

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR
LARI *SPRINT* MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL
KUCING DAN TIKUS PADA SISWA KELAS V
SD NEGERI KURANJI**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat skripsi untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Guru Sekolah Dasar



Oleh

Tias Khalilah Purbaningrum

NIM 1904058

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR

KAMPUS UPI DI SERANG

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2023

Tias Khalilah Purbaningrum, 2023

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR LARI *SPRINT* MELALUI PERMAINAN
TRADISIONAL KUCING DAN TIKUS PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KURANJI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR
LARI *SPRINT* MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL
KUCING DAN TIKUS PADA SISWA KELAS V
SD NEGERI KURANJI**

Oleh

TIAS KHALILAH PURBANINGRUM

1904058

Sebuah skripsi diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Pendidikan Guru Sekolah Dasar

© **Tias Khalilah Purbaningrum**

Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Serang

Agustus 2023

Hak Cipta dilindungi Undang-undang

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau Sebagian, dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

Tias Khalilah Purbaningrum, 2023

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR LARI *SPRINT* MELALUI PERMAINAN
TRADISIONAL KUCING DAN TIKUS PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KURANJI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Tias Khalilah Purbaningrum
NIM : 1904058
Program Studi : S-1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lari
Sprint Melalui Permainan Tradisional Kucing Dan Tikus
Pada Siswa Kelas V SD Negeri Kuranji

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Guru Sekolah Dasar pada Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Serang.

DEWAN PENGUJI

Penguji I	: <u>Drs. H. Herli Salim, M.Ed., Ph.D.</u> NIP. 195910221985031008	tanda tangan 
Penguji II	: <u>Fatihatusvidah, S.S., M.Pd.</u> NIPT. 920200819810701201	tanda tangan 
Penguji III	: <u>Farid Rizqi Maulana, S.Pd., M.Pd.</u> NIP. 920230219980710101	tanda tangan 

Ditetapkan di : Serang

Tanggal : 15 Agustus 2023

ABSTRAK

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR LARI *SPRINT* MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL KUCING DAN TIKUS PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KURANJI

Tias Khalilah Purbaningrum

Program Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Kampus Daerah Serang,
Universitas Pendidikan Indonesia

Salah satu materi dalam pendidikan jasmani di SD adalah lari *sprint*. Namun, pada kenyataannya pembelajaran gerak dasar lari *sprint* di sekolah masih kurang maksimal. Berdasarkan hasil observasi pada siswa di kelas V SD Negeri Kuranji, ditemukan bahwa hanya terdapat 7 dari 32 siswa atau 21,87% siswa yang dapat melakukan gerak dasar lari *sprint* dengan baik. Hal yang melatarbelakangi permasalahan tersebut dikarenakan siswa masih kesulitan untuk menguasai gerak dasar lari *sprint* dengan baik. Untuk mengatasi hal tersebut, dibutuhkan pembelajaran yang disesuaikan dengan karakteristik siswa. Siswa SD cenderung menyukai bermain, hal ini sesuai dengan teori bermain Froebel yang menyatakan keterkaitan antara bermain dan belajar. Salah satu upaya untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar lari *sprint* adalah dengan menerapkan permainan kucing dan tikus. Penelitian ini bertujuan untuk 1) mendeskripsikan proses penerapan permainan kucing dan tikus pada materi lari *sprint*; 2) mendeskripsikan peningkatan kemampuan gerak dasar lari *sprint* melalui permainan kucing dan tikus pada siswa kelas V SD Negeri Kuranji. Pendekatan penelitian ini adalah kualitatif dengan metode penelitian tindakan kelas. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan observasi, tes, dan dokumentasi. Proses penelitian ini dilakukan sebanyak tiga siklus. Kemampuan gerak dasar lari *sprint* diukur melalui tes keterampilan dan tes pengetahuan. Data yang diperoleh pada penelitian ini, yaitu pada siklus I mencapai 43,75%, pada siklus II meningkat menjadi 71,87%, dan pada siklus III meningkat menjadi 90,62%. Berdasarkan data yang diperoleh pada penelitian ini, menunjukkan bahwa melalui permainan tradisional kucing dan tikus dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar lari *sprint* pada siswa kelas V SD Negeri Kuranji.

