. Dengan hasil yang mayoritas rendah, penelitian ini menyoroti pentingnya inovasi dalam pengajaran dan peningkatan fasilitas pembelajaran. Selain itu, dukungan dari pihak sekolah, orang tua, dan masyarakat diperlukan untuk meningkatkan hasil pembelajaran siswa.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyoroti perlunya evaluasi terhadap berbagai aspek pembelajaran, termasuk kurikulum, metode pengajaran, fasilitas, dan pelatihan guru. Temuan ini, memberikan dasar yang kuat untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih baik dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Dengan demikian, hasil pembelajaran senam lantai di masa depan diharapkan dapat lebih optimal.

D. Menelisik Tingkatan Kognitif Siswa dalam Pembelajaran Senam Lantai melalui Lensa Taksonomi Bloom

Penelitian ini mengungkapkan bahwa pengetahuan siswa kelas V SD/MI terhadap senam lantai guling depan berada pada tingkat yang rendah, dengan rata-rata skor 12,1 dari total 20 soal. Jika dianalisis menggunakan Taksonomi Bloom, mayoritas siswa tampaknya hanya mencapai tingkatan paling dasar, yaitu remembering (mengingat). Hasil ini ditunjukkan oleh distribusi nilai, di mana 67% siswa berada pada kategori “kurang,” yang mengindikasikan kesulitan dalam memahami konsep dasar senam lantai.

Pada tingkat *understanding* (memahami), hasil penelitian menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil siswa yang mampu menjelaskan langkah-langkah guling depan secara teoritis. Hal ini dapat dilihat dari kategori siswa yang tergolong “baik” (9%) dan “cukup” (13%). Sebaran ini menunjukkan bahwa pembelajaran lebih banyak berhenti pada tahap penghafalan informasi daripada mencapai Pengetahuan mendalam.

Tingkat *applying* (menerapkan) dapat dianalisis melalui pengetahuan teknis siswa mengenai gerakan guling depan. Berdasarkan data, 49% siswa berada dalam kategori “baik” dan “sangat baik” dalam aspek teknis, menunjukkan kemampuan mereka menerapkan teknik dalam praktik. Ini menandakan bahwa siswa lebih mampu menguasai aspek praktis senam lantai dibandingkan Pengetahuan teoretisnya.

Dalam tingkat *analyzing* (menganalisis), sangat sedikit indikasi bahwa siswa mampu membedah gerakan guling depan menjadi bagian-bagian kecil untuk memahami setiap elemennya. Mayoritas siswa belum mencapai tahap analisis, sebagaimana ditunjukkan oleh dominasi kategori “kurang” dan “sangat kurang.” Hal ini, mencerminkan kurangnya penekanan pada pembelajaran yang melibatkan pemecahan masalah atau evaluasi mendalam terhadap teknik senam.

Pada tahap *evaluating* (mengevaluasi), belum ada bukti kuat bahwa siswa mampu menilai kualitas gerakan senam mereka atau teman-temannya berdasarkan kriteria tertentu. Hal ini wajar mengingat rendahnya pengetahuan teoretis yang menjadi dasar untuk membuat evaluasi yang efektif. Rendahnya

kemampuan evaluasi juga mencerminkan kurangnya latihan reflektif dalam proses pembelajaran.

Tahap *creating* (menciptakan) hampir tidak tercapai oleh siswa dalam konteks pembelajaran ini. Menciptakan inovasi dalam teknik guling depan, seperti menggabungkan gerakan dengan elemen senam lainnya, membutuhkan pengetahuan mendalam yang belum terlihat pada mayoritas siswa. Hal ini, menunjukkan bahwa pembelajaran belum mengarah pada pengembangan kreativitas dalam gerakan senam.

Metode pengajaran yang digunakan kemungkinan besar lebih berfokus pada aspek *remembering* dan *applying*, tanpa banyak memberikan ruang bagi siswa untuk menganalisis, mengevaluasi, atau menciptakan. Kurangnya variasi metode pembelajaran, seperti diskusi kelompok atau simulasi, dapat menjadi faktor yang menyebabkan keterbatasan siswa dalam mencapai tingkatan kognitif yang lebih tinggi.

Pentingnya penyesuaian kurikulum dengan prinsip Taksonomi Bloom sangat terlihat dalam kasus ini. Kurikulum harus didesain untuk mendorong siswa bergerak dari tingkat dasar (mengingat dan memahami) menuju tingkat lanjutan (menganalisis, mengevaluasi, dan menciptakan). Hal ini dapat dicapai dengan mengintegrasikan tugas yang menantang dan mendorong pemikiran kritis serta reflektif.

Secara keseluruhan, analisis berdasarkan Taksonomi Bloom menunjukkan adanya kesenjangan besar dalam penguasaan berbagai tingkatan kognitif oleh siswa. Penekanan yang terlalu besar pada hafalan dan praktik tanpa

pengembangan analisis dan evaluasi membuat pembelajaran menjadi tidak seimbang. Strategi pengajaran yang lebih inovatif dan terarah diperlukan untuk memastikan siswa dapat mencapai semua tingkat Taksonomi Bloom secara holistik.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan wawasan penting bagi guru dan pembuat kebijakan pendidikan untuk merancang pembelajaran yang tidak hanya efektif tetapi juga komprehensif. Peningkatan kualitas pembelajaran senam lantai guling depan akan memerlukan pendekatan yang mendorong siswa tidak hanya menjadi pelaku praktik, tetapi juga pemikir kritis dan kreator dalam pembelajaran senam.

