

**TINGKAT PEMAHAMAN GERAK DASAR DALAM PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN PADA
SISWA KELAS BAWAH DI SD NEGERI GUMULAN
KABUPATEN BANTUL**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:

Afilia Hayuning Sekti
NIM 19604224038

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

**TINGKAT PEMAHAMAN GERAK DASAR DALAM PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN PADA
SISWA KELAS BAWAH DI SD NEGERI GUMULAN
KABUPATEN BANTUL**

Oleh:

Afilia Hayuning Sekti

19604224038

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan pada siswa kelas bawah SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul. Gerak dasar merupakan gerak dominan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, peserta didik harus dapat mengetahui dan memahami gerak dasar. Dari hasil penelitian ini akan diketahui seberapa baik tingkat pemahaman terhadap materi gerak dasar pada kelas bawah (I, II, dan III).

Dalam penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei. Populasi yang digunakan ialah peserta didik kelas bawah (I, II, dan III) yang bertempat di SD Negeri Gumulan, Kabupaten Bantul yaitu sebanyak 47 peserta didik dan sekaligus subjek pada penelitian. Sampel yang diambil menggunakan teknik *total sampling* sedangkan instrumen yang akan dipakai berupa tes atau kuisioner lalu akan disebarakan oleh peneliti kepada responden.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pemahaman untuk kategori sangat tinggi sebesar 34,04% (16 siswa), kategori tinggi sebesar 42,55% (20 siswa), kategori sedang 23,4% (11 siswa), kategori rendah sebesar 0%, dan sangat rendah sebesar 0%. Hasilnya dapat diartikan pada tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada siswa kelas bawah di SD Negeri Gumulan, Kabupaten Bantul mayoritas masuk dalam kategori tinggi.

Kata Kunci: pemahaman, gerak dasar, pembelajaran, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Afilia Hayuning Sekti

NIM : 19604224038

Prodi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Judul Skripsi : Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Pada Siswa Kelas Bawah Di Sd Negeri Gumulan Kabupaten Bantul

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

Yogyakarta, 19 April 2023

Yang Menyatakan,



Afilia Hayuning Sekti
NIM. 19604224038

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT PEMAHAMAN GERAK DASAR DALAM PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN PADA
SISWA KELAS BAWAH DI SD NEGERI GUMULAN
KABUPATEN BANTUL**

Disusun oleh:

Afilia Hayuning Sekti
NIM 19604224038

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

Yogyakarta, 19 April 2023

Mengetahui,
Koordinatir Program Studi



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

Disetujui,
Dosen Pembimbing



Heri Yogo Prayadi, S.Pd. Jas., M.Or.
NIP. 11310800507489

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

TINGKAT PEMAHAMAN GERAK DASAR DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAAHRAGA KESEHATAN PADA SISWA KELAS BAWAH DI SD NEGERI GUMULAN KABUPATEN BANTUL

Disusun oleh:




Afilia Hayuning Sekti

NIM 19604224038

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal, 22 Mei 2023

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Heri Yogo Prayadi, S.Pd. Jas., M.Or. Ketua Penguji/Pembimbing		12 - 6 - 2023
Nur Sita Utami, S.Pd., M.Or. Sekretaris		29 - 5 - 2023
Dr. Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or. Penguji Utama		29 - 5 - 2023

Yogyakarta, Juni 2023

Plt. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta



Prof. Dr. Yudik Prasetyo, M.Kes.

NIP. 19820815 200501 1 002

MOTTO

“Finish what you started”

(Bonaventura Yudith Wibisono)

“Lakukan sekarang tanpa nanti, dan selesaikan tanpa tapi”

(Afilia Hayuning Sekti)

HALAMAN PERSEMBAHAN

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

1. Kedua orang tua saya, Bapak Didik Susilo dan Ibu Risky Ani Nurhayati yang senantiasa mendoakan, selalu memberikan semangat, memberi motivasi, dan mendukung semua kegiatan yang saya kerjakan.
2. Teman-teman kelas PJSD B angkatan 2019, BEM FIKK UNY tahun 2022, dan teman-teman Praktik Kependidikan (PK) 2023 yang telah memberikan dukungan dan selalu menyisihkan waktunya untuk membantu satu sama lain dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi (TAS).

KATA PENGANTAR

Puji Syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya. Sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dengan judul “Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Pada Siswa Kelas Bawah Di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul” ini bisa berjalan dengan lancar dan dapat terselesaikan sebagaimana mestinya. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan beberapa pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Heri Yogo Prayadi, S.Pd. Jas., M.Or. selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah meluangkan waktunya guna untuk membimbing, memberi arahan dan memberikan saran sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes., selaku Ketua Departemen Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar beserta dosen dan staf yang telah memberikan fasilitas selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Ibu Dra. Sri Mawarti, M.Pd., selaku dosen pembimbing Praktik Kependidikan (PK) yang berhasil membimbing dan memberikan arahan saat Praktik Kependidikan berlangsung.

5. Ibu Entiek Nurhayati, S.Pd. Jas., selaku kepala sekolah SD Negeri 1 Srandakan yang memberikan izin untuk dapat melakukan uji coba instrumen kepada siswa-siswinya di SD Negeri 1 Srandakan.
6. Ibu Suratmi, S.Pd., selaku kepala sekolah SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul yang memberikan izin untuk dapat melakukan penelitian kepada siswa-siswinya di SD Negeri Gumulan.
7. Semua teman-teman yang membantu, memberikan dukungan, dan meluangkan waktu selama proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
8. Semua pihak yang terlibat secara langsung ataupun tidak langsung yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih atas bantuan dan perhatiannya selama waktu penyusunan Tugas Akhir Skripsi.

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

Yogyakarta, 19 April 2023

Penulis,



Afilia Hayuning Sekti
NIM 19604224038

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori	8
1. Hakikat Pemahaman	8
2. Hakikat Gerak Dasar	16
3. Hakikat Pembelajaran.....	20
4. Hakikat Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Olahraga.....	27
5. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	31
6. Kurikulum Sekolah Dasar	34
B. Penelitian yang Relevan.....	37
C. Kerangka Berfikir.....	39

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	42
B. Tempat dan Waktu Penelitian	42
C. Populasi dan Sampel Penelitian	43
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	43
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	44

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	53
B. Pembahasan.....	66
C. Keterbatasan Penelitian	69

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	70
B. Implikasi.....	70
C. Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN.....	75

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kata Kerja Operasional (KKO).....	13
Tabel 2. Populasi Penelitian.....	43
Tabel 3. Kisi-Kisi Angket Uji Coba Instrumen	45
Tabel 4. Hasil Uji Validitas Instrumen	46
Tabel 5. Reability Statistics.....	47
Tabel 6. Kisi-Kisi Angket Penelitian	47
Tabel 7. Kriteria Tingkat Kesukaran.....	49
Tabel 8. Klasifikasi Pembeda.....	49
Tabel 9. Norma Penilaian.....	51
Tabel 10. Pedoman Penilaian Penelitian Instrumen Keseluruhan	52
Tabel 11. Jumlah Responden Penelitian	53
Tabel 12. Data Hasil Penilaian Penelitian Tingkat Pemahaman.....	54
Tabel 13. Deskripsi Statistik Tingkat Pemahaman	55
Tabel 14. Norma Penilaian Tingkat Pemahaman.....	55
Tabel 15. Data Hasil Faktor Lokomotor	57
Tabel 16. Deskripsi Statistik Faktor Lokomotor.....	58
Tabel 17. Norma Penilaian Faktor Lokomotor	58
Tabel 18. Data Hasil Faktor Nonlokomotor.....	60
Tabel 19. Deskripsi Statistik Faktor Nonlokomotor	61
Tabel 20. Norma Penilaian Faktor Nonlokomotor.....	61
Tabel 21. Data Hasil Penilaian Faktor Manipulatif	63
Tabel 22. Deskripsi Statistik Faktor Manipulatif.....	64
Tabel 23. Norma Penilaian Faktor Manipulatif	64

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Enam Komponen Berpikir Pada Ranah Kognitif.....	10
Gambar 2. Komponen Pembelajaran	23
Gambar 3. Alur Kerangka Berfikir	41
Gambar 4. Histogram Tingkat Pemahaman	56
Gambar 5. Persentase Tingkat Pemahaman	56
Gambar 6. Histogram Faktor Lokomotor.....	59
Gambar 7. Persentase Faktor Lokomotor.....	60
Gambar 8. Histogram Faktor Nonlokomotor	62
Gambar 9. Persentase Faktor Nonlokomotor	62
Gambar 10. Histogram Faktor Manipulatif.....	65
Gambar 11. Persentase Faktor Manipulatif.....	65

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. SK Pembimbing Tugas Akhir Skripsi	76
Lampiran 2. Surat Izin Uji Coba Instrumen.....	77
Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Menyelesaikan Uji Instrumen.....	78
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian.....	79
Lampiran 5. Surat Keterangan Telah Menyelesaikan Penelitian	80
Lampiran 6. Surat Permohonan Validasi Instrumen Penelitian	81
Lampiran 7. Surat Permohonan Validasi Instrumen Penelitian	82
Lampiran 8. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi	83
Lampiran 9. Data Hasil Jawaban Uji Coba.....	84
Lampiran 10. Hasil Uji Validitas Uji Coba.....	85
Lampiran 11. Data Hasil Tingkat Kesukaran Instrumen dan Daya Beda	86
Lampiran 12. Hasil Reliabilitas Uji Coba Instrumen.....	87
Lampiran 13. Data Hasil Statistik Instrumen Uji Coba	87
Lampiran 14. Angket Instrumen Uji Coba.....	88
Lampiran 18. Hasil Data Penelitian	92
Lampiran 19. Hasil Olah Data Penelitian Tingkat Pemahaman Gerak Dasar	93
Lampiran 20. Hasil Faktor Lokomotor	94
Lampiran 21. Hasil Faktor Nonlokomotor	95
Lampiran 22. Hasil Faktor Manipulatif	95
Lampiran 23. Angket Penelitian	95
Lampiran 27. Dokumentasi.....	95

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan ialah suatu kebutuhan yang mendasar untuk seluruh manusia. Melalui pendidikan manusia bisa membentuk pribadi yang lebih berguna untuk membangun kehidupan di dunia menjadi lebih baik. Menurut undang – undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, pendidikan diartikan sebagai berikut:

Pendidikan merupakan usaha untuk sadar dan dapat terencana guna menghasilkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif bisa mengembangkan kemampuan dalam dirinya untuk mempunyai kekuatan dalam spiritual keagamaan, mengendalikan diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, kemampuan yang diperlukan dalam dirinya, bagi orang lain, bagi bangsa dan untuk negara.

Salah satu komponen dalam dunia pendidikan yang wajib dan harus di sampaikan pada jenjang Sekolah Dasar (SD) adalah pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK). Hal ini dikarenakan PJOK mempunyai peran yang baik dan strategis dalam pembentukan manusia sepenuhnya. PJOK ialah suatu bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, lewat pembelajaran ini manusia bisa mempelajari dan memperluas banyak pembelajaran dalam sesuatu yang dapat berhubungan dengan ranah kognitif, afektif, dan psikomotor yang dapat dijadikan bekal manusia guna mencapai tujuan hidup yang lebih bermanfaat.

Hakikat PJOK yaitu pendidikan yang melibatkan suatu gerak. Maka dari itu peserta didik dituntut untuk mengembangkan tingkat kemauan dan motivasi anak dalam gerak. Bergerak tidak hanya untuk kebutuhan tetapi untuk membentuk,

membina dan mengembangkan potensi anak. Gerak manusia yang baik akan mempengaruhi kemampuan gerak dasar yang baik pula karena pada dasarnya gerak adalah unsur atau komponen pertama dalam gerak dari semua manusia.

Keahlian gerak dasar manusia meliputi 3 macam diantaranya gerak lokomotor, gerak nonlokomotor, dan gerak manipulatif. Gerak dasar manusia yaitu berjalan, berlari, melompat serta melempar. Keterampilan gerak dasar sudah dimiliki oleh anak-anak sejak kecil, tetapi butuh dikembangkan di lingkungan sekolah. Dalam pendidikan SD akan lebih diarahkan kembali melalui pembelajaran PJOK yang berhubungan dengan pembelajaran gerak dasar, karena aktivitas dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang melibatkan gerak dasar akan dirancang dan dibuat lebih terstruktur menjadi sebuah kesatuan pembelajaran.

Menurut Permendikbud Nomor 54 Tahun 2014 menyatakan bahwa pembelajaran aktivitas Pola Gerak Dasar (PGD) masuk ke dalam pola gerak dominan yang merupakan satu dari 5 aktivitas pembelajaran terkait PJOK SD terlihat dalam kurikulum 2013, meskipun PGD termasuk aktivitas yang baru dalam kurikulum 2013 ini menjadi pemantik agar guru PJOK dapat menguasai bidang ini dan dapat lebih memperhatikan peserta didiknya dalam melakukan gerak dasar yang baik.

Dalam pembelajaran gerak dasar biasanya guru PJOK sudah memperkenalkannya dimulai dari kelas bawah (Kelas I, II, dan III), lalu ditingkatkan kembali di kelas atas (Kelas IV, V, dan VI) melalui olahraga yang lebih kompleks agar membedakan komposisi antara kelas bawah dan kelas atas. Maka dari itu perlunya adanya pemahaman dari peserta didik kelas bawah terhadap

pembelajaran keterampilan gerak dasar sebelum melanjutkan pembelajaran yang ada di kelas atas.

Dalam proses pembelajaran PJOK membutuhkan pemahaman yang dapat dipunyai oleh seluruh siswa-siswi karena pemahaman merupakan ranah kognitif dalam suatu pembelajaran. Pemahaman (*comprehension*) ialah suatu keterampilan yang dimiliki seseorang untuk mengetahui sesuatu setelah dipelajari lalu diingat. Maka dari itu memahami merupakan cara untuk mengerti atau bisa menjelaskan secara ulang apa yang telah diingat dan dipelajari dari sesuatu yang telah diperoleh.

Usia anak dalam jenjang SD adalah masa-masa dimana yang sangat menentukan bagi pertumbuhan dan perkembangan fisik anak karena gerak anak yang memberi peranan sangat penting dan mendasar dalam pembentukan diri yang lebih berkualitas. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran keterampilan gerak dasar harus dapat diperhatikan, khususnya saat anak masih duduk di bangku SD. Sebagai seorang pendidik yang profesional akan berusaha memberikan pembelajaran yang maksimal bagi peserta didiknya.

Namun ada beberapa aspek yang menghambat pembelajaran seperti fasilitas yang kurang memadai sehingga tidak dapat mendukung jalannya proses pembelajaran. Sehingga anak-anak tidak serius dalam melakukan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan seperti yang terjadi di tempat peneliti melakukan Praktik Kependidikan (PK) yaitu di SD Negeri Gumulan yang bertempat di kabupaten Bantul.

Di SD Negeri Gumulan terutama di kelas bawah sesuai dengan pengamatan peneliti saat melakukan Praktik Kependidikan (PK) masih banyak yang salah dalam mempraktekkan gerakan-gerakan saat diberikan materi keterampilan gerak dasar misalnya dalam melakukan keterampilan gerak dasar lokomotor yaitu melompat dan meloncat anak SD kelas bawah masih belum dapat membedakan antara kedua gerakan tersebut, jika diberi perintah untuk melompat menggunakan tumpuan satu kaki anak-anak akan dominan melakukan gerakan meloncat menggunakan tumpuan dua kaki. Contoh dalam gerak dasar lokomotor lainnya yaitu peserta didik belum paham mengenai perbedaan jalan dan lari tetapi untuk melakukan peserta didik sudah mampu. Contoh gerak dasar manipulatif yang menghambat pembelajaran yaitu seperti saat melakukan gerakan melempar dan menangkap bola, bola yang dipakai adalah bola tenis dengan tekstur keras dan tidak dapat dipantulkan sehingga peserta didik susah untuk menangkapnya, disamping itu kemampuan koordinasi peserta didik kelas bawah masih di bilang cukup rendah.

Selain itu ada juga permasalahan terakut lapangan yang kurang luas, di SD Negeri Gumulan yang memiliki lapangan minimalis, dengan lapangan yang minimalis menjadi permasalahan yang harus diperhatikan oleh seorang pendidik atau guru PJOK dalam membuat aktivitas pembelajaran gerak dasar khususnya gerak yang membutuhkan ruang lebih luas seperti lari agar bisa menghindari hambatan yang bisa saja terjadi saat proses pembelajaran berlangsung. Disamping itu permainan yang sama dilakukan secara berulang-ulang kali menimbulkan rasa bosan dalam diri peserta didik, dibutuhkannya kreativitas dan inovasi yang baru untuk pembelajaran keterampilan gerak dasar.

Melalui wawancara dengan Guru PJOK di SD Negeri Gumulan mendapatkan bahwa saat dilakukannya pembelajaran keterampilan gerak dasar masih ada sebagian siswa yang menjawab salah saat diberikan pertanyaan tentang materi keterampilan gerak dasar yang dibuat oleh guru PJOK. Tentang hal itu dapat dibuktikan dengan halnya sebagian siswa yang masih suka bermain serta berlari-lari sendiri dengan tidak memperhatikan materi pembelajaran yang sedang atau selesai disampaikan oleh guru. Bahkan masih ada beberapa siswa-siswi yang cuma duduk saja tanpa ingin melaksanakan gerakan waktu pembelajaran. Tanggapan yang kurang baik oleh siswa-siswi terhadap pembelajaran keterampilan gerak dasar ini dapat dikarenakan pembelajaran yang lebih cenderung terfokus kepada kemampuan teknik saja karena menyesuaikan alat yang ada.

Dari latar belakang yang sudah diuraikan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah. Maka penelitian tersebut berjudul “Tingkat Pemahaman Gerak Dasar dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Bantul” sebagai acuan pemahaman terkait keterampilan gerak dasar dan dapat mengikuti proses pembelajaran di kelas atas nantinya.

B. Identifikasi Masalah

Menurut uraian latar belakang masalah, peneliti bisa mengidentifikasi masalah yaitu sebagai berikut:

1. Saat waktu pembelajaran berlangsung masih banyak peserta didik yang kurang memperhatikan materi yang disampaikan yang mengakibatkan kurangnya pemahaman terkait materi gerak dasar.
2. Belum bisa membedakan gerak dasar antara gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif.
3. Belum diketahui tingkat pemahaman peserta didik kelas bawah di SD Negeri Gumulan tentang pembelajaran keterampilan gerak dasar.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah diatas perlu adanya batasan agar ruang lingkup penelitian tidak meluas serta menjadi jelas dan fokus terhadap “Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Bantul”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembahasan masalah yang sudah dikemukakan, rumusan masalah penelitian ini ialah “Seberapa tinggi tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul?”