Kata Kunci: Pendidikan Jasmani, Lari *Sprint*, Permainan Kucing Dan Tikus

Tias Khalilah Purbaningrum, 2023

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR LARI *SPRINT* MELALUI PERMAINAN
TRADISIONAL KUCING DAN TIKUS PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KURANJI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

ABSTRACT

EFFORTS TO IMPROVE THE BASIC MOVEMENT SKILLS OF SPRINTING THROUGH TRADITIONAL CAT AND MOUSE GAMES FOR V GRADE STUDENTS OF SD NEGERI KURANJI

Tias Khalilah Purbaningrum

*Elementary School Teacher Education Program, Serang Campus,
Indonesian Education University*

One of the materials in physical education in elementary school is sprint running. However, in reality, learning the basic movements of sprinting at school is still not optimal. Based on the results of observations of students in class V SD Negeri Kuranji, it was found that there were only 7 out of 32 students or 21.87% of students who could do the basic movements of sprinting well. The reason behind this problem is because students still have difficulty mastering the basic movements of running sprints well. To overcome this, learning is needed that is tailored to the characteristics of students. Elementary school students tend to like to play, this is in accordance with Froebel's play theory which states the relationship between play and learning. One of the efforts to improve the basic movement skills of sprinting is by applying cat and mouse games. This study aims to 1) describe the process of applying cat and mouse games to sprint running material; 2) describe the improvement of basic movement skills in sprinting through cat and mouse games for fifth grade students of SD Negeri Kuranji. The approach of this research is qualitative with the method of classroom action research (PTK). Data collection techniques in this study used observation, tests, and documentation. The research process was conducted in three cycles. The ability of sprinting basic movements is measured through skill tests and knowledge tests. The data obtained in this study, namely in cycle I reached 43.75%, in cycle II it increased to 71.87%, and in cycle III it increased to 90.62%. Based on the data obtained in this study, it shows that through traditional cat and mouse games can improve the ability of basic movements of sprinting in fifth grade students of SD Negeri Kuranji.

Keywords: *Physical Education, Sprinting, Cat and Mouse Game*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vii
SURAT PERNYATAAN.....	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR GRAFIK.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Definisi Istilah.....	7
F. Sistematika Penulisan	7
BAB II KAJIAN TEORITIS.....	9
A. Hakikat Pendidikan Jasmani.....	9
B. Hakikat Lari <i>Sprint</i>	14
C. Hakikat Permainan Tradisional Kucing dan Tikus.....	20
D. Hasil Penelitian yang Relevan	24
E. Kerangka Berpikir.....	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	27
A. Desain Penelitian	27
B. Setting Penelitian	30
C. Peran dan Posisi Peneliti dalam Penelitian	31
D. Tahapan Intervensi Tindakan.....	32
E. Hasil Intervensi Tindakan yang Diharapkan.....	33
F. Sumber Data.....	33

G. Instrumen Pengumpulan Data.....	34
H. Teknik Penelitian	39
I. Keabsahan Data	40
J. Analisis Data dan Interpretasi Data.....	41
K. Pengembangan Perencanaan Tindakan.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Hasil Penelitian	43
B. Pembahasan Hasil Penelitian	76
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN.....	82
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	139

