

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2016). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azis, A., Kurniawan, F., & Gustiawati, R. (2020). Survei Penggunaan Media Pembelajaran Ladder Drill Dalam Pembelajaran Lari Jarak Pendek. *COMPETITOR : Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 12(2), 41–47.
- Depdiknas. (2015). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Depdiknas.
- Iskandar, D., & Narsim. (2015). *Penelitian Tindakan Kelas dan Publikasinya*. Cilacap: Ihya Media.
- Juliyanto, O. D. (2016). Pengaruh Latihan Ladder Drill Icky Shuffle Terhadap Peningkatan Kecepatan. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 4(4), 45–52.
- Kisyanto, D. (2015). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Menggunakan Permainan Lompat Pada Siswa Kelas V Mi Nurul Iman Kendalserut Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2013/2014. *Active - Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(10), 2117–2122.
- Kusumawati, M. (2015). *Penelitian Pendidikan Penjasorkes*. Bandung: Alfabeta.
- Nur, A., Atik, B., Alsaudi, A. T. B. D., & Chan, A. A. S. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari Jarak Pendek 100 Meter melalui Latihan Akselerasi. 15–21.
- Nuryadi, A., & Firmansyah, G. (2018). Pengaruh Latihan Ladder Drill Terhadap Kecepatan Lari 60 Meter Pada Siswa Sekolah Bola Basket Loc Sidoarjo. *JP.JOK (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 2(1), 63–69. <https://doi.org/10.33503/jpjok.v2i1.191>
- Perani, I., Hidasari, F. P., & Triansyah, A. (2015). Pembelajaran Lari Jarak Pendek Menggunakan Pendekatan Permainan Lari Bola Keranjang Pada Siswa Sd. *Jurnal Untan*, 2(2), 1–9.
- Purnomo, E., & Dapan. (2017). *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: Alfa Media.
- Sidik, D. Z., & Ramadan, W. (2019). Pengaruh Metode Circuit Training Terhadap Daya Tahan Cardiovascular Cabang Olahraga Atletik Nomor Lari Jarak Jauh. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 11(2), 101–105. <https://doi.org/10.17509/jko-upi.v11i2.20317>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D* (Cetakan ke). Bandung: Alfabeta.

Suherman, A. (2012). *Dasar-Dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdiknas.

Susiono, R. (2017). Efektivitas latihan kordinasi running abc menggunakan metode unifikasi dan metode konvesional terhadap peningkatan lari 50 meter pada mahasiswa fio unj 2017. *Prosiding Seminar FIK UNJ*, 2(1), 1–5.

Wardana, F. A. K., & Liskustyawati, H. (2017). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lari Dengan Menggunakan Pendekatan Bermain. *Jurnal Universitas Sebelas Maret*, 1, 47–58.

Wiarso, G. (2015). *Inovasi pembelajaran dalam pendidikan jasmani*. Yogyakarta: Laksitas.