E. Tujuan Penelitian

Dengan dasar adanya rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk dapat mengetahui tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas bawah di SD Negeri Gumulan Bantul.

F. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan memiliki manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah ilmu pengetahuan dan pembelajaran serta sumber informasi terkait kajian tentang pemahaman pembelajaran keterampilan gerak dasar.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi seorang guru Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan

Dapat digunakan sebagai masukan bagi guru PJOK di SD Negeri Gumulan agar dapat meningkatkan kreatifitas dan inovasi yang baru.

b. Bagi Siswa

Siswa bisa mengetahui tingkat pemahaman dalam diri individu masing-masing dalam pembelajaran keterampilan gerak dasar dan mampu berfikir secara kritis.

c. Bagi Peneliti

Mampu mengetahui tentang seberapa tinggi tingkat pemahaman gerak dasar peserta didik terhadap pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan khususnya kelas bawah, dan bisa dipakai sebagai karya ilmiah dan dapat juga memperkaya referensi bagi peneliti untuk kedepannya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Pemahaman

a. Definisi Pemahaman

Pemahaman ialah suatu bentuk proses atau cara untuk memahami dan mempelajari suatu hal dengan baik agar lebih paham dan ilmu pengetahuan bertambah lebih banyak. Pemahaman adalah kemampuan atau keterampilan seseorang untuk dapat mengerti sesuatu setelah sesuatu diketahui dan diingat. Pemahaman adalah sesuatu yang cukup penting dalam kehidupan manusia, dalam lingkungan pembelajaran, lingkungan keluarga, maupun dalam lingkungan masyarakat jika tidak benar-benar berusaha untuk memahami apa yang telah diajarkan akan sulit untuk diserap oleh manusia.

Ngalim Purwanto (2013: 44), pemahaman (*comprehension*) ialah tingkat keterampilan yang diharapkan agar seorang individu bisa mengetahui arti suatu konsep, situasi dan fakta yang diketahuinya. Pemahaman tidak akan terwujud jika sebelumnya belum ada pengetahuan yang membentuknya. Pemahaman memberikan suatu pengetahuan yang mendalam tentang sesuatu hal.

Menurut Anas Sudijono (2015: 49) mendefinisikan tentang pemahaman masuk kedalam ranah kognitif. Kognitif merupakan suatu kejadian yang dimulai dari penerimaan rangsangan oleh alat indra, lalu terjadi suatu pengorganisasian terkait konsep dan pengetahuan guna menjadi pola yang logis dan dapat dipahami. Menurut Taksonomi Bloom dalam Anas Sudijono (2015: 50) memberikan

pengertian bahwa di dalam ranah kognitif ada enam jenjang proses berpikir, dimulai dari ranah yang paling rendah sampai ranah yang tertinggi, diantaranya yaitu:

a. Pengetahuan (*knowledge*)

Pengetahuan yaitu kemampuan atau keterampilan dalam diri peserta didik untuk mengungkapkan secara ulang fakta menjadi sederhana, baik dari konsep, dan bahasa atau peserta didik dituntut untuk bisa memberikan penjelasan kembali ataupun hanya menghafal.

b. Pemahaman (*comprehension*)

Pemahaman yaitu kemampuan yang harus menuntut peserta didik untuk mampu mengerti, mampu untuk memahami tentang arti dan konsep terhadap suatu hal atau pembelajaran yang telah ia ketahui.

c. Penerapan (*Application*)

Penerapan yaitu suatu keterampilan yang menuntut peserta didik memakai dan menerapkan pengetahuan yang diperoleh atau diketahui dalam kondisi yang baru terjadi.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis yaitu suatu keterampilan dalam diri individu agar dapat menganalisis atau menjabarkan sebagian situasi dalam konsep dan unsur pembentuknya.

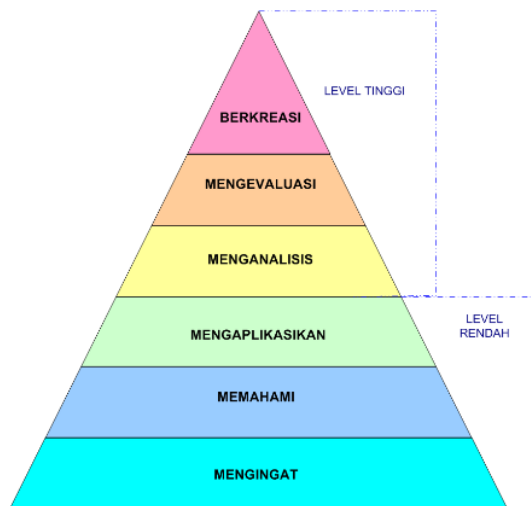
e. Penilaian (*Evaluation*)

Penilaian yaitu keterampilan yang dimiliki peserta didik untuk memberikan penilaian dalam suatu pernyataan, konsep, dan situasi yang ada berdasarkan kriteria tertentu.

f. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis yaitu keterampilan peserta didik dalam memadukan berbagai unsur dan komponen ke dalam suatu bentuk yang menyeluruh.

Dalam menerapkan keterampilan itu perlu melihat kesanggupan dari diri peserta didik. Dari keenam jenjang berpikir yang terdapat pada ranah kognitif menurut Taksonomi Bloom jika diurutkan berdasarkan hierarki piramidal ialah sebagai berikut pada Gambar 1.



Gambar 1. Enam Komponen Berpikir Pada Ranah Kognitif

Sumber: <https://bit.ly/3ILStkx>

Keenam jenjang pada ranah kognitif ini mempunyai sifat kontinum dan *overlap* (tumpang tindih), dimana ranah yang lebih tinggi akan meliputi semua ranah yang ada dibawahnya. Pengetahuan ialah jenjang pemikiran yang paling mendasar, pemahaman meliputi tahap pengetahuan, penerapan mencakup tingkat pemahaman dan pengetahuan. Analisis mencakup tahap penerapan, pemahaman, dan pengetahuan, Penilaian mencakup tahap analisis, penerapan, pemahaman, dan pengetahuan. Selanjutnya Sintesis mencakup tahap penilaian, analisis, penerapan, pemahaman, dan pengetahuan

Menurut Taksonomi Bloom dalam Komarudin (2016: 64) pemahaman yaitu suatu keahlian yang mendorong peserta didik untuk dapat memahami dan mengerti tentang arti konsep ataupun kenyataan yang telah diketahui. Maka dari itu siswa diarahkan untuk dapat memahami dan mengerti apa yang telah diajarkan, paham apa yang sedang dikomunikasikan, dan dapat menghubungkan isi materi dengan hal yang lainnya.

Menurut Suharsimi Arikunto dan Febrianta Nugroho (2016: 11) mengartikan pemahaman (*comprehension*) ialah bagaimana cara seseorang membuat pertahanan, membedakan, menduga-duga, memberi paham, memperluas, memberi kesimpulan, menggeneralisasikan, memberi contoh, menulis ulang, dan memperkirakan.

Siswa diharuskan dapat memahami dan mengerti apa yang telah diajarkan dan mengetahui apa yang dikomunikasikan. Jadi dapat disimpulkan bahwa seorang siswa dapat dikatakan memahami suatu hal jika siswa tersebut bisa memberikan penjelasan dan dapat memberikan uraian yang terperinci tentang hal yang siswa pelajari dengan memakai kalimatnya sendiri dan bisa memberikan contoh apa yang telah siswa pelajari dengan permasalahan-permasalahan yang ada di sekitarnya.

b. Tingkat Pemahaman

Pemahaman ialah salah satu keahlian yang bisa dicapai oleh siswa setelah melaksanakan kegiatan pembelajaran. Siswa mempunyai kemampuan yang berbeda-beda, ada yang dapat memahami materi secara keseluruhan dan ada pula yang tidak dapat memahami sama sekali isi pokok dari pembelajaran, sehingga

yang didapat hanya sebatas mengetahui, maka dari itu ada beberapa jenjang dalam pemahaman. Dari beberapa tingkatan tersebut siswa akan lebih mudah mengerti konsep dari pemahaman dan akan lebih mudah untuk menerapkannya dalam dunia pendidikan.

Menurut Bambang Subali (2012: 34), pemahaman (*comprehension*) ialah kemampuan terendah dari mengerti dan dibagi dalam beberapa tingkatan, yaitu:

1. Menerjemahkan (*translation*)

Merupakan keahlian yang menjelaskan suatu hal dengan cara mengubah dari bahasa aslinya ke bahasa yang lain, atau dapat diganti dengan simbolik agar dapat dipelajari dengan mudah.

2. Menginterpretasi (*interpretation*)

Ialah suatu keahlian yang lebih luas daripada menerjemahkan, ini merupakan kemampuan untuk dapat mengenal dan memahami gagasan utama dalam sebuah interaksi.

3. Mengekstrapolasi (*extrapolation*)

Hal ini berbeda dengan mengartikan dan menafsirkan, tetapi tingkatnya lebih tinggi, ia harus mempunyai kemampuan intelektual yang lebih tinggi.

c. Kata Kerja Operasional Dalam Penyusunan Penilaian Pemahaman

Kata Kerja Operasional KKO selalu digunakan pada perencanaan pembelajaran. Kata Kerja Operasional KKO KD pengetahuan kurikulum 2013 mengacu pada taksonomi Bloom revisi Aderson. Penggunaan Kata Kerja Operasional KKO yang tepat dalam indikator pencapaian kompetensi dan tujuan pembelajaran akan menjamin akurasi dan linieritas pembelajaran. menurut teori

taksonomi Bloom olahan Anderson, pengetahuan diperoleh melalui tingkatantingkatan (1), mengingat, (2) memahami, (3) mengaplikasikan, (4) menganalisis, (5) mengevaluasi, (6) mengkreasi.

Tabel 1. Kata Kerja Operasional (KKO)

Mengingat (C1)	Memahami (C2)	Mengaplikasikan (C3)	Menganalisis (C4)	Mengevaluasi (C5)	Mencipta/Membuat (C6)
Mengutip	Memperkirakan	Menugaskan	Mengaudit	Membandingkan	Mengumpulkan
Menyebutkan	Menjelaskan	Mengurutkan	Mengatur	Menyimpulkan	Mengabstraksi
Menjelaskan	Menceritakan	Menentukan	Menganimasi	Menilai	Mengatur
Menggambar	Mengkatagorikan	Menerapkan	Mengumpulkan	Mengarahkan	Menganimasi
Membilang	Mencirikan	Mengkalkulasi	Memecahkan	Memprediksi	Mengkatagorikan
Mengidentifikasi	Merinci	Memodifikasi	Menegaskan	Memperjelas	Membangun
Mendaftar	Mengasosiasikan	Menghitung	Menganalisis	Menugaskan	Mengkreasikan
Menunjukkan	Membandingkan	Membangun	Menyeleksi	Menafsirkan	Mengoreksi
Memberi label	Menghitung	Mencegah	Merinci	Mempertahankan	Merencanakan
Memberi indeks	Mengkontraskan	Menentukan	Menominasikan	Memerinci	Memadukan
Memasangkan	Menjalin	Menggambarkan	Mendiagramkan	Mengukur	Mendikte
Membaca	Mendiskusikan	Menggunakan	Mengkorelasikan	Merangkum	Membentuk
Menamai	Mencontohkan	Menilai	Menguji	Membuktikan	Meningkatkan
Menandai	Mengemukakan	Melatih	Mencerahkan	Memvalidasi	Menanggulangi
Menghafal	Mempolakan	Menggali	Membagikan	Mengetes	Menggeneralisasi
Meniru	Memperluas	Mengemukakan	Menyimpulkan	Mendukung	Menggabungkan
Mencatat	Menyimpulkan	Mengadaptasi	Menjelajah	Memilih	Merancang
Mengulang	Meramalkan	Menyelidiki	Memaksimalkan	Memproyeksikan	Membatas
Mereproduksi	Merangkum	Memersoalkan	Memerintahkan	Mengkritik	Mereparasi
Meninjau	Menjabarkan	Mengkonsepkan	Mengaitkan	Mengarahkan	Membuat
Memilih	Menggali	Melaksanakan	Mentransfer	Memutuskan	Menyiapkan
Mentabulasi	Mengubah	Memproduksi	Melatih	Memisahkan	Memproduksi
Memberi kode	Mempertahankan	Memproses	Mengedit	menimbang	Memperjelas
Menulis	Mengartikan	Mengaitkan	Menemukan		Merangkum
Menyatakan	Menerangkan	Menyusun	Menyeleksi		Merekonstruksi
Menelusuri	Menafsirkan	Memecahkan	Mengoreksi		Mengarang
	Memprediksi	Melakukan	Mendeteksi		Menyusun
	Melaporkan	Mensimulasikan	Menelaah		Mengkode
	Membedakan	Mentabulasi	Mengukur		Mengkombinasikan
		Memproses	Membangunkan		Memfasilitasi
		Membiasakan	Merasionalkan		Mengkonstruksi
		Mengklasifikasi	Mendiagnosis		Merumuskan
		Menyesuaikan	Memfokuskan		Menghubungkan
		Mengoperasikan	Memadukan		Menciptakan
		Meramalkan			Menampilkan

Sumber : duniapendidikan.putrautama.id

Sani (2016:110) mengatakan perlu diperhatikan bahwa struktur dan isi pertanyaan lebih penting untuk diperhatikan, dan tidak berlandaskan hanya pada penggunaan kata kerja tersebut dalam menilai tingkat kognitif sebuah pertanyaan. Beberapa kata kerja yang sama kemungkinan digunakan untuk tingkat kognitif yang berbeda, hal ini tergantung pada isi pertanyaan yang diajukan. Pertanyaan berdasarkan proses kognitif (taksonomi Bloom yang direvisi)

1. Mengingat kembali (Recall), adalah pertanyaan mengingat kembali informasi, fakta, konsep, generalisasi yang telah didiskusikan.
2. Memahami (Comprehension) pertanyaan menyangkut kemampuan peserta didik menyerap informasi, menginterpretasi, dan melakukan ekstrapolasi atau memberi saran.
3. Mengaplikasikan, pertanyaan ini peserta didik menggunakan abstraksi dan generalisasi pada situasi tertentu. Pertanyaan ini menggunakan generalisasi secara bebas dari suatu keadaan di mana generalisasi telah digambarkan sebelumnya. Pertanyaan aplikasi sebenarnya erat dengan pertanyaan pemahaman.
4. Menganalisis, pertanyaan ini meminta peserta didik menyelesaikan masalah melalui pemeriksaan sistematis tentang fakta atau informasi.
5. Mengevaluasi, pertanyaan ini meminta peserta didik membuat penilaian tentang suatu berdasarkan sebuah acuan standar.
6. Berkreasi, pertanyaan ini meminta peserta didik untuk menemukan penyelesaian masalah melalui pemikiran kreatif.

Sudjana mengungkapkan (2016:25) Karakteristik pembuatan soal pemahaman dapat dengan mudah dikenal, misal mengungkap tema, topic, atau masalah yang sama dengan masalah yang pernah diperoleh atau dipelajari, namun materinya berbeda. Mengungkapkan tentang sesuatu dengan bahasa sendiri dengan simbol tertentu termasuk dalam pemahaman terjemah. Dapat menghubungkan hubungan antar unsur termasuk dalam pemahaman penafsiran. Selanjutnya item

ekstrapolasi dapat mengungkapkan kemampuan dibalik pesan yang tertulis dalam suatu keterangan.

Sutetyo menyatakan (2015:27) Pemahaman (*comprehesion*) dapat diukur dengan :

1. Menerjemahkan bahan pelajaran dari satu bentuk ke bentuk lain.
2. Menafsirkan makna bahan.
3. Mengadakan ekstrapolasi, yaitu membuat tafsiran yang lebih luas dari data yang disajikan.

Berdasarkan pernyataan di atas, kata kerja operasional KD pemahaman dalam kurikulum 2013 digunakan untuk menjamin akurasi dan linieritas dalam mencapai indikator pencapaian kompetensi pembelajaran. Sani mengatakan perlu memperhatikan bahwa struktur dan isi pertanyaan lebih penting tidak hanya berlandaskan pada penggunaan kata kerja dalam menilai tingkat kognitif, sehingga beberapa kata kerja yang sama memungkinkan untuk digunakan untuk tingkat kognitif yang berbeda tergantung pada isi pertanyaan diajukan. Karakteristik pembuatan soal untuk mengukur tingkat pemahaman menurut Sudjana dan Sutetyo adalah mengenai menerjemahkan, menafsirkan dan ekstrapolasi. Penggunaan KKO pada penelitian ini memungkinkan untuk memilih kata kerja yang sesuai dengan materi pertanyaan dan menjamin akurasi serta linieritas dalam melakukan penilaian untuk pengkategorian tingkat pemahaman siswa pada pembelajaran gerak dasar di SD Negeri Gumulan.

2. Hakikat Gerak Dasar

A. Definisi Gerak Dasar

Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK) tidak lepas dari kegiatan yang berhubungan dengan gerak, karena tanpa gerak manusia tidak akan melakukan aktivitas. Gerak adalah salah satu ciri kehidupan bagi manusia, karena melalui gerak manusia dapat bertahan hidup dan meningkatkan kemampuan kualitas dalam hidup. Wesley O'Brien, Sarahjane Belton, dan Johann Issartel (2015: 1) mengemukakan bahwa gerak dasar merupakan pola atau unsur dasar yang bisa dilihat dari suatu kejadian yang sudah terjadi sejak masa anak usia dini hingga dewasa.

Gerak dasar sangatlah penting untuk menunjang kemampuan dalam kehidupan sehari-hari. Gerakan tersebut adalah gerakan fundamental yang harus dikuasai oleh setiap orang (Utari, 2015: 280). Menurut Risma Jati Rahayu (2019: 10) memberikan pernyataan bahwa gerak dasar fundamental ialah pola gerakan dasar yang menjadi dasar untuk suatu kegiatan aktivitas fisik atau jasmani dalam keterampilan gerak olahraga yang lebih kompleks. Hadi, Ibnu Fatkhur Royana, dan Danang Aji Setyawan (2018: 66) mengartikan bahwa gerak dasar merupakan keahlian untuk melakukan kegiatan sehari-hari misalnya berjalan, berlari, melompat, dan melempar. Gerak yang digunakan oleh seorang anak-anak akan berbeda dengan gerak yang digunakan untuk orang dewasa, bahkan tingkat kebutuhannya sangat individual.

