

**PENGARUH MODIFIKASI PERMAINAN ENKLEK
TERHADAP KETERAMPILAN GERAK DASAR LOMPAT
JAUH SISWA KELAS IV SD NEGERI SEPANG**

SKRIPSI

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



Oleh :

Diny Kurnia Winata

NIM 1901683

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

Diny Kurnia Winata, 2023

***PENGARUH MODIFIKASI ENKLEK TERHADAP KETERAMPILAN GERAK DASAR LOMPAT JAUH
SISWA KELAS IV SD NEGERI SEPANG***

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

**PENGARUH MODIFIKASI PERMAINAN ENGGLEK TERHADAP
KETERAMPILAN GERAK DASAR LOMPAT JAUH SISWA KELAS IV
SD NEGERI SEPANG**

Oleh :
Diny Kurnia Winata
NIM 1901683

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

© Diny Kurnia Winata 2023
Kampus Universitas Pendidikan Indonesia di Serang
Agustus 2023

Hak cipta dilindungi undang-undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya dan Sebagian
dengan di cetak ulang, difotocopy, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Diny Kurnia Winata
NIM : 1901683
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar
Judul Skripsi : Pengaruh Modifikasi Permainan Engklek Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Lompat Jauh Siswa Kelas IV SD Negeri Sepang

Telah berhasil dipertahankan dihadapan 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 : Drs. H. Herli Salim, M.Ed., Ph.D
NIP. 195910221985031008



.....

Penguji II : Fatihatusyidah, S.S., M.Pd
NIPT. 920200819810701201



.....

Penguji III : Farid Rizqi Maulana, S.Pd., M.Pd.
NIP. 920230219980710101



.....

Ditetapkan di : Serang

Tanggal : 15 Agustus 2023

PENGARUH MODIFIKASI PERMAINAN ENGKLEK TERHADAP KETERAMPILAN GERAK DASAR LOMPAT JAUH SISWA KELAS IV SD NEGERI SEPANG

Diny Kurnia Winata
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Kampus Daerah Serang
Universitas Pendidikan Indonesia
dinykurnia@upi.edu

ABSTRAK

Penelitian ini berawal dari hasil observasi yang dilakukan pada saat melakukan kegiatan PPLSP di SD Negeri Sepang, dimana siswanya kurang terampil dalam melakukan gerak dasar lompat jauh teknik awalan, tolakan, melayang, dan mendarat. Hal tersebut terungkap ketika peneliti mewawancarai beberapa siswa yang sedang melakukan olahraga praktek di lapangan. Kondisi tersebut menjadi alasan peneliti untuk menerapkan metode pembelajaran bervariasi seperti metode bermain, peneliti menggunakan permainan engklek yang dimodifikasi. Menurut Aditya et. al engklek merupakan bentuk dari permainan tradisional yang banyak digunakan dalam pembelajaran olahraga, salah satunya pada materi atletik gerak dasar lompat jauh. Maka tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh dari penerapan modifikasi permainan engklek terhadap keterampilan gerak dasar lompat jauh siswa kelas IV di SD Negeri Sepang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metode *Pra-eksperimen*. Sampel dalam penelitian ini siswa kelas IV yang berjumlah 34 siswa. Teknik pengumpulan datanya dengan instrumen tes kebugaran jasmani Indonesia (TKJI) dengan penilaian tes lompat, analisis data diolah menggunakan *IBM software SPSS (Statistic Passage For The Social Science) 25 for Windows*, dengan uji statistika deskriptif *pretest* sebelum mendapat *treatment* sebesar 50.74 dan *posttest* setelah mendapat *treatment* tersebut sebesar 75.55, kemudian dengan uji statistika inferensial pada uji normalitas *shapiro-wilk* *Pretest* 0.13 menjadi 0.36 pada *Posttest* dengan nilai $\text{sig} > 0.05$, dan terakhir uji hipotesis dengan *Paired Sampel t-test* berdasar pada nilai (2-tailed) dengan nilai $\text{sig} 0.000 < 0.05$ diperoleh adanya pengaruh yang dihasilkan. Maka pemberian metode bermain disarankan, sejalan dengan tujuan pendidikan jasmani dengan metode permainan siswa dapat melakukan rangkaian urutan gerak secara berkesinambungan