Lampiran 1

Hasil Tes Awal

No	Nama	L/P	Afektif		Kognitif		Psikomtr		Total	Ket
			Nilai	%	Nilai	%	Nilai	%		
1	Anisa Tul Farhah	P	3	22.5	10	12.5	14	43.8	78.8	Tuntas
2	Azril Zonea Maska	L	2	15.0	10	12.5	13	40.6	68.1	Tdk
3	Bagas Wildansa Saputra	L	1	7.5	10	12.5	11	34.4	54.4	Tdk
4	Dendi Wahyudi	L	3	22.5	13	16.3	12	37.5	76.3	Tuntas
5	Despa Nanda Yamin	P	2	15.0	10	12.5	13	40.6	68.1	Tdk
6	Eldara Dwi Noviyanti	P	1	7.5	11	13.8	10	31.3	52.5	Tdk
7	Faisal Rezki Albarkah	L	2	15.0	10	12.5	13	40.6	68.1	Tdk
8	Farhan	L	3	22.5	10	12.5	12	37.5	72.5	Tdk
9	Fauzi Wibowo	L	2	15.0	12	15.0	10	31.3	61.3	Tdk
10	Kinanty Zhafira Ramadhina	P	3	22.5	10	12.5	14	43.8	78.8	Tuntas
11	Larissa Gabrielle	P	2	15.0	11	13.8	13	40.6	69.4	Tdk
12	M. Razcky Aditia	L	1	7.5	10	12.5	12	37.5	57.5	Tdk
13	Malikal Bilqis	P	2	15.0	11	13.8	11	34.4	63.1	Tdk
14	Marwah Affiqah Humairah	P	2	15.0	12	15.0	14	43.8	73.8	Tdk
15	Mir'atuzakiyah	P	3	22.5	11	13.8	10	31.3	67.5	Tdk
16	Muhamad Ibnu Abdillah	L	3	22.5	12	15.0	13	40.6	78.1	Tuntas
17	Muhamad Sahril	L	2	15.0	11	13.8	11	34.4	63.1	Tdk
18	Nur Fazli Apriansyah	L	2	15.0	12	15.0	13	40.6	70.6	Tdk
19	Rifki Adi Rinaldi	L	1	7.5	11	13.8	10	31.3	52.5	Tdk
20	Sela Nuruliana Sari	P	2	15.0	12	15.0	11	34.4	64.4	Tdk
21	Tedi Kurniawan	L	2	15.0	11	13.8	13	40.6	69.4	Tdk
22	Vanessa Deswan Azima	P	2	15.0	11	13.8	11	34.4	63.1	Tdk
23	Vivian Hafizhah	P	2	15.0	15	18.8	11	34.4	68.1	Tdk
24	Yenti Dwi Aprilianti	P	2	15.0	13	16.3	14	43.8	75.0	Tuntas
25	Yudhistira Marich Jaelani	L	1	7.5	10	12.5	11	34.38	54.4	Tdk

Nilai minimum	52.5	
Nilai maksimum	78.8	
Nilai rata-rata	66.8	
Jumlah siswa tuntas	5	20%
Jumlah siswa tidak tuntas	20	80%

Lampiran 2

Hasil Pembelajaran Siklus I

No	Nama	L/P	Afektif		Kognitif		Psikomtr		Total	Ket
			Nilai	%	Nilai	%	Nilai	%		
1	Anisa Tul Farhah	P	4	30	12	15	14	43.75	88.8	Tuntas
2	Azril Zonea Maska	L	3	22.5	11	13.75	13	40.63	76.9	Tuntas
3	Bagas Wildansa Saputra	L	2	15	11	13.75	11	34.38	63.1	Tdk
4	Dendi Wahyudi	L	3	22.5	13	16.25	12	37.5	76.3	Tuntas
5	Despa Nanda Yamin	P	2	15	12	15	13	40.63	70.6	Tdk
6	Eldara Dwi Noviyanti	P	3	22.5	11	13.75	12	37.5	73.8	Tdk
7	Faisal Rezki Albarkah	L	2	15	11	13.75	11	34.38	63.1	Tdk
8	Farhan	L	3	22.5	11	13.75	12	37.5	73.8	Tdk
9	Fauzi Wibowo	L	1	7.5	13	16.25	10	31.25	55.0	Tdk
10	Kinanty Zhafira Ramadhina	P	3	22.5	14	17.5	15	46.88	86.9	Tuntas
11	Larissa Gabrielle	P	3	22.5	11	13.75	13	40.63	76.9	Tuntas
12	M. Razcky Aditia	L	3	22.5	12	15	13	40.63	78.1	Tuntas
13	Malikal Bilqis	P	2	15	12	15	11	34.38	64.4	Tdk
14	Marwah Affiqah Humairah	P	3	22.5	14	17.5	15	46.88	86.9	Tuntas
15	Mir'atuzakiyah	P	2	15	11	13.75	10	31.25	60.0	Tdk
16	Muhamad Ibnu Abdillah	L	3	22.5	13	16.25	13	40.63	79.4	Tuntas
17	Muhamad Sahril	L	3	22.5	12	15	13	40.63	78.1	Tuntas
18	Nur Fazli Apriansyah	L	4	30	13	16.25	13	40.63	86.9	Tuntas
19	Rifki Adi Rinaldi	L	1	7.5	12	15	10	31.25	53.8	Tdk
20	Sela Nuruliana Sari	P	3	22.5	12	15	13	40.63	78.1	Tuntas
21	Tedi Kurniawan	L	1	7.5	12	12	11	34.38	53.9	Tdk
22	Vanessa Deswan Azima	P	4	30	13	16.25	11	34.38	80.6	Tuntas
23	Vivian Hafizhah	P	2	15	12	15	11	34.38	64.4	Tdk
24	Yenti Dwi Aprilianti	P	3	22.5	14	17.5	14	43.75	83.8	Tuntas
25	Yudhistira Marich Jaelani	L	3	22.5	15	18.75	10	31.25	72.5	Tdk