BAB V

SIMPULAN, KETERBATASAN, DAN SARAN

A. Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa kelas V SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul terhadap materi senam lantai guling depan tergolong rendah, dengan mayoritas siswa berada pada kategori “kurang” (67%) dan “sangat kurang” (10%). Rata-rata nilai hanya mencapai 12,1 dari total skor maksimum 20. Pengetahuan teoritis siswa, seperti definisi guling depan, jauh lebih rendah dibandingkan kemampuan teknisnya, di mana 49% siswa berada di kategori “baik” dan “sangat baik.” Temuan ini mengindikasikan adanya kesenjangan signifikan antara penguasaan teori dan praktik.

B. Keterbatasan Hasil Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, penelitian hanya berfokus pada tingkat pengetahuan siswa kelas V SD/MI terhadap materi senam lantai guling depan tanpa mempertimbangkan faktor-faktor lain seperti motivasi siswa, dukungan keluarga, atau peran guru, sehingga analisis kurang komprehensif dalam menjelaskan rendahnya pengetahuan siswa. Kedua, studi ini tidak menyertakan variasi metode pembelajaran, seperti demonstrasi langsung, pembelajaran berbasis kelompok, atau penggunaan media digital, sehingga sulit untuk menentukan metode yang paling efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Ketiga, penelitian lebih menitikberatkan pada aspek kognitif siswa, seperti kemampuan mengingat dan memahami, tanpa mengevaluasi dimensi afektif seperti minat dan sikap siswa,

maupun dimensi psikomotorik seperti kemampuan fisik dalam melakukan gerakan. Keempat, penelitian terbatas pada konteks lokal se-Kelurahan Murtigading, Sanden, Bantul dengan 100 siswa sebagai responden, sehingga hasilnya sulit digeneralisasikan ke konteks yang lebih luas.

Selain itu, analisis yang dilakukan lebih banyak menggunakan data kuantitatif tanpa melibatkan data kualitatif seperti wawancara dengan siswa atau guru, yang dapat memberikan wawasan lebih mendalam tentang hambatan pembelajaran. Penelitian juga tidak membahas secara mendalam implementasi kurikulum, meskipun ada indikasi kesenjangan antara capaian siswa dan tuntutan kurikulum. Terakhir, pendekatan *cross-sectional* dalam penelitian ini hanya mengukur pengetahuan siswa pada satu titik waktu, sehingga tidak dapat mengevaluasi perkembangan pengetahuan siswa atau dampak dari intervensi pembelajaran tertentu. Keterbatasan-keterbatasan ini membuka peluang untuk penelitian lanjutan yang lebih menyeluruh, dengan eksplorasi faktor-faktor tambahan dan pengembangan strategi pembelajaran yang lebih efektif.

C. Saran

1. Saran Bagi Peneliti

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan fokus dengan mengeksplorasi faktor-faktor lain yang memengaruhi hasil pembelajaran, seperti motivasi siswa, dukungan keluarga, serta peran lingkungan sekolah. Selain itu, penting untuk menggunakan pendekatan campuran (*mixed methods*) dengan menggabungkan analisis kuantitatif dan kualitatif untuk mendapatkan pengetahuan yang lebih holistik. Pendekatan

longitudinal juga dapat dipertimbangkan agar perkembangan pengetahuan siswa terhadap materi senam lantai dapat dievaluasi dari waktu ke waktu. Dengan mengintegrasikan berbagai metode dan variabel, hasil penelitian dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam dan relevan untuk mendukung efektivitas pembelajaran.

2. Saran bagi Siswa

Siswa diharapkan dapat lebih aktif dalam proses pembelajaran, baik secara individu maupun dalam kelompok, untuk meningkatkan pengetahuan mereka terhadap materi senam lantai. Penting bagi siswa untuk memanfaatkan berbagai sumber belajar, seperti video demonstrasi atau aplikasi pembelajaran olahraga, untuk melengkapi penjelasan yang diberikan oleh guru. Selain itu, siswa perlu memperhatikan aspek fisik dan mental dalam pembelajaran senam lantai, dengan melatih keterampilan dasar secara konsisten dan membangun kepercayaan diri. Dengan pendekatan yang proaktif, siswa dapat memaksimalkan hasil pembelajaran dan mengembangkan keterampilan yang diperlukan.

3. Saran bagi Guru

Guru disarankan untuk menerapkan variasi metode pembelajaran, seperti demonstrasi langsung, pembelajaran berbasis proyek, dan penggunaan media digital untuk menarik minat siswa serta memudahkan mereka memahami materi senam lantai. Evaluasi yang mencakup dimensi kognitif, afektif, dan psikomotorik juga penting untuk memastikan pembelajaran bersifat holistik. Guru perlu menciptakan lingkungan belajar yang mendukung, dengan memberikan umpan balik yang konstruktif dan mendorong kerja sama antar

siswa. Selain itu, pelatihan profesional atau workshop yang terkait dengan pembelajaran olahraga dapat membantu guru meningkatkan kompetensinya, sehingga mampu memberikan pembelajaran yang lebih efektif dan inovatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, S. (2018). Bentuk-bentuk Dasar Gerakan Senam. Malang:UM Press.
- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., & Munthe, S. A. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan.
- Anderson, LW, & Krathwohl, DR (Eds.). (2021). Taksonomi untuk Pembelajaran, Pengajaran, dan Penilaian: Revisi Taksonomi Tujuan Pendidikan Bloom. New York: Longman.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik . Jakarta: Rineka Cipta.
- Arwih, M. Z. (2019). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan Handstand Pada Olahraga Senam Lantai Mahapeserta didik Penjaskesrek Angkatan 2016 Kelas B Fkip Uho. In Jurnal Ilmu Keolahragaan (Vol. 17, Issue 2, p. 54).
- Asrul, A. R., & Rosinta. (2014). Evaluasi Pembajalaran. In Ciptapustaka Media.
- Aziza, N. (2023). Metodologi penelitian 1 : deskriptif kuantitatif. ResearchGate, July, 166–178.
- Depdikbud. (2003). Undang-Undang RI Nomor 20. Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Falaahudin, A. (2021). Modul Perkuliahan Senam Lantai. [http://mercubuana-yogya.ac.id /](http://mercubuana-yogya.ac.id/). 1–59.
- Fatimah, SA (2023). Tingkat Pengetahuan Anak Kelas V SD tentang Pembelajaran Olahraga di Desa Mayungan Kecamatan Ngawen Kabupaten

