

**PROFIL AKTIVITAS JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR  
KELAS BAWAH DI KOTA CIMAHI**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani



Oleh  
**Ammima Aziz Rohmat**  
**1504138**

**PROGRAM STUDI**  
**PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI**  
**DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARAGA**  
**FAKULTAS PENDIDIKAN OLARAGA DAN KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**  
**2019**

**PROFIL AKTIVITAS JASMANI SEKOLAH DASAR KELAS BAWAH DI  
KOTA CIMAHI**

Oleh  
Ammima Aziz Rohmat

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

©Ammima Aziz Rohmat  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Juli 2019

Hak Cipta dilindungi undang-undang.  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagiannya, dengan dicetak  
ulang, fotocopy, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

**Ammima Aziz Rohmat**

**PROFIL AKTIVITAS JASMANI SEKOLAH DASAR KELAS BAWAH DI  
KOTA CIMAHI**

Disetujui dan disahkan oleh:

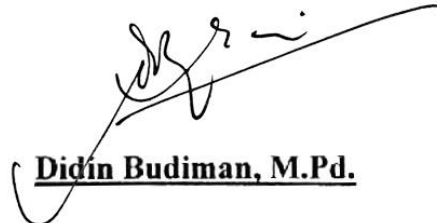
Pembimbing I



**Lukmannul Haqim Lubay, M.Pd.**

**NIP. 197508122009121004**

Pembimbing II



**Didin Budiman, M.Pd.**

**NIP. 197409072001121001**

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani



**Dr. Agus Mahendra, M.A.**

**NIP. 196308241989031002**

## **PERNYATAAN**

Saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul: **PROFIL AKTIVITAS JASMANI SEKOLAH DASAR KELAS BAWAH DI KOTA CIMAHI** adalah sepenuhnya karya saya sendiri tidak ada di dalamnya yang termasuk penjiplakan dan pengutipan yang tidak sesuai dengan etika keilmuan. Atas hal tersebut, saya siap menanggung resiko dan bertanggung jawab apabila dikemudian hasil terdapat pelanggaran mengenai etika keilmuan dalam karya ini.

Bandung, Juli 2019

Yang Membuat Pernyataan

**Ammima Aziz Rohmat**  
**NIM. 1504138**

**ABSTRAK**  
**PROFIL AKTIVITAS JASMANI SEKOLAH DASAR KELAS BAWAH DI**  
**KOTA CIMAH**

**Ammima Aziz Rohmat**  
**2019**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat aktivitas jasmani sekolah dasar kelas bawah di kota Cimahi. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif, dengan menggunakan instrumen angket (kuisisioner). Sampel penelitian yang digunakan adalah teknik *cluster sampling* yaitu SDN Cibeureum Mandiri 1 (Cimahi Selatan), SDN Sindang Sari (Cimahi Tengah), SDN Pasir Kaliki 6 (Cimahi Utara) di kelas bawah dengan jumlah 288 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat aktivitas jasmani siswa berada pada kategori baik, dengan persentase sebagai berikut: SDN Cibeureum Mandiri 1 memperoleh persentase skor aktivitas jasmani sebesar 66,16%, SDN Sindang Sari memperoleh persentase skor aktivitas jasmani sebesar 66,55% dan SDN Pasir Kaliki 6 memperoleh persentase skor aktivitas jasmani sebesar 71,92%. Secara keseluruhan kelas memperoleh skor total 1738 dengan rata-rata skor keseluruhan yaitu 193,11, dan persentase skor aktivitas jasmani 67,05%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat aktivitas jasmani siswa sekolah dasar kelas bawah di kota Cimahi berada pada kategori baik.

***Kata kunci : Aktivitas Jasmani, Kelas Bawah***

**ABSTRACT**  
**PROFILE OF PHYSICAL ACTIVITY FOR THE LOWER CLASS OF**  
**ELEMENTARY SCHOOLS AT CIMAHY CITY**

**Ammima Aziz Rohmat**  
**2019**

*The purpose of research was to know level of physical activity lower class elementary schools at Cimahi city. The method used was descriptive by using a questionnaires as the instrument. Cluster sampling technique was used as the sample for this research, and the sample was as follows: SDN Cibereum Mandiri 1 (South Cimahi), SDN Sindang Sari (District Cimahi Middle), SDN Pasir Kaliki 6 (North Cimahi) for the lower class of elementary schools with 288 students. The results has shown that the level of physical activity students in the good category, those are followed by the next percentages: the score Cibereum Mandiri 1 SDN was score 66,16%, followed by Sindang Sari with 66,55%, and SDN Pasir Kaliki 6 archieved 71,92%. Overall, all classes obtained total score 1738 with an average score 193,11, and the percentages of physical activity scores was 67.05%. in conclusion, the level of physical activity of lower class elementary school students at Cimahi city was in the good category.*

