

**MENINGKATKAN PARTISIPASI BELAJAR GERAK PADA SISWA
MELALUI PENDEKATAN BERMAIN
(Studi *Action Research* terhadap siswa kelas VIII SMPN 2 Cikarang Timur)Skripsi**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan GelarSarjana
Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan Dan
Ilmu Pendidikan Universitas Islam“45” Bekasi**



Oleh:

Juniawan Syafriadi Prasakti41182191140198

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS ISLAM
“45” BEKASI
2022**

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING

Skripsi ini dengan judul "Meningkatkan Partisipasi Belajar Gerak Pada Siswa Melalui Pendekatan Bermain (Studi terhadap siswa kelas VIII SMPN 2 Cikarang Timur)" Telah disetujui dan disahkan oleh dewan pembimbing Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam "45" Bekasi.

Pembimbing



Dr. Dindin Abidin, M.Si., AIFO

Mengetahui

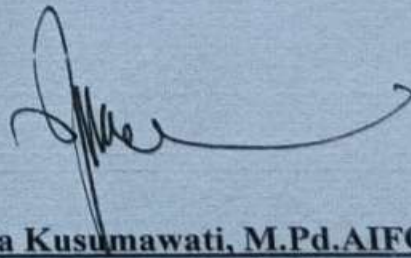
Dekan FKIP UNISMA Bekasi



Yudi Budiанти, M.Pd

Disahkan Oleh

Ketua Jurusan Penjaskesrek



Mia Kusumawati, M.Pd. AIFO

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi ini dengan judul "Meningkatkan Partisipasi Belajar Gerak Pada Siswa Melalui Pendekatan Bermain (Studi terhadap siswa kelas VIII SMPN 2 Cikarang Timur)" Telah disetujui dan disahkan oleh dewan pembimbing Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam "45" Bekasi.

Hari : Kamis
Tanggal : 22 Februari 2022

Panelis Penguji terdiri dari:

1. Ketua : Yudi Budianti, M.Pd
2. Sekertaris : Mia Kusumawati, M.Pd.AIFO

Penguji:

1. Penguji I : Mia Kusumawati, M.Pd.AIFO
2. Penguji II : Azi Faiz Ridlo, M.Pd
3. Penguji III : Aridhotul Haqiyah, M.Pd.AIFO

Handwritten signatures of the panelists and examiners, each enclosed in a pair of parentheses. The signatures are: Yudi Budianti, Mia Kusumawati, Mia Kusumawati, Azi Faiz Ridlo, and Aridhotul Haqiyah.

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan diBawah ini:

Nama : Juniawan Syafridi P

NPM : 41182191140198

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan bahwa skripsi ini yang berjudul: "Meningkatkan Partisipasi Belajar Gerak Pada Siswa Melalui Pendekatan Bermain (Studi Terhadap Siswa Kelas VIII SMPN 2 Cikarang Timur)". Disusun untuk memenuhi syarat dalam menempuh sidang Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, yang merupakan salah satu tugas akhir adalah benar-benar karya tulis yang berasal dari ide dan pemikiran sendiri, dan bukan plagiat dari karya tulis orang lain.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Bekasi, 24 Pebruari 2022

Yang



Jun

41182191140198

MOTO HIDUP

Kehidupan di Ibaratkan Seseorang sedang Menaiki Sepeda,
Jika Behenti maka ia akan Terjatuh,
Maka dari itu Teruslah Melaju
Untuk Melanjutkan Hidup kalian dalam Meraih Tujuan Hidup
Masing – Masing.

