



**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GULING
DEPAN PENDIDIKAN JASMANI DENGAN METODE
PEMBELAJARAN *TEAM GAME TOURNAMENT*
(TGT) PADA SISWA KELAS VII DI SMP
NEGERI 2 WELERI TAHUN 2018**

SKRIPSI

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

**M Alfian Syahputra
138010291**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS WAHID HASYIM SEMARANG
2018**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul : "Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Guling Depan Dengan Metode Pembelajaran *Team Game Tournament* (TGT) Pada Siswa Kelas VII di SMP Negeri 2 Weleri", yang disusun oleh:

Nama : M Alfian Syahputra

Nim : 138010291

Telah di setujui oleh dosen pembimbing I dan dosen pembimbing II untuk diajukan pada **Dewan Pengaji Skripsi**.

Semarang, 10 juli 2018

Dosen Pembimbing I

Dr. Kardiyono, M.Pd
NIP. 10.11.1.0204

Dosen Pembimbing II

Catur Wahyu Privanto, M.Pd
NIP. 10.15.1.0327

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi dengan judul “**Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Guling Depan Pendidikan Jasmani Dengan Metode Pembelajaran Team Game Tournament (TGT) Pada Siswa Kelas VII di SMP Negeri 2 Weleri Tahun 2018**” yang disusun oleh :

Nama : M Alfian Syahputra

NIM : 138010291

Program Studi : FKIP/ PJKR

Telah dipertahankan dalam ujian Skripsi di depan Dewan pengaji Skripsi, Progam Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu PendidikanUniversitas Wahid Hasyim pada tanggal : 20 Agustus 2018

Dewan Pengaji Skripsi

Ketua Pengaji



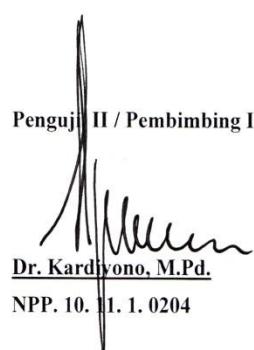
Bambang Kardi, M.Pd.
NPP. 10. 11. 1. 0203

Pengaji 1



Liska Sukiyandari, M.Pd.
NPP. 10. 11. 1. 0191

Pengaji II / Pembimbing I



Dr. Kardiyono, M.Pd.
NPP. 10. 11. 1. 0204

Pengaji III / Pembimbing II



Catur Wahyu Priyanto, M.Pd.
NPP. 10. 15. 1. 0327

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana Pendidikan, baik di Universitas Wahid Hasyim maupun diperguruan tinggi lainnya.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian dilakukan saya sendiri dengan arahan dari Tim Pembimbing dan masukan Tim Pengaji.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari penyimpanan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sangkai lainya dengan norma yang berlaku di Universitas Wahid Hasyim Semarang.

Semarang, 10 juli 2018

Yang membuat pernyataan



MOTTO

- Jika saya bisa berjalan tegak di bawah terik matahari, lalu saya harus bisa melakukan hal yang sama dalam kecepatan hujan. “captain bepe20”.

PERSEMBAHAN

Skripsi kupersembahkan untuk orang-orang yang berarti dalam hidupku :

- Kedua orang tuaku (Zuliyanto Ahmad dan Iskarimah) yang telah merawat dan mengayomi tiada pamrih dan selalu memberi semangat dan dorongan serta do'a yang terpanjang untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
- Adik saya (Hikmah Imani Putri dan Fakhri Imansyah Ahmad) yang turut serta memberi motivasi dan penyemangat dalam diri saya pribadi.

ABSTRAK

M Alfian Syahputra, 2018, “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Guling Depan Dengan Metode Pembelajaran *Team Game Tournament* (TGT) Pada Siswa Kelas VII di SMP Negeri 2 Weleri”. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Wahid Hasyim Semarang, Pembimbing I Dr. Kardiyono, M.Pd dan Pembimbing II Catur Wahyu Priyanto, M.Pd.

Kata Kunci:*Team Game Tournament* (TGT), Guling Depan, Pendidikan Jasmani.