Yanuar Kiram (2019: 10) memberikan pengertian secara menyeluruh terkait gerak dasar yang didefinisikan sebagai perubahan tempat, posisi, dan kecepatan tubuh atau bagian tubuh manusia yang terjadi dalam suatu dimensi ruang, waktu, dan dapat diamati secara obyektif, contohnya perubahan tempat, posisi, dan kecepatan tubuh atau bagian dari tubuh dalam aktivitas seperti melompat, berjalan, berlari ataupun berenang. Oleh sebab itu dalam aktivitas keseharian manusia tidak akan terlepas dari yang namanya gerak, ada beberapa aspek atau suatu hal yang penting dalam gerak dasar yang harus dikuasai oleh peserta didik, hal itu diungkapkan oleh Safruddin, Nasaruddin, dan Widodo (2020: 315) yaitu sebagai berikut:

1. Kemampuan atau keterampilan motorik yang mendasar sangat berkaitan dengan kemampuan fisik peserta didik. Kemampuan tersebut dibutuhkan oleh seluruh individu agar membantu dan mendukung kegiatan sehari-hari, terutama dalam aktivitas olahraga.
2. Peserta didik dituntut dapat menguasai kemampuan motorik dasar untuk menjadi bekal mereka guna melakukan berbagai aktivitas. Keterampilan dalam gerak adalah dasar dari kemampuan dalam berolahraga, karena ini masuk dalam gerakan fundamental.
3. Dalam gerak dasar dibagi dalam tiga unsur keterampilan, yaitu gerak lokomotor, gerak nonlokomotor, dan gerak manipulatif.
4. Dalam melakukan pembelajaran di SD akan memperoleh keterampilan motorik dasar yang berguna untuk melakukan pembelajaran dalam tingkat atau jenjang yang lebih tinggi.

Gerak dasar terdiri dari beberapa gerakan diantaranya yaitu gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Dalam hal ini diungkapkan juga oleh Jaakkola et al (2015: 1) memberikan pernyataan bahwa gerak dasar adalah suatu kemampuan yang meliputi gerak lokomotor, manipulatif, dan keterampilan keseimbangan, dan dapat dianggap sebagai syarat yang mendasari pengaruh dalam aktivitas fisik.

Berdasarkan pendapat dan teori para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa gerak ialah suatu kegiatan yang dilakukan oleh semua manusia guna mempertahankan kelangsungan hidupnya yang meliputi kegiatan sehari-hari, kesehatan tubuh, melakukan aktivitas yang disukai misalnya hobi, dan itu semua melibatkan kekuatan otot tubuh manusia. Maka dari itu gerak dasar tidak akan bisa dipisahkan dari kehidupan dan aktivitas sehari-hari, perlu adanya suatu pemahaman yang lebih terkait gerak dasar.

B. Macam-Macam Gerak Dasar

Aktivitas jasmani sangat berhubungan erat dengan gerak, gerak ialah ciri kehidupan dalam manusia, bisa dikatakan mempertahankan hidup jika manusia tersebut memelihara gerak, dan dari kemampuan meningkatkat kemampuan gerak ialah meningkatkan kualitas hidup juga. Menurut Ria Lumintuarso (2014: 59) gerak dasar dibagi menjadi tiga jenis gerak utama ialah gerak lokomotor, gerak nonlokomotor, dan gerak manipulatif, sedangkan ada pendapat lain dari Panggung Sutapa (2018: 136) gerak dasar adalah suatu gerak yang berkembang searah dengan perkembangan seseorang.

Kadek Dian Vanagosi (2016: 75) kemampuan dalam menguasai gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori atau golongan sebagai berikut:

1. Gerak dasar lokomotor

Gerak dasar lokomotor adalah gerakan yang dapat diamati, dan gerakan yang dapat ditandai dengan berpindahnya tempat seperti, berjalan, berlari, melompat, dan meloncat. Melalui gerakan ini guru maupun anak-anak dapat memodifikasi ke dalam sebuah permainan sehingga anak-anak tidak merasa sedang melakukan gerak lokomotor.

2. Gerak nonlokomotor

Gerak dasar nonlokomotor adalah kebalikan dari gerak lokomotor, yaitu gerak yang tidak berpindah tempat, misalnya meliuk, menggoyangkan bahu atau pinggul, menekuk lutut, dan menoleh.

3. Gerak manipulatif

Gerak dasar manipulatif adalah gerakan yang dapat dilihat apabila gerakannya dilakukan dengan menggunakan suatu obyek, alat atau benda. Contohnya yaitu melempar, menangkap, dan menendang bola. Gerakan ini sering ditemui pada olahraga beregu atau berkelompok.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa keterampilan gerak dasar ada tiga jenis yaitu lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Kemampuan gerak ialah kemampuan yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam dunia pendidikan. Gerak merupakan kebutuhan yang harus dikuasai anak-anak dari usia dini hingga dewasa.

3. Hakikat Pembelajaran

A. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran yang sederhana bisa diartikan sebagai sebuah usaha mempengaruhi emosi, kecerdasan, dan spiritual seseorang untuk dapat belajar dengan kemauannya sendiri. Susanto, Ahmad (2013: 18-19) kata pembelajaran ialah kolaborasi antara dua kegiatan yaitu belajar dan mengajar. Aktivitas belajar berdasarkan metodologis lebih menonjol dan cenderung kepada peserta didik, sedangkan mengajar secara instruksional dilakukan oleh guru, jadi istilah pembelajaran merupakan ringkasan dari kata belajar dan mengajar.

Melalui pembelajaran akan adanya proses pengembangan moral keagamaan, aktivitas, serta kreativitas peserta didik melalui bermacam interaksi serta pengalaman belajar. Menurut hakikatnya pembelajaran yaitu suatu proses yang dapat mengatur atau mengorganisasi lingkungan sekitarnya untuk mendorong dan menumbuhkan kemauan belajar dari diri peserta didik. Jika hakikat belajar yaitu “perubahan”, maka hakikat pembelajaran yaitu “pengaturan” karena dalam pembelajaran bersifat memberikan bimbingan atau bantuan kepada peserta didik dalam melakukan proses belajar. Suyono & Hariyanto (2014: 183) mengemukakan bahwa pembelajaran identic dengan pengajaran, suatu aktivitas dimana guru mengajar atau membimbing anak-anak menuju proses pendewasaan diri.

Menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, memberikan pengertian pembelajaran yaitu suatu proses interaksi seorang pendidik dengan peserta didik serta sumber belajar yang berlangsung dalam suatu lingkup belajar. Maka pembelajaran bisa dikatakan

adanya suatu sistem yang saling berhubungan antara komponen satu dengan yang lainnya sehingga menghasilkan suatu apa yang diharapkan secara maksimal.

Pola pembelajaran yang berlangsung saat ini seringkali masih bersifat transmisif, ialah siswa secara pasif menyerap struktur pengetahuan yang diberikan guru ataupun yang terdapat pada buku pelajaran saja. Adapun menurut Hudojo, melaporkan jika sistem pembelajaran dalam pemikiran konstruktivis memberikan perbandingan yang nyata. Ciri-cirinya sebagai berikut:

- a) Peserta didik terlihat lebih aktif dalam aktivitas pembelajaran, peserta didik belajar menggunakan cara berfikir dan dipahami dengan serius.
- b) Pembelajaran dengan materi yang baru harus dikaitkan dengan materi yang sebelumnya pernah diberikan agar pembelajaran yang diterima bisa selaras atau linier.

Dapat disimpulkan bahwa aktivitas pembelajaran bisa dilakukan oleh 2 orang pelaku yaitu pendidik dan peserta didik. Perilaku pendidik memberikan pengajaran, memberikan bimbingan, dan memberikan stimulus yang baik kepada peserta didik. Sedangkan peserta didik adalah belajar dan memahami materi yang sudah diberikan agar dapat mencapai tujuan dari belajar, dan sebagai seorang peserta didik harus dapat memberikan respon terkait pembelajaran agar terjalin komunikasi yang baik. Pelaksanaan terkendali dan terbimbing dan menghasilkan sesuatu yang dapat diukur. Pembelajaran sangat berkaitan erat dengan suatu usaha yang dirancang dari bermacam kegiatan yang sistematis serta dapat diukur supaya terjadi adanya proses belajar.

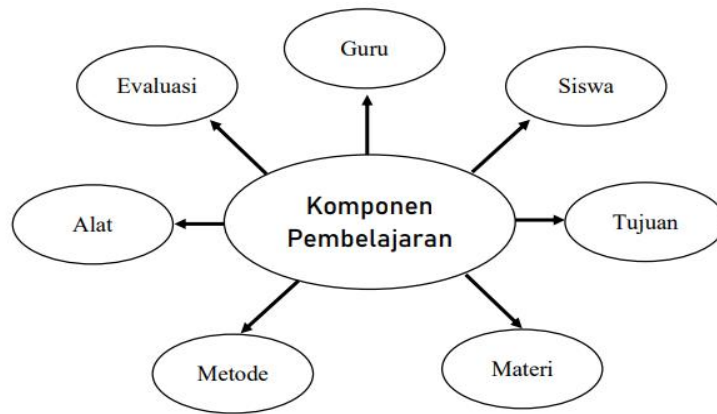
B. Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran ialah salah satu aspek yang perlu diperhatikan dalam perencanaan pembelajaran. Tujuan pembelajaran merupakan suatu perilaku yang ingin diwujudkan agar bisa dikerjakan oleh peserta didik pada tingkat dan situasi tertentu. Tujuan pembelajaran lebih terarah kepada Taksonomi Bloom dan Krathwol. Menurut mereka tujuan dibagi dalam tiga kawasan ialah:

1. Kawasan Kognitif: berhubungan erat dengan segi proses mental yang diawali dari tingkat pengetahuan sampai tingkat evaluasi. Kawasan ini dibagi dalam lima hal yaitu (1) kemauan menerima, (2) kemauan memberi tanggapan, (3) mempunyai keyakinan, (4) mampu menerapkan hasil, (5) mempunyai ketekunan dan teliti.
2. Kawasan afektif: kawasan ini berkaitan dengan sikap, nilai ketertarikan, penghargaan, dan penyesuaian perasaan sosial. Kawasan ini dibagi kedalam lima hal diantaranya (1) kemauan untuk menerima, (2) kemauan untuk menanggapi, (3) mempunyai keyakinan, (4) mampu menerapkan hasil, (5) mempunyai ketekunan dan teliti.
3. Kawasan psikomotor: kawasan psikomotor terkait dengan keterampilan yang bersifat manual atau motoric. Kawasan psikomotor terbagi dalam beberapa bagian yaitu: (1) persepsi, (2) siap dengan tugas yang diberikan, (3) mempunyai mekanisme yang tepat, (4) merespon secara baik, (5) ahli dalam bidangnya, (6) mudah adaptasi, (7) dan berorganisasi.

C. Komponen Pembelajaran

Pembelajaran bisa disebut sebagai suatu sistem, karena pembelajaran ialah suatu aktivitas yang mempunyai tujuan, yakni membelajarkan siswa. Selaku sistem pasti aktivitas belajar mengajar memiliki beberapa komponen. Proses pembelajaran ialah serangkaian aktivitas yang mengaitkan komponen yang satu sama lain dan saling berhubungan, dimana guru harus menggunakan komponen tersebut dalam proses aktivitas pembelajaran guna agar mencapai tujuan.



Gambar 2. Komponen Pembelajaran

(Sumber: Jurnal Modul 01 Belajar dan Pembelajaran. Penulis Dr. Eveline Siregar, M.Pd. Retno Widyaningrum, S.Kom., M.M. Tahun 2015)

1. Guru dan Siswa

Guru adalah seorang tenaga pendidik yang tugasnya memberikan arahan, memberikan bimbingan, merencanakan pembelajaran agar dapat mencapai tujuannya. Menurut Undang-undang RI Nomor 20 Tahun 2003 Tentang system pendidikan Nasional, Bab IV Pasal 29 ayat 1 menyatakan bahwa seorang pendidik ialah tenaga kerja yang professional dalam bertugas merencanakan dan melakukan proses pembelajaran, menciptakan hasil dari proses pembelajaran, melakukan

bimbingan, serta adanya penelitian dan pengabdian pada masyarakat terutama di perguruan tinggi.

Siswa ialah seorang peserta didik yang bertujuan untuk belajar dalam suatu lembaga agar mendapatkan hasil dari proses pembelajaran. Adanya respon dari seorang siswa sangat diperlukan karena harus adanya komunikasi yang baik antara guru dan siswa.

2. Tujuan Pembelajaran

Pembelajaran bertujuan untuk memberikan pedoman dan memberikan sasaran yang ingin dicapai dalam aktivitas pembelajaran. Dengan adanya tujuan pembelajaran untuk kedepannya dan hal apa yang akan dilakukan akan lebih terarah dan teratur. Menyusun tujuan belajar harus dilihat juga dari sarana prasarana yang ada, disesuaikan dengan waktu pembelajaran, dan dilihat dari kapasitas peserta didiknya. Jika dilihat dari ruang lingkupnya dapat dibagi menjadi 2, sebagai berikut:

- a. Tujuan yang direncanakan oleh guru atau pendidik yang dirancang lebih spesifik dan bertolak dengan materi yang seharusnya disampaikan kepada peserta didik.
- b. Tujuan pembelajaran secara umum, tujuan yang sudah ada sesuai dengan pedoman pengajaran yang dituangkan ke dalam proses pembelajaran yang sudah disiapkan oleh guru atau pendidik. Tujuan khusus itu harus memenuhi beberapa syarat, diantaranya:
 - 1) Perilaku peserta didik seperti apa yang harus dicapai.
 - 2) Kondisi perubahan perilaku.
 - 3) Membuat standar perilaku yang dapat menunjukkan ketercapaian hasil.

3. Materi Pembelajaran

Materi pembelajaran ialah suatu pembahasan atau substansi yang akan disampaikan kepada peserta didik saat proses pembelajaran, tanpa adanya materi proses pembelajaran tidak akan berjalan dengan lancar. Seorang guru atau pendidik harus dapat menguasai materi pembelajaran sebelum proses belajar dimulai, dan sebagai guru harus dapat menciptakan pembelajaran yang menarik agar materi bisa dipahami oleh peserta didik. Materi yang akan disampaikan harus sesuai dengan kompetensi yang sudah tercantum dalam kurikulum yang berlaku agar adanya ketercapaian hasil.

4. Metode Pembelajaran

Menurut J.R David dalam *Teaching Strategies for College Class Room* yang dikutip oleh Abdul Majid, mengatakan bahwa pengertian metode ialah cara untuk menggapai atau mendapatkan sesuatu. Metode pembelajaran diartikan sebagai cara yang digunakan guru atau pendidik dalam melaksanakan tugasnya serta perlengkapan guna menggapai tujuan pembelajaran. Metode pembelajaran dan teknik merupakan 2 perihal yang berbeda. Metode pembelajaran lebih bersifat prosedur, yakni berisikan tahapan tertentu, tetapi sebaliknya teknik merupakan cara yang digunakan serta bersifat implementatif. Dengan kata lain, metode bisa sama, akan tetapi teknik yang digunakan berbeda.

5. Alat Pembelajaran

Alat pembelajaran ialah suatu media untuk yang menunjang kelancaran kegiatan pembelajaran agar lebih efektif dan efisien untuk mencapai tujuan pembelajaran. Alat pembelajaran harus disesuaikan dengan materi yang akan

disampaikan dan diselaraskan dengan fungsi atau kegunaan dari alat yang akan dipakai dalam pembelajaran. Menurut Roestiyah, memberikan pernyataan terkait beberapa jenis alat yang dipakai untuk pembelajaran, yaitu:

- a. Buku
 - b. Media Massa (Koran, radio, televisi, majalah, dan lain-lain)
 - c. Lingkungan (Keluarga, sekolah, dan masyarakat)
 - d. Alat pengajaran (Buku, peta, papan tulis, bola, cone, tongkat, dan lain-lain)
 - e. Museum
6. Evaluasi

Evaluasi berfungsi untuk melihat ketercapaian peserta didik, melalui evaluasi dapat dilihat kekurangan apa saja dalam proses pembelajaran. Evaluasi merupakan tahapan atau komponen terakhir dalam system pembelajaran. Jika tidak adanya evaluasi maka guru atau pendidik, siswa, orang tua/wali, serta lembaga sekolah tidak akan mengetahui hasil yang diperoleh dari proses pembelajaran.

Adanya keterkaitan antara komponen yang sudah dijelaskan di atas sangat berpengaruh terhadap keberhasilan suatu proses pembelajaran. Maka dari itu tujuan pembelajaran harus disesuaikan dengan komponen yang ada agar mendapatkan hasil yang maksimal. Unsur-unsur dari tiap komponen dapat dipenuhi akan mempermudah anak-anak untuk menangkap dan memahami pembelajaran yang disampaikan, karena ada satu komponen yang kurang akan menghambat jalannya pembelajaran.

4. Hakikat Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Olahraga

A. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan

Definisi Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK) didefinisikan dengan bermacam-macam bahasa dan kalimat. Akan tetapi maknanya sama dan jelas, bahwa PJOK menggunakan alat fisik guna mengembangkan keutuhan manusia. Rahayu (2013: 3) memberikan arti bahwa pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga ialah fase dari program pendidikan yang menyeluruh dan dapat memberikan sumbangsihnya, yang paling utama dengan pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh bagi tiap siswanya. PJOK ialah program pembelajaran yang memberikan perhatian yang proporsional dan memadai pada domain-domain pembelajaran yaitu psikomotor, kognitif, dan efektif (Sudarsono, 2021).

Pendidikan Jasmani ialah suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik guna mendapatkan hasil dari perubahan dalam kualitas individu, baik dari segi fisik, mental, serta emosional. Pembelajaran PJOK membantu untuk menciptakan tujuan pendidikan melalui aktivitas jasmani atau fisik, tidak hanya mengembangkan aspek jasmani saja tetapi mengembangkan aspek kognitif juga. Rosdiana (2013: 23) PJOK merupakan suatu proses pendidikan yang menggunakan kegiatan jasmani untuk disusun secara runtut atau sistematis, yang bertujuan untuk bisa meningkatkan dan mengembangkan individual secara organik, perseptual, kognitif, neuromuskuler, dan emosional dalam kerangka system pendidikan nasional.