- Klaten. Skripsi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hanifah, H., Susanti, S., & Adji, A. S. (2020). Perilaku Dan Karakteristik Peserta Didik Berdasarkan Tujuan Pembelajaran. *Manazhim*, 2(1), 105–117. <https://doi.org/10.36088/manazhim.v2i1.638>
- Kuraesin, E. (2011). Ciri-ciri dan Persyaratan Murid di Sekolah Dasar. Dalam *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 4(1), 1-10.
- Listyarini, E. (2019). Latihan Senam Aerobik Untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 3(2), 1689– 1699.
- Meikahani, R., Mawarti, S., wulandari, P. P., (2022) *Dasar-Dasar Senam*. Yogyakarta: UNY PRESS
- Muchlis, A.I., & Sufian, H. (2020). Filsafat Ilmu Pengetahuan dan Penelitian. In Suparyanto dan Rosad (2015 (Vol. 5, Issue 3).
- Muhajir. (2017). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud
- Nafiati, D. A. (2021). Revisi taksonomi Bloom: Kognitif, afektif, dan psikomotorik *Humanika*, 21(2), 151-172. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i2.29252>
- Nurhuda, N. (2017). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Sikap Lilin Dalam Pembelajaran Senam Lantai Melalui Bantuan Teman Pada Peserta Didik SD Negeri 9 Pekanbaru Tahun Ajaran 2016/2017. *Journal Sport Area*, 2(2), 76-87.

- Pariati, P., & Jumriani, J. (2021). Gambaran Pengetahuan Kesehatan Gigi Dengan Penyuluhan Metode Storytelling Pada Peserta didik Kelas Iii Dan Iv Sd Inpres Mangasa Gowa. *Media Kesehatan Gigi : Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(2), 7–13. <https://doi.org/10.32382/.v19i2.1933>
- Pariati, P., & Jumriani, J. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan Individu. Dalam *Jurnal Kesehatan dan Kebidanan*, 15(1), 8-15.
- Purnama, A. (2016). Pengaruh Senam Yoga Terhadap Tingkat Kecemasan Wanita Pra Menopause (Studi Pada Lychel Gym Aerobik dan Yoga 35-45 tahun Surabaya). *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 06(2), 283–293.
- Putra, A. (2015). Pencapaian Kompetensi Peserta didik Dalam Pembelajaran Fisika Ditinjau Dari Kompleksitas Konten Dan Tingkatan Proses Kognitif Pada SMA Negeri Di Kota Padang. *Eksata*, 1(16), 53–62.
- Rahayu, E. P & Sukanti. (2013). Analisis Butir Soal Ulangan Kenaikan Kelas Ekonomi Akutansi. 67-81
- Rumekso, G. A. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Senam Ketangkasan Roll Belakang dengan Menggunakan Media Matras Bidang Miring Peserta Didik Kelas V MI Muhammadiyah Tamansari Karangmoncol Kabupaten Purbalingga. 1– 121.
- Semedi, J. (2021). Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas IV SD Negeri Punukan Mengenai Gerakan Dasar Renang Gaya Crawl. Skripsi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sudrajat, H., & Hariati, R. H. (2021). Hakikat Pendidikan Sepanjang Hayat Untuk Ditanamkan Pada Peserta didik Sekolah Dasar. *Al-Amin Journal*:

- Educational and Social Studies, 6(02) ,253–262.<https://doi.org/10.54723/jurnalalamin.v6i02.44>
- Sumarni, T. (2017). Peningkatan Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Melalui Permainan Pada Peserta didik Kelas IV SD Negeri 18 Kota Pekanbaru Titin Sumarni Guru SD Negeri 18 Pekanbaru. Jurnal Pigur,01(2),40–48.
<https://pigur.ejournal.unri.ac.id/index.php/pigur/article/view/5472/0>
- Suprihatin S. (2019). Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta didik. G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 3(1), 73–82.
<https://doi.org/10.31316/g.couns.v3i1.89>
- Susanti, F. (2019). Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas VI Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan di SD Negeri Gadingan Kecamatan Wates Kabupaten Kulonprogo. Skripsi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Taqwa, M. Q. D. (2020). Kepercayaan Diri Peserta Didik Dalam Pembelajaran Guling Belakang Di Sd Negeri Karangjati Kecamatan Ngaglik Kabupaten Sleman.
- Tiancheng Zhang *et al.*, “Parallel Prediction Method of Knowledge Proficiency Based on Bloom’s Cognitive Theory,” Mathematics 11, no. 24 (18 Desember 2023): 5002,
- Tiantian Li, “Goal Setting and Instructional Design in Music Education Based on Bloom’s Cognitive Hierarchy Theory,” Applied Mathematics and Nonlinear Sciences 9, no. 1 (1 Januari 2024),

- Triyanto, R. (2015). Tingkat Kesulitan Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Peserta didik Kelas V Sd Negeri 1 Jambidan Kecamatan Banguntapan Kabupaten Bantul. 151, 10–17.
- Wahana, P. (2016). Filsafat Ilmu Pengetahuan. Pustaka Diamond, 1–211.
<https://repository.usd.ac.id/7333/1/3>. Filsafat Ilmu Pengetahuan (B-3).pdf
- Wulandari, P. (2023). Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas IV SD N 2 Wijirejo Kecamatan Pandak Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran, 11(1), 45-58.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pembimbingan Proposal TAS



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

29 Agustus 2024

Kpd Yth Saudara Ichlasul Luthfi Pradana NIM 21604221020

Mahasiswa Prodi PJSD Program Sarjana

Dengan hormat,

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

Judul Tugas Akhir : Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V dalam Pembelajaran Senam Lantai Materi Guling Depan di SD/MI se- Kelurahan Murtigading Sanden Bantul Tahun ajaran 2024/2025.