**Bukan Kesulitan yang Membuat Kita Takut Tapi
Ketakutanlah yang Membuat Jadi Sulit**

DON'T EVER GIVE UP

*“Skripsi ini dipersembahkan untuk kedua Orangtuaku
,Istriku tercinta, adikku, dan Keluarga besarku, serta sahabatku tersayang
yang senantiasa melimpahkan doa,dukungan, dan semangat kepadaku”*

ABSTRAK

Juniawan Syafriadi P, “Meningkatkan Partisipasi Belajar Gerak Pada Siswa Melalui Pendekatan Bermain (Studi Terhadap Siswa Kelas VIII SMPN 2 Cikarang Timur”, Skripsi, Universitas Islam “45” Bekasi, 2022

Tujuan penelitian ini adalah: Mengetahui apakah penerapan pembelajaran gerak *roll* belakang melalui pendekatan bermain dapat meningkatkan kemampuan gerak guling belakang siswi kelas VIII Smpn 2 Cikarang Timur.

Metode penelitian ini menggunakan teknik penelitian tindakan kelas (PTK). secara praktis persoalan yang dihadapi dalam situasi darurat dan membantu pencapaian tujuan pembelajaran kerangka etika yang disepakati bersama.

Hasil penelitian ini adalah: 1) Berdasarkan hasil pengamatan pendekatan bermainberlangsung aktif, kreatif dan menyenangkan, hal ini terbukti siswa bergerak dengan aktif (semangat), siswa merasa menemukan hal-hal baru dalam pembelajaran, dan pembelajaran berlangsung menyenangkan sehingga siswa merasa waktu pembelajaran/jam olahraga terasa pendek, 2) Terjadi peningkatan rata-rata dari rata-rata nilai gerak *roll* belakang senam lantai siswa kelas VIII Smpn 2 Cikarang Timur dari kondisi pra pra siklus ke siklus I dan siklus II,) Prosentase Kriteria Ketuntasan Miminmal (KKM) hasil belajar gerak *roll* belakang senam lantai siswa kelas VIII Smpn 2 Cikarang Timur mengalami peningkatan yang cukup baik. Hal ini dapat dilihat bahwa prosentase peningkatan dari kondisi Kriteria Ketuntasan Miminmal (KKM) pra pra siklus ke siklus I 28% menjadi 54%%. Prosentase Kriteria KetuntasanMiminmal (KKM) hasil belajar *roll* belakang senam lantai siswa kelas VIII Smpn 2 Cikarang Timur siklus I ke siklus II 54% menjadi 82,8%, dengan demikian Kriteria Ketutasan Minimal telah terpenuhi karena $\leq 70\%$ dari Kriteria Ketutasan Minimal yang di tentukan.

Kata Kunci: pendekatan, bermain, gerak *Roll* Belakang

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, dengan memanjatkan puji syukur kehadiran ALLAH SWT yang telah memberikan rahmat, karunia dan Ridhonya-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Adapun skripsi disusun guna memenuhi syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan pada program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.

Dengan segala kerendahan hati penulis menyusun skripsi ini jauh dari kata sempurna, hal ini mungkin di sebabkan karena terbatasnya kemampuan dan pengetahuan dalam menyusun skripsi. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Ibu Yudi Budianti S.Pd.,M.Pd, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
2. Ibu Mia Kusumawati. M.Pd, AIFO, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
3. Bapak Dr. Dindin Abidin, M.Si., AIFO. Dosen Pembimbing yang telah mengarahkan dan membantu penulis selama penyusunan proposal skripsi ini.
4. Kepada kedua orang tua (bpk. Bondan Baharudn & Ibu ku tersayang R Betty Kaniyasi), Adikku (Dantty Maulinda) yang selalu mendukung secara moril, spiritus dan materil sehingga terlaksana penyusunan skripsi ini.
5. Kepada eyang ku tercinta dan tersayang (Alm. Siti Djuhara) Yang sudah mensupport dan selalu mendoakan Untuk Menjadi Sarjana