**Key Words : Physical Activity, Lower Class**

## DAFTAR ISI

<b>HAK CIPTA .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>UCAPAN TERIMAKASIH.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR DIAGRAM .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.5 Struktur Organisasi Penelitian.....	5
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
2.1 Pendidikan Jasmani .....	6
2.2 Hakikat Profil .....	7
2.3 Hakikat Aktivitas Jasmani.....	7
2.3.1 Pengertian Aktivitas Jasmani .....	7
2.3.2 Manfaat Aktivitas Jasmani .....	9
2.3.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Jasmani .....	10
2.4 Gerak Dasar Fundamental .....	11
2.4.1 Gerak Dasar Lokomotor .....	11
2.4.2 Gerak Dasar Non-Lokomotor.....	15
2.4.3 Gerak Dasar Manipulatif.....	18
2.5 Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar SD/MI .....	23
2.6 Karakteristik Siswa Sekolah Dasar .....	28
2.7 Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	29

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
3.1 Desain Penelitian.....	30
3.2 Partisipan.....	31
3.3 Populasi dan Sampel.....	31
3.3.1 Populasi.....	31
3.3.2 Sampel.....	32
3.4 Instrumen Penelitian.....	33
3.4.1 Wawancara.....	34
3.4.2 Kuesioner (Angket).....	34
3.4.3 Uji Validitas .....	35
3.4.4 Uji Reliabilitas .....	37
3.5 Prosedur Penelitian.....	41
3.6 Analisis Data .....	41
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
4.1 Temuan Penelitian.....	43
4.2 Pembahasan Penelitian .....	53
<b>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, REKOMENDASI.....</b>	<b>59</b>
5.1 Kesimpulan.....	59
5.2 Implikasi.....	60
5.3 Rekomendasi .....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>61</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>64</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>87</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 <i>Kelas I</i> .....	23
Tabel 2.2 <i>Kelas II</i> .....	25
Tabel 2.3 <i>Kelas III</i> .....	26
Tabel 3.1 <i>Daftar Sekolah</i> .....	32
Tabel 3.2 <i>Kisi-Kisi Instrumen Profil Aktivitas Jasmani Siswa Sekolah Dasar Kelas Bawah Di Kota Cimahi</i> .....	35
Tabel 3.3 <i>Hasil Perhitungan Validitas Instrumen Aktivitas Jasmani</i> .....	37
Tabel 3.4 <i>Hasil Perhitungan Reliabilitas Instrumen Aktivitas Jasmani</i> .....	39
Tabel 3.5 <i>Interpretasi Koefisien Korelasi</i> .....	40
Tabel 3.6 <i>Kategori Nilai Prosentasi Aktivitas Jasmani</i> .....	42
Tabel 4.1 <i>Hasil Profil Aktivitas Jasmani SDN Cibeureum Mandiri Kelas 1D</i> .....	43
Tabel 4.2 <i>Hasil Profil Aktivitas Jasmani SDN Cibeureum Mandiri Kelas 2A</i> .....	44
Tabel 4.3 <i>Hasil Profil Aktivitas Jasmani SDN Cibeureum Mandiri Kelas 3D</i> .....	44
Tabel 4.4 <i>Hasil Profil Aktivitas Jasmani SDN Cibeureum Mandiri 1 Keseluruhan Kelas</i> .....	45
Tabel 4.5 <i>Hasil Profil Aktivitas Jasmani SDN Sindang Sari Kelas 1A</i> .....	46
Tabel 4.6 <i>Hasil Profil Aktivitas Jasmani SDN Sindang Sari Kelas 2A</i> .....	47
Tabel 4.7 <i>Hasil Profil Aktivitas Jasmani SDN Sindang Sari Kelas 3A</i> .....	47
Tabel 4.8 <i>Hasil Profil Aktivitas Jasmani SDN Sindang Sari Keseluruhan Kelas</i> .....	48
Tabel 4.9 <i>Hasil Profil Aktivitas Jasmani SDN Pasir Kaliki 6 Kelas 1B</i> .....	49
Tabel 4.10 <i>Hasil Profil Aktivitas Jasmani SDN Pasir Kaliki 6 Kelas 2B</i> .....	50
Tabel 4.11 <i>Hasil Profil Aktivitas Jasmani SDN Pasir Kaliki 6 Kelas 2B</i> .....	50
Tabel 4.12 <i>Hasil Profil Aktivitas Jasmani SDN Pasir Kaliki 6 Keseluruhan</i> .....	51
Tabel 4.13 <i>Hasil Profil Aktivitas Jasmani Keseluruhan</i> .....	52

