

**PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI
KARET TERHADAP KETERAMPILAN LOMPAT TINGGI
SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI SEPATAN II**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Guru Sekolah Dasar



Oleh :
Balqis Laillisa
NIM 1901090

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR
KAMPUS UPI DI SERANG
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2023**

**PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI
KARET TERHADAP KETERAMPILAN LOMPAT TINGGI
SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI SEPATAN II**

Oleh
Balqis Laillisa
1901090

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

©Balqis Laillisa 2023
Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Serang
2023

Hak cipta dilindungi undang-undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian
Dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Balqis Laillisa
NIM : 1901090
Progran Studi : S1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar
Judul Skripsi : Pengaruh Permainan Tradisional Lompat Tali Karet Terhadap Keterampilan Lompat Tinggi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sepatan II

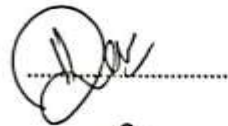
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Guru Sekolah Dasar pada Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Serang.

DEWAN PENGUJI

Penguji I : Dra. Ita Rustiati Ridwan, M.Pd.
NIP. 1961052311988032001



Penguji II : Deni Wardana, M.Pd.
NIP. 198105132005021004



Penguji III : Drs. H. Widjojoko, M.Pd.
NIP. 195911191983031002



Ditetapkan di : Serang

Tanggal : 15 Agustus 2023


HALAMAN PERSETUJUAN

BALQIS LAILLISA

**PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI KARET
TERHADAP KETERAMPILAN LOMPAT TINGGI SISWA KELAS V
SEKOLAH DASAR NEGERI SEPATAN II**

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I,



Drs. H. Ajo Sutarjo, M.Pd.

NIP. 19620110 198803 1 003

Pembimbing II,



Fatihatusyidah, S. S., M.Pd.

NIPT. 9202008 1981070 1 201

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar,



Dr. Andika Arisetawan, M. Si.

NIP. 19810327 200502 1 003

ABSTRAK

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALIKARET TERHADAP KETERAMPILAN LOMPAT TINGGI SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI SEPATAN II

Balqis Laillisa

Program Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Kampus Serang,

Universitas Pendidikan Indonesia

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional lompat tali karet terhadap keterampilan lompat tinggi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Sepatan II. Berdasarkan hasil pengamatan, masalah yang teridentifikasi pada penelitian ini yaitu lompat tinggi di sekolah dasar kurang berkembang dan kurang menarik minat siswa, kurangnya alat sarana & prasarana untuk kegiatan olahraga (khususnya lompat tinggi), dan penyampaian guru yang kurang efektif karena tidak memakai media atau alat permainan. Penelitian ini hanya menggunakan satu kelas yaitu kelas eksperimen dengan sampel 35 peserta didik, maka dari itu metode yang digunakan dalam penelitian ialah metode eksperimen. Desain penelitian yang digunakan *One Group Pretest-Posttest Design*. Instrumen penelitian menggunakan tes *pretest* dan *posttest*. Tes *pretest* (tes awal) juga tes akhir (*posttest*) berupa tes keterampilan lompat tinggi dengan mistar yang di ganti dengan tiang bambu yang di buat oleh peneliti sebagai pengganti mistar tiang besi. Penelitian ini menggunakan analisis regresi linier sederhana. Peneliti menguji normalitas menggunakan uji normalitas *Shapiro Wilk*. Selanjutnya, peneliti menguji homogenitas dengan membandingkan kelompok *pretest* dan *posttest*. Peneliti kemudian menggunakan teknik *Paired Sample t-Test* untuk menguji hipotesis. Hasil yang diperoleh yaitu nilai rata-rata data awal *pretest* yaitu 55,86 dan data akhir *posttest* 75,31. Pengujian homogenitas yang dilakukan, dan diperoleh bahwa antara *pretest* dengan *posttest* memiliki varians yang sama atau homogen. Dalam uji normalitas mendapatkan nilai signifikansi (*Sig*) pada tes *pretest* sebesar 0,155 ($0,155 > 0,05$) dan tes *posttest* 0,194 ($0,194 > 0,05$). Bahwa jika nilainya di atas 0,05 maka dinyatakan data berdistribusi normal. Dan hasil uji t *Paired Sample t-Test* diketahui nilai probabilitas (signifikansi) 2-tailed adalah $0,000 < 0,05$. Dengan hasil tersebut menunjukkan ada pengaruh signifikan permainan tradisional lompat tali karet terhadap keterampilan lompat tinggi siswa kelas V SDN Sepatan II. Dan hasil uji regresi linier sederhana dapat diketahui besar pengaruh permainan tradisional lompat tali karet terhadap keterampilan lompat tinggi dengan besar *R Square* adalah 0,682 atau dengan persentase 68,2%.