Dosen Pembimbing : **Dr. Ranintya Meikahani, 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 terimakasih.

Koorprodi PJSD Program Sarjana

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

Lampiran 2. Kartu Bimbingan TAS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHIRAGAAN 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.fik.uny.ac.id>, Surel : humas.fik@uny.ac.id

FORMULIR BIMBINGAN PENYUSUNAN LAPORAN TA

Nama Mahasiswa : Ichlasul Luthfi Pradana
Dosen Pembimbing : Dr. Ramintya Meikahani, M.Pd.
NIM : 21604221020
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Sekolah Dasar
Judul TA : Tingkat Pengetahuan Peserta didik Kelas V dalam Pembelajaran Senam Lantai Materi Guling Depan di SD/MI se-Kelurahan Murtigading, Jenden, Bantul Tahun Ajaran 2024/2025

No.	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Hasil/Saran Bimbingan	Paraf Dosen Pembimbing
1.	Senin, 9 September 2024	Judul, Proposal Bab 1-3	Mengganti judul dan melanjutkan Bab 1-3	
2.	Kamis, 3 Oktober 2024	Revisi Bab 1-3	Revisi tata tulis dan menambah materi	
3.	Senin, 14 Oktober 2024	Revisi Bab 1-3	Revisi tata tulis dan menambah materi	
4.	Jumat, 1 November 2024	Revisi Bab 2-3	Revisi Reliabilitas dan Validitas	
5.	Senin, 11 November 2024	Bab 1-3	melanjutkan penelitian	
6.	Selasa, 24 November 2024	Bab 4.	konsultasi olah data, dan menyelesaikan Bab 4	
7.	Senin, 30 Desember 2024	Bab 4.	melanjutkan Bab 5	
8.	Kamis, 2 Januari 2025	Skripsi full	Revisi tata tulis, melengkapi Lampiran, lembar penyelesaian dan persetujuan.	
9.		Skripsi	Cek hasil revisi	
10.		Skripsi	ACC Skripsi	

Mengetahui
Koord.Prodi SI PJSD

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

Yogyakarta, 2 Januari 2025

Mahasiswa,

Ichlasul Luthfi Pradana
NIM. 21604221020

Lampiran 3. Surat Izin Uji Instrumen Penelitian

	KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281 Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550426, Fax 0274-513092 Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id
Nomor : B/619/UN34.16/LT/2024	11 November 2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal	
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian	
Yth .	SDIT Assalaam Sanden Pucanganom, Murtigading, Sanden, Bantul, Yogyakarta (Sorobayan km 6), Bantul, DI Yogyakarta
Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:	
Nama	: Ichlasul Luthfi Pradana
NIM	: 21604221020
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - SI
Judul Tugas Akhir	: TINGKAT PENGETAHUAN PESERTA DIDIK KELAS V DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI MATERI GULING DEPAN DI SD/ MI SE-KELURAHAN MURTIGADING SANDEN BANTUL TAHUN AJARAN 2024/2025
Waktu Uji Instrumen	: Kamis - Jumat, 14 - 15 November 2024
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.	
	
Tembusan :	Hery Ardiyanto Hermawan, S.Pd., NIP. 19770218 200801 1 002
1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;	
2. Mahasiswa yang bersangkutan.	

Lampiran 4. Surat Ijin 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. 360, 357, 0274-530826, Fax 0274-513992
Laman: ik.uny.ac.id E-mail: ik@uny.ac.id

Nomor : B/1608/UNJ4.16/PT.01.04/2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

11 November 2024

Yth. SD IT ASSALAAM SANDEN
Pucanganom, Murtigading, Murtigading, Kec. Sanden, Kab. Bantul Prov. D.I. Yogyakarta

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

Nama : Ichlasul Luthfi Pradana
NIM : 21604221020
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : TINGKAT PENGETAHUAN PESERTA DIDIK KELAS V DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI MATERI GULING DEPAN DI SD/ MI SE-KELURAHAN MURTIGADING SANDEN BANTUL TAHUN AJARAN 2024/2025
Waktu Penelitian : 12 - 19 November 2024

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.



Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Rendi Andiyanto Hermawan, S.Pd.,
M.Or.

NIP 19770218 200801 1 002

Lampiran 5. Surat Ijin Observasi



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/91/UN34.16/DL.16/2024
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Observasi

11 November 2024

Yth. **SDIT Assalaam Sanden**
Pucanganom, Murtigading, Sanden, Bantul, Yogyakarta (Sorobayan km 6), Bantul, DI
Yogyakarta.

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini, akan melaksanakan observasi di lingkungan instansi yang Bapak/Ibu pimpin, dalam rangka untuk melengkapi tugas mata kuliah "Tugas Akhir Skripsi" atas nama :

Nama : Ichlasul Luthfi Pradana
NIM : 21604221020
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Waktu Pelaksanaan Observasi : Selasa, 12 November 2024
Judul / Keperluan : Observasi dan Wawancara Peserta Didik dan Guru Kelas 5

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.



Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan; NIP. 19770218 200801 1 002
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 6. Surat keterangan Uji Penelitian SDIT ASSALAAM SANDEN



SURAT KETERANGAN

NO: 422/298.a/SAN.D.14/XI/2024

Yang bertandatangan dibawah ini saya:

Nama : H. Daru Tri Anggoro, M.Pd
Jabatan : Kepala Sekolah
Instansi : SDIT Assalaam

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : Ichlasul Luthfi Pradana
NIM : 21604221020
Program studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan uji instrumen di SDIT Assalaam Sanden dengan judul “TINGKAT PENGETAHUAN PESERTA DIDIK KELAS V DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI MATERI GULING DEPAN DI SD/MI SE-KELURAHAN MURTIGADING SANDEN BANTUL TAHUN AJARAN 2024/2025. Sebagai bahan pembuatan Tugas Akhir Skripsi. Uji Penelitian tersebut dilaksanakan pada :

Hari/Tgl : Selasa, 12 November 2024
Tempat : SDIT Assalaam Sanden
Waktu : 07.30 – 10.00 WIB

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bantul, 13 November 2024

Kepala Sekolah



Lampiran 7. Instrumen Penelitian

Lembar Soal

Instrumen Uji Coba Penelitian

A. Identitas Responden

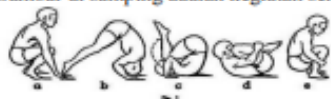
Nama :
Kelas :
No. Absen :
Sekolah :

B. Petunjuk Umum

1. Bacalah soal dengan teliti sebelum menjawab!
2. Jumlah soal ada 20 butir pilihan ganda
3. Pilihlah salah satu jawaban yang benar dengan memberi tanda (X) pada huruf a,b,c, dan d di lembar jawaban yang tersedia!

SELAMAT MENGERJAKAN

1. Senam yang dilakukan pada lantai dengan beralas matras tanpa melibatkan alat lainnya disebut...
 - a. Senam irama
 - b. Senam trampoline
 - c. Senam zumba
 - d. Senam lantai
2. Berikut ini yang tidak termasuk dalam bentuk-bentuk latihan senam lantai adalah...
 - a. Senam Zumba
 - b. Kayang
 - c. Guling depan
 - d. Meroda
3. Berikut ini yang tidak termasuk dalam fungsi senam lantai adalah
 - a. Melatih keberaian
 - b. Melatih Keseimbangan
 - c. Melatih Kekuatan
 - d. Membuat nyeri otot
4. Manfaat dalam melakukan senam lantai adalah..
 - a. Merusak otot
 - b. Merusak keindahan tubuh
 - c. Membangun otot
 - d. Membuat nyeri
5. Dibawah ini yang termasuk dala jenis-jenis latihan senam lantai adalah...
 - a. Guling depan, Meroda, Kayang
 - b. Guling miring, Push Up, Sit Up
 - c. Jungkir balik, Estafet, Maraton
 - d. Guling Miring, Jungkir balik, Push Up
6. Gambar di samping adalah kegiatan senam lantai yang disebut...



- a. kayang
- b. Meroda
- c. Guling depan
- d. Split

(Sumber: Adi, 2018, p. 21)

7. Berikut ini yang bukan termasuk bagian gerakan guling depan adalah...
 - a. Punggung menyentuh matras
 - b. Sikap leher tengadah
 - c. Lutut rapat
 - d. Sikap akhir jongkok
8. Urutan anggota badan yang mengenai matras dalam gerakan mengguling ke depan yang benar adalah...
 - a. Panggul, Tangan, Punggung Kaki
 - b. Tangan, Panggul, Pinggang, Kaki
 - c. Tangan, Punggung, Pinggul, Kaki
 - d. Panggul, Punggung, Tangan Kaki
9. Sikap awal guling depan dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu...
 - a. Sikap jongkok dan berdiri
 - b. Sikap jongkok dan berbaring
 - c. Sikap berdiri dan terlentang
 - d. Sikap terlentang dan berdiri
10. Posisi badan pada saat persiapan guling depan adalah...
 - a. Menghadap ke belakang
 - b. Menghadap ke samping
 - c. Menghadap arah gerakan
 - d. Menghadap tembok
11. Pandangan mata pada saat persiapan guling depan adalah...
 - a. Ke depan
 - b. Ke atas
 - c. Ke belakang
 - d. Ke samping
12. Sikap yang harus di perhatikan pada saat berguling ke depan adalah...
 - a. Sikap tangan
 - b. Sikap kepala
 - c. Sikap leher
 - d. Sikap kaki
13. Pada saat gerakan menumpu apabila kedua tangan dibuka sedikit, maka gerakan akan menjadi...
 - a. Berhasil dengan baik
 - b. Gerakan sempurna
 - c. Tidak sempurna
 - d. Sangat baik dan benar
14. Posisi kepala saat mengguling ke depan adalah...
 - a. Diantara kaki
 - b. Diantara kedua lengan
 - c. Diantara jari tangan
 - d. Diantara lutut
15. Gerakan pinggul kaki saat akan mengguling ke depan adalah...
 - a. Pinggul tidak diangkat dan kaki di buka
 - b. Pinggul diam dan kaki diangkat lurus
 - c. Pinggul miring dan kaki di tekuk
 - d. Pinggul diangkat dan kaki lurus

