

**PENDEKATAN PEMBELAJARAN OLAHRAGA BERMAIN DAPAT
MENINGKATKAN KETERAMPILAN GULING DEPAN SISWA**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana
Pendidikan dalam bidang Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani



Oleh :

Ganie Tri Lestari

2000174

PROGRAM STUDI

PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI

KAMPUS DAERAH SUMEDANG

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2024

Ganie Tri Lestari, 2024

*PENDEKATAN PEBELAJARAN OLAHRAGA BERMAIN DAPAT MENINGKATKAN KETERAMPILAN GULING
DEPAN SISWA*

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

HAK CIPTA

PENDEKATAN PEMBELAJARAN OLAHRAGA BERMAIN DAPAT MENINGKATKAN KETERAMPILAN GULING DEPAN SISWA

(Penelitian Tindakan Kelas)

Oleh

Ganie Tri Lestari

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi S1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

© Ganie Tri Lestari 2024

Universitas Pendidikan Indonesia

Mei 2024

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.

LEMBAR PENGESAHAN

Ganie Tri Lestari

**Pendekatan Pembelajaran Olahraga Bermain Dapat Meningkatkan
Keterampilan Guling Depan Siswa**

Penelitian Tindakan Kelas

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH :

Dosen Pembimbing I :

Prof. Dr. H. Yudha Munajat Saputra, M.Ed.

NIP. 196303121989011002

Dosen Pembimbing II :

Drs. H. Anin Rukmana, M.Pd.

NIP. 196002061986031001

Mengetahui,

Ketua Program Studi PGSD Pendidikan Jasmani SI

UPI Kampus Sumedang

Dr. Anggi Setia Lengkana, M.Pd

NIPT. 920200119851119101

LEMBAR PENGUJIAN SKRIPSI

Ganie Tri Lestari

**Pendekatan Pembelajaran Olahraga Bermain Dapat Meningkatkan
Keterampilan Guling Depan Siswa**

Penelitian Tindakan Kelas

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH:

Dosen Penguji I:

Dosen Penguji II:

Dosen Penguji III:

Drs. H. Anin Rukmana, M.Pd.

NIP. 196002061986031001

Muhammad Nur Alif, M.Pd.

NIP. 920171219910117101

Drs. Respaty Mulyanto, M.Pd

NIP. 920190219861101101

Mengetahui,

Ketua Program Studi PGSD Pendidikan Jasmani SI

UPI Sumedang

Dr. Anggi Setia Lengkana, M.Pd

NIPT. 920200119851119101

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pendekatan Pembelajaran Olahraga Bermain Dapat Meningkatkan Keterampilan Guling Depan Siswa” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya sendiri.

Sumedang, 2024

Ganie Tri Lestari

UCAPAN TERIMAKASIH

Dengan memanjatkan puji serta syukur ke hadirat Allah SWT yang mana telah memberikan kesabaran, kekuatan, juga limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulisan laporan skripsi ini bisa selesai dengan tepat waktu. Tanpa rahmat, karunia dan keridhaannya mungkin skripsi ini tidak akan berjalan pada semestinya.

Dalam penyusunan skripsi dari mulai awal sampai akhir skripsi ini selesai, penulis banyak mendapatkan bantuan baik berupa materi maupun moril serta do'a dari berbagai pihak yang selalu memberikan semangat kepada penulis hingga saat ini. Maka dari itu penulis mengucapkan terima kasih banyak yang sedalamdalamnya kepada yang terhormat:

1. Keluarga tercinta terutama orang tua saya Bapak Wawan Irawan dan Ibu Eni Kartini serta kakak saya Gilang Putra Nurani, Grace Noerani Putri, Nurul Fitri, Risma Riyani dan adik saya Galang Dharma Akbar yang telah memberikan moral dan material selama menjalani studi S1, do'a restu yang tidak pernah berhenti hingga skripsi ini telah selesai.
2. Bapak Prof. Dr. H. Yudha Munajat Saputra, M.Ed. selaku Direktur UPI Kampus Sumedang yang telah memberikan izin penelitian dan SK.
3. Bapak Dr. Anggi Setia Lengkana, M.Pd. selaku Ketua Program Pendidikan Guru Sekolah Dasar Jasmani S1 UPI Kampus Sumedang.
4. Bapak Prof. Dr. H. Yudha Munajat Saputra, M.Ed. selaku Pembimbing I yang selalu meluangkan waktu untuk membimbing serta dengan sabar memberikan arahan, petunjuk serta koreksi yang begitu bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini, tanpanya mungkin penelitian ini tidak akan selesai tepat pada waktunya.
5. Bapak Drs. H. Anin Rukmana, M.Pd. selaku Pembimbing II yang telah memberikan saran dan arahan yang begitu berarti serta bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini. Dan tanpa beliau pun mungkin penelitian ini tidak akan selesai tepat pada waktunya.