PJOK telah diberikan sebagai mata pelajaran di mana peserta didik dan guru dapat mengembangkan kesejahteraan emosional dan membangun pengalaman sosio-emosional yang positif (Gagnon, 2016: 22). PJOK ialah suatu pembelajaran yang penting karena dapat membantu mengembangkan peserta didik sebagai makhluk social dan berkembang secara wajar. Dapat diartikan bahwa PJOK tidak hanya membentuk insan anak-anak Indonesia menjadi sehat namun juga cerdas, berkepribadian, dan berkembang dengan karakter yang mempunyai moral berdasarkan nilai-nilai luhur bangsa dan agama (Triansyah, dkk., 2020: 146).

Menurut Permendiknas Nomor 22 Tahun 2006 mengungkapkan bahwa PJOK ialah bagian integral dari system pendidikan nasional secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilisasi emosional, keterampilan social, penalaran, dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa PJOK adalah bagian dari system pendidikan yang menyeluruh dan memanfaatkan aktivitas jasmai yang mempunyai tujuan guna meningkatkan keterampilan individu mencakup seluruh aspek baik organic, motoric, kognitif, dan afektif.

B. Tujuan PJOK

PJOK bertujuan untuk meningkatkan atau menjaga kesehatan tubuh dan tentunya dapat memperbaiki sistem tubuh. Rahayu (2016: 19) berpendapat bahwa mata pelajaran PJOK dirancang untuk memberikan keterampilan dalam bentuk gerakan agar kualitas tubuh menjadi lebih baik, adapun beberapa tujuannya yaitu:

1. Meningkatkan kemampuan motoric dan teknis, dalam berbagai permainan dan olahraga dengan cara yang strategis, kegiatan yang dikembangkan bisa melalui senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, dan pendidikan aktivitas luar kelas.
2. Dapat membentuk kepribadian yang kokoh, menciptakan kedamaian, dan toleransi dalam kehidupan sosial, hal ini dilihat dari keberagaman budaya, suku, dan agama.
3. Mampu mengedepankan sifat sportivitas, kejujuran, disiplin, bertanggung jawab, mampu bekerja sama dalam kelompok, menumbuhkan rasa percaya diri, dan selalu demokratis dalam melakukan kegiatan jasmani.
4. Meningkatkan kemampuan manajemen diri guna mengembangkan dan memelihara perilaku hidup sehat dengan kegiatan jasmani.
5. Mengetahui dan memahami arti aktivitas jasmani dan menggunakannya sebagai informasi untuk mencapai tubuh yang sehat.
6. Menggunakan dasar karakter yang kuat dengan cara melalui internalisasi nilai-nilai pendidikan jasmani.
7. Dapat memanfaatkan waktu luang dengan melakukan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.
8. Mampu mengembangkan kemampuan untuk memastikan keamanan diri ataupun orang lain.
9. Dapat menumbuhkan kemampuan berpikir secara kritis dengan cara tugas pembelajaran.

Maka dari itu berdasarkan tujuan PJOK yang dikemukakan di atas bahwa pembelajaran ini diarahkan atau dirancang guna membina pertumbuhan fisik dan mengembangkan psikis anak-anak menjadi lebih baik. Untuk dapat mencapai tujuan perlu adanya hubungan yang sinergis antara guru, siswa, lingkungan, sarana prasarana, dan sosial. Peran orang tua juga sangat dibutuhkan untuk menunjang keberhasilan dari pembelajaran yang sudah diberikan di sekolah agar terwujudnya tujuan bersama.

C. Ruang Lingkup PJOK

Menurut Rahayu (2013: 18) mengemukakan bahwa ruang lingkup PJOK sebagai berikut:

1. Permainan dan olahraga: olahraga tradisional, permainan, gerak seperti gerak dasar yaitu gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulative.
2. Aktivitas yang bersifat pengembangan: sikap tubuh dan postur tubuh.
3. Aktivitas senam yaitu: ketangkasan menggunakan alat ataupun tanpa alat.
4. Aktivitas ritmik: gerak bebas dan senam.
5. Aktifitas air: keterampilan bergerak di air seperti berenang.
6. Pendidikan luar kelas: karyawisata, dan pengenalan lingkungan seperti berkemah.
7. Kesehatan: penanaman pohon herbal dalam kehidupan sehari-hari dan tentunya perawatan tubuh yang sehat.

Berdasarkan pendapat yang sudah dikemukakan di atas ada beberapa aspek dalam ruang lingkup PJOK. Dalam ruang lingkup tersebut tidak hanya dapat dikembangkan dalam lingkungan sekolah tetapi dapat juga dikembangkan dalam

kehidupan sehari-hari. Dalam ruang lingkup tersebut kita dapat mengetahui berbagai hal yang bisa dipelajari agar lebih bervariasi dalam melakukan olahraga atau kegiatan jasmani.

5. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar

Karakter merupakan hal yang sangat penting untuk diajarkan kepada anak SD, karakter yang baik akan mencerminkan kepribadian seseorang. Sebagai seorang guru harus paham dan mengerti tentang kebutuhan peserta didiknya, agar dalam metode yang sudah dipersiapkan dapat diterima oleh siswa SD.

Pada usia anak SD sangat mudah untuk menerima suatu hal yang mereka lihat atau dengar, anak SD belum bisa memilih mana yang baik atau tidak jika dari guru dan orang tua tidak memberikan arahan dan bimbingan. Menurut Sumantri dan Syaodah (2006) memberikan beberapa karakteristik peserta didik SD sebagai berikut:

- a. Anak SD menyukai permainan, sebagai seorang pendidik harus dapat menciptakan pembelajaran tidak hanya dengan satu model saja, lebih diperbanyak berinovasi dan menciptakan hal baru.
- b. Senang bergerak, dengan karakteristik ini menunjukkan bahwa anak SD itu aktif dan tidak suka diam.
- c. Senang bekerjasama, anak SD lebih suka bermain dengan teman-temannya daripada bermain sendirian.
- d. Merasakan rasa senang untuk melakukan suatu hal secara langsung, karakteristik ini berkaitan dengan pertumbuhan psikologi anak.

Dari karakteristik siswa SD berdasarkan Sumantri dan Syaodah yang sudah dijelaskan bahwa anak SD identik dengan rasa senang dan bermain. Tetapi ada beberapa hal atau faktor yang mempengaruhi karakteristik, ialah perkembangan yang berhubungan dengan kognitif anak, yaitu:

- a. Lingkungan fisik, faktor ini sangat berpengaruh penting dalam karakteristik anak, karena adanya interaksi antara individu satu dengan individu yang lainnya.
- b. Kematangan yang cukup akan mempengaruhi pertumbuhan seorang anak dengan baik, tetapi sebaliknya jika belum dirasa masih kurang itu akan mempengaruhi prestasi kognitif anak.
- c. Pengaruh sosial, dari faktor ini akan memicu dan menanamkan kebiasaan, perilaku, dan bahasa seorang anak melalui pendidikan yang diterapkan pada lingkungan sosialnya. Jika sosialnya tidak mendukung maka akan menghambat perkembangan struktur kognitif anak.
- d. Proses dalam pengaturan diri (*Equilibrasi*) ialah proses yang mengatur pengalaman anak SD melalui perkembangan jasmani dan rohani agar kognitif anak dapat berkembang dan berjalan dengan baik.

Karakter seorang anak akan berkembang dengan baik jika mendapatkan arahan yang benar pula. Karakter anak dapat berkembang di lingkungan keluarga, lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat. Oleh sebab itu ini bukan hanya tugas seorang guru atau pendidik melainkan tugas orang tua, sekolah, dan masyarakat sekitar. Riri Zulvira, Neviyarni, dan Irdamurni (2021: 1848) memberikan penjelasan mengenai klasifikasi siswa SD menjadi dua bagian dan

karakteristik unik siswa kelas bawah dan siswa kelas atas. Siswa kelas bawah yang kurang lebih berusia 6-9 tahun dan kelas atas berusia 9-13 tahun.

Adapun karakteristik anak SD dilihat dari jenis kelas di SD, diantaranya:

a. Karakteristik anak SD Kelas Bawah (Kelas I, II, dan III)

- 1) Adanya keterkaitan yang kuat antara keadaan jasmani dengan prestasi.
- 2) Suka memuji dirinya sendiri.
- 3) Menurut anak SD kelas bawah jika suatu hal itu tidak penting maka tidak akan diselesaikan.
- 4) Jika ada suatu hal yang menguntungkan bagi dirinya, ia akan membandingkan dirinya dengan anak lain.
- 5) Suka meremehkan orang lain.

b. Karakteristik anak SD Kelas Atas (Kelas IV, V, dan VI)

- 1) Ingin mengetahui hal baru, mempunyai keinginan untuk belajar, dan realistis.
- 2) Adanya keinginan atau ketertarikan pada mata pelajaran.
- 3) Anak akan melihat nilai sebagai tolok ukur atas keberhasilan belajarnya dan menganggap itu sebagai prestasi di sekolah.
- 4) Perhatian akan tertuju pada kehidupan praktis dalam kesehariannya.

Proses tumbuh dan kembang anak di sekolah akan muncul cara berfikir secara kritis dan lebih inovatif. Ryzal Perdana dan Meidawati Suswan (2021: 11) menyatakan bahwa masa kelas atas SD mempunyai sifat yang khas. Maka dari itu pembelajaran yang diberikan jangan monoton tapi juga memberi stimulus kepada siswa. Stimulus yang diberikan seperti kontekstual, menarik, dan sebaiknya bersifat kekinian sehingga merangsang rasa ingin tahu peserta didik.

Untuk mencapai tujuan pembelajaran harus adanya pendidikan karakter di setiap mata pelajaran, peran guru untuk membentuk karakter adalah cara yang efisien. Dengan perkembangan karakter yang baik akan menjaga ketenangan dalam proses pembelajaran saat berlangsung, karena jika anak tumbuh dengan karakter yang tidak baik akan menghambat proses belajar dan akan menjadi pengaruh yang besar dalam proses pembentukan anak pada usia SD.

6. Kurikulum Sekolah Dasar

A. Hakikat Kurikulum

Kurikulum menurut Kemendikbud No. 20 Tahun 2013 tentang sistem pendidikan nasional ialah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran, serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Secara bertahap kurikulum pendidikan diperbaharui guna mengembangkan aspek yang dilihat lebih baik dan meminimalisir adanya kekurangan atau kelemahan dari kurikulum yang sudah ada. Menurut Fadlillah (2014: 5) memberikan penjelasan bahwa respon terhadap dunia pendidikan terhadap berkembangnya zaman dengan melakukan pergantian kurikulum.

Menurut Fadlillah (2014: 7) kurikulum 2013 ialah salah satu kebijakan pemerintah melalui kementerian pendidikan dan kebudayaan dalam rangka meningkatkan kualitas pendidikan yang ada di Indonesia. Menteri pendidikan dan kebudayaan telah menetapkan bahwa tahun ajaran 2014 untuk sekolah pada jenjang pendidikan dasar dan menengah harus sudah mengimplementasi Kurikulum 2013.

B. Kompetensi Dasar dan Kompetensi Inti Mengenai Pembelajaran Gerak

Dasar di Kelas Bawah

1. Kelas I

Kompetensi Inti	Kompetensi Inti
3. Memahami Pengetahuan Faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah.	4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.
Kompetensi Dasar	Kompetensi Dasar
3.1 Memahami gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	4.1 mempraktikkan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.
3.2. Memahami gerak dasar nonlokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	4.2 Mempraktikkan gerak dasar nonlokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.
3.3 Memahami pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	4.3 Mempraktikkan pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

2. Kelas II

Kompetensi Inti	Kompetensi Inti
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah.	4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.
Kompetensi Dasar	Kompetensi Dasar
3.1 Memahami variasi gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	4.1 mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.
3.2. Memahami variasi gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	4.2 Mempraktikkan variasi gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.
3.3 Memahami variasi gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	4.3 Mempraktikkan variasi gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

3. Kelas III

Kompetensi Inti	Kompetensi Inti
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah	4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

Kompetensi Dasar	Kompetensi Dasar
3.1 Memahami kombinasi gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	4.1 mempraktikkan gerak kombinasi gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.
3.2. Memahami kombinasi gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.2 Mempraktikkan gerak kombinasi gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.
3.3 Memahami kombinasi gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	4.3 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan digunakan untuk menghindari adanya kesamaan atau duplikat melalui penelusuran yang ada lebih dulu. Dari penelitian yang sudah ada terdapat beberapa permasalahan di dalam penelitian yang dilakukan sebelumnya, diantaranya:

- 1) Penelitian yang berjudul “Tanggapan Siswa Kelas V SD Negeri Beji Terhadap Pembelajaran Keterampilan Gerak Dasar Melalui Permainan” oleh Frida Endrawanto dengan NIM 14604221049. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya masalah kurangnya ketertarikan siswa di SD Negeri Beji terkait keterampilan gerak dasar, dikarenakan sarana dan prasarana yang kurang mendukung dan pembelajaran yang cenderung monoton. Disamping itu belum adanya data tentang tanggapan siswa SD Negeri Beji mengenai keterampilan gerak dasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tanggapan siswa kelas V

SD Negeri Beji terhadap pembelajaran keterampilan gerak dasar melalui permainan. Penelitian ini berupa penelitian deskriptif menggunakan pendekatan kuantitatif dan menggunakan metode survei yang berupa angket sebagai alat pengumpulan data. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Beji yang terdiri dari 22 siswa putra dan 9 siswi putri dengan jumlah 31 siswa. Hasil penelitian ini berdasarkan penilaian rata-rata sebesar 88,90 dengan interval $82 \leq X < 96$. Adapun juga dapat terlihat dari jumlah frekuensi terbanyak terletak pada kategori cukup baik ialah sebanyak 12 siswa (38,70%) dari semua responden yang berjumlah 31 siswa. Maka menunjukkan bahwa tanggapan siswa kelas V SD Negeri Beji terhadap pembelajaran keterampilan gerak dasar melalui permainan secara keseluruhan berada pada kategori cukup baik.

- 2) Penelitian yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Gerak Dasar Peserta Didik Kelas III di SD Gugus 1 Bayat Klaten” oleh Hafid Nurdin Hanif dengan NIM 17604224040. Penelitian ini dilatar belakangi oleh pembelajaran yang dilakukan secara *online* dikarenakan pandemi *Covid-19* mengakibatkan penjelasan yang disampaikan oleh guru tidak dapat diterima dengan baik oleh peserta didik, lalu di akhir semester hanya dilakukan pengambilan nilai secara tertulis dan pada akhirnya hanya mengukur dari segi pengetahuannya saja tidak dilihat seberapa jauh peserta didik paham mengenai materi pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan gerak dasar peserta didik kelas III di SD Gugus 1 Beluk Bayat Klaten. Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei yang proses pengambilan sampel dari suatu

populasi serta menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sejumlah 64 orang yang diambil dari 3 SD yang berbeda dengan rincian SD Negeri 1 Beluk Bayat Klaten 16 orang, SD Negeri Paseban 34 orang, dan di SD Negeri 1 Kebon 14 orang. Hasil penelitian tingkat pengetahuan gerak dasar peserta didik kelas III di SD Gugus 1 Bayat Klaten dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan gerak dasar peserta didik kelas III di SD Gugus 1 Bayat Klaten dengan persentase sangat tinggi yaitu 0%, tingkat tinggi 35,94%, tingkat sedang 39,06%, tingkat rendah 15,60%, tingkat sangat rendah 9,40%, dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan gerak dasar peserta didik kelas III di SD Gugus 1 Bayat Klaten berada dikategori sedang dengan frekuensi 25 peserta didik.

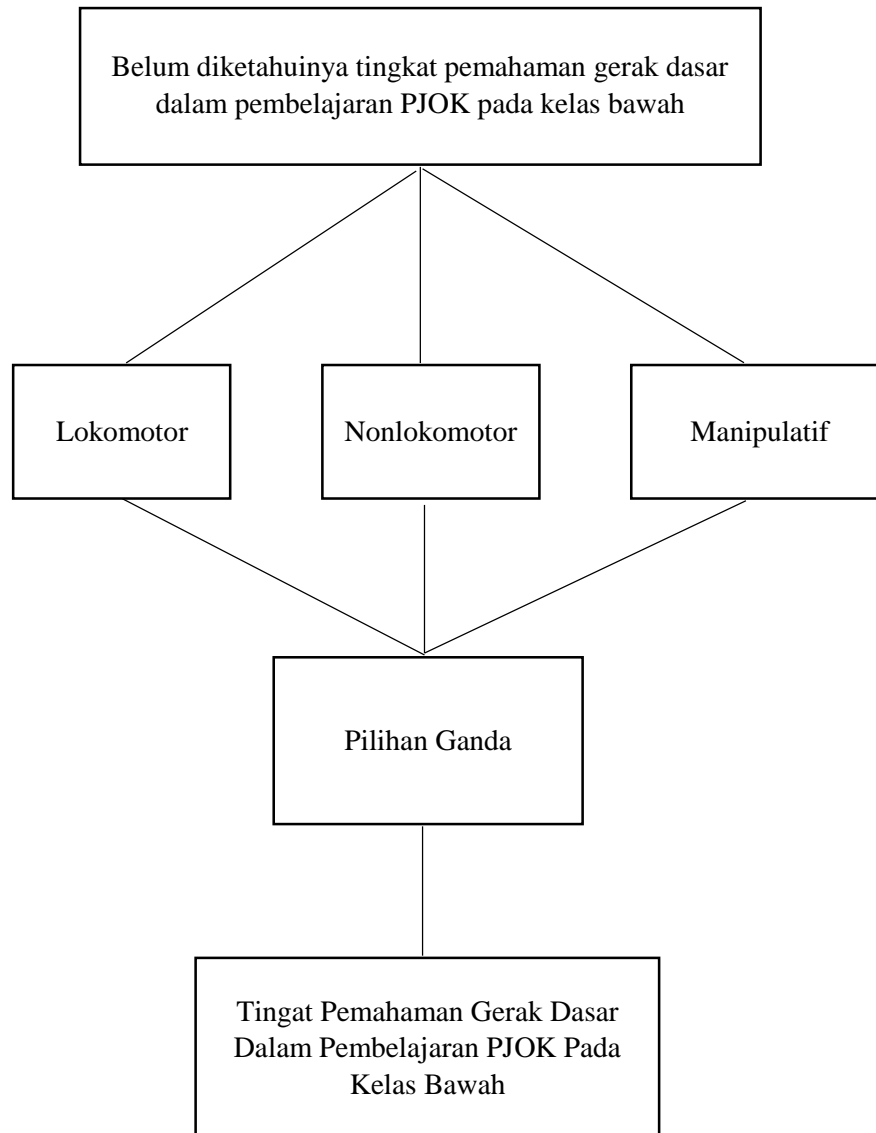
C. Kerangka Berfikir

Pemahaman adalah salah satu bentuk dari hasil belajar. Melalui pemahaman yang dimiliki oleh peserta didik maka tujuan dari proses pembelajaran akan tercapai. Dalam pembelajaran PJOK peserta didik tidak hanya untuk bermain saja namun mereka juga harus dapat memahami pembelajaran yang sudah disampaikan. Pemahaman harus dimiliki oleh setiap peserta didik karena dari berbekal pemahaman mereka akan dapat melewati dengan mudah pembelajaran yang akan disampaikan setelahnya. Pemahaman yang kurang biasanya ada beberapa faktor yang mempengaruhi diantaranya yaitu penyampaian materi yang kurang bervariasi atau monoton, praktik dan teori tidak seimbang, sarana dan prasarana yang kurang mendukung.