16. Pada saat persiapan guling depan posisi kedua tangan adalah...
 - a. Tangan di lutut
 - b. Tangan di kepala
 - c. Telapak tangan di atas matras
 - d. Menyentuh kaki
17. (1) saat menumpu kedua tangan saya lurus
 (2) saat menumpu kedua tangan saya kuat
 (3) saat menumpu kedua tangan saya tidak sejajar
 (4) saat menumpu kedua tangan saya selebar bahu
 Peristiwa di atas merupakan penyebab gerakan guling depan tidak sempurna yaitu nomor...
 - a. 1
 - b. 2
 - c. 3
 - d. 4
18. Unsur utama yang di perlukan untuk melakukan gerakan guling ke depan adalah...
 - a. Keseimbangan
 - b. Kelentukan
 - c. Kelincahan
 - d. Kekuatan otot
19. Posisi akhir ketika selesai melakukan guling depan adalah...
 - a. Lengan di kepala pandangan ke bawah
 - b. Lengan ke belakang pandangan ke belakang
 - c. Kedua lengan lurus pandangan kedepan
 - d. Lengan silang pandangan kesamping
20. Sikap awal guling depan dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu...
 - a. Sikap tangan
 - b. Sikap kepala
 - c. Sikap leher
 - d. Sikap kaki

Lampiran 8. Hasil Salah satu Instrumen penelitian

Lembar Soal

Instrumen Uji Coba Penelitian

A. Identitas Responden

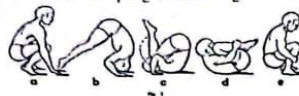
Nama : Alif Wianz Yajat Ablafi
Kelas : 5A
No. Absen : 03
Sekolah : SDIT Assalaam Jember

B. Petunjuk Umum

1. Bacalah soal dengan teliti sebelum menjawab!
2. Jumlah soal ada 20 butir pilihan ganda
3. Pilihlah salah satu jawaban yang benar dengan memberi tanda (X) pada huruf a,b,c, dan d di lembar jawaban yang tersedia!

SELAMAT MENGERJAKAN

1. Senam yang dilakukan pada lantai dengan beralas matras tanpa melibatkan alat lainnya disebut...
a. Senam irama
b. Senam trampoline
c. Senam zumba
☒ d. Senam lantai
2. Berikut ini yang tidak termasuk dalam bentuk-bentuk latihan senam lantai adalah...
☒ a. Senam Zumba
b. Kayang
c. Guling depan
d. Meroda
3. Berikut ini yang tidak termasuk dalam fungsi senam lantai adalah
a. Melatih keberanian
b. Melatih Keseimbangan
c. Melatih Kekuatan
☒ d. Membuat nyeri otot ??
4. Manfaat dalam melakukan senam lantai adalah..
a. Merusak otot
b. Merusak keindahan tubuh
☒ c. Membangun otot
d. Membuat nyeri
5. Dibawah ini yang termasuk dala jenis-jenis latihan senam lantai adalah...
☒ a. Guling depan, Meroda, Kayang
b. Guling miring, Push Up, Sit Up
c. Jungkir balik, Estafet, Maraton
d. Guling Miring, Jungkir balik, Push Up
6. Gambar di samping adalah kegiatan senam lantai yang disebut...



- a. kayang
b. Meroda
☒ c. Guling depan
d. Split

(Sumber: Adi, 2018, p. 21)

7. Berikut ini yang bukan termasuk bagian gerakan guling depan adalah...

- a. Punggung menyentuh matras
- b. Sikap leher tengadah
- c. Lutut rapat
- d. Sikap akhir jongkok

8. Urutan anggota badan yang mengenai matras dalam gerakan mengguling ke depan yang benar adalah...

- a. Panggul, Tangan, Punggung Kaki
- b. Tangan, Panggul, Pinggang, Kaki
- c. Tangan, Punggung, Pinggul, Kaki
- d. Panggul, Punggung, Tangan Kaki

9. Sikap awal guling depan dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu...

- a. Sikap jongkok dan berdiri
- b. Sikap jongkok dan berbaring
- c. Sikap berdiri dan terlentang
- d. Sikap terlentang dan berdiri

10. Posisi badan pada saat persiapan guling depan adalah...

- a. Menghadap ke belakang
- b. Menghadap ke samping
- c. Menghadap arah gerakan
- d. Menghadap tembok

11. Pandangan mata pada saat persiapan guling depan adalah...

- a. Ke depan
- b. Ke atas
- c. Ke belakang
- d. Ke samping

12. Sikap yang harus di perhatikan pada saat berguling ke depan adalah...

- a. Sikap tangan
- b. Sikap kepala
- c. Sikap leher
- d. Sikap kaki

13. Pada saat gerakan menumpu apabila kedua tangan dibuka sedikit, maka gerakan akan menjadi...

- a. Berhasil dengan baik
- b. Gerakan sempurna
- c. Tidak sempurna
- d. Sangat baik dan benar

14. Posisi kepala saat mengguling ke depan adalah...

- a. Diantara kaki
- b. Diantara kedua lengan
- c. Diantara jari tangan
- d. Diantara lutut

15. Gerakan pinggul kaki saat akan mengguling ke depan adalah...

- a. Pinggul tidak diangkat dan kaki di buka
- b. Pinggul diam dan kaki diangkat lurus
- c. Pinggul miring dan kaki di tekuk
- d. Pinggul diangkat dan kaki lurus

16. Pada saat persiapan guling depan posisi kedua tangan adalah...

- a. Tangan di lutut
- b. Tangan di kepala
- ☒ c. Telapak tangan di atas matras
- d. Menyentuh kaki

17. (1) saat menumpu kedua tangan saya lurus

(2) saat menumpu kedua tangan saya kuat

(3) saat menumpu kedua tangan saya tidak sejajar

(4) saat menumpu kedua tangan saya selebar bahu

Peristiwa di atas merupakan penyebab gerakan guling depan tidak sempurna yaitu nomor...