Nilai minimum	53.8	
Nilai maksimum	88.8	
Nilai rata-rata	73.0	
Jumlah siswa tuntas	13	52%
Jumlah siswa tidak tuntas	12	48%

Lampiran 3

Hasil Pembelajaran Siklus II

No	Nama	L/P	Afektif		Kognitif		Psikomtr		Total	Ket
			Nilai	%	Nilai	%	Nilai	%		
1	Anisa Tul Farhah	P	4	30	14	17.5	16	50	97.5	Tuntas
2	Azril Zonea Maska	L	4	30	11	13.75	15	46.88	90.6	Tuntas
3	Bagas Wildansa Saputra	L	3	22.5	13	16.25	14	43.75	82.5	Tuntas
4	Dendi Wahyudi	L	4	30	13	16.25	12	37.5	83.8	Tuntas
5	Despa Nanda Yamin	P	3	22.5	14	17.5	14	43.75	83.8	Tuntas
6	Eldara Dwi Noviyanti	P	4	30	13	16.25	14	43.75	90.0	Tuntas
7	Faisal Rezki Albarkah	L	3	22.5	13	16.25	14	43.75	82.5	Tuntas
8	Farhan	L	3	22.5	11	13.75	15	46.88	83.1	Tuntas
9	Fauzi Wibowo	L	2	15	15	18.75	12	37.5	71.3	Tdk
10	Kinanty Zhafira Ramadhina	P	4	30	16	20	15	46.88	96.9	Tuntas
11	Larissa Gabrielle Manullang	P	3	22.5	13	16.25	14	43.75	82.5	Tuntas
12	M. Razcky Aditia	L	4	30	15	18.75	14	43.75	92.5	Tuntas
13	Malikal Bilqis	P	2	15	15	18.75	14	43.75	77.5	Tuntas
14	Marwah Affiqah Humairah	P	3	22.5	16	20	16	50	92.5	Tuntas
15	Mir'atuzakiyah	P	3	22.5	11	13.75	15	46.88	83.1	Tuntas
16	Muhamad Ibnu Abdillah	L	3	22.5	14	17.5	14	43.75	83.8	Tuntas
17	Muhamad Sahril	L	3	22.5	12	15	14	43.75	81.3	Tuntas
18	Nur Fazli Apriansyah	L	4	30	15	18.75	16	50	98.8	Tuntas
19	Rifki Adi Rinaldi	L	2	15	12	15	14	43.75	73.8	Tdk
20	Sela Nuruliana Sari	P	3	22.5	13	16.25	14	43.75	82.5	Tuntas
21	Tedi Kurniawan	L	2	15	12	15	15	46.88	76.9	Tuntas
22	Vanessa Deswan Azima Elsyah	P	4	30	14	17.5	11	34.38	81.9	Tuntas
23	Vivian Hafizhah	P	2	15	14	17.5	12	37.5	70.0	Tdk
24	Yenti Dwi Aprilianti	P	3	22.5	14	17.5	14	43.75	83.8	Tuntas
25	Yudhistira Marich Jaelani	L	3	22.5	16	20	13	40.63	83.1	Tuntas