Kata kunci: Permainan Tradisional Lompat Tali Karet, Lompat Tinggi

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF TRADITIONAL GAME JUMPING RUBBER ROPE ON HIGH JUMPING SKILLS OF STUDENTS OF GRADE V PRIMARY SCHOOL STATE SEPATAN II

Balqis Laillisa

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

The research aims to understand the influence of traditional game jumping rubber rope on high jumping skills of students of grade V State Primary School Sepatan II. Based on the results of observations, the problem identified in this study is that high leaps in primary schools are less developed and less attractive to students, Lack of equipment and facilities for sports activities (especially high jumping), and less effective teachers' delivery because they don't use media or play tools. This study used only one class, namely an experimental class with a sample of 35 students, so the method used in the study is the experimental method. One group *pretest-posttest* design. The research instrument uses pre-test and posttest tests. The pretest (preliminary test) is also the final test (posttest) of a high jumping skill test with a mistar replaced by a bamboo pillar created by the researchers as a replacement for a iron pillar mistar. This study uses simple linear regression analysis. The researchers tested normality using the Shapiro Wilk normality test. Next, the researchers tested homogeneity by comparing the pre-test and posttest groups. The researchers then used the Paired Sample t-Test technique to test the hypothesis. The result obtained is the average value of the preliminary data pretest is 55.86 and the final data posttest 75.31, the homogeneity test carried out and the result that between pretest and posttest have the same or homogenous variance. In the normality test obtained a significance value (Sig) on the pretest test of 0,155 ($0,155 > 0,05$) and the posttest of 0,194 ($0,194 > 0,05$). If the value is above 0.05, then the data is normally distributed. And the result of the Paired Sample t-Test is known 2-tailed probability value is $0,000 < 0,05$. The results showed that there was a significant influence of the traditional game of rubber rope jumping on the high jumping skills of students of grade V SDN Sepatan II. And the results of the simple linear regression test can be greatly known the influence of the traditional game of rubber rope jumping on high jumping skills with a large R Square is 0.682 or with a percentage of 68.2%.

Keyword: Game Jumping Rubber Rope, High Jumping

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	vi
HALAMAN PERNYATAAN.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Paradigma Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Kajian Teori.....	7
1. Pendidikan Jasmani	7
2. Sistematika Pembelajaran Pendidikan Jasmani.....	11
3. Gerak Dasar	12
4. Atletik	13
5. Permainan Tradisional Lompat Tali Karet	14
6. Lompat Tinggi	17
B. Penelitian Relevan.....	24
C. Hipotesis.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Desain Penelitian.....	27
B. Populasi dan Sampel	29
C. Variabel Penelitian	30
D. Instrumen Penelitian.....	31
E. Teknik Analisis Data.....	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	38

A. Hasil Penelitian	38
B. Pembahasan Hasil Penelitian	44
C. Keterbatasan Penelitian	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	47
A. Kesimpulan.....	47
B. Implikasi.....	47
C. Saran atau Rekomendasi	48
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN.....	52