## DAFTAR DIAGRAM

Diagram 4.1 <i>Diagram Profil Aktivitas Jasmani SDN Cibereum Mandiri 1 Keseluruhan Kelas .....</i>	46
Diagram 4.2 <i>Diagram Profil Aktivitas Jasmani SDN Sindang Sari Keseluruhan Kelas.. .....</i>	49
Diagram 4.3 <i>Diagram Profil Aktivitas Jasmani SDN Cibereum Mandiri 1 Keseluruhan Kelas .....</i>	52
Diagram 4.4 <i>Diagram Profil Aktivitas Jasmani SDN Cibereum Mandiri 1 Keseluruhan Kelas .....</i>	53

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Berjalan</i> .....	13
Gambar 2.2 <i>Berlari</i> .....	14
Gambar 2.3 <i>Melompat dan Mendarat</i> .....	15
Gambar 2.4 <i>Melempar</i> .....	19
Gambar 2.5 <i>Menangkap</i> .....	20
Gambar 2.6 <i>Memukul Bola kasti</i> .....	21
Gambar 2.7 <i>Menendang</i> .....	22
Gambar 2.8 <i>Menggiring</i> .....	23

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keputusan.....	65
Lampiran 2 Surat Permohonan Penelitian 1.....	69
Lampiran 3 Surat Permohonan Penelitian 2.....	70
Lampiran 4 Surat Permohonan Penelitian 3.....	71
Lampiran 5 Surat Balasan Penelitian 1 .....	72
Lampiran 6 Surat Balasan Penelitian 2 .....	73
Lampiran 7 Surat Balasan Penelitian 3 .....	74
Lampiran 8 Data SDN Cibeureum Mandiri 1 Kelas 1D .....	75
Lampiran 9 Data SDN Cibeureum Mandiri 1 Kelas 2A .....	76
Lampiran 10 Data SDN Cibeureum Mandiri 1 Kelas 3D .....	77
Lampiran 11 Data SDN Sindang Sari Kelas 1A .....	78
Lampiran 12 Data SDN Sindang Sari Kelas 2A .....	79
Lampiran 13 Data SDN Sindang Sari Kelas 3A .....	80
Lampiran 14 Data SDN Pasir Kaliki 6 Kelas 1B.....	81
Lampiran 15 Data SDN Pasir Kaliki 6 Kelas 2B.....	82
Lampiran 16 Data SDN Pasir Kaliki 6 Kelas 3B.....	83
Lampiran 17 Foto-Foto Penelitian .....	84

## DAFTAR PUSTAKA

### 1. Buku dan Artikel Jurnal:

- Abduljabar, B. (2001). Pengertian Pendidikan Jasmani. *Jurnal Ilmu Pendidikan*.
- Abdullah. (2019). *Pembelajaran Aktivitas Gerak Berirama Variasi Kombinasi Gerak Dasar Senam Aerobik*. Jakarta: Kemendikbud.
- Adib, H. S. (2017). Teknik Pengembangan Instrumen Penelitian Ilmiah Di Perguruan Tinggi Keagamaan. In *PROSIDING SEMINAR NASIONAL & INTERNASIONAL*.
- Agustini, I.P, dkk. (2016). Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Menggunakan Metode Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Siswa Kelas III C SDN Krian 3 Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 26(2), 229-237
- Ambardini, R. L. (2009). Pendidikan Jasmani dan Prestasi Akademik: Tinjauan Neurosains. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(1).
- Ardiyani, D. (2016). *Hubungan Antara Tingkat Aktivitas Jasmani Dengan Kesegaran Jasmani Siswa Putri Kelas VIII SMPN 3 Depok Yogyakarta*. (Skripsi). Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Darajat, J dan Abduljabar, B. (2017). *Aplikasi Statistika Dalam Penjas*. Bandung: CV. Bintang Warliartika
- Departemen Pendidikan Nasional. (2003). *Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Effendi, A.R dan Rhamadhansyah, F. (2017). Peningkatan Pembelajaran Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Menggunakan Modifikasi Bola Plastik. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(1), 54-64
- Firmansyah, H. (2011). Hubungan Motivasi Berprestasi Siswa Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(1).
- Hanief, Y. N. & Sugito, S. (2015). Membentuk gerak dasar pada siswa sekolah dasar melalui permainan tradisional. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 1(1), 100-113.
- Hidayat, A. (2017). Peningkatan Aktivitas Gerak Lokomotor, Nonlokomotor dan Manipulatif menggunakan Model Permainan Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga Volume 9 Nomor 2. SEPTEMBER 2017*
- Juliantine, T. dkk. (2015). *Model-Model Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: CV. Bintang WarliArtika