Tujuan penelitian ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya kurang terampil menjadi terampil. Metode pembelajaran menggunakan model *team game tournament* (TGT) tujuannya adalah untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

Jenis penelitian ini adalah penelitian penelitian tindakan kelas. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas VII A SMP Negeri 2 Weleri dengan jumlah 30 siswa, Terdapat dua siklus dalam penelitian ini yaitu kegiatan penelitian dinyatakan berhasil jika skor rata-rata hasil belajar siswa mencapai 75 atau dalam kategori baik. Nilai atau angka 75 berada di atas KKM (7,5), sehingga ketuntasan dan keberhasilan siswa dapat diketahui dari pencapaian tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa peningkatan hasil kemampuan guling depan melalui model pembelajaran *team game tournament* (TGT) pada siswa kelas VII A SMP Negeri 2 Weleri ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata siswa. Nilai rata-rata siswa pada kegiatan *pretest/pratindakan* sebesar 43,75%. Kondisi tersebut mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa pada siklus I yaitu sebesar 63,33%. Namun, peningkatan tersebut masih belum mencapai target yang ditetapkan sebelumnya. Kemudian setelah melanjutkan kesiklus II nilai rata-rata kemampuan guling depan siswa kembali mengalami peningkatan dengan persentase ketuntasan sebesar 86,67%. Hal tersebut menunjukkan bahwa target yang telah ditetapkan sebelumnya sudah tercapai sehingga penelitian dihentikan pada siklus II.

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode pembelajaran *team game tournament* (TGT) dapat meningkatkan hasil belajar guling depan dalam pembelajaran penjas pada siswa kelas VII A di SMP Negeri 2 Weleri tahun 2018. Hasil kesimpulan dalam penelitian ini peneliti dapat memberikan saran yaitu, Guru dapat memilih metode pembelajaran *team game tournament* (TGT) untuk meningkatkan hasil belajar guling depan.

ABSTRACT

M Alfian Syahputra, 2018, "Efforts to Improve Forward Roll Learning Outcomes with Team Game Tournament (TGT) Learning Methods for Grade VII Students in 2 Weleri Middle School". Department of Health and Recreation Physical Education, Teaching and Education Faculty, Wahid Hasyim University Semarang, Advisor I Dr. Kardiyono, M.Pd and Advisor II Catur Wahyu Priyanto, M.Pd.

Keywords: Team Game Tournament (TGT), Forward Roll, Physical Education.

The purpose of this study was intended to guide, direct, and teach students who were not able to become able, who were less skilled at being skilled. Learning methods using the team game tournament (TGT) model the aim is to improve student learning outcomes.

This type of research is classroom actionresearch. The sample of this study were students of class VII A of SMP Negeri 2 Weleri with a total of 30 students. There were two cycles in this study, namely the research activity was declared successful if the average score of student learning outcomes reached 75 or in good category. Value or number 75 is above KKM (7.5), so that the completeness and success of students can be known from these achievements.

Based on the results of the study that the increase in the results of the ability of the forward roll through the team gametournament learning model (TGT) in class VII A of SMP Negeri 2 Weleri was marked by an increase in the average value of students. The average score of students at pretest / pre-action activities was 43.75%. These conditions experienced an increase in the average value of students in the first cycle which amounted to 63.33%. However, the increase still has not reached the target set before. Then after continuing to cycle II, the average score of the students' future rollback ability experienced an increase with a completeness percentage of 86.67%. This shows that the predetermined target has been reached so that the study is stopped in cycle II.

The conclusion in this study is that using Team Game Tournament (TGT) learning method can improve learning outcomes in future roll-out in peer learning in class VII A students at Weleri 2 State Junior High School in 2018. The results of the conclusions in this study researchers can suggest, teachers can choose theteam game tournament (TGT) learning method to improve learning outcomes in forward roll.

KATA PENGANTAR

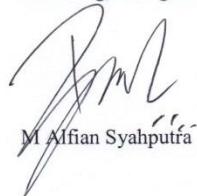
Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, segala puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini, keberhasilan penulis dalam penyelesaian proposal skripsi ini juga atas bantuan dan kerjasama dari pihak, dengan rasa rendah hati penulis menyampaikan rasa terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada yang terhormat :

1. Prof. H. Mahmutarom, SH. Selaku Rektor Universitas Wahid Hasyim yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh studi di PJKR FKIP UNWAHAS
2. Bapak Dr. Kardiyono, M.Pd. selaku Dekan FKIP yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh studi di PJKR FKIP UNWAHAS
3. Ibu Liska Sukiyandari, M.Pd. selaku Kaprodi PJKR yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh studi di PJKR FKIP UNWAHAS
4. Dosen Pembimbing I Bapak Dr. Kardiyono, M.Pd. yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan arahan sehingga terselesaikan penyusunan proposal skripsi ini.
5. Dosen Pembimbing II Bapak Catur Wahyu Priyanto, M.Pd. yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan arahan sehingga terselesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen PJKR FKIP UNWAHAS yang telah memberikan bekal pengetahuan sehingga dapat menyelesaikan penyusunan proposal skripsi ini.