Nilai minimum	70.0	
Nilai maksimum	98.8	
Nilai rata-rata	84.2	
Jumlah siswa tuntas	22	88%
Jumlah siswa tidak tuntas	3	12%

R P P

RENACANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

- Sekolah : SDIT Al Mardhiyah
- Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
- Kelas / Semester : V / I
- Standar Kompetensi : 1.2 Mempraktikan gerak Dasar Atletik sederhana (Lari Cepat)
- Indikator : Gerak Dasar Lari Cepat
- Latihan lari
 - Lari mengangkat Paha
 - Lari tumit ke belakang
 - Lari tungkai diayunkan ke belakang
 - Lari santai (Joging)
 - Lari cepat (Sprint)
 - Lomba Lari memindahkan batu
- A. Alokasi Waktu** : 12 X 35 menit (4 X pertemuan)

a. Tujuan Pembelajaran

- ~ Siswa dapat melakukan lari mengangkat paha
- ~ Siswa dapat melakukan lari tumit ke belakang
- ~ Siswa dapat melakukan lari tungkai diayunkan ke depan
- ~ Siswa dapat melakukan lari santai (joging)
- ~ Siswa dapat melakukan lari cepat
- ~ Siswa dapat melakukan lomba lari memudahkan batu

B. Materi Pembelajaran

1. Lari mengangkat paha
2. Lari tumit ke belakang
3. Lari tungkai diayunkan ke depan
4. Lari santai (joging)
5. Lari cepat (sprint)
6. Lomba memindahkan batu

C. Metode Pembelajaran

- ~ Ceramah
- ~ Demonstrasi
- ~ Penugasan
- ~ Latihan
- ~ Tanya jawab

D. Langkah-Langkah Pembelajaran

1. Pertemuan 1

Pendahuluan

- ~ Berbaris, berdo`a, presensi, apersepsi dan pemanasan

Inti :

1. Siswa dapat melakukan lari mengangkat paha
2. Siswa dapat melakukan lari tumit ke belakang
3. Siswa dapat melakukan lari tungkai diayunkan ke depan

Penutup

Pendinginan, berbaris, evaluasi pembelajaran, berdo`a dan bubar

2. Pertemuan II

Pendahuluan

- ~ Berbaris, berdo`a, presensi, apersepsi dan pemanasan

Inti :

4. Lari santai (jogging)
5. Lari cepat (sprint)

Penutup

- ~ Pendinginan, berbaris, evaluasi pembelajaran, berdo`a dan bubar

3. Pertemuan III

Pendahuluan

- ~ Berbaris, berdo`a, presensi, apersepsi dan pemanasan

Inti :

6. Lomba memindahkan batu

Penutup

Pendinginan, berbaris, evaluasi dan penjelasan guru

2. Pertemuan**Pendahuluan**

~ Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan

Inti :

- Penilaian lari sprint
- Penilaian lari lomba memindahkan batu

Penutup

Pendinginan, berbaris, evaluasi dan penjelasan guru

E. Sumber Belajar

- Buku K13 Penjasorkes kelas 5 Tim Abdi Guru, Penerbit Erlangga hal : 5 – 7
- Media Ladder

F. Penilaian

1. Tehnik penilaian

~ Tes praktik

- a. Lakukan lari cepat pada jarak 40 atau 50 meter dengan sebaik mungkin!
- b. Lakukan lari cepat memindahkan batu dengan secepat mungkin!

