



**IDENTIFIKASI TINGKAT KELINCAHAN ANAK USIA 8 TAHUN
PADA SISWA SEKOLAH DASAR SE-GUGUS MADUKORO
KECAMATAN BANYUMANIK KOTA SEMARANG
TAHUN PELAJARAN 2018 / 2019**

SKRIPSI

diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

NGATIMAN

138010473

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

2018

PERSETUJUAN PEMBIMBING

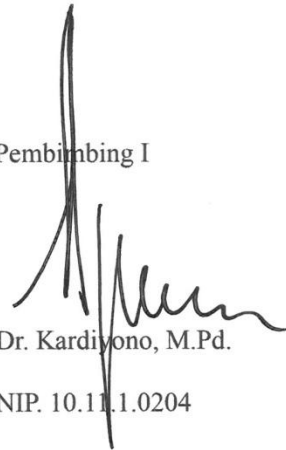
Skripsi dengan judul “Identifikasi Tingkat Kelincahan Anak Usia 8 Tahun pada Siswa Sekolah Dasar se-Gugus Madukoro Kecamatan Banyumanik Kota Semarang Tahun Pelajaran 2018 / 2019” yang disusun oleh:

Nama : Ngatiman

NIM : 138010473

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing I dan Dosen Pembimbing II untuk diajukan Dewan Sidang Skripsi.

Pembimbing I



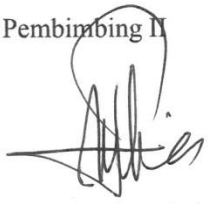
Dr. Kardiyono, M.Pd.

NIP. 10.11.1.0204

Semarang,

2018

Pembimbing II



Liska Sukiyandari, M.Pd

NPP. 10.11.1.0208

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi dengan judul “Identifikasi Tingkat Kelincahan Anak Usia 8 tahun Pada Siswa Sekolah Dasar se-Gugus Madukoro Kecamatan Banyumanik Kota Semarang Tahun Pelajaran 2018/2019” yang disusun oleh :

Nama : NGATIMAN

NIM : 138010473

Program Studi : PJKR

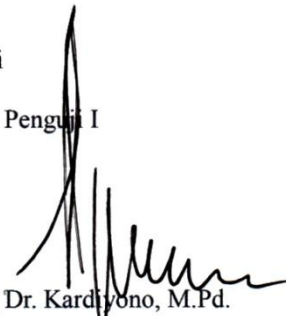
Telah dipertahankan dalam Ujian Skripsi di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim Semarang pada hari Selasa, 4 September 2018

Dosen Penguji Skripsi

Ketua / Sekretaris

Eusiana, M.Pd.
NPP. 10.11.1.0197.

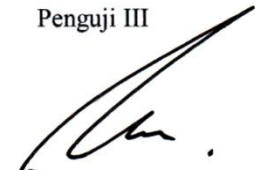
Penguji I


Dr. Kardiyono, M.Pd.
NIP. 10.11.1.0204.

Penguji II


Liska Sukiyandari, M.Pd.
NPP. 10.11.1.0208.

Penguji III


Muhlisin, M.Pd.
NPP. 10.11.1.0191

PERNYATAAN PENGESAHAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana Pendidikan, baik di Universitas Wahid Hasyim maupun perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing dan masukan Tim Penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Wahid Hasyim.

Semarang, Agustus 2018

Yang membuat pernyataan



NGATIMAN

NIM. 138010473

ABSTRAK

Ngatiman, 2018. *Identifikasi Tingkat Kelincahan Pada Anak Usia 8 Tahun Pada Siswa Sekolah Dasar se-Gugus Madukoro Kecamatan Banyumanik Kota Semarang Tahun Pelajaran 2018 / 2019*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim Semarang. Dosen Pembimbing I : Dr. Kardiyono, M.Pd. Dosen Pembimbing II : Liska Sukiyandari, M.Pd.

Kata Kunci : Tingkat Kelincahan, *Shuttle Run*

Latar belakang permasalahan adalah belum pernah dilakukan tes pengukuran terhadap kelincahan anak usia 8 tahun pada murid SD se-Gugus Madukoro Kecamatan Banyumanik Kota Semarang. Tujuan dalam penelitian ini adalah ingin mengetahui tingkat kelincahan anak usia 8 tahun pada siswa Sekolah Dasar se-Gugus Madukoro Kecamatan Banyumanik Kota Semarang Tahun Pelajaran 2018 / 2019.