6. Seluruh Bapak dan Ibu dosen, staf administrasi, staf akademik, staf perpustakaan dan lingkungan civitas akademik UPI Kampus Sumedang yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat untuk penulis.
7. Kepala sekolah (siswa SDN Cicalengka 07), guru pamong dan beserta jajarannya yang telah berpartisipasi dan membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Kepada anggota UKM Pencak Silat yang telah memberikan dukungan moral dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Terima kasih saya ucapkan kepada Bapak Asep Sutahyar dan ibu Delis selaku orang tua serta keluarga diperantauan yang telah memberikan dukungan penuh dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Terima kasih saya ucapkan kepada teman-teman, keluarga besar mahasiswa UPI Kampus Sumedang angkatan 2020 atas semuanya, sehingga mendapatkan pengalaman hidup yang sangat berharga.
11. Terima kasih untuk teman-teman kelas, PGSD Penjas A yang sudah memberikan pelajaran yang sangat berharga selama 4 tahun perkuliahan, saling membantu di kelas maupun luar kelas. Terimakasih untuk kekompakannya, terimakasih untuk saling merangkul satu sama lain, sehingga kita dapat lulus bersama di tahun 2024.
12. Terima kasih saya ucapkan kepada Rijal Abdul Rohman yang telah memberikan dukungan penuh dalam penyelesaian skripsi ini.
13. Terima kasih saya ucapkan kepada Carolin Purba, Ristiyanti Wulandari, Fadillah Hafni, Lilis dan Hani selaku rekan-rekan di kosan yang sangat memberikan dukungan dan pengalaman berharga selama berada diperantauan.
14. Terima kasih kepada diri saya sendiri, sudah berjuang, kuat, sabar dan tetap bertahan serta tidak menyerah dalam menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dilalui selama pengerjaan skripsi ini. Semangat untuk terus berkembang dan berkelana lebih jauh lagi.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pendekatan Pembelajaran Olahraga Bermain Dapat Meningkatkan Keterampilan Guling Depan Siswa” dengan tepat waktu. Kemudian tak lupa pula penulis mengirimkan sholawat serta salam pada Nabi besar Muhammad SAW, karena beliau telah berhasil membawa umatnya dari alam kebodohan kepada alam yang berilmu pengetahuan saat ini.

Penyusunan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi sebagian salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Pendidikan Indonesia jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani. Dalam Penyusunan skripsi penulis mengalami beberapa kesulitan dan kendala. Namun, berkat uluran bantuan dari berbagai pihak maka skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang telah membantu atau membimbing penulis dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna. Oleh sebab itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun perbaikan penyempurnaan. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan menjadi acuan bagi kita semua terkhusus bagi calon tenaga kependidikan guru sekolah dasar pendidikan jasmani. Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan karunianya serta memberikan kebaikan kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini.

Sumedang, 2024

GTL

ABSTRAK

Pendekatan Pembelajaran Olahraga Bermain Dapat Meningkatkan Keterampilan Guling
Depan Siswa

Ganie Tri Lestari

2000174

Penelitian ini menunjukkan bahwa pentingnya pendekatan pembelajaran olahraga bermain dalam meningkatkan keterampilan guling depan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui bagaimana proses dan hasil implementasi pembelajaran olahraga bermain terhadap keterampilan guling depan siswa. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (*Action Research Classroom*). Model PTK yang digunakan dalam penelitian ini adalah model spiral Kemmis-Mc. Taggart (1988)(Kemmis dkk., 2014). Model tersebut membagi satu siklus prosedur penelitian tindakan kelas menjadi empat tahap yaitu tahap rencana (*planning*), tindakan (*acting*), observasi (*observing*), dan refleksi (*reflection*). Subjek penelitian ini siswa kelas VI SDN Cicalengka 07 tahun pelajaran 2023/2024 yang berjumlah 26 siswa, terdiri dari 12 siswa putra dan 14 siswi putri. Temuan yang di dapat menunjukkan dalam siklus I menghasilkan ketuntasan ketercapaian hasil keterampilan guling depan menggunakan pembelajaran olahraga bermain sebesar 70% dengan aktivitas siswa sebesar 74%. Pada siklus II diperoleh hasil yang cukup signifikan dalam ketuntasan ketercapaian sebesar 85% dengan aktivitas siswa sebesar 88%. Pada siklus III diperoleh hasil yang signifikan dalam ketuntasan ketercapaian sebesar 93% dengan aktivitas siswa sebesar 96%. Hasil penelitian ini bahwa melalui pendekatan pembelajaran olahraga bermain dapat meningkatkan keterampilan guling depan dan aktivitas siswa, di dukung dengan adanya berbagai variasi bermain.