6. Kepada Istri ku tersayang tercinta (Febiyanti Khalida Sukma) yang selalu mendukung dan mendoakan dalam Penyusunan Skripsi.
7. Kepada Anakku yang paling ku sayang (Vanny Shauma Vilneria) yang selalu mendukung Papi dalam mengerjakan Skripsi ini.
8. Kepada Guru SMPN 2 cikarang timur yang sudah membantu dan bekerja sama dalam penyusunan skripsi ini.
9. Kepada siswa SMPN 2 Cikarang timur yang sudah mau membantu dalam penyusunan skripsi.
10. Seluruh Dosen Jurusan Pendidikan Jasmani dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Unisma “45” Bekasi serta kedua tua tercinta tercinta serta keluarga yang selalu memberikan do’a dan restu, semangat, dukungan, dan limpahkan kasih sayangnya kepada penulis.
11. Teman-teman satu angkatan yang salalu memberikan motivasi, dukungan, semangat, canda dan tawa.
12. Semua pihak yang saya tidak bisa sebutkan satu-persatu yang telah membantu penulis baik langsung maupun tidak langsung.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan limpahan rahmat dan karunia Allah SWT. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kebaikan bagi banyak pihak demi kemaslahatan bersama serta bernilai ibadah dihadapan Allah SWT.

Bekasi, 24 Pebruari 2022

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	I
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	II
HALAMAN PERNYATAAN ORSINIL.....	III
MOTTO.....	IV
ABSTRAK	V
KATA PENGANTAR.....	VI
DAFTAR ISI	IX
DAFTAR TABEL	XIII
DAFTAR GAMBAR	XIV
DAFTAR LAMPIRAN	XII
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
G. Sumber Pemecahan.....	7

BAB II LANDASAN TEORI

A. Kebugaran Jasmani	8
1. Kebugaran Jasmani	8
2. Komponen Kebugaran Jasmani	9
B. Pendidikan Jasmani	9
C. Partisipasi	12
D. Konsep Belajar.....	17
1. Pengertian Belajar	17
2. Proses Belajar Mengajar	18
E. Gerak	20
F. Tinjauan Tentang Permainan	21
G. Pembelajaran Gerak <i>Roll</i> Belakang Melalui Pendekatan Bermain	24

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Subjek Penelitian	34
B. Objek Penelitian	34
C. Waktu dan Tempet Penelitian.....	35
D. Lokasi Penelitian.....	35
E. Desain Penelitian	35
F. Perencanaan	37
G. Pelaksanaan/ Implementasi Tindakan (<i>Acting</i>)	38
H. Observasi	40
I. Refleksi	40

J. Teknik Pengumpulan Data.....	40
K. Teknik Analisis Data	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	45
A. Deskripsi Objek Penelitian.....	45
B. Hasil Penelitian	49
C. Pembahasan.....	71
BAB V	76
A. Kesimpulan	76
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN.....	81

DAFTAR LAMIRAN

Lamp. 1	Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	81
Lamp. 2	Kisi-kisi Penilaian	94
Lamp. 3	Observasi Pembelajaran Melalui Bermain.....	103
Lamp. 4	Hasil Tes.....	105
Lamp. 5	Dokumentasi	101
Lamp. 6	Surat Keterangan Penelitian	
Lamp. 7	Daftar Riwayat Hidup	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Penilaian	41
Tabel 3.2 Kriteria Ketuntasan Belajar.....	43
Tabel 4.1 Profil SMPN 2 Cikarang Timur	45
Tabel 4.2 Hasil Evaluasi Pra Survey	47
Tabel 4.3 Presentase Jumlah Siswa yang Mencapai Nilai KKM Pra Survey.....	49
Tabel 4.4 Hasil Belajar Senam lantai Gerak guling belakang Siklus 1.....	56
Table 4.5 Presentase Jumlah Siswa yang Mencapai Nilai KKM Siklus I.....	57
Tabel 4.6 Hasil Belajar Senam lantai Gerak guling belakang Siklus II.....	67
Table 4.7 Presentase Jumlah Siswa yang Mencapai Nilai KKM Siklus II	68
Tabell 4.8 Rekapitulasi Hasil Penelitian	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Urutan Langkah Gerak <i>Roll</i> Belakang	17
Gambar 3.2 Skema Tindakan	36
Gambar 4.1 Histogram Hasil Evaluasi Siklus I.....	58
Gambar 4.2 Histogram Hasil Evaluasi Siklus II	69