- a. 1
- b. 2
- ☒ c. 3
- d. 4

18. Unsur utama yang di perlukan untuk melakukan gerakan guling ke depan adalah...

- a. Keseimbangan
- b. Kelentukan
- c. Kelincahan
- ☒ d. Kekuatan otot

19. Posisi akhir ketika selesai melakukan guling depan adalah...

- ☒ a. Lengan di kepala pandangan ke bawah
- b. Lengan ke belakang pandangan ke belakang
- c. Kedua lengan lurus pandangan kedepan
- d. Lengan silang pandangan kesamping

20. Sikap awal guling depan dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu...

- ☒ a. Sikap tangan
- b. Sikap kepala
- c. Sikap leher
- d. Sikap kaki

Lampiran 9. Data Penelitian

Resp	S 1	S 2	S 3	S 4	S 5	S 6	S 7	S 8	S 9	S 10	S 11	S 12	S 13	S 14	S 15	S 16	S 17	S 18	S 19	S 20	SC	N
1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	8	40
2	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	11	55
3	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	13	65
4	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	9	45
5	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	11	55
6	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	15	75
7	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	13	65
8	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	11	55
9	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	17	85
10	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	8	40
11	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	9	45
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	17	85
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	17	85
14	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	16	80
15	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	7	35
16	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	13	65
17	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	13	65
18	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	12	60
19	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	8	40
20	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	10	50
21	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	14	70
22	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	9	45
23	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	12	60
24	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	6	30
25	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	10	50
26	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	14	70
27	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	11	55
28	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	15	75
29	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	11	55
30	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	14	70
31	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	12	60
32	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	14	70
33	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	9	45
34	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	9	45
35	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	11	55
36	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	9	45
37	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	14	70
38	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	8	40
39	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	6	30
40	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	12	60

41	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	10	50
42	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	14	70
43	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	12	60
44	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	16	80
45	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	14	70
46	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	7	35
47	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	9	45
48	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	10	50
49	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	13	65
50	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	9	45
51	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	12	60
52	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	15	75
53	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	13	65
54	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	11	55
55	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	15	75
56	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	9	45
57	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	13	65
58	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	12	60
59	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	8	40
60	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	9	45
61	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	10	50
62	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	14	70
63	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	16	80
64	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	15	75
65	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	14	70
66	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	11	55
67	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	11	55
68	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	15	75
69	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	12	60
70	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	15	75
71	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	8	40
72	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	13	65
73	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	12	60
74	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	15	75
75	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	13	65
76	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	13	65
77	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	12	60
78	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	15	75
79	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	15	75
80	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	18	90
81	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	13	65
82	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	11	55
83	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	15	75
84	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	10	50

85	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	10	50
86	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	16	80
87	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	11	55
88	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	13	65
89	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	13	65
90	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	13	65
91	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	13	65
92	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	11	55
93	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	12	60
94	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	15	75
95	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	17	85
96	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	16	80
97	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	14	70
98	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	13	65
99	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	12	60
100	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	15	75

Lampiran 10. Data Tiap Faktor

Resp	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S18	S20	SC	Nilai
1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	5	25
2	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	7	35
3	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	7	35
4	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	5	25
5	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	7	35
6	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	7	35
7	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	9	45
8	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	6	30
9	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	8	40
10	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	4	20
11	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	6	30
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	10	50
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	10	50
14	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	8	40
15	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	5	25
16	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	8	40
17	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	7	35
18	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	8	40
19	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	4	20
20	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	6	30
21	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	7	35
22	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	5	25
23	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	7	35
24	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	3	15
25	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	6	30
26	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	8	40
27	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	8	40
28	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	8	40
29	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	7	35
30	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	8	40
31	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	6	30
32	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	6	30
33	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	4	20
34	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	5	25
35	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	6	30
36	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	5	25
37	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	6	30
38	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	4	20
39	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	5	25
40	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	5	25

41	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	5	25
42	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	7	35
43	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	7	35
44	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	9	45
45	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	9	45
46	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	3	15
47	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	4	20
48	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	4	20
49	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	7	35
50	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	5	25
51	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	7	35
52	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	8	40
53	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	9	45
54	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	7	35
55	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	9	45
56	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	6	30
57	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	6	30
58	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	6	30
59	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	4	20
60	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	4	20
61	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	4	20
62	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	9	45
63	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	9	45
64	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	7	35
65	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	9	45
66	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	7	35
67	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	5	25
68	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9	45
69	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	7	35
70	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	9	45
71	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	5	25
72	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	7	35
73	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	9	45
74	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	8	40
75	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	6	30
76	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	6	30
77	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	5	25
78	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	9	45
79	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	8	40
80	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	10	50
81	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	7	35
82	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	6	30

83	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	9	45
84	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	5	25
85	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	6	30
86	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	10	50
87	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	5	25
88	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	7	35
89	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	7	35
90	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	8	40
91	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	4	20
92	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	6	30
93	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	7	35
94	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	7	35
95	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	9	45
96	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	9	45
97	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	8	40
98	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	8	40
99	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	7	35
100	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	8	40