7. Bapak Kusnanto, S.Pd. selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Weleri yang telah memberikan ijin dan bantuan untuk mengadakan penelitian.
8. Para Siswa SMP negeri 2 Weleri khususnya untuk kelas VII A yang bersedia sebagai responden penelitian.
9. Kepada teman-teman seperjuangan si kurus, si gendut, si kacamata, dan Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, atas bantuan dan kerjasama yang telah diberikan dalam penelitian ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang sesuai dengan kebaikan yang telah mereka berikan selama ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di masa depan. Akhirnya peneliti berharap semoga proposal skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca semua.

Semarang, 20 Agustus 2018



M Alfian Syahputra

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN KELULUSAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv

BAB I PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	6
1.3. Batasan Masalah	6
1.4. Rumusan Masalah.....	6
1.5. Tujuan Penelitian	7
1.6. Manfaat Penelitian	7

BAB II LANDASAN TEORI

2.1. Deskrpsi Teoritik	9
2.1.1. Pembelajaran.....	9
2.1.1.1. Belajar.....	9
2.1.1.2. Pembelajaran.....	10
2.1.1.3. Hasil Belajar	11
2.1.2. Metode Pembelajaran <i>Team Game Tournament</i> (TGT).....	17
2.1.2.1. Metode Pembelajaran	17
2.1.2.2. Metode <i>Team Game Tournament</i> (TGT)	20
2.1.3. Senam Lantai	25

2.1.3.1. Pengertian Senam Lantai	25
2.1.3.2. Guling Depan.....	27
2.1.4. Karakteristik Siswa Menengah Pertama.....	31
2.2. Kajian Penelitian yang Relevan.....	33
2.3. Kerangka Berpikir.....	35
2.4. Hipotetis Tindakan.....	38
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1. Pendekatan Penelitian.....	39
3.2. Populasi Dan Sampel.....	40
3.3. Prosedur Penelitian	41
3.3.1. Pelaksanaan Siklus I Siklus II.....	43
3.4. Teknik Pengumpulan Data	45
3.5. Instrumen Penelitian.....	46
3.6. Teknik Analisis Data.....	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1. Hasil Penelitian.....	52
4.1.1. Deskripsi Pra Tindakan.....	52
4.1.2. Deskripsi Tindakan Tiap Siklus.....	54
4.1.2.1. Siklus I.....	54
4.1.2.2. Siklus II.....	66
4.2. Perbandingan Hasil Tindakan Antar Siklus.....	77
4.3. Pembahasan.....	79
BAB V PENUTUP	
5.1. Simpulan.....	81
5.2. Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN.....	84

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Kajian Penelitian Relevan.....	33
Tabel 3.1. Penilaian Psikomotor	47
Tabel 3.2. Penilaian Kognitif.....	48
Tabel 3.3. Penilaian Afektif.....	49
Tabel 3.4. Rekapitulasi Penilaian.....	49
Tabel 4.1. Deskripsi Kondisi Awal.....	53
Tabel 4.2. Deskripsi Hasil Belajar Siswa Siklus I.....	62
Tabel 4.3. Deskripsi Hasil Belajar Siswa Siklus II.....	74
Tabel 4.4. Perbandingan Ketuntasan Hasil Belajar Siswa.....	78
Tabel 4.5. Pencapaian Hasil Belajar Siswa.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Fase Gerakan Mengguling kedepan.....	28
Gambar 2.3. Kerangka Berpikir	37
Gambar 3.1. Desain Penelitian.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat keputusan Penetapan Dosen Pembimbing	85
2. Surat Izin Penelitian.....	86
3. Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian	87
4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	88
5. Silabus	97
6. Tabulasi Data Penelitian.....	99
7. Dokumentasi Penelitian	103