Adapun bentuk penilaian terhadap instrumen tes tersebut adalah sebagai berikut:

d. Aspek Psikomotor

Tabel 3.1. Penilaian Aspek Psikomotor

No	Indikator	Skor				Total Skor
		4	3	2	1	
1	Posisi kepala					
	a. Kepala tegak dan rileks b. Pandangan ke depan c. Tidak menengok kiri, kanan atau belakang					
2	Posisi badan					
	a. Badan tegak b. Posisi pinggang naik/tinggi					
3	Posisi lengan					

No	Indikator	Skor				Total Skor
		4	3	2	1	
	a. Lengan diayun rileks di bawah dagu b. Sudut lengan 90% mengepal c. Mengayun dari bahu					
4	Posisi kaki					
	a. Lutut diangkat ke depan b. Mendarat pada bola-bola kaki c. Frekuensi langkah panjang dan cepat					
	Skor maksimal : 16					

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4. Diberikan nilai 4 jika siswa mampu memperagakan 4 indikator. Diberikan nilai 3 jika siswa mampu memperagakan 3 indikator. Diberikan nilai 2 jika siswa mampu memperagakan 2 indikator. Diberikan nilai 1 jika siswa hanya mampu memperagakan 1 indikator.

$$\text{Rumus} = \frac{\text{skor aktual}}{\text{skor maksimal}} \times 50\%$$

e. Aspek Kognitif

Tabel 3.2. Penilaian Aspek Kognitif

No	Indikator	Skor				Total Skor
		4	3	2	1	
1	Mampu menjelaskan teknik start lari cepat					
	a. Menjawab dengan suara yang lantang b. Menjawab dengan bicara yang jelas c. Menjawab dengan yakin d. Menjawab tanpa bantuan teman					
2	Mampu menjelaskan teknik saat berlari					
	a. Menjawab dengan suara yang lantang b. Menjawab dengan bicara yang jelas c. Menjawab dengan yakin d. Menjawab tanpa bantuan teman					

No	Indikator	Skor				Total Skor
		4	3	2	1	
3	Mampu menjelaskan teknik menyentuh garis finis lari cepat					
	a. Menjawab dengan suara yang lantang b. Menjawab dengan bicara yang jelas c. Menjawab dengan yakin e. Menjawab tanpa bantuan teman					
	Skor maksimal : 12					

Kunci Jawaban:

1. Teknik start lari cepat menggunakan start jongkok dengan salah satu lutut menyentuh tanah, lutut lainnya berada dekat badan, kedua tangan membentuk huruf V sejajar dengan kaki depan.
2. Berlari dengan langkah selebar mungkin dan secepat mungkin, arah gerak lari lurus ke depan tidak zig-zag atau berkelok-kelok atau menghalangi teman yang berlari
3. Berlari tanpa henti sampai ke garis finish dengan membungkukkan badan atau kepala dicondongkan ke depan saat melewati garis finish.

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4. Diberikan nilai 4 jika siswa mampu menjelaskan 4 indikator. Diberikan nilai 3 jika siswa mampu menjelaskan 3 indikator. Diberikan nilai 2 jika siswa mampu menjelaskan 2 indikator. Diberikan nilai 1 jika siswa hanya mampu menjelaskan 1 indikator.

$$\text{Rumus} = \frac{\text{skor aktual}}{\text{skor maksimal}} \times 20\%$$

f. Aspek Afektif

Tabel 3.3. Penilaian Aspek Afektif

No	Indikator	Ceklis
1	Disiplin dalam mengikuti arahan guru	
2	Semangat dalam melakukan tugas gerak	
3	Sportif ketika melihat teman yang belum bisa	
4	Percaya diri dalam melakukan tugas gerak	
5	Jujur dalam melakukan giliran tugas gerak	
	Skor maksimal : 5	

Keterangan:

Penilaian terhadap sikap yang ditunjukkan siswa selama pembelajaran berlangsung, dengan skor 1. Siswa diberikan nilai jika mampu menunjukkan sikap yang ditentukan dalam indikator tersebut selama melakukan pembelajaran lari cepat, sesuai dengan siklusnya. Guru tinggal memberikan tanda ceklis pada kolom yang tersedia, yang menandakan bahwa siswa yang bersangkutan menunjukkan perilaku yang dimaksud dalam indikator

$$Rumus = \frac{\text{skor aktual}}{\text{skor maksimal}} \times 30\%$$

Mengetahui
Kepala Sekolah

Bekasi, Oktober 2023
Guru Penjasorkes

Paisal Hasibuan, S.Ag.