Lampiran 11. Data Tiap Faktor

Resp	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S19	SC	Nilai
1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	3	15
2	1	1	1	0	0	0	0	0	1	4	20
3	1	1	0	0	1	1	1	1	0	6	30
4	0	0	1	0	1	0	1	1	0	4	20
5	1	1	1	0	0	0	0	0	1	4	20
6	1	1	1	1	0	1	1	1	1	8	40
7	1	1	0	0	0	1	1	0	0	4	20
8	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	25
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	45
10	1	1	0	0	0	0	1	1	0	4	20
11	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	15
12	1	1	0	1	1	1	1	1	0	7	35
13	1	1	0	0	1	1	1	1	1	7	35
14	1	1	1	0	1	1	1	1	1	8	40
15	1	0	0	0	0	0	0	0	1	2	10
16	1	1	1	0	0	0	1	1	0	5	25
17	1	1	1	1	1	0	0	0	1	6	30
18	1	1	0	0	0	0	0	1	1	4	20
19	1	1	0	0	1	0	1	0	0	4	20
20	0	1	1	0	1	0	0	0	1	4	20
21	0	1	1	1	1	0	1	1	1	7	35
22	1	0	0	1	1	1	0	0	0	4	20
23	1	1	1	0	1	0	1	0	0	5	25
24	1	1	0	0	0	0	1	0	0	3	15
25	1	1	1	0	0	0	0	1	0	4	20
26	1	1	0	0	1	1	1	1	0	6	30
27	0	1	0	0	1	0	1	0	0	3	15
28	1	1	1	0	0	1	1	1	1	7	35
29	1	1	0	0	1	0	0	0	1	4	20
30	0	1	0	0	1	1	1	1	1	6	30
31	0	1	1	0	1	1	1	1	0	6	30
32	0	1	1	1	1	1	1	1	1	8	40
33	1	1	0	0	1	1	1	0	0	5	25
34	0	1	0	0	0	0	1	1	1	4	20
35	1	1	0	0	1	0	1	1	0	5	25
36	1	1	0	1	1	0	0	0	0	4	20
37	1	1	1	1	1	1	1	1	0	8	40
38	1	1	1	0	0	0	0	0	1	4	20
39	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	5
40	0	0	1	1	1	1	1	1	1	7	35

41	1	0	1	0	1	0	1	0	1	5	25
42	1	1	0	1	1	1	1	1	0	7	35
43	1	1	0	0	1	0	0	1	1	5	25
44	1	0	0	1	1	1	1	1	1	7	35
45	1	1	1	0	0	0	1	1	0	5	25
46	1	0	0	0	1	0	1	0	1	4	20
47	1	0	0	0	1	1	0	1	1	5	25
48	1	0	0	0	1	1	1	1	1	6	30
49	1	1	0	0	1	0	1	1	1	6	30
50	1	1	0	0	1	0	1	0	0	4	20
51	1	1	0	0	1	0	1	1	0	5	25
52	1	1	1	1	0	0	1	1	1	7	35
53	1	1	0	0	0	0	1	1	0	4	20
54	1	1	1	0	0	1	0	0	0	4	20
55	1	1	1	0	1	0	1	1	0	6	30
56	1	1	0	0	0	0	1	0	0	3	15
57	1	1	1	0	0	1	1	1	1	7	35
58	1	1	0	0	1	0	1	1	1	6	30
59	1	0	1	0	0	0	1	1	0	4	20
60	1	1	0	0	0	1	1	1	0	5	25
61	1	0	1	1	1	0	1	0	1	6	30
62	1	1	0	0	1	0	1	0	1	5	25
63	1	1	1	0	1	0	1	1	1	7	35
64	1	1	0	1	1	1	1	1	1	8	40
65	1	1	1	0	0	0	1	1	0	5	25
66	1	1	0	0	0	0	1	0	1	4	20
67	1	1	0	1	1	0	1	1	0	6	30
68	1	1	0	0	0	1	1	1	1	6	30
69	1	1	0	0	0	1	1	0	1	5	25
70	1	1	1	0	1	0	1	0	1	6	30
71	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	15
72	1	1	1	0	1	1	0	1	0	6	30
73	0	1	0	0	0	0	1	1	0	3	15
74	1	1	1	0	1	0	1	1	1	7	35
75	1	1	0	1	1	0	1	1	1	7	35
76	1	1	1	0	1	0	1	1	1	7	35
77	1	1	0	1	1	0	1	1	1	7	35
78	1	1	0	0	1	1	1	1	0	6	30
79	1	1	0	1	1	0	1	1	1	7	35
80	1	1	0	1	1	1	1	1	1	8	40
81	1	1	1	0	0	0	1	1	1	6	30
82	1	1	0	0	1	1	1	0	0	5	25

83	1	1	0	0	1	0	1	1	1	6	30
84	1	1	1	0	1	0	0	1	0	5	25
85	1	1	0	0	1	0	0	0	1	4	20
86	1	1	0	0	1	0	1	1	1	6	30
87	1	1	1	1	0	0	1	1	0	6	30
88	1	1	1	0	0	1	0	1	1	6	30
89	1	1	1	0	1	1	1	0	0	6	30
90	0	1	1	0	0	1	1	0	1	5	25
91	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	45
92	1	1	0	0	1	1	1	0	0	5	25
93	1	1	1	0	0	0	0	1	1	5	25
94	1	1	0	1	1	1	1	1	1	8	40
95	1	1	1	1	1	1	1	0	1	8	40
96	1	1	1	0	1	0	1	1	1	7	35
97	1	1	0	0	0	1	1	1	1	6	30
98	0	0	0	1	1	0	1	1	1	5	25
99	1	1	1	0	1	0	0	1	0	5	25
100	1	1	0	0	1	1	1	1	1	7	35

Lampiran 12. Dokumentasi Uji Penelitian SDIT ASSALAAM SANDEN



Gambar 16. Dokumentasi Uji Coba Penelitian SDIT ASSALAAM SANDEN Saat Menjelaskan Soal di Kelas Putri



Gambar 17. Dokumentasi Uji Coba Penelitian SDIT ASSALAAM SANDEN Saat Menjelaskan Soal di Kelas Putra



Gambar 18. Dokumentasi Uji Coba Penelitian SDIT ASSALAAM SANDEN Saat Mengawasi Peserta didik Putri



Gambar 19. Dokumentasi Uji Coba Penelitian SDIT ASSALAAM SANDEN Saat Mengawasi Peserta didik Putra