Keywords : Pendidikan Jasmani, Olahraga Bermain, Senam Lantai, Guling depan.

ABSTRACT

Playing Sports Learning Approach Can Improve Students' Forward Rolling Skills

Ganie Tri Lestari

2000174

This research shows the importance of a play sports learning approach in improving front roll skills. The aim of this research is to find out how the process and results of implementing playing sports learning affect students' forward rolling skills. The type of research used is classroom action research (Action Research Classroom). The PTK model used in this research is the Kemmis-Mc spiral model. Taggart (1988)(Kemmis et al., 2014). This model divides one cycle of classroom action research procedures into four stages, namely the planning, acting, observing and reflection stages. The research subjects were 26 students in class VI at SDN Cicalengka 07 for the 2023/2024 academic year, consisting of 12 male students and 14 female students. The findings that can be shown in cycle I resulted in the complete achievement of the front roll skill results using playing sports learning at 70% with student activity at 74%. In cycle II, quite significant results were obtained in achieving completeness of 85% with student activity of 88%. In cycle III, significant results were obtained in terms of completeness achievement of 93% with student activity of 96%. The results of this research show that through a sports learning approach, playing can improve students' forward rolling skills and activity, supported by various variations of play.

Keywords: Physical Education, Play Sports, Floor Gymnastics, Front roll.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN.....	iii
UCAPAN TERIMAKASIH	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	xv
1.1 Latar Belakang Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.2 Perumusan dan Pemecahan Masalah Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.2.1 Perumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.2.2 Pemecahan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.3.1 Untuk mengetahui perencanaan kegiatan pembelajaran guling depan melalui pendekatan olahraga bermain dalam meningkatkan keterampilan siswa di SDN 7 Cicalengka.....	Error! Bookmark not defined.
1.3.2 Untuk mengetahui pelaksanaan kegiatan pembelajaran guling depan melalui pendekatan olahraga bermain dalam meningkatkan keterampilan siswa di SDN 7 Cicalengka.....	Error! Bookmark not defined.
1.3.3 Untuk meningkatkan aktivitas siswa dalam kegiatan pembelajaran guling depan melalui pendekatan olahraga bermain dalam meningkatkan keterampilan siswa di SDN 7 Cicalengka.	Error! Bookmark not defined.
1.3.4 Untuk memperbaiki hasil belajar siswa pada kegiatan pembelajaran guling depan melalui pendekatan olahraga bermain dalam meningkatkan keterampilan siswa di SDN 7 Cicalengka.	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.4.1 Manfaat Teoritis	Error! Bookmark not defined.

1.4.2	Manfaat Praktis	Error! Bookmark not defined.
1.4.3	Manfaat Sosial.....	Error! Bookmark not defined.
1.5	Struktur Organisasi.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II KAJIAN PUSTAKA		Error! Bookmark not defined.
2.1	Konsep Dasar Pendekatan Pembelajaran	Error! Bookmark not defined.
2.2.1	Pengertian.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.2	Tujuan Pendekatan Pembelajaran	Error! Bookmark not defined.
2.2.3	Manfaat	Error! Bookmark not defined.
2.2.4	Jenis-Jenis	Error! Bookmark not defined.
2.2	Konsep Dasar Olahraga Bermain	Error! Bookmark not defined.
2.2.1	Pengertian.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.2	Tujuan.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.3	Manfaat	Error! Bookmark not defined.
2.2.4	Macam-Macam Olahraga Bermain	Error! Bookmark not defined.
2.3	Tahapan Pembelajaran Olahraga Bermain ...	Error! Bookmark not defined.
2.3.1	Pemanasan.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.2	Teknik dasar	Error! Bookmark not defined.
2.3.3	Latihan tanpa bahaya.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.4	Latihan tanpa bantuan	Error! Bookmark not defined.
2.3.5	Peningkatan kesulitan.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.6	Pemberian umpan balik.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.7	Latihan reguler	Error! Bookmark not defined.
2.3.8	Keselamatan	Error! Bookmark not defined.
2.4	Keterampilan Guling Depan.....	Error! Bookmark not defined.
2.4.1	Sikap Awal.....	Error! Bookmark not defined.
2.4.2	Pelaksanaan	Error! Bookmark not defined.
2.4.3	Sikap Akhir	Error! Bookmark not defined.
2.5	Pendekatan Pembelajaran Bermain Untuk Meningkatkan Keterampilan Guling Depan	Error! Bookmark not defined.
2.5.1	Variasi Pemanasan.....	Error! Bookmark not defined.
2.5.2	Variasi Gerakan Stretching.....	Error! Bookmark not defined.