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, S. (2016). *Buku Olahraga Paling Lengkap*. Jakarta: Ilmu.
- Amelia, S. (2016). *Meningkatkan Gerak Dasar Lari Jarak Pendek (Sprint) 40 Meter Melalui Modifikasi Permainan Memindahkan Bola Kecil Pada Siswa Kelas V SDN Cisalak 1 Kecamatan Cisarua Kabupaten Sumedang*. Sumedang: Skripsi.
- Anna, E. Y. (2014). Upaya Meningkatkan Pembelajaran Gerak Dasar Lari Melalui Pendekatan Modifikasi Menggunakan Metode Bermain Dan Media Yang Berbeda Siswa Kelas VA SD Negeri 3 Kota Bengkulu. *Skripsi*, 27 .
- Alwasilah, C. (2017). *Pokoknya Kualitatif: dasar-dasar Merancang dan Melakukan Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Dunia Pustaka Jaya.
- Arisma, N., Siregar, L. H., Khadijah, & Khairunisa. (2022). Permainan Tradisional Kucing-Tikus Danengklekanak Usia Dini Melalui Kegiatan *Outdoor*. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 165.
- Bangsawan, I. P. (2019). *Direktori Permainan Tradisional*. Sumatera Selatan: Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupateb Banyuasin.
- Depdiknas. (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Dlis, F., & dkk. (2022). *Filsafat Ilmu dalam Perspektif Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Pangkalpinang: Dapurkata.
- Firawati, S. (2020). *Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Permainan Kucing-Kucingan Siswa Kelas V-A MI Badrussalam Surabaya*. Surabaya: Skripsi.
- Handoyo, A. (2021). *Lari Jarak Pendek*. Jakarta Timur: PT Perca.

- Hasanati, N. (2019). Implementasi Permainan Tradisional Kucing dan Tikus dalam Meningkatkan Perkembangan Sosial Emosional Anak di RA Al Wardah Sumberrejo Jaken Pati. *Skripsi*, 66.
- Hidayat, A. S., Dils, F., & Hanief, S. (2021). *Pengembangan Model Pembelajaran Atletik Nomor Lari Berbasis Permainan Pada Siswa Sekolah Dasar*. Puwodadi: Sarnu Untung.
- Irwansyah. (2006). *Pendidikan Jasmani*. Jakarta: PT Grafindo Media Pratama.
- Iswinarti. (2017). Permainan Tradisional Prosedur dan Analisis Manfaat Psikologis. *Universitas Muhammadiyah Malang*, 6.
- Komarudin. (2016). *Penilaian Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Kurniati, E. (2016). *Permainan Tradisional dan Perannya Dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Mahendra, A. (2003). *Falsafah Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Luar Biasa.
- Marliza. (2018). Pengaruh Penerapan Permainan Tradisional Kucing Dan Tikus Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun Di TK Negeri Pembina 3 Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu*, 3-4.
- Muliadi. (2017). Penerapan Pendekatan Permainan Hijau-Hitam Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lari Cepat (*Sprint*) Siswa SD. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kependidikan*, 154.
- Mulyani, N. (2016). *Super Asyik Permainan Tradisional Anak Indonesia*. Yogyakarta: Diva Press.
- Musfiroh, T. (2015). *Bermain dan Permainan Anak*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.
- Nopiyanto, Y. E., & dkk. (2020). *Pembelajaran Atletik*. Bengkulu: Elmarkazi.

- Nureltin. (2014). Peningkatan Kemampuan Lari Sprint Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas V SDN Limua. *E-Journal Tadulako Physical Education Health and Recreation Volume 2*, 7-13.
- Purnomo, E., & Dapan. (2017). *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: Alfabeta.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Litera.
- Sanjaya, W. (2016). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Selviani, G. E., Heryanto, D., & Djumhana, N. (2019). Penerapan Model Pembelajaran Group Investigation Untuk Meningkatkan Hasil Belajar IPA di SD. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 96.
- Sit, M. (2021). *Optimalisasi Kecerdasan Majemuk Anak Usia Dini Dengan Permainan Tradisional*. Jakarta: Prenada Media.
- Sugiyanto. (2010). *Belajar Gerak*. Surakarta: UNS Press.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susilo, H., & dkk. (2009). *Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Sarana Pengembangan Keprofesionalan Guru dan Calon Guru*. Malang: Bayu Media.
- Sutanto, T. (2020). *Buku Pintar Olahraga*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Sutarjo, A. (2004). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Serang: Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Serang.
- Syafnidawaty. (2020, November 08). *Data Sekunder*. Retrieved from Universitas Raharja: <https://raharja.ac.id/2020/11/08/data-sekunder/>
- Tung, K. Y. (2015). *Pembelajaran dan Perkembangan Belajar*. Jakarta: Permata Putri Media.