PJOK ialah bagian integral dari sistem pendidikan secara menyeluruh, yang mempunyai tujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, kemampuan untuk berfikir secara kritis, stabilitas emosional, penalaran, dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Dalam pembelajaran PJOK tidak terlepas dari sebuah aktivitas fisik, untuk melakukan aktivitas dibutuhkan unsur gerak. Dari gerak manusia dapat meningkatkan kemampuan dan meningkatkan kualitas diri menjadi lebih baik.

Gerak dasar dibagi dalam tiga jenis yaitu lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Menurut kurikulum 2013 pembelajaran gerak dasar masuk ke dalam kompetensi dasar kelas bawah dan kelas atas yang membedakan hanya tingkat kesulitan yang diajarkan dan kelas atas sudah dimodifikasi dengan olahraga atau permainan yang lebih kompleks. Dalam memahami gerak dasar peserta didik harus dapat membedakan dan mempraktikkannya dengan benar.

Di SD Negeri Gumulan materi pembelajaran gerak dasar pada kelas bawah hanya ditekankan pada aspek gerakannya saja, peserta didik dituntut untuk menguasai gerak yang diajarkan tanpa mengetahui dasar yang kuat dari teori gerakan yang dipelajarinya. Padahal aspek gerak dan pemahaman peserta didik sangat erat kaitannya dengan upaya peningkatan kemampuan dalam melakukan aktivitas olahraga yang lainnya.



Gambar 3. Alur Kerangka Berfikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yaitu suatu penelitian yang dipakai guna mengetahui keadaan yang sebenarnya berdasarkan hasil tes dengan instrumen yang valid dan reliabel. Menurut Suharsimi Arikunto (2013: 3) penelitian deskriptif ialah penelitian yang digunakan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal lain-lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian. Sehingga, penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang informasinya diungkapkan melalui angka-angka bukan kata-kata.

Metode penelitian yang digunakan ialah survei dan pengumpulan data menggunakan tes yang diberikan oleh peneliti kepada peserta didik. Penelitian akan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan statistik deskriptif yang dicantumkan ke dalam bentuk pengkategorian dan persentase. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul yang beralamat di Desa Gumulan, Kelurahan Caturharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul, Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 20 Februari sampai 28 Maret 2023. Sedangkan waktu pengambilan data pada tanggal 3 April 2023.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut Sugiyono (2019: 126) populasi ialah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini merupakan siswa kelas bawah yang terdiri dari kelas I, II, dan III SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul yang berjumlah 47 siswa.

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas I, II, dan III SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul yang berjumlah 47 siswa dapat dilihat pada table 1.

Tabel 2. Populasi Penelitian

Kelas	Jumlah tiap kelas
Kelas I	21
Kelas II	14
Kelas III	12
Jumlah	47

2. Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2019: 81), sampel merupakan bagian dari jumlah dan termasuk dalam karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, subjek dalam penelitian ini menggunakan seluruh siswa kelas bawah (I, II, dan III) di SD Negeri Gumulan yang berjumlah 47 siswa.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan suatu atribut, sifat, atau nilai dari seseorang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono,

2018: 38). Variable dalam penelitian ini ialah tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran PJOK pada kelas bawah di SD Negeri Gumulan, Kabupaten Bantul. Sehingga maksud dari penelitian ini adalah agar mengetahui seberapa tinggi tingkat pemahaman mengenai gerak dasar dalam pembelajaran PJOK khususnya di kelas bawah. Siswa dapat dikatakan paham jika siswa tersebut dapat menjelaskan kembali pembelajaran yang sudah disampaikan dengan menggunakan kalimatnya sendiri, mampu menginterpretasi pembelajaran yang telah dikomunikasikan, dan mampu mengekstrapolasi suatu pembelajaran tersebut.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat bantu yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah, dan tentunya hasilnya lebih baik. Dalam arti lebih sistematis sehingga lebih mudah untuk diolah. Instrumen dalam penelitian ini berupa tes yang akan menyidik dan mengetahui seberapa tingkat pemahaman peserta didik mengenai gerak dasar dalam pembelajaran PJOK. Tes merupakan rangkaian pertanyaan atau alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, intelegensi, kemampuan, atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok (Huda, 2022: 51-52).

Dalam penelitian ini menggunakan *multiple choice test* atau tes dalam bentuk pilihan ganda. Tes pilihan ganda (*Multiple choice test*) merupakan tes yang dalam setiap butir soalnya memiliki jumlah alternative pilihan jawaban lebih dari satu. Biasanya terdapat dua atau sampai lima alternatif pilihan jawaban yang disuguhkan.

Tabel 3. Kisi-Kisi Angket Uji Coba Instrumen

Variabel	Indikator	Faktor	No Item	Jumlah
Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul	Gerak yang berpindah tempat	Lokomotor	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	10
	Gerak yang tidak berpindah tempat	Nonlokomotor	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	10
	Gerak yang menggunakan obyek	Manipulatif	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30	10
Jumlah		30		30

Sebelum diuji validitas dan reabilitas peneliti melakukan validasi kepada Bapak Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or. selaku Dosen *Expert* dibidangnya guna mendapatkan masukan dan saran. Setelah mendapatkan persetujuan dari ahli baru instrumen dapat digunakan.

2. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Perlu dilakukannya uji validitas dan uji reliabilitas sebelum instrument digunakan untuk mengumpulkan data.

a. Uji Validitas

Uji coba instrumen dilakukan sebelum tes diberikan kepada responden. Tujuan dari uji coba itu ialah guna menghindari pernyataan kurang jelas, maksudnya menghilangkan pertanyaan yang sulit untuk dijawab, serta mempertimbangkan penambahan dan pengurangan item. Analisis butir soal dalam tes ini menggunakan rumus *Pearson Product Moment*. Suatu instrumen dinyatakan valis jika r hitung lebih besar dari r tabel, selanjutnya apabila ada pertanyaan yang

tidak valid maka pertanyaan tersebut harus diganti, direvisi, atau dihilangkan. Hasil uji validitas dapat dilihat pada table sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Validitas Instrumen

No Butir Soal	r hitung	r table (df 23 = 0,413)	Keterangan
1.	0,592	0,413	VALID
2.	0,528	0,413	VALID
3.	0,682	0,413	VALID
4.	0,649	0,413	VALID
5.	0,418	0,413	VALID
6.	0,549	0,413	VALID
7.	0,433	0,413	VALID
8.	0,200	0,413	TIDAK VALID
9.	0,456	0,413	VALID
10.	0,592	0,413	VALID
11.	0,551	0,413	VALID
12.	0,442	0,413	VALID
13.	0,282	0,413	VALID
14.	0,592	0,413	VALID
15.	0,504	0,413	VALID
16.	0,581	0,413	VALID
17.	0,549	0,413	VALID
18.	0,549	0,413	VALID
19.	0,692	0,413	VALID
20.	0,434	0,413	VALID
21.	0,418	0,413	VALID
22.	0,588	0,413	VALID
23.	0,419	0,413	VALID
24.	0,498	0,413	VALID
25.	0,472	0,413	VALID
26.	0,161	0,413	TIDAK VALID
27.	0,418	0,413	VALID
28.	0,462	0,413	VALID
29.	0,027	0,413	TIDAK VALID
30.	0,262	0,413	TIDAK VALID

b. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas merupakan indeks yang menunjukkan seberapa jauh suatu alat ukur dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Instrumen dapat dikatakan reliable jika memiliki *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,600 (Sugiyono, 2019: 348).

Tabel 5. Reability Statistics

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.888	26

Setelah dilakukan uji validitas instrumen, diperoleh item pertanyaan yang valid. Selanjutnya hasil uji reabilitas instrument menggunakan bantuan program SPSS 26 dengan rumus *Cronbach's Alpha*. Hasil Uji coba diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,888. Setelah dilakukan validitas dan reliabilitas, terdapat 26 soal yang terdiri dari 10 soal berdasarkan faktir lokomotor, 9 soal berdasarkan faktor nonlokomotor, dan 7 soal berdasarkan faktor manipulatif. Berikut kisi-kisi angket penelitian:

Tabel 6. Kisi-Kisi Angket Penelitian

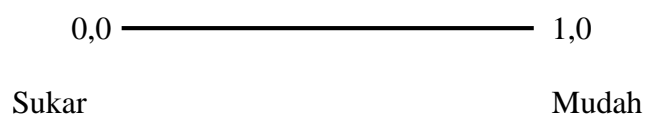
Variabel	Indikator	Faktor	No Item	Jumlah
Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul	Gerak yang berpindah tempat	Lokomotor	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	10
	Gerak yang tidak berpindah tempat	Nonlokomotor	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19	9
	Gerak yang menggunakan obyek	Manipulatif	20, 21, 22, 23, 24, 25, 26	7
Jumlah		26		26

3. Analisis Butir Soal

Analisis butir soal adalah suatu proses yang dilakukan oleh seorang pendidikan guna meningkatkan mutu dan kualitas soal yang telah dibuat.

a) Tingkat Kesukaran

Tingkat kesukaran soal merupakan pengukuran seberapa besar derajat kesukaran suatu soal (Arifin, 2016: 266). Sehingga bisa didapat informasi mana letak butir soal yang termasuk mudah, sedang, dan sukar. Indeks dengan angka 0,00 dapat diartikan bahwa tidak ada peserta didik yang menjawab dengan benar dan apabila memiliki indeks 1,00 merupakan peserta didik menjawab butir soal dengan benar. Perhitungan dapat dilakukan pada setiap butir soal, prinsipnya skor rata-rata yang didapat oleh peserta didik pada butir soal yang berkaitan dinamakan tingkat kesukaran.



Rumus mencari tingkat kesukaran (P) menurut Arikunto (2013: 208)

ialah sebagai berikut:

$$P = \frac{B}{|S|}$$

Keterangan:

P : Indeks kesukaran atau tingkat kesukaran

B : Banyaknya siswa yang menjawab soal itu dengan benar

JS : Jumlah seluruh siswa peserta tes

Kriteria yang dipakai ialah semakin kecil indeks yang didapat maka semakin sulit soal tersebut. Dan sebaliknya semakin besar indeks yang di dapat maka akan semakin mudah soal tersebut. Kriterianya sebagai berikut:

Tabel 7. Kriteria Tingkat Kesukaran

Indeks Kesukaran	Klasifikasi Tingkat Kesukaran
0,00-0,30	Sukar
0,31-0,70	Sedang
0,71-1,00	Mudah

Sumber: Arikunto (2013: 208)

4. Daya Pembeda

Menurut Sudijono (2011: 385) daya pembeda ialah kemampuan suatu butir item tes hasil belajar untuk dapat membedakan antara *testee* yang berkemampuan tinggi dengan *testee* yang berkemampuan rendah, dalam menganalisis daya pembeda soal bentuk objektif dan bentuk uraian dilakukan dengan cara berbeda. Untuk tes bentuk objektif Arikunto (2013: 214) bisa dilakukan dengan menggunakan rumus yaitu:

$$D = P_A - P_B$$

Keterangan:

D : Daya beda yang dicari

P_A : Proporsi kelompok atas yang benar (P sebagai indeks kesukaran)

P_B : Proporsi kelompok bawah yang menjawab benar

Tabel 8. Klasifikasi Pembeda

Nilai Daya Pembeda	Klasifikasi Daya Pembeda
0,00-0,19	Jelek
0,20-0,39	Cukup
0,40-0,69	Baik
0,70-1,00	Baik Sekali

Nilai Daya Pembeda	Klasifikasi Daya Pembeda
Negatif	Semuanya tidak baik, jadi semua butir soal yang mempunyai nilai negatif sebaiknya diulang atau dihilangkan saja

Sumber: Arikunto (2013: 214)

5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan dilakukan yaitu dengan cara memberikan tes yang berisikan beberapa pertanyaan lalu diberikan kepada siswa kelas bawah yang akan menjadi subjek penelitian. Mekanismenya sebagai berikut:

- Peneliti menentukan sekolah yang akan diteliti.
- Penelitian mengajukan surat izin penelitian kepada pihak kampus yang akan diberikan ke SD yang akan digunakan untuk penelitian.
- Peneliti memasuki kelas yang akan diteliti yaitu kelas I, II, dan III di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul.
- Peneliti menyebarkan angket kepada responden.
- Peneliti memberikan penjelasan kepada responden bagaimana cara mengisi angket yang telah diberikan.
- Selanjutnya proses pengolahan data dan analisis data dengan bantuan *software* program *Microsoft Excel* 2010 dan SPSS 26.
- Setelah mendapatkan data penelitian, peneliti mengolah data dan mengambil kesimpulan serta saran.

F. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, yang bertujuan untuk mengetahui Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Rekreasi Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan.

Pada perhitungan ini menggunakan bantuan program *computer* yaitu SPSS dan *Microsoft Exel* 2010.

Untuk mengelompokkan berdasarkan kategori, skor maksimum dan minimum harus ditentukan terlebih dahulu. Setelah itu menentukan nilai rata-rata (*mean*) dan standar deviasi skor yang diperoleh. Selanjutnya data dapat disajikan dalam bentuk table frekuensi dan kemudian dilakukan pengkategorian serta menyajikan dalam bentuk histogram. Hasil dari analisis data dikelompokkan menjadi lima kategori yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Pemberian nilai dalam penelitian ini menggunakan Penilaian Acuan Patokan (PAP). Penelitian yang dilakukan dengan tujuan intruksional yang harus dikuasai oleh siswa. Dengan demikian derajat keberhasilan siswa dibandingkan dengan tujuan yang seharusnya dicapai, bukan dibandingkan dengan rata-rata kelompoknya. Melalui penelitian ini untuk dapat menentukan interval dalam penelitian menggunakan norma penilaian dari Arikunto (2010: 207), sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1.	81 – 100	Sangat Tinggi
2.	61 - 80	Tinggi
3.	41 – 60	Sedang
4.	21 – 40	Rendah
5.	0 - 20	Sangat Rendah

(Sumber: Arikunto, 2010: 207)

Rumus cara menghitung pedoman penilaian:

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{benar}}{n} \times 100$$

Keterangan :

$\sum \text{ benar}$ = Jumlah jawaban benar

n = Jumlah soal

Tabel 10. Pedoman Penilaian Penelitian Instrumen Keseluruhan

$\sum \text{ benar}$	Nilai	$\sum \text{ benar}$	Nilai	$\sum \text{ benar}$	Nilai
0	0	9	34.61538462	18	69.23076923
1	3.846153846	10	38.46153846	19	73.07692308
2	7.692307692	11	42.30769231	20	76.92307692
3	11.53846154	12	46.15384615	21	80.76923077
4	15.38461538	13	50	22	84.46153846
5	19.23076923	14	53.84615385	23	88.46153846
6	23.07692308	15	57.69230769	24	92.30769231
7	26.92307692	16	61.53846154	25	96.15384615
8	30.76923077	17	65.38461538	26	100

Selanjutnya untuk mencari besarnya persentase tiap kategori digunakan rumus menghitung persentase responden yang termasuk dalam kategori tertentu yang ditentukan dari kelas interval data penelitian di setiap aspek

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

Keterangan :

f = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N = *Number of Cases* (jumlah frekuensi atau banyaknya individu)

P = Angka persentase

(Sumber: Anas Sudijono, 2012: 43)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini berlokasi di SD Negeri Gumulan, yang beralamat di Kalurahan Caturharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 20 Februari sampai 28 Maret 2023. Sedangkan waktu pengambilan data pada tanggal 3 April 2023.

2. Deskripsi Subjek Penelitian

Subyek dalam penelitian ini yaitu siswa-siswi kelas I, II, dan III SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul yang berjumlah 47 siswa. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, karena subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas I, II, dan III SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul yang terdiri dari 21 siswa kelas I, 14 siswa kelas II, dan 12 siswa kelas III.

Tabel 11. Jumlah Responden Penelitian

Kelas	Jumlah tiap kelas
Kelas I	21
Kelas II	14
Kelas III	12
Jumlah	47

3. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Tingkat pemahaman siswa kelas I, II, dan III terhadap materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul, pada penelitian ini menggunakan tes dengan angket pilihan ganda yang berjumlah 26

butir soal dan terdiri atas tiga faktor yaitu, lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Setelah data hasil penelitian terkumpul dilakukan analisis dengan menggunakan bantuan program *computer* yaitu SPSS dan *Microsoft Excel* 2010.

Tingkat pemahaman siswa kelas I, II, dan III terhadap materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul hasil yang diperoleh melalui kemampuan responden dalam menjawab benar 26 item pertanyaan yang terdapat dalam tes pemahaman siswa kelas I, II, dan III terhadap materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK. Setiap jawaban memiliki peluang skor 0 jika jawaban salah, dan skor 1 jika jawaban benar.