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifuddin dan Muhadi. (1992/1993). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Aip Syarifuddin. (1992). *Atletik I*. Jakarta: Depdikbud.
- Akbar, R. (2016). *Pengaruh Permainan Lompat Tali Karet dan Latihan Skipping Terhadap Hasil Belajar Lompat Tinggi Siswa SDN SindangLaya Kecamatan TanjungSiang Kabupaten Subang*. S1 Thesis, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Anggi Setia Lengkana, T. M. (2015/2021). *Pembelajaran Kebugaran Jasmani*. Salam Insan Mulia.
- Anita, R. (2013). Journal of phisycal education, sport and health. *Meningkatkan Kemampuan Lompat Tinggi Gaya Straddle Menggunakan Balok Berjenjang Bagi Siswa Kelas V SD Negeri 2 Kertanegara Kecamatan Kertanegara Kabupaten Purbalingga*. 2 (11). Hlm. 724-733.
- Anto, D. (2001). *Pengantar Metode Statistik*, Jakarta: Edisi Revisi LP3ES.
- Ariawan, D. C. (2015). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Dan Loncat Melalui Permainan Tali Merdeka*. [Online]. Diakses dari <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr/article/view/8141> (15 Oktober 2022).
- Arikunto, S. (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendeketan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Arikunto, S. (2010). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Bahagia, Yoyo, dkk. (2010) *Atletik*. Jakarta: Depdiknas.
- Blegur, J. (2016). *Evaluasi Ketangguhan Mental Atlet Nomor Lari Ppld Provinsi NTT Tahun 2016*. Jurnal Penjas Dan Interdisipliner Ilmu Keolahragaan.
- Choerudin, M. (2012). Jurnal Skripsi UNS. *Upaya Peningkatan Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Menggunakan Alat Bantu Pembelajaran Pada Siswa Kelas Iv SDN 04 Bejen Karanganyar Tahun*

- Ajaran 2011/2012*. Universitas Sebelas Maret, Solo.
- Cohen, et al. (2007). *Metode Penelitian dalam Pendidikan*. New York. Routledge 657 Hal.
- Gusti Ayu Dwi Padmaswari, et al. (2016). *Penerapan Bermain Lompat Tali Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Kelompok A TK Tunas Gama School*. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Pendidikan Ganesha, Volume 4. No. 2.
- Depdiknas. (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Untuk Sekolah Dasar*. Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani. Jakarta: Dikdasmen.
- Duwi Priyanto. (2010). *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian Dengan SPSS*. Yogyakarta: Andi.
- Hadiputra, K. (2017). *Profesionalisme tenaga profesi pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan*. Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga.
- Harsono. (1998). *Coaching and Aspek-aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kesuma.
- Kasiram, Moh. (2008). *Metodologi Penelitian*. Malang: UIN-Malang Pers.
- Kusmaedi, N. (2009), *Permainan Tradisional*. Bandung.
- Lutan Rusli. (1999). *Mengajar Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Jakarta: Dirjen Dikti.
- Maulana. (2009). *Memahami Hakikat, Variabel, dan Instrumen Penelitian Pendidikan dengan Benar*. Bandung: Learn2live, n Live2Learn.
- Muhtar. (2011). *Atletik I*. Bandung: CV Bintang Warli Artika.
- Muhtar. Tatang. (2012). *Atletik*. Bandung: CV Bintang Warli Artika
- Nurazizah, R. (2017). *Pengaruh Model Permainan Lompat Tali Dan Permainan Engklek Terhadap Hasil Belajar Lompat Tinggi Gaya Straddle (Penelitian Eksperimen Terhadap Siswa Kelas V SDN Sukamaju Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang)*. S1 Thesis, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Saputra. M.Yudha. (2001). *Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar*. Jakarta Pusat: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Setiawan, Sandi (2017). *Penggunaan Media Karet Untuk Meningkatkan Gerak*

Dasar Lompat Tinggi Gaya Guling Perut Di Kelas IV SDN Sukanagara Kecamatan Darmaraja Kabupaten Sumedang. S1 Thesis, Universitas Pendidikan Indonesia.

Sudjana, Nana. (2010). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Sudjana. (2001). *Metoda Statistika*. Bandung: PT Tarsito.

Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2013). *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sukirno dan Putri C.K. (2017). *Permainan Kecil Dan Olahraga Tradisional Dalam Pembelajaran Penjas*. Palembang: Universitas Sriwijaya.

Supandi. (1992). *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Supandi. (1991). *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud.

Syarifuddin, Aip. (1992). *Atletik*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Wawan Suherman. (2001). *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK.

Yudi Adisasmita. (1992). *Teknik dan Latihan Olahraga Atletik*. Bandung: Penebar Swadaya.