M a h m u d

Foto Penelitian



Pengarahan Kepada Subjek Penelitian

Foto Penelitian



Pemanasan Sebelum Memulai Pembelajaran

Foto Penelitian



Tes Lari Cepat

Foto Penelitian



Pembelajaran Menggunakan Media *Ladder*

SK Pembimbing



UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Cut Meutia no.83 Bekasi 17113

Telp : (021) 8820383, 8801027, 8802015, 8808851 Ext. 146-147 Fax : (021) 8801192

SURAT KEPUTUSAN DEKAN

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

NOMOR : 064 / SK.01/E-DK / XII / 2022

TENTANG

PENETAPAN PEMBIMBING PENULISAN SKRIPSI

DEKAN FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI

- Menimbang** : 1. Bahwa penyelesaian akhir program mahasiswa jenjang pendidikan S1 untuk Jurusan Pendidikan Jasmani dilakukan penulisan skripsi.
2. Bahwa untuk kelancaran penulisan, perlu untuk menetapkan pembimbing penulisan
- Mengingat** : 1. Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.
2. Peraturan Pemerintah Nomor 60 Tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi.
3. Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 066/V/1994, tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi dan penilaian hasil belajar.
4. Kurikulum Jurusan Pendidikan Jasmani Program Studi Pendidikan Jasmani
- Memperhatikan** : a. Rapat Koordinasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
b. Rekomendasi Seminar Proposal Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani

M E M U T U S K A N

Menetapkan : Mengangkat Saudara : **Elly Diana Mamesah, M.Pd**

Pertama : Sebagai Dosen Pembimbing Skripsi :

Nama : **Mahmud**

NPM : 41182191180053

Upaya Peningkatan Hasil Belajar Atletik Materi Gerak Dasar Lari Cepat Menggunakan Media Ladder Drill Pada Siswa Kelas IV SDIT Al Mardhiyah

Kedua : Surat Keputusan Berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan akhir semester **Genap T.A. 2022/2023**

Perpanjangan 1 Sampai : Akhir Semester **Ganjil T.A. 2023/2024**

Perpanjangan 2 Sampai : Akhir Semester **T.A**

Perpanjangan 3 Sampai : Akhir Semester **T.A**

Ketiga : Mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan skripsi sampai dengan batas akhir tanggal tersebut di atas, maka keputusan ini tidak berlaku lagi dan biaya bimbingan dinyatakan habis terpakai.

Keempat : Mahasiswa yang akan melanjutkan skripsi diharuskan membayar bimbingan sebesar ketentuan yang berlaku.

Kelima : Apabila terdapat kekeliruan dalam penetapan ini akan diadakan perbaikan sebagaimana

DITETAPKAN DI : Bekasi

TANGGAL : 07 Nopember 2023

Yudi Budianti, M.Pd

Dekan

Tembusan : Yth.

1. Direktur DAPA UNISMA Bekasi

2. Dosen Pembimbing

3. Arsip

Surat Izin Penelitian



UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Cut Meutia no.83 Bekasi 17113

Telp : (021) 8820383, 8801027, 8802015, 8808851 Ext. 146-147 Fax : (021) 8801192

Nomor : 065 / SE / FKIP / UNISMA / XI / 2023
 Lampiran : 1 (satu) Berkas
 Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.

Kepala Sekolah Al Mardhiyah

di

Tempat

Assalamu'alaikum, Wr. Wb.

Dengan ini kami beritahukan dengan hormat, bahwa :

Nama Mahasiswa : Mahmud
 NPM : 41182191180053
 Program Studi : PENJAS
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Waktu Penelitian Hingga : **31 Agustus 2023**

Bermaksud akan mengadakan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul :

Peningkatan Hasil Belajar Gerak Dasar Lari Cepat Berbasis Media Ladder Pada Siswa Kelas V SDIT Al Mardhiyah

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar yang bersangkutan dapat kiranya diberikan izin penelitian, sehingga data yang diperlukan dapat terkumpul dengan baik.

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum, Wr. Wb.