Tabel 12. Data Hasil Penilaian Penelitian Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan

No	Σ Butir Jawaban Benar	Skor	Σ Anak
1.	11	42.30769231	2
2.	12	46.15384615	2
3.	13	50	3
4.	14	53.84615385	2
5.	15	57.69230769	2
6.	16	61.53846154	2
7.	17	65.38461538	3
8.	18	69.23076923	1
9.	19	73.07692308	6
10.	20	76.92307692	4
11.	21	80.76923077	4
12.	22	84.46153846	6
13.	23	88.46153846	2
14.	24	92.30769231	4
15.	25	96.15384615	3
16.	26	100	1
Total			47

Setelah data terkumpul diperoleh hasil penelitian yaitu skor minimum sebesar 11, skor maksimum sebesar 26, mean sebesar 19,08, nilai median sebesar 20, nilai modus sebesar 19, dan standar deviasi sebesar 4,15.

Tabel 13. Deskripsi Statistik Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan

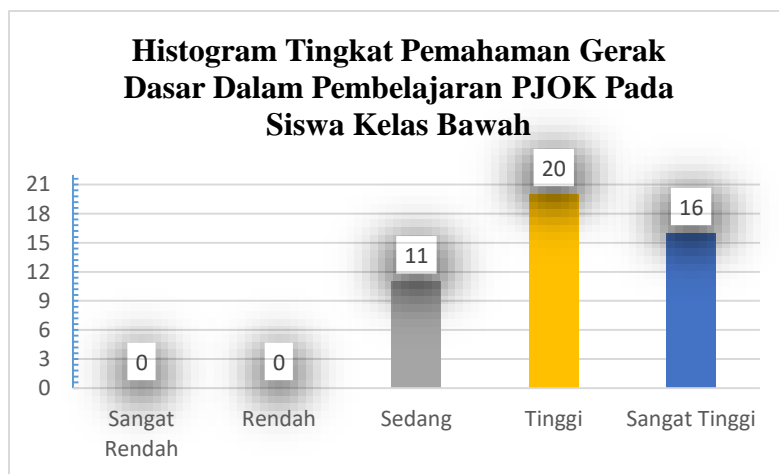
STATISTIK	SKOR
Mean	19,08
Median	20,00
Mode	19,00
Standar Deviation	4,15
Maximum	26,00
Minimum	11,00

Dari data hasil penilaian dan deskripsi statistik akan dideskripsikan berdasarkan masing-masing kategori, yaitu sebagai berikut:

Tabel 14. Norma Penilaian Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan

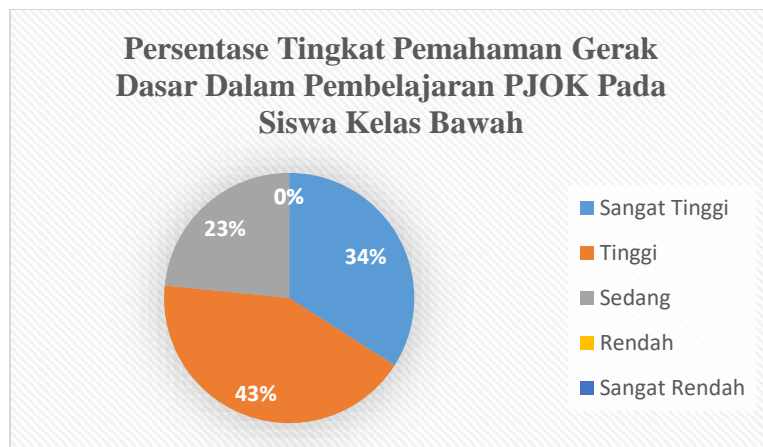
No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
1.	81 – 100	Sangat Tinggi	16	34,04
2.	61 - 80	Tinggi	20	42,55
3.	41 – 60	Sedang	11	23,4
4.	21 – 40	Rendah	0	0
5.	0 - 20	Sangat Rendah	0	0
Total			47	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk histogram, maka data Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul dapat dilihat dalam gambar 4.



Gambar 4. Histogram Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul

Apabila ditampilkan dalam bentuk persentase, maka data tingkat pemahaman siswa kelas bawah terhadap pembelajaran gerak dasar di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul dapat dilihat dalam gambar 5.



Gambar 5. Persentase Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul

Berdasarkan tabel dan gambar di atas menunjukkan bahwa tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran PJOK pada kelas bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul berada pada kategori sangat rendah sebesar 0%,

kategori rendah sebesar 0%, kategori sedang 23,4% (11 siswa), kategori tinggi sebesar 42,55% (20 siswa), dan kategori sangat tinggi 34,04% (16 siswa). Berdasarkan hasil tingkat pemahaman siswa kelas bawah terhadap gerak dasar dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul masuk dalam kategori tinggi.

Rincian tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran PJOK pada kelas bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul berdasarkan faktor sebagai berikut:

a. Faktor Lokomotor

Tingkat Pemahaman siswa kelas bawah dalam materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK faktor mengenai gerak dasar lokomotor diukur dengan menggunakan tes berupa pertanyaan yang berjumlah 10 butir soal dengan skor 1 jika jawaban benar dan skor 0 jika jawaban salah. Setelah data ditabulasi, diskor dan dianalisis menggunakan bantuan program *computer Microsoft Exel 2010*.

Tabel 15. Data Hasil Penilaian Penelitian Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Berdasarkan Faktor Lokomotor

No	Σ Butir Jawaban Benar	Skor	Σ Anak
1.	4	40	5
2.	5	50	8
3.	6	60	4
4.	7	70	10
5.	8	80	7
6.	9	90	9
7.	10	100	4
Total			47

Tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul berdasarkan faktor lokomotor nilai rata-rata yang didapat sebesar 7,04, nilai median sebesar 7, nilai yang sering muncul sebesar 7, nilai terendah sebesar 4, nilai tertinggi sebesar 10, dan standar deviasi sebesar 1,84. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 16. Deskripsi Statistik Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Berdasarkan Faktor Locomotor

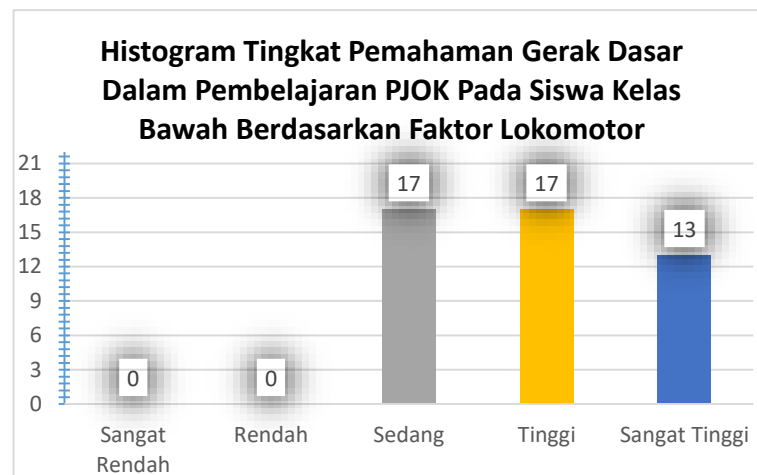
STATISTIK	SKOR
Mean	7,04
Median	7,00
Mode	7,00
Standar Deviation	1,84
Maximum	10,00
Minimum	4,00

Hasil penelitian tersebut apabila dideskripsikan berdasarkan masing-masing kategori, yaitu sebagai berikut:

Tabel 17. Norma Penilaian Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Berdasarkan Faktor Locomotor

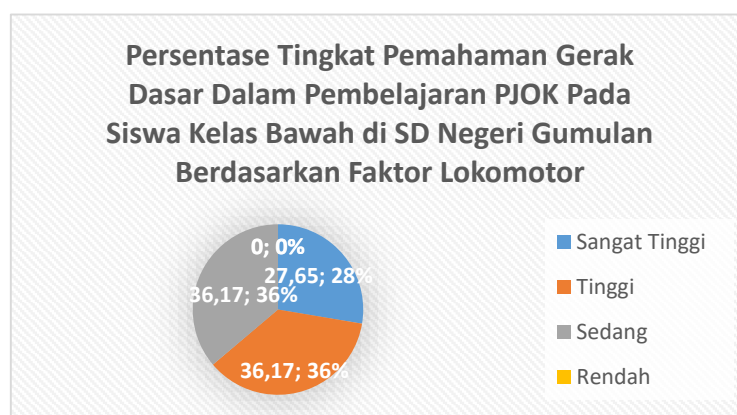
No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
1.	81 – 100	Sangat Tinggi	13	27.65
2.	61 - 80	Tinggi	17	36.17
3.	41 – 60	Sedang	17	36,17
4.	21 – 40	Rendah	0	0
5.	0 - 20	Sangat Rendah	0	0
Total			47	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk histogram, maka data Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul dapat dilihat dalam gambar 6.



Gambar 6. Histogram Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul Berdasarkan Faktor Lokomotor

Apabila ditampilkan dalam bentuk persentase, maka data tingkat pemahaman siswa kelas bawah terhadap pembelajaran gerak dasar di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul berdasarkan faktor lokomotor dapat dilihat dalam gambar 7.



Gambar 7. Persentase Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul Berdasarkan Faktor Lokomotor

Dari tabel dan gambar di atas diketahui hasil penelitian pada Faktor Lokomotor dilihat dari nilai rata-rata yaitu 7 maka sebagian besar nilai yang di dapat berkategori tinggi dengan persentase 36,17 % (17 siswa), kategori sedang dengan persentase 36,17% (17 siswa), kategori sangat tinggi sebesar 27,65 % (13 siswa), kategori kurang sebesar 0 % dan kategori sangat kurang 0 %.

b. Faktor Nonlokomotor

Tingkat Pemahaman siswa kelas bawah dalam materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK faktor mengenai gerak dasar nonlokomotor diukur dengan menggunakan tes berupa pertanyaan yang berjumlah 9 butir soal dengan skor 1 jika jawaban benar dan skor 0 jika jawaban salah. Setelah data ditabulasi, diskor dan di analisis menggunakan bantuan program *computer Microsoft Exel* 2010.

Tabel 18. Data Hasil Penilaian Penelitian Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Berdasarkan Faktor Nonlokomotor

No	Σ Butir Jawaban Benar	Skor	Σ Anak
1.	1	11,11	1
2.	3	33,33	2
3.	4	44,44	6
4.	5	55,55	5
5.	6	66,66	7
6.	7	77,77	9
7.	8	88,88	12
8.	9	100	5
Total			47

Tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul berdasarkan faktor nonlokomotor nilai rata-rata yang didapat sebesar 6,42, nilai median sebesar 7, nilai

yang sering muncul sebesar 8, nilai terendah sebesar 1, nilai tertinggi sebesar 9, dan standar deviasi sebesar 1,87. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 19. Deskripsi Statistik Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Berdasarkan Faktor Nonlokomotor

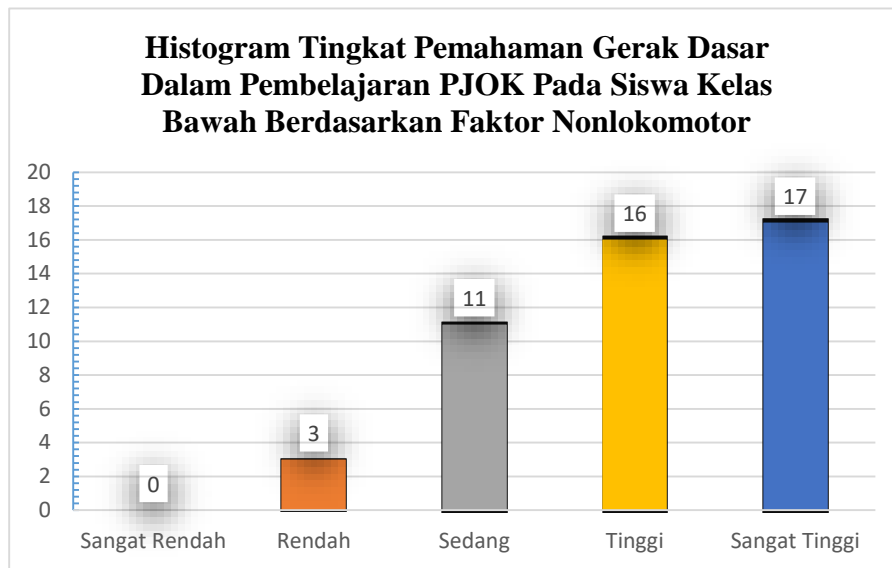
STATISTIK	SKOR
Mean	6,42
Median	7,00
Mode	8,00
Standar Deviation	1,87
Maximum	9,00
Minimum	1,00

Hasil penelitian tersebut apabila dideskripsikan berdasarkan masing-masing kategori, yaitu sebagai berikut:

Tabel 20. Norma Penilaian Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Berdasarkan Faktor Nonlokomotor

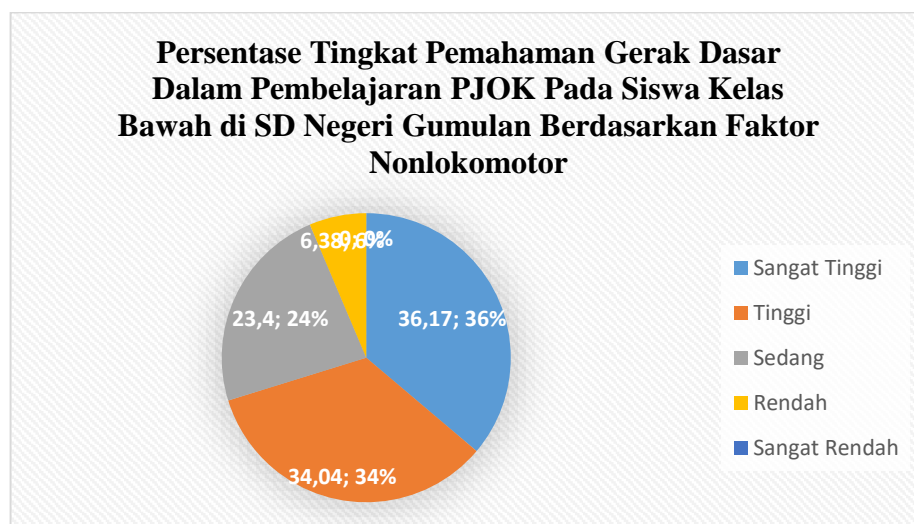
No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
1.	81 – 100	Sangat Tinggi	17	36,17
2.	61 - 80	Tinggi	16	34,04
3.	41 – 60	Sedang	11	23,4
4.	21 – 40	Rendah	3	6,38
5.	0 - 20	Sangat Rendah	0	0
Total			47	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk histogram, maka data Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul berdasarkan faktor nonlokomotor dapat dilihat dalam gambar 8.



Gambar 8. Histogram Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul Berdasarkan Faktor Nonlokomotor

Apabila ditampilkan dalam bentuk persentase, maka data tingkat pemahaman siswa kelas bawah terhadap pembelajaran gerak dasar di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul berdasarkan faktor nonlokomotor dapat dilihat dalam gambar 9.



Gambar 9. Persentase Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul Berdasarkan Faktor Nonlokomotor

Dari tabel dan gambar di atas diketahui hasil penelitian pada Faktor Nonlokomotor maka nilai yang didapat berkategori sangat tinggi dengan persentase 36,17 % (17 siswa), kategori tinggi dengan persentase 34,04% (16 siswa), kategori sedang sebesar 23,4 % (14 siswa), kategori rendah sebesar 6,38% (3 siswa), dan kategori sangat rendah 0 %. Maka hasil dari penilaian tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul Berdasarkan Faktor Nonlokomotor yaitu Sangat tinggi

c. Faktor Manipulatif

Tingkat Pemahaman siswa kelas bawah dalam materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK faktor mengenai gerak dasar manipulatif diukur dengan menggunakan tes berupa pertanyaan yang berjumlah 7 butir soal dengan skor 1 jika jawaban benar dan skor 0 jika jawaban salah. Setelah data ditabulasi, diskor dan di analisis menggunakan bantuan program *computer Microsoft Exel 2010*.

Tabel 21. Data Hasil Penilaian Penelitian Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Berdasarkan Faktor Manipulatif

No	Σ Butir Jawaban Benar	Skor	Σ Anak
1.	3	42,85714286	5
2.	4	57,14285714	6
3.	5	71,42857143	7
4.	6	85,71428571	12
5.	7	100	17
Total			47

Tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul berdasarkan faktor manipulatif nilai rata-rata yang didapat sebesar 6,42, nilai median sebesar 7, nilai yang sering muncul sebesar 8, nilai terendah sebesar 1, nilai tertinggi sebesar 9, dan

standar deviasi sebesar 1,87. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 22. Deskripsi Statistik Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Berdasarkan Faktor Manipulatif

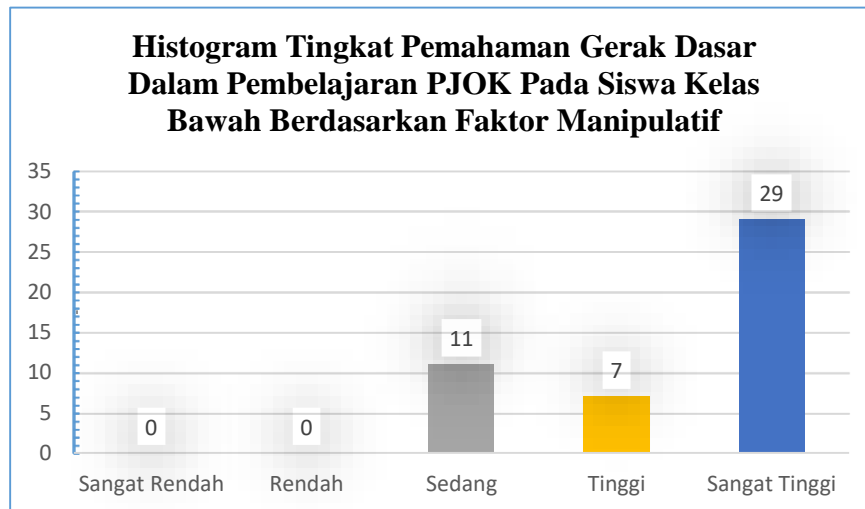
STATISTIK	SKOR
Mean	5,63
Median	6,00
Mode	7,00
Standar Deviation	1,35
Maximum	7,00
Minimum	3,00

Hasil penelitian tersebut apabila dideskripsikan berdasarkan masing-masing kategori, yaitu sebagai berikut:

Tabel 23. Norma Penilaian Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Berdasarkan Faktor Manipulatif

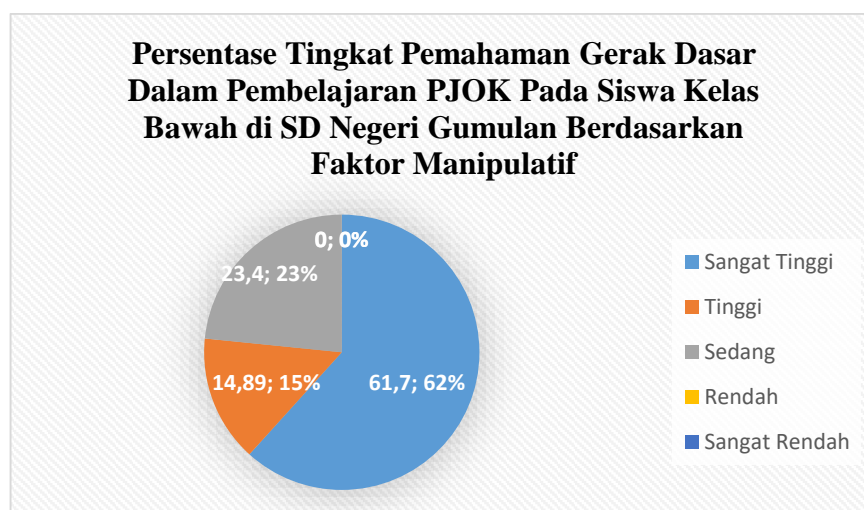
No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
1.	81 – 100	Sangat Tinggi	29	61,7
2.	61 - 80	Tinggi	7	14,89
3.	41 – 60	Sedang	11	23,4
4.	21 – 40	Rendah	0	0
5.	0 - 20	Sangat Rendah	0	0
Total			47	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk histogram, maka data Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul berdasarkan faktor manipulatif dapat dilihat dalam gambar 10.