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode survei dengan tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia 8 tahun di Sekolah Dasar se-Gugus Madukoro berjumlah 60 siswa. Teknik penarikan sampel adalah *total sampling* karena jumlah anggota populasinya yang kurang dari 100 sehingga ke-60 siswa digunakan sebagai sampel. Kemudian dilakukan pengketesan untuk proses pengumpulan data dengan lari *Shuttle Run* dengan jarak 40 x 10 meter dan dicatat prestasinya. Metode analisis data menggunakan statistik deskriptif prosentase dengan statistik terkomputerisasi menggunakan *Excel* dan *Open Office Calc*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa : tingkat kelincahan anak usia 8 tahun pada SD se-Gugus Madukoro Kecamatan Banyumanik Kota Semarang Tahun Pelajaran 2018 / 2019 termasuk dalam beberapa kategori : yaitu siswa yang termasuk dalam kategori baik sekali ada 6 siswa (10%). Siswa yang termasuk dalam kategori baik ada 25 siswa (41,67%). Siswa yang termasuk dalam kriteria cukup ada 23 anak (38,33%), dan 3 anak dalam kategori kurang (5%), sedangkan anak yang termasuk dalam kriteria kurang sekali sejumlah 3 anak (5%).

Simpulan, dari hasil identifikasi dan penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa : “ Tingkat kelincahan anak usia 8 tahun pada siswa Sekolah Dasar se-Gugus Madukoro Kecamatan Banyumanik Kota Semarang Tahun Pelajaran 2018 / 2019 termasuk dalam kategori baik”. Saran yang penulis ajukan adalah 1) karena kelincahan itu adalah bagian yang sangat penting untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika bergerak, mengubah arah, dan keberhasilan aktivitas bermain yang memerlukan kecepatan untuk berhenti dan start. Maka anak perlu diberikan latihan yang dapat meningkatkan kelincahan. 2) Walaupun tingkat kelincahan anak usia 8 tahun pada siswa SD se-Gugus Madukoro Kecamatan Banyumanik Kota Semarang termasuk dalam kategori baik, hendaknya guru tetap meningkatkan keahlian dan kompetensi yang dimiliki agar senantiasa dapat mengikuti perkembangan ilmu khususnya pada bidang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

ABSTRACT

Ngatiman, 2018. Identification of Agility Levels in 8-Year-Old Children in Elementary School Students in Madukoro Clusters in Banyumanik Sub-District, Semarang City Academic Year 2018 / 2019. Thesis. Department of Physical Education and Recreation in the Teaching and Education Faculty of Wahid Hasyim University, Semarang. Supervisor I: Dr. Kardiyono, M.Pd. Supervisor II: Liska Sukiyandari, M.Pd.

Keywords : Agility Level, Shuttle Run

The background of the problem is that there has never been a measurement test on the agility of an 8-year-old child in elementary school students in the Madukoro cluster in Banyumanik Sub-district, Semarang City. The purpose of this study was to determine the level of agility of 8-year-old children in elementary school students in Madukoro Clusters, Banyumanik District, Semarang City, 2018/2019 Academic Year.

This research was conducted using survey methods with tests and measurements. The population in this study were 8-year-olds in the elementary school in Madukoro cluster totaling 60 students. The sampling technique is total sampling because the number of members of the population is less than 100 so the 60 students are used as samples. Then testing is done for the data collection process by running the Shuttle Run with a distance of 40 x 10 meters and recording its achievements. Data analysis method uses percentage descriptive statistics with computerized statistics using Excel and Open Office Calc.

The results showed that: the agility of children aged 8 years in elementary school as Madukoro Cluster Banyumanik Subdistrict Semarang City Lesson 2018/2019 included in several categories: the students included in the excellent category there are 6 students (10%). Students included in the good category there are 25 students (41.67%). There were 23 children (38,33%) and 3 children in the less (5%) category, while the children included in the criteria were less than 3 children (5%).

Conclusion, from the results of the identification and research, it can be concluded that: "The level of agility of 8-year-old children in elementary school students in Madukoro Clusters, Banyumanik Sub-District, Semarang City 2018/2019 Academic Year is in the good category". The suggestion that the authors propose is 1) because that agility is a very important part to maintain the balance of the body when moving, changing direction, and the success of play activities that require speed to stop and start. So the child needs to be given training that can increase agility. 2) Although the level of agility of 8-year-old children in elementary school students in the Madukoro cluster in Banyumanik Sub-district, Semarang City is included in the good category, teachers should continue to improve their skills and competencies so that they can always follow the development of knowledge, especially in the field of physical sports and health education.

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“ DISIPLIN ADALAH KUNCI KEBERHASILAN “

“DENGAN ILMU HIDUP INI AKAN MENJADI MUDAH,

DENGAN SENI HIDUP INI AKAN TERASA INDAH

DAN DENGAN AGAMA HIDUP INI AKAN MENJADI TERARAH”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk :

1. Orang tuaku tercinta Bapak Sakimin dan Ibu Paimah yang telah memberikan dukungan dan doa hingga terselesaikan skripsi ini
2. Istriku tercinta Rofiatun yang telah memberikan semangat dan motivasi hingga terselesaikannya skripsi ini
3. Anak-anakku tersayang Ika Silviadewi Inzaghi dan Orchid Agista Nurhaifa Zahrah yang telah menjadi penyemangat penulis dalam menyelesaikan skripsi ini

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah S.W.T yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.

Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini atas bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

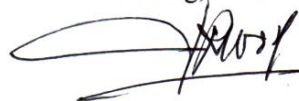
1. Prof. Dr. Mahmutarom HR, S.H., M.H., selaku Rektor Universitas Wahid Hasyim Semarang yang telah memberikan kesempatan penulis menjadi mahasiswa UNWAHAS.
2. Dr. Kardiyono, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim Semarang yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Liska Sukiyandari, M.Pd, selaku Ketua Program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FKIP UNWAHAS yang telah memberikan dorongan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Dr. Kardiyono, M.Pd. selaku Pembimbing I yang telah sabar dalam memberikan petunjuk dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi.
5. Liska Sukiyandari, M.Pd, selaku Pembimbing II yang telah sabar dan teliti dalam memberikan petunjuk, dorongan dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Dosen Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberi bekal ilmu dan sumber inspirasi serta dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini kepada penulis.
7. Tri Haryati, S.Pd.SD, selaku Ketua Gugus Madukoro Kecamatan Banyumanik kota Semarang yang telah memberikan ijin penelitian di Gugus Madukoro
8. Tri Haryati, S.Pd.SD, selaku Kepala SD Negeri Srandol Wetan 04 yang telah memberikan ijin penelitian
9. Muhammad Anwar, M.Pd, selaku Kepala SD Negeri Srandol Wetan 01 yang telah memberikan ijin penelitian
10. Bambang Edi Wiyono, S.Pd, selaku Kepala SD Negeri Pedalangan 03 yang telah memberikan ijin penelitian
11. Seluruh guru Penjasorkes SD Negeri se-Gugus Madukoro Kecamatan Banyumanik yang telah memberikan bantuan kepada penulis saat melakukan penelitian.
12. Bapak, Ibu, dan adik-adikku tercinta yang telah memberikan dorongan sehingga terselesaikannya penulisan skripsi ini.
13. Istri dan Anak-anakku tercinta yang telah memberikan dorongan semangat sehingga bisa terselesaikan penulisan skripsi ini
14. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian untuk penulisan skripsi ini.

Sekali lagi kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala bantuan dan pengorbanan yang telah diberikan kepada penulis dan penulis doakan semoga amal dan bantuan saudara mendapat berkah yang melimpah dari Allah S.W.T.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca semua.

Semarang, Juli 2018



Penulis



DAFTAR ISI

JUDUL	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Permasalahan	1
1.2 Permasalahan.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Penegasan Istilah	5
1.5 Kegunaan Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI	7
2.1 Kelincahan.....	7
2.2 karakteristik Perkembangan Anak.....	9
2.3 Olahraga Pada Anak	15
2.4 Pertumbuhan Fisik	21

2.5 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kelincahan	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
3.1 Jenis Penelitian.....	27
3.2 Populasi.....	28
3.3 Sampel.....	28
3.4 Variabel Penelitian	29
3.5 Rancangan Penelitian.....	29
3.6 Teknik Pengambilan Data	30
3.7 Instrumen Penelitian	30
3.8 Teknik Analisis Data	35
3.9 Prosedur Pelaksanaan Tes	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	40
4.1 Hasil Penelitian	40
4.2 Pembahasan.....	42
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	46
5.1 Simpulan	46
5.2 Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Rangkuman Hasil Perhitungan Data Statistik Deskriptif.....	40
2. Penetapan Kategori berdasar Skor T	41
3. Prosentase Analisis Deskriptif Tingkat Kelincahan Anak 8 Tahun.....	42



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Pola Gerak Dasar Berjalan	17
2. Pola Arah Penempatan Kaki Gerak berjalan yang Salah dan Benar	17
3. Pola Gerak Dasar Lari	18
4. Pola Gerak dasar Melompat	18
5. Pengaruh Aktifitas Fisik Kognitif, Psikomotor, dan Afektif	19
6. Lapangan Lari <i>Shuttle Run</i>	31
7. Posisi Start dalam Lari <i>Shuttle Run</i>	34
8. Posisi Saat Mengambil Balok	34
9. Posisi Saat Menaruh Balok	35
10. Grafik Prosentase Tingkat Kelincahan Anak Usia 8 Tahun	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Penetapan Dosen Pembimbing	49
2. Surat Ijin Penelitian Universitas Wahid Hasyim Semarang.....	50
3. Surat Ijin Penelitian dari Kepala SD	51
4. Data Hasil tes Kelincahan Shuttle Run	52
8. Analisis Deskriptif Skor T	54
9. Dokumentasi Penelitian	56