- Kamelta, E. (2013). Pemanfaatan Internet oleh Mahasiswa Jurusan Teknik Sipil Fakultas Teknik Universitas Negeri Padang. *CIVIDE ISSN 2302-3341 Vol.I, Nomor2*
- Kawuryan, S. P. (2011). Karakteristik Siswa SD Kelas Rendah dan Pembelajarannya. *Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta. Available from:< http://staff.uny.ac.id>*.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2016). *Permendikbud Tahun 2016 Nomor 024 Lampiran 21*. Jakarta: Kemendikbud
- Mahendra, A. (2017). *Model Pendidikan Gerak Implementasi Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar*. Bandung: FPOK UPI.
- Mirawati dan Rahmawati, E. (2017). Permainan Modifikasi Untuk Stimulasi Keterampilan Gerak Dasar Manipulatif Anak Usia 2-4 Tahun. *Early Childhood Vol. 1 No. 2, November 2017*
- Muhyidin, A. dkk. (2018). Metode Pembelajaran Membaca dan Menulis Permulaan di Kelas Awal. *JPSD Vol. 4 No. 1, Maret 2018 ISSN 2540-9093 E-ISSN 2503-0558*
- Putri, D.S & Hartoto, S. (2019). Hubungan Aktivitas Jasmani Dengan Berbagai Aktivitas Olahraga Di Luar Jam Pelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Nganjuk. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, 7(2)*.
- Rukmana, A. (2008). Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar, 9 (1)*
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suharjana, F. (2010). Aktivitas ritmik dalam pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 7(1), 16*.
- Sukmadinata, N.S. (2005). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Vanagosi, K. D., Olahraga, F. P., & Bali, K. I. P. (2016). KONSEP GERAK DASAR UNTUK ANAK USIA DINI. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi, 1(1), 72-79*.
- Widodo, W. (2014). Strategi Peningkatan Aktivitas Jasmani Siswa Sekolah Dasar di Luar Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan, 20(2), 281-294*.
- Yudiana, Y. dkk. (2009). Penyusunan Bentuk-Bentuk Aktivitas Pendidikan Jasmani Untuk Meningkatkan Kreativitas Siswa Sekolah Dasar Kelas Awal.

## 2. Sumber *Online* dan Bentuk Lain:

- Al-Faruq, Habibullah. (2017). *Teknik Dasar Permainan Kasti* . [Online]. Diakses dari:<http://www.habibullahurl.com/2017/03/teknik-dasar-permainan-kasti.html>
- Dessianti, S. (2015). *Macam - Macam Teknik Dasar Menendang Bola Dalam Permainan Sepak Bola*. [Online]. Diakses dari: <http://www.tutorialolahraga.com/2015/09/teknik-dasar-menendang-bola.html>
- Juns. (2015). *Teknik Dasar Permainan Kasti* . [Online]. Diakses dari: <http://walpaperhd99.blogspot.com/2015/10/teknik-dasar-permainan-kasti-melempar.html>
- KBBI, 2019. Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). [Online] Available at: <http://kbbi.web.id/pusat>, [Diakses 6 Maret 2019].
- Manarul, A. (2019). *Teknik Dasar Sepak Bola*. [Online]. Diakses dari: <https://www.yuksinau.id/teknik-dasar-sepak-bola-singkat-lengkap/>
- Nora, R. (2018). *Permainan Bola Kasti Lengkap* . [Online]. Diakses dari: [https://bsd.pendidikan.id/data/SD\\_2/Penjasorkes\\_Kelas\\_2\\_Suwandi\\_Fendi\\_Fengky\\_Bamar\\_Oktanto\\_Masturi\\_2010.pdf](https://bsd.pendidikan.id/data/SD_2/Penjasorkes_Kelas_2_Suwandi_Fendi_Fengky_Bamar_Oktanto_Masturi_2010.pdf)
- Peraturan Rektor Universitas Pendidikan Indonesia. (2018). *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah UPI*. Bandung: UPI
- Suwandi, Dkk. (2010). *Penjasorkes 2*. [Online]. Diakses dari: [https://bsd.pendidikan.id/data/SD\\_2/Penjasorkes\\_Kelas\\_2\\_Suwandi\\_Fendi\\_Fengky\\_Bamar\\_Oktanto\\_Masturi\\_2010.pdf](https://bsd.pendidikan.id/data/SD_2/Penjasorkes_Kelas_2_Suwandi_Fendi_Fengky_Bamar_Oktanto_Masturi_2010.pdf)
- Widyaningrum, D. (2012). *Gerak Dasar*. [Online]. Diakses dari: <http://dinarwidyaningrum.blogspot.com/2012/11/gerak-dasar-jalanlariloncatlompatmemutar.html>