Gambar 10. Histogram Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul Berdasarkan Faktor Manipulatif

Apabila ditampilkan dalam bentuk persentase, maka data tingkat pemahaman siswa kelas bawah terhadap pembelajaran gerak dasar di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul berdasarkan faktor manipulatif dapat dilihat dalam gambar 11.



Gambar 11. Persentase Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul Berdasarkan Faktor Manipulatif

Dari tabel dan gambar di atas diketahui hasil penelitian pada Faktor Manipulatif maka nilai yang didapat berkategori sangat tinggi dengan persentase 61,7 % (29 siswa), kategori tinggi dengan persentase 14,89% (7 siswa), kategori sedang sebesar 23,4 % (11 siswa), kategori rendah sebesar 0%, dan kategori sangat rendah 0 %. Maka hasil dari penilaian tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul Berdasarkan Faktor Manipulatif yaitu Sangat tinggi

B. Pembahasan

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran PJOK pada kelas bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul. Penelitian ini merupakan bentuk perluasan pemahaman mengenai materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK yang sebelumnya belum pernah dilakukan tes tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran PJOK pada kelas bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul, dimana tes tingkat pemahaman yang diberikan oleh peneliti berupa angket pertanyaan. Adanya penelitian ini guna menunjang tingkat pemahaman siswa-siswi yang lebih luas dan tinggi mengenai materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK.

Hasil penelitian tingkat pemahaman peserta didik pada kelas bawah di SD Negeri Gumulan terhadap gerak dasar yaitu untuk kategori sangat tinggi sebesar 34,04% (16 siswa), kategori tinggi sebesar 42,55% (20 siswa), kategori sedang sebesar 23,4 (11 siswa), kategori rendah sebesar 0%, dan kategori sangat rendah sebesar 0%. Dari hasil tersebut dapat diartikan tingkat pemahaman peserta didik pada kelas bawah di SD Negeri Gumulan sebagian besar masuk dalam kategori

tinggi. Dilihat dari hasilnya bahwa peserta didik di SD Negeri Gumulan dapat menerima dan menyerap materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK dengan baik bisa dikatakan maksimal.

Peserta didik yang masuk dalam kategori sedang dikarenakan oleh beberapa faktor yang menyebabkan munculnya kesulitan peserta didik untuk dapat memahami pembelajaran yang diberikan. Penyebabnya yaitu guru yang kurang menciptakan proses pembelajaran yang menyenangkan, dan pembelajaran yang diberikan monoton. Proses pembelajaran akan berjalan dengan baik dan menghasilkan hasil yang maksimal jika guru PJOK memiliki pengetahuan dan kemampuan yang mumpuni terutama dalam membuat pembelajaran yang kreatif, inovatif, dan tentunya pengolahan kelas yang baik. Dan ada beberapa peserta didik belum bisa membaca dengan lancar itu yang mengakibatkan peserta didik malas untuk belajar.

Pemahaman merupakan salah satu patokan pencapaian siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Tingkat pemahaman peserta didik berbeda-beda, ada yang paham secara keseluruhan, ada yang paham sebagian materi, dan bahkan ada juga yang sebatas mengetahui saja. Berdasarkan hasil penelitian tersebut bahwa peserta didik kelas bawah di SD Negeri Gumulan dapat memahami dan mempunyai kemampuan yang baik. Meskipun demikian masih ada beberapa peserta didik yang masuk dalam kategori sedang.

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

1. Faktor Lokomotor

Lokomotor salah satu gerak dasar yang ada dalam pembelajaran PJOK. Gerak dasar lokomotor adalah gerakan yang dapat diamati, dan gerakan yang dapat ditandai dengan berpindahnya tempat seperti, berjalan, berlari, melompat, dan meloncat (Kadek Dian Vanagosi, 2016: 75). Berdasarkan hasil penelitian bahwa distribusi frekuensi faktor lokomotor dalam materi gerak dasar pembelajaran PJOK berada di kategori tinggi dengan persentase 36,17% yang menyatakan 17 siswa.

2. Faktor Nonlokomotor

Faktor nonlokomotor merupakan faktor kedua dalam variable terhadap tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran PJOK pada kelas bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul, dapat diketahui bahwa tingkat faktor nonlokomotor berada di kategori sangat tinggi dengan persentase 36,17 yang menyatakan 17 siswa.

3. Faktor Manipulatif

Faktor Manipulatif adalah faktor ketiga dalam variable tingkat pemahaman gerak dasar dalam pembelajaran PJOK pada kelas bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul. Gerak manipulatif merupakan salah satu gerak dasar yang digemari oleh peserta didik karena dilakukan dengan menggunakan obyek atau alat. Dalam hasil penelitian ini peserta didik untuk memahami gerak dasar manipulatif dalam kategori sangat tinggi dengan persentase 61,7% yang menyatakan 29 siswa.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan-keterbatasan diantaranya sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini hanya berlaku terhadap peserta didik kelas bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul saja dan tidak digeneralisasikan untuk mata pelajaran yang lainnya.
2. Adanya peserta didik yang belum bisa membaca mengakibatkan susahya peserta didik untuk memahami dan menjawab soal pertanyaan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan tingkat pemahaman peserta didik kelas bawah terhadap materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul, untuk kategori sangat rendah sebesar 0%, kategori rendah sebesar 0%, kategori sedang 23,4% (11 siswa), kategori tinggi sebesar 42,55% (20 siswa), dan kategori sangat tinggi 34,04% (16 siswa). Hasil tersebut dapat diartikan tingkat pemahaman peserta didik kelas bawah terhadap materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul sebagian besar peserta didik masuk dalam kategori tinggi.

B. Implikasi

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

1. Hasil penelitian dapat memberikan informasi mengenai tingkat pemahaman peserta didik kelas bawah terhadap materi gerak dasar dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul.
2. Dengan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan baik sekolah, guru serta peserta didik untuk meningkatkan pemahaman dalam pembelajaran maupun diluar pembelajaran yang kaitannya dalam hal mental, fisik, dan pengetahuan serta kebutuhan untuk proses belajar mengajar agar tercapai tujuan pembelajaran.

C. Saran

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

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

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Zainal. (2012). *Penelitian Pendidikan: Metode dan Paradigma Baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Arifin, Zainal. (2016). *Evaluasi Pembelajaran (Prinsip, Teknik, dan Prosedur)*. Cetakan Kedelapan. Jakarta: Rosda Karya.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Bima Aksara.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Fadlillah, M. (2014). *Implementasi Kurikulum 2013 dalam Pembelajaran SD/MI, SMP/MTs, & SMA/MA*. Yogyakarta: AZ-Ruzz Media.
- Hidayat, Arif. (2017). *Peningkatan Aktivitas Gerak Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif Menggunakan Model Permainan pada Siswa Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Volume 9 Nomor 2, hal 21-29
- Jaakkola, T., Yli-Piipari, S., Huotari, P., Watt, A., & Liukkonen, J. (2015). *Fundamental movement skills and physical fitness as predictors of physical activity: A 6-year follow-up study*. *Scand J Med Sci Sports*, 1-8. doi:10.1111/sms.12407
- Komarudin. (2016). *Penilaian Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Lestari, Fipin. dkk (2020). *Memahami Karakteristik Anak..* Madiun: CV Bayfa Cendekia Indonesia.
- Nugroho, F. (2016). *Pemahaman Siswa Kelas IV dan V Terhadap pembelajaran Permainan Tradisional di Sekolah Dasar Negeri Sutran Kecamatan Bantul Kabupaten Bantul*. FIK UNY, 11.
- Nugroho, Untung. (2021). *Mari Memahami Pembelajaran Gerak Pendidikan Jasmani*. Purwoadi: Penerbit Cv. Sarnu Untung.
- Purwanto, N. (2013). *Prinsip-prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rahayu, E. T. (2013). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Rahayu, E. T. (2016). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta. Dapat diakses dari: eprints.uny.ac.id

- Rahayu, Puji. (2013). *Penerapan model pembelajaran CTL siswa SD*. Jurnal: Unnes Semarang
- Rahayu, R. J. (2019). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Keterampilan Manipulatif Lengan pada Pembelajaran Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Keterampilan Manipulatif Lengan pada Pembelajaran*. *Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 2(2), 99-104. doi:10.17509/tegar.v2i2.17638
- Rosdiani, Dini. (2013). *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta
- Safruddin, S., Nasaruddin, N., & Widodo, A. (2020). *Students' Basic Movement Skills in Physical Education during the Online Learning*. *Proceedings of the 2nd Annual Conference on Education and Social Science (ACCESS 2020)*. 556, pp. 314-317. Atlantis Press SAR.
- Setyawan, D. A., Hadi, H., & Royana, I. F. (2018). *Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di TK Negeri Pembina Kota Surakarta*. *JURNAL PENJAKORA*, 5(1), 17-27.
- Siregar, N., & Nara, H. (2015). *Belajar dan pembelajaran*. Penerbit Ghalia Indonesia.
- Subali, B. (2012). *Prinsip Asesmen & Evaluasi Pembelajaran*. Yogyakarta: UNY Press
- Sudarsini. (2016). *Modul Gerak Dasar Dan Gerak Irama*. Surabaya: Gunung Samudera CV [PT Book Mart Indonesia].
- Sudijono, A. (2011). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutapa, Panggung. (2018). *Aktivitas Fisik Motorik Dan Pengembangan Kecerdasan Majemuk Usia Dini*. Yogyakarta: PT Kanisius.

Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Vanagosi, K. D. (2016). *Konsep Gerak Dasar Untuk Anak Usia Dini*. Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi, (2) Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi. Retrieved from <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/163>

LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing Tugas Akhir Skripsi



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

Nomor : 49/PJSD/IV/2023
Lamp : 1 Bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

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

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

Nama : Afilia Hayuning Sekti
NIM : 19604224038
Judul Skripsi : Tingkat Pemahaman Gerak Dasar dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Siswa Kelas Bawah di SD Gumulan Kabupaten Bantul.

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 28 April 2023
Koord. Prodi PJSD Program Sarjana.

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

Tembuan :
1. Prodi
2. Ybs



**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/392/UN34.16/LT/2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian**

9 Maret 2023

**Yth. SD Negeri 1 Srandakan
Jl. Srandakan, Sapuangin, Trimurti, Kabupaten Bantul**

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

Nama : Afilia Hayuning Sekti
NIM : 19604224038
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Judul Tugas Akhir : Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul
Waktu Uji Instrumen : 11 - 15 Maret 2023

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

Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,
Kemahasiswaan dan Alumni,



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

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

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Menyelesaikan Uji Instrumen



**PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN, KEMUDAAN, DAN OLAHRAGA
SD NEGERI 1 SRANDAKAN**

Alamat: Srandakan, Trimurti, Srandakan, Bantul, D I Y 55762.
Telepon: (0274) 6464773, e-mail: sd1srandakan2019@gmail.com

SURAT KETERANGAN

No. 422/036/SRA.D.02/III/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : ENTIEK NURHAYATI, S.Pd.Jas., M.Pd
NIP : 196803181988062001
Pangkat/Gol : Pembina Tk. I/ IV b
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SD Negeri 1 Srandakan

Menerangkan bahwa:

Nama Mahasiswa : AFILIA HAYUNING SEKTI
No. Mahasiswa : 19604224038
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Lokasi : SD Negeri 1 Srandakan
Waktu : 11 – 15 Maret 2023

Yang tersebut di atas benar-benar telah melaksanakan uji instrument penelitian guna penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS) dengan judul "**Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul**". Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.



Srandakan, 13 Maret 2023

Kepala Sekolah

ENTIEK NURHAYATI, S.Pd.Jas., M.Pd

NIP. 196803181988062001

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

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



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN**

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1035/UN34.16/PT.01.04/2023

27 Maret 2023

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. SD Negeri Gumulan
Gumulan, Caturharjo, Kec. Pandak, Kabupaten Bantul

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

Nama	: Afilia Hayuning Sekti
NIM	: 19604224038
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan
Waktu Penelitian	: 28 Maret - 16 April 2023

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

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,
Kemahasiswaan dan Alumni,

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

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

Lampiran 5. Surat Keterangan Telah Menyelesaikan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN KEPEMUDAAN DAN OLAAHRAGA
SD NEGERI GUMULAN



Alamat : Gumulan, Caturharjo, Pandak, Bantul Kode Pos : 55781 Email : sdgumulan@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421/110/PND.D.10/IV/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SURATMI, S.Pd., M.Pd.
NIP : 197305151998032006
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SD Negeri Gumulan

Menerangkan bahwa siswa

Nama : AFILIA HAYUNING SEKTI
NIM : 19604224038
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1

Bahwa nama tersebut di atas telah melaksanakan pencarian data untuk Tugas Akhir Skripsi (TAS) dengan judul Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negeri Gumulan pada tanggal 26 Maret – 16 April 2023.

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

Pandak, 3 April 2023

Kepala Sekolah



Suratmi, M.Pd.
NIP. 197305151998032006

Lampiran 6. Surat Permohonan Validasi Instrumen Penelitian

SURAT PERMOHONAN

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TA

Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth,

Bapak Heri Yogo Prayadi, S.Pd Jas., M.Or.

Di tempat

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

Nama : Afilia Hayuning Sekti

NIM : 19604224038

Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Judul TA : Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran Pendidikan
Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Kelas Bawah di SD Negeri
Gumulan Kabupaten Bantul

Dengan hormat saya memohon agar Bapak berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TA yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan: (1) proposal TA, (2) kisi-kisi instrumen penelitian TA, dan (3) draf instrumen penelitian TA.

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

Mengetahui,
Dosen Pembimbing TA



Heri Yogo Prayadi, S.Pd Jas., M.Or
NIP. 11310800507489

Yogyakarta, 13 Maret 2023
Pemohon,



Afilia Hayuning Sekti
NIM. 19604224038

Lampiran 7. Surat Permohonan Validasi Instrumen Penelitian

SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Heri Yogo Prayadi, S.Pd Jas., M.Or.
NIP : 11310800507489

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Afilia Hayuning Sekti
NIM : 19604224038
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Judul TA : Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Kelas
Bawah di SD Negeri Gumulan Kabupaten Bantul

Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

- ☒ Layak digunakan untuk penelitian.
☐ Layak digunakan dengan perbaikan
☐ Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

Dengan saran catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 13 Maret 2023
Validator,



Heri Yogo Prayadi, S.Pd Jas., M.Or.
NIP. 11310800507489











Catatan:

☐ Beri tanda ✓

Lampiran 8. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi

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

Nama Mahasiswa : AFILIA HAYUNING SEKTI
NIM : 19604224038
Program Studi : PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
Departemen : PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
Pembimbing : HERI YOGO PRAYADI, S.Pd., Jas., M.Or.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1.	24 Januari 2023	Bimbingan judul	
2.	30 Januari 2023	Bimbingan BAB I	
3.	2 Februari 2023	Bimbingan Revisi BAB I	
4.	20 Februari 2023	Bimbingan BAB II	
5.	6 Maret 2023	Bimbingan revisi BAB II dan bimbingan Instrumen uji coba.	
6.	8 Maret 2023	Bimbingan revisi Instrumen.	
7.	20 Maret 2023	Bimbingan BAB III	
8.	17 April 2023	Bimbingan BAB IV dan V	
9.	2 Mei 2023	Bimbingan keseluruhan skripsi	
10.	3 Mei 2023	Layak ujian TAS	

Mengetahui
Koord. Prodi PJSD



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

Lampiran 9. Data Hasil Jawaban Uji Coba

No. Uji Coba	Beri Soal Uji Coba Jawaban																														Total		
	Soal 1	Soal 2	Soal 3	Soal 4	Soal 5	Soal 6	Soal 7	Soal 8	Soal 9	Soal 10	Soal 11	Soal 12	Soal 13	Soal 14	Soal 15	Soal 16	Soal 17	Soal 18	Soal 19	Soal 20	Soal 21	Soal 22	Soal 23	Soal 24	Soal 25	Soal 26	Soal 27	Soal 28	Soal 29	Soal 30			
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28		
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28	
3	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	20	
4	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	26	
5	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	23	
6	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28	
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	23
9	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29	
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	29
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	30	
12	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	25
13	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26
15	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	11
16	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	21
17	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	21
18	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	12
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29
20	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	25
21	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29
23	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	24

Lampiran 10. Hasil Uji Validitas Uji Coba

[illegible]