Bekasi, 03 November 2023

Yudi Budianti, M.Pd

Dekan

Surat Balasan Penelitian



SEKOLAH DASAR ISLAM TERPADU AL MARDHIYAH

Jl. Raya Kodou No.40 Rt.002/03 Kp.Rawa Bogo, Kel. Jatimekar
Kec. Jatiasih Bekasi 17422 Telp (021) 8530 8963
email: sdtaimardhiyah40@gmail.com , <https://al-mardhiyah.sch.id>

SURAT KETERANGAN

Nomor: 108/SPn/SDIT-AM/XII/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah SDIT AL MARDHIYAH menerangkan bahwa:

Nama : MAHMUD
NPM : 41182191180053
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas : Unisma Bekasi

Menerangkan bahwa yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian di SDIT AL MARDHIYAH dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul "**Peningkatan Hasil Belajar Gerak Dasar Lari Cepat Berbasis Media Ladder Pada Siswa Kelas V SDIT Al Mardhiyah**" pada tanggal 1 November s.d. 29 November 2023.


Demikianlah surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bekasi, 4 Desember 2023

Kepala Sekolah SDIT Al Mardhiyah

Paisal Hasibuan, S.Ag

Frekuensi Bimbingan



KARTU BIMBINGAN SKRIPSI
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Nama Mahasiswa : MAHMUD






NPM : A1182191180053

Program Studi : PJKR

Judul : PENINGKATAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LARI CEPAT BERBASIS MEDIA LADDER PADA SISWA KELAS V SDIT AL-MARHIYAH

Pembimbing : Emy Dina Mamesah, M.pd.

KEGIATAN BIMBINGAN

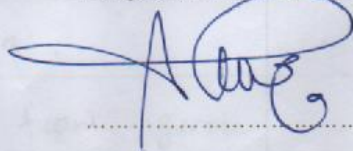
NO	Tanggal Bimbingan	Uraian Kegiatan	Paraf Pembimbing
1	13/2 '23	Buat bab 1, 2 dan 3	
2	16/2 '23	Revisi	
3	12/4 '23	Revisi bab 1, 2 dan 3	
4	1/8 '23	Revisi Bab 1 :	
	1/8/23	Perbaiki rumusan masalah	
	1/8/23	di lihat dari 3 aspek	
	7/8/23	Revisi Bab 2 :	
	7/8/23	Tambahkan teori gerak	

KEGIATAN BIMBINGAN

NO	Tanggal Bimbingan	Uraian Kegiatan	Paraf Pembimbing
	7/8/23	dasar lari, karakteristik SD, & belajar	f
	7/8/23	Bab 3 : Skripsi 1 & 2 dibuat	f
5.	8/8' 2023	Maju Penelitian	f
6.	8/8/2023	Buat Bab 4	f
7.	20/1/2024	Buat Bab 5	f
8.	20/2/2024	Lengkapi Draft sidang	f
9.	24/1/2024	Revisi Bab 5 : Kesimpulan	f
10.	24/1/2024	ACC Sidang	f

Bekasi, 12 July 2024.....

Mengetahui Ka. Prodi. Penjaskesrek



RIWAYAT HIDUP



Mahmud, lahir di Bekasi, 6 Januari 1998. Putra dari Bapak H. Imar dan Ibu Hj. Dami. Penulis merupakan anak keenam dari lima bersaudara. Penulis memulai pendidikan formal di SDN Padurenan 01 Bekasi pada tahun 2004 dan tamat tahun 2010, pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan di MTS N Setu Kab. Bekasi dan tamat pada tahun 2013. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di SMK Karya Bahana Mandiri Bekasi dan tamat pada tahun 2016. Ditahun 2018 sampai 2023 penulis terdaftar sebagai Mahasiswa di Universitas Islam “45” Bekasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

Akhir kata penulis mengucapkan rasa syukur yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT atas terselesainya skripsi ini. Terimakasih kepada orang tua yang selalu memberikan support dan do'a sehingga bisa menyelesaikan proses tugas akhir skripsi ini.