2.5.3	Variasi Gerakan Calisthenics.....	Error! Bookmark not defined.
2.5.4	Variasi Gerakan Pembentukan	Error! Bookmark not defined.
2.5.5	Elaborasi.....	Error! Bookmark not defined.
2.5.6	Variasi Pendinginan.....	Error! Bookmark not defined.
2.6	Penelitian Relevan	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN.....		Error! Bookmark not defined.
3.1	Metode dan Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.1.1	Metode Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.1.2	Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2	Lokasi, Waktu dan Subyek Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2.1	Lokasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.2	Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2.3	Subyek Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.3	Instrumen Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.1	Format Observasi Perencanaan Pembelajaran Menggunakan Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG 1).....	Error! Bookmark not defined.
3.3.2	Format Observasi Pelaksanaan Pembelajaran Menggunakan Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG 2).....	Error! Bookmark not defined.
3.3.3	Format Observasi Aktivitas Siswa	Error! Bookmark not defined.
3.3.4	Catatan Lapangan.....	Error! Bookmark not defined.
3.4	Prosedur Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.4.1	Tahap Perencanaan (<i>Planning</i>)	Error! Bookmark not defined.
3.4.2	Tahap pelaksanaan (<i>Action</i>)	Error! Bookmark not defined.
3.4.3	Tahap observasi (<i>Observation</i>)	Error! Bookmark not defined.
3.4.4	Tahap refleksi (<i>Reflection</i>)	Error! Bookmark not defined.
3.5	Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data..	Error! Bookmark not defined.
3.5.1	Teknik Pengolahan Data	Error! Bookmark not defined.
3.5.2	Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
3.5.3	Validitas data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.
4.1	Temuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.

4.1.1	Perencanaan (<i>Planning</i>)	Error! Bookmark not defined.
4.1.2	Pelaksanaan Pembelajaran (<i>Action</i>).....	Error! Bookmark not defined.
4.1.3	Aktivitas Siswa	Error! Bookmark not defined.
4.1.4	Hasil Belajar Keterampilan Guling Depan	Error! Bookmark not defined.
4.2	Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI ...		Error! Bookmark not defined.
5.1	Simpulan.....	Error! Bookmark not defined.
5.1.2	Error! Bookmark not defined.
5.2	Implikasi.....	Error! Bookmark not defined.
5.3	Rekomendasi	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA		Error! Bookmark not defined.
DAFTAR LAMPIRAN		Error! Bookmark not defined.
DAFTAR RIWAYAT HIDUP		Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

- Tabel 3. 1 Daftar Nama Siswa Kelas IV SDN Cicalengka 07 ... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 2 Format Observasi Perencanaan IPKG I **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 3 Format Observasi Pelaksanaan IPKG II..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 4 Format Observasi Aktivitas Siswa **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 5 Format Tes Keterampilan Guling Depan.... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 6 Hasil Perencanaan Kinerja Guru Siklus I... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 7 Hasil Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus I... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 8 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 9 Hasil Tes Keterampilan Guling Depan Siklus I **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 10 Hasil Perencanaan Kinerja Guru Siklus II **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 11 Hasil Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus II **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 12 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 13 Hasil Tes Keterampilan Guling Depan Siklus II **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 14 Hasil Perencanaan Kinerja Guru Siklus III **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 15 Hasil Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus III **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 16 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 17 Hasil Tes Keterampilan Guling Depan Siklus III.... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2. 1 Gerakan mengguling ke depan (Berty Tilarso, 2000:1 dalam Sumarni, 2017) **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 2 Urutan gerakan guling depan awalan berdiri (Ervan Yudhi Tri Atmoko, 2022) **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 3 Bentuk kegiatan menjala ikan **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 4 Bentuk kegiatan kucing tikus **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 5 Bentuk kegiatan bom-bom tembak **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 6 Kegiatan Guru mencontohkan gerakan cium lutut **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 7 Kegiatan bermain cium lutut **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 8 Kegiatan bermain kangkang **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 9 Kegiatan bermain tarik badan **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 10 Kegiatan bermain menirukan gajah berjalan **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 11 Kegiatan bermain antar jempit kelinci **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 12 Kegiatan bermain melompati batu **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 13 Kegiatan bermain menirukan burung yang hinggap di dahan **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 14 Kegiatan bermain estafet bola **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 15 Kegiatan bermain bola keranjang **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 16 Kegiatan bermain gerobak dorong **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 17 Bermain Bola Berputar **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 18 Bermain kapal goyang **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 19 Bentuk kegiatan pendinginan kepala pundak **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 20 Bentuk kegiatan pendinginan pijatan ... **Error! Bookmark not defined.**
- No table of figures entries found.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keterangan Judul dan Pembimbing	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2 Monitoring Bimbingan Skripsi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3 Publish Artikel	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5 Surat Balasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7 Kegiatan Observasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.