Lampiran 11. Data Hasil Uji Coba Tingkat Kesukaran Instrumen dan Daya Beda

	Soal 1	Soal 2	Soal 3	Soal 4	Soal 5	Soal 6	Soal 7	Soal 8	Soal 9	Soal 10	Soal 11	Soal 12	Soal 13	Soal 14	Soal 15
N	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23
Valid	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean	0,96	0,83	0,87	0,78	0,91	0,96	0,61	0,74	0,78	0,96	0,83	0,74	0,74	0,96	0,83

Soal 16	Soal 17	Soal 18	Soal 19	Soal 20	Soal 21	Soal 22	Soal 23	Soal 24	Soal 25	Soal 26	Soal 27	Soal 28	Soal 29	Soal 30
23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0,57	0,96	0,96	0,78	0,83	0,91	0,7	0,87	0,87	0,87	0,61	0,91	0,74	0,78	0,87

Tingkat Kesukaran	0,96	0,83	0,87	0,78	0,91	0,96	0,61	0,74	0,78	0,96	0,83	0,74	0,96	0,83
Keterangan	Mudah	Mudah	Mudah	Mudah	Mudah	Mudah	Sedang	Mudah	Mudah	Mudah	Mudah	Mudah	Mudah	Mudah

0,57	0,96	0,96	0,78	0,83	0,91	0,96	0,61	0,74	0,78	0,96	0,83	0,74	0,96	0,83
Sedang	Mudah	Mudah	Mudah	Mudah	Mudah	Mudah	Sedang	Mudah	Mudah	Mudah	Sedang	Mudah	Mudah	Mudah

Soal 1	Soal 2	Soal 3	Soal 4	Soal 5	Soal 6	Soal 7	Soal 8	Soal 9	Soal 10	Soal 11	Soal 12	Soal 13	Soal 14	Soal 15
0,592	0,528	0,682	0,649	0,418	0,549	0,433	0,200	0,456	0,592	0,551	0,442	0,482	0,592	0,504
Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Jelek	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik

Soal 16	Soal 17	Soal 18	Soal 19	Soal 20	Soal 21	Soal 22	Soal 23	Soal 24	Soal 25	Soal 26	Soal 27	Soal 28	Soal 29	Soal 30
0,581	0,549	0,549	0,692	0,434	0,418	0,588	0,419	0,498	0,472	0,161	0,418	0,462	0,027	0,228
Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Jelek	Baik	Baik	Jelek	Cukup

Lampiran 12. Hasil Reliabilitas Uji Coba Instrumen

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.888	26

Lampiran 13. Data Hasil Statistik Instrumen Uji Coba

Statistics		
total		
N	Valid	23
	Missing	0
Mean		24.65
Std. Error of Mean		1.048
Median		26.00
Mode		29
Std. Deviation		5.024
Variance		25.237
Range		19
Minimum		11
Maximum		30
Sum		567
Percentiles	25	23.00
	50	26.00
	75	28.00

ANGKET UJI COBA PENELITIAN
TINGKAT PEMAHAMAN GERAK DASAR DALAM PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN OLAHRAGA PADA
SISWA KELAS BAWAH DI SD NEGERI 1 SRANDAKAN

A. Identitas Responden

Nama Siswa :

Kelas :

B. Petunjuk Pengisian

Isilah pertanyaan di bawah ini dengan memberi tanda silang (X) pada satu alternative jawaban menurut tingkat pemahaman anda.

C. Soal Tes Pemahaman

1. Sebelum olahraga lakukanlah gerakan.....
 - a. Berlari
 - b. Pemanasan
 - c. Pendinginan
2. Yang termasuk gerak dasar dalam olahraga adalah.....
 - a. Lokomotor, non lokomotor, dan psikomotorik
 - b. Lokomotor, non lokomotor, dan kognitiv
 - c. Lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif
3. Gerak lokomotor adalah gerak yang.....
 - a. Gerak menggunakan obyek
 - b. Gerak yang tidak berpindah tempat
 - c. Gerak yang berpindah tempat
4. Berjalan dan berlari termasuk dalam gerak dasar apa.....
 - a. Lokomotor
 - b. Non Lokomotor
 - c. Manipulatif
5. Yang bukan termasuk gerak lokomotor ialah...
 - a. Melempar
 - b. Berjalan
 - c. Berlari
6. Gambar dibawah adalah gambar orang sedang melakukan gerak meloncat seperti katak termasuk dalam gerak dasar.....



- a. Non Lokomotor
- b. Lokomotor
- c. Psikomotorik

7. Perbedaan melompat dan meloncat adalah.....
- Melompat menggunakan tumpuan satu kaki, dan meloncat menggunakan tumpuan dua kaki
 - Melompat menggunakan tumpuan satu kaki, dan meloncat menggunakan tumpuan satu kaki
 - Melompat menggunakan tumpuan dua kaki, dan meloncat menggunakan tumpuan satu kaki
8. Ketika berjalan, sikap tangan yang benar adalah.....
- Diayunkan bergantian disamping badan
 - Diayunkan ke depan dan ke belakang bersamaan
 - Diatas kepala
9. Gambar dibawah menunjukkan orang sedang berjalan diatas balok titian, termasuk dalam gerak apa.....



- Manipulatif
- Lokomotor
- Non Lokomotor

10. Posisi badan saat berjalan adalah.....
- Membungkuk
 - Tegak
 - Miring
11. Gerak non lokomotor adalah.....
- Gerak menggunakan obyek
 - Gerak yang tidak berpindah tempat
 - Gerak yang berpindah tempat
12. Yang termasuk gerak non lokomotor adalah.....
- Memantulkan bola
 - Mengayunkan kaki
 - Melempar bola
13. Gambar dibawah termasuk dalam gerak.....



- Lokomotor
- Non Lokomotor
- Manipulatif

14. Contoh gerak tidak berpindah tempat adalah....
- Menggiring bola
 - Menggelengkan kepala
 - Berjalan

15. Gerakkan mengayunkan lengan dapat dilatih dengan bermain....
 - a. Kupu-kupu terbang
 - b. Boneka
 - c. Mobil-mobilan
16. Gerak meliukkan badan termasuk dalam gerak.....
 - a. Manipulatif
 - b. Non lokomotor
 - c. lokomotor
17. Berdiri dengan satu kaki melatih.....
 - a. Kekuatan
 - b. Keseimbangan
 - c. Kelenturan
18. Gerakkan memutar kepala bertujuan melatih kelenturan.....
 - a. Otot lengan
 - b. Otot leher
 - c. Otot Bahu
19. Pada gambar dibawah ada anak sedang latihan jalan di tempat, termasuk latihan gerak.....



- a. Latihan gerak manipulatif
- b. Latihan gerak lokomotor
- c. Latihan gerak non lokomotor

20. Gambar berikut sedang menunjukkan gerak apa.....



- a. Berdiri tegak
- b. Berdiri istirahat
- c. Berdiri Hormat Bendera

21. Gerak manipulatif adalah.....
 - a. Gerak menggunakan obyek
 - b. Gerak yang tidak berpindah tempat
 - c. Gerak yang berpindah tempat
22. Pada gambar dibawah ada anak sedang melakukan leper tangkap bola, mereka sedang melakukan gerak.....



- a. Gerak non lokomotor
- b. Gerak manipulatif
- c. Gerak lokomotor

23. Dibawah ini yang termasuk dalam gerak manipulatif.....

a.



b.



c.



24. Gambar dibawah adalah olahraga.....



- a. Bulu tangkis
- b. Sepak bola
- c. Bola basket

25. Menggelindingkan dan menendang bola merupakan contoh dari variasi gerak dasar manipulatif dalam permainan.....

- a. Bola voli
- b. Sepak bola
- c. Bola basket

26. Obyek yang dapat digunakan dalam gerak manipulatif yaitu.....

- a. Bola
- b. Tongkat
- c. Semua benar

27. Gambar disamping adalah gerakan...



- a. Meloncat
- b. Berlari
- c. Berjalan

28. Gerakan memukul dalam permainan kasti termasuk dalam gerak dasar.....

- a. Manipulatif
- b. Lokomotor
- c. Non lokomotor

29. Contoh gambar disamping termasuk lemparan.....



- a. Lemparan mendatar
- b. Lemparan melambung
- c. Lemparan samping

30. Setelah melakukan olahraga sebaiknya....

- a. Pemanasan
- b. Pendinginan
- c. Berjalan

Lampiran 18. Hasil Data Penelitian

No. Urut Siswa	Bukti Soal Uji Coba Instrumen																										Total	
	Soal 1	Soal 2	Soal 3	Soal 4	Soal 5	Soal 6	Soal 7	Soal 8	Soal 9	Soal 10	Soal 11	Soal 12	Soal 13	Soal 14	Soal 15	Soal 16	Soal 17	Soal 18	Soal 19	Soal 20	Soal 21	Soal 22	Soal 23	Soal 24	Soal 25	Soal 26		
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17	
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18	
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17	
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	
26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	
28	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	
29	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	
31	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	
32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	
33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	
34	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	
35	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	
36	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	
37	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	
38	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	
39	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	
40	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	
41	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	
42	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	
43	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	
44	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	
45	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	
46	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	
47	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24

Lampiran 19. Hasil Olah Data Penelitian Tingkat Pemahaman Gerak Dasar

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean		Std. Deviation
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic
total	47	11	26	19.08	.612	4.15
Valid N (listwise)	47					

Statistics

total

N	Valid	47
	Missing	0
Mean		19.08
Median		20.00
Mode		19 ^a
Std. Deviation		4.15
Minimum		11
Maximum		26
Percentiles	25	16.00
	50	20.00
	75	22.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas Bawah di SD Negerri Gumulan Kabupaten Bantul

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11	2	4.3	4.3	4.3
	12	2	4.3	4.3	8.5
	13	3	6.4	6.4	14.9
	14	2	4.3	4.3	19.1
	15	2	4.3	4.3	23.4
	16	2	4.3	4.3	27.7
	17	3	6.4	6.4	34.0
	18	1	2.1	2.1	36.2
	19	6	12.8	12.8	48.9
	20	4	8.5	8.5	57.4
	21	4	8.5	8.5	66.0
	22	6	12.8	12.8	78.7

23	2	4.3	4.3	83.0
24	4	8.5	8.5	91.5
25	3	6.4	6.4	97.9
26	1	2.1	2.1	100.0
Total	47	100.0	100.0	

Lampiran 20. Hasil Olah Data Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Faktor Lokomotor

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean		Std. Deviation
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic
Lokomotor	47	4	10	7.04	.272	1.84
Valid N (listwise)	47					

Statistics

Lokomotor

N	Valid	47
	Missing	0
Mean		7.04
Median		7.00
Mode		7
Std. Deviation		1.84
Minimum		4
Maximum		10
Percentiles	25	5.00
	50	7.00
	75	9.00

Lokomotor

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4	5	10.6	10.6	10.6
	5	8	17.0	17.0	27.7
	6	4	8.5	8.5	36.2
	7	10	21.3	21.3	57.4
	8	7	14.9	14.9	72.3
	9	9	19.1	19.1	91.5
	10	4	8.5	8.5	100.0
Total		47	100.0	100.0	

Lampiran 21. Hasil Olah Data Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Faktor Nonlokomotor

Descriptive Statistics						
	N	Minimum	Maximum	Mean		Std. Deviation
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic
Non	47	1	9	6.42	.277	1.87
Valid N (listwise)	47					

Statistics

Non

N	Valid	47
	Missing	0
Mean		6.42
Median		7.00
Mode		8
Std. Deviation		1.87
Minimum		1
Maximum		9
Percentiles	25	5.00
	50	7.00
	75	8.00

Nonlokomotor

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	2.1	2.1	2.1
	3	2	4.3	4.3	6.4
	4	6	12.8	12.8	19.1
	5	5	10.6	10.6	29.8
	6	7	14.9	14.9	44.7
	7	9	19.1	19.1	63.8
	8	12	25.5	25.5	89.4
	9	5	10.6	10.6	100.0
	Total	47	100.0	100.0	

Lampiran 22. Hasil Olah Data Tingkat Pemahaman Gerak Dasar Faktor Manipulatif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean		Std. Deviation
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic
Manipulatif	47	3	7	5.63	.200	1.35
Valid N (listwise)	47					

Statistics

Manipulatif

N	Valid	47
	Missing	0
Mean		5.63
Median		6.00
Mode		7
Std. Deviation		1.35
Minimum		3
Maximum		7
Percentiles	25	5.00
	50	6.00
	75	7.00

Manipulatif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3	5	10.6	10.6	10.6
	4	6	12.8	12.8	23.4
	5	7	14.9	14.9	38.3
	6	12	25.5	25.5	63.8
	7	17	36.2	36.2	100.0
	Total	47	100.0	100.0	

ANGKET PENELITIAN
TINGKAT PEMAHAMAN GERAK DASAR DALAM PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN OLAHRAGA PADA
SISWA KELAS BAWAH DI SD NEGERI GUMULAN

A. Identitas Responden

Nama Siswa :

Kelas :

B. Petunjuk Pengisian

Isilah pertanyaan di bawah ini dengan memberi tanda silang (X) pada satu alternative jawaban menurut tingkat pemahaman anda.

C. Soal Tes Pemahaman

1. Sebelum olahraga lakukanlah gerakan.....
 - a. Berlari
 - b. Pemanasan
 - c. Pendinginan
2. Yang termasuk gerak dasar dalam olahraga adalah.....
 - a. Lokomotor, nonlokomotor, dan psikomotorik
 - b. Lokomotor, nonlokomotor, dan kognitiv
 - c. Lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif
3. Gerak lokomotor adalah gerak yang.....
 - a. Gerak menggunakan obyek
 - b. Gerak yang tidak berpindah tempat
 - c. Gerak yang berpindah tempat
4. Berjalan dan berlari termasuk dalam gerak dasar apa.....
 - a. Lokomotor
 - b. Nonlokomotor
 - c. Manipulatif
5. Yang bukan termasuk gerak lokomotor ialah...
 - a. Melempar
 - b. Berjalan
 - c. Berlari

6. Gambar dibawah adalah gambar orang sedang melakukan gerak meloncat seperti katak termasuk dalam gerak dasar.....



- a. Nonlokomotor
- b. Lokomotor
- c. Psikomotorik

7. Perbedaan melompat dan meloncat adalah.....

- a. Melompat menggunakan tumpuan satu kaki, dan meloncat menggunakan tumpuan dua kaki
- b. Melompat menggunakan tumpuan satu kaki, dan meloncat menggunakan tumpuan satu kaki
- c. Melompat menggunakan tumpuan dua kaki, dan meloncat menggunakan tumpuan satu kaki

8. Gambar dibawah menunjukkan orang sedang berjalan diatas balok titian, termasuk dalam gerak apa.....



- a. Manipulatif
- b. Lokomotor
- c. Nonlokomotor

9. Posisi badan saat berjalan adalah.....

- a. Membungkuk
- b. Tegak
- c. Miring

10. Gerak nonlokomotor adalah.....

- a. Gerak menggunakan obyek
- b. Gerak yang tidak berpindah tempat
- c. Gerak yang berpindah tempat

11. Yang termasuk gerak nonlokomotor adalah.....

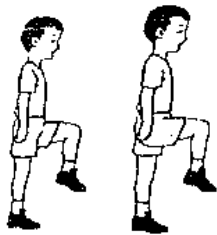
- a. Memantulkan bola
- b. Mengayunkan kaki
- c. Melempar bola

12. Gambar dibawah termasuk dalam gerak.....



- a. Lokomotor
- b. Nonlokomotor
- c. Manipulatif

13. Contoh gerak tidak berpindah tempat adalah....
- Menggiring bola
 - Menggelengkan kepala
 - Berjalan
14. Gerakkan mengayunkan lengan dapat dilatih dengan bermain....
- Kupu-kupu terbang
 - Boneka
 - Mobil-mobilan
15. Gerak meliukkan badan termasuk dalam gerak.....
- Manipulatif
 - Nonlokomotor
 - lokomotor
16. Berdiri dengan satu kaki melatih.....
- Kekuatan
 - Keseimbangan
 - Kelenturan
17. Gerakkan memutar kepala bertujuan melatih kelenturan.....
- Otot lengan
 - Otot leher
 - Otot Bahu
18. Pada gambar dibawah ada anak sedang latihan jalan di tempat, termasuk latihan gerak.....



- Latihan gerak manipulatif
- Latihan gerak lokomotor
- Latihan gerak nonlokomotor

19. Gambar berikut sedang menunjukkan gerak apa.....



- Berdiri tegak
- Berdiri istirahat
- Berdiri Hormat Bendera

20. Gerak manipulatif adalah.....

- a. Gerak menggunakan obyek
- b. Gerak yang tidak berpindah tempat
- c. Gerak yang berpindah tempat

21. Pada gambar dibawah ada anak sedang melakukan leper tangkap bola, mereka sedang melakukan gerak.....



- a. Gerak nonlokomotor
- b. Gerak manipulatif
- c. Gerak lokomotor

22. Dibawah ini yang termasuk dalam gerak manipulatif.....

a.



b.



c.



23. Gambar dibawah adalah olahraga.....



- a. Bulu tangkis
- b. Sepak bola
- c. Bola basket

24. Menggelindingkan dan menendang bola merupakan contoh dari variasi gerak dasar manipulatif dalam permainan.....

- a. Bola voli
- b. Sepak bola
- c. Bola basket

25. Gambar disamping adalah gerakan...



- a. Meloncat
- b. Berlari
- c. Berjalan

26. Gerakan memukul dalam permainan kasti termasuk dalam gerak dasar.....

- a. Manipulatif
- b. Locomotor
- c. Nonlokomotor



Gambar 12. Peneliti Sedang Menjelaskan Cara Pengisian Angket Kepada Peserta Didik (Uji Coba Instrumen)



Gambar 13. Peneliti Memberikan Pemahaman Kepada Peserta Didik yang Belum Lancar Membaca



Gambar 14. Pengisian Angket Oleh Peserta Didik



Gambar 15. Pengisian Angket Oleh Peserta Didik (Uji Coba Instrumen)



Gambar 16. Peneliti Menjelaskan Cara Pengisian Angket Kepada Peserta Didik (Instrumen Penelitian)



Gambar 17. Pengisian Angket Oleh Peserta Didik Kelas I



Gambar 18. Pengisian Angket Oleh Peserta Didik Kelas II



Gambar 19. Pengisian Angket Oleh Peserta Didik Kelas III



Gambar 20. Peneliti Melakukan Foto Bersama Saat Uji Coba Instrumen



Gambar 21. Peneliti Melakukan Foto Bersama Saat Penelitian