Kata Kunci : Lompat Jauh, Modifikasi Permainan Engklek, Siswa Sekolah Dasar

**THE EFFECT OF ENKLEK GAME MODIFICATION ON THE BASIC
LONG JUMP MOVEMENT SKILLS OF CLASS IV STUDENTS OF SD
NEGERI SEPANG**

Diny Kurnia Winata
Elementary School Teacher Education Program, Serang Campus, Indonesian
Education University
dinykurnia@upi.edu

ABSTRACT

The background in this study is that there are students who are still unable to perform the long jump technique correctly according to the prefix, repulsion, matt, and landing long jump indicators. This is because the learning methods are less varied, so students feel bored and not enthusiastic about carrying out sports learning. Long jump basic movement skills, make students have good development in sports. This condition is the basis for applying the engklek modification game method to the long jump, especially in elementary schools. So the purpose of this study was to determine the influence of the modification of the engklek game and how much influence it had on the basic long jump skills of class IV students at SD Negeri Sepang. This research uses a quantitative approach, with the pre-experimental method. The sample in this study was class IV, totaling 34 students. The data collection technique used the Indonesian physical fitness test instrument (TKJI) with an assessment of the long jump test for elementary school students. The analyzed data will be processed using IBM SPSS (Statistic Passage For The Social Science) 25 for Windows software, after the data is analyzed and processed, a significant increase in the pretest results before receiving the treatment is obtained, which is 50.74 and the posttest results after receiving the treatment are 75.55. Thus, the game modification of the engklek has an effect on students' long jump skills.

Keywords : Long Jump, Modification of the Engklek Game, Elementary School Students

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
KATA PENGANTAR	v
SURAT PERNYATAAN	vi
ABSTRAK.....	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	15
A. Latar Belakang Penelitian.....	15
B. Rumusan Masalah.....	18
C. Tujuan Penelitian	18
D. Manfaat Penelitian	18
E. Struktur Organisasi Skripsi.....	19
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	20
A. Kajian Teori	20
1. Pertumbuhan Perkembangan Fisik Anak Usia SD	20
2. Keterampilan Gerak Dasar Lompat Jauh Bagi Siswa SD	22
3. Modifikasi Permainan Tradisional Engklek	26
B. Penelitian Relevan	30
C. Hipotesis Penelitian	31
D. Kerangka Berpikir	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	33
A. Jenis Penelitian	33
B. Populasi dan Sampel.....	34
C. Variabel Penelitian.....	34

D. Instrument Penelitian	35
E. Analisis Data.....	38
F. Prosedur Penelitian	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	42
A. Hasil Penelitian.....	42
B. Pembahasan	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	51
A. Kesimpulan.....	51
B. Saran	52
DAFTAR REFERENSI.....	53
LAMPIRAN	55
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lompat Gaya Jongkok	24
Gambar 2.2 Lompat gaya menggantung (Hang Style).....	24
Gambar 2.3 Lompat gaya berjalan di udara	24
Gambar 2.4 Bermain lompat jauh mencapai satu lompatan	25
Gambar 2.5 Bermain lompat jauh mencapai tiga lompatan.....	25
Gambar 2.6 Permainan Tradisional Engklek	27
Gambar 2.7 Modifikasi Permainan Tradisional Engklek.....	28
Gambar 2.8 Siswa Kelas IV Bermain Modifikasi Permainan Engklek	29
Gambar 2.9 Alat dan perlengkapan yang digunakan	29
Gambar 4.1 Skor <i>Pretest</i>	42
Gambar 4.2 Skor <i>Posttest</i>	43
Gambar 4.3 Histogram <i>Pretest</i> Lompat Jauh Siswa	47
Gambar 4.4 Histogram <i>Posttest</i> Lompat Jauh Siswa	47
Gambar 4.5 Permainan Modifikasi Engklek	47
Gambar 4.6 Tes Lompat Jauh	49

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Desain Eksperimen	33
Tabel 3.2 Aspek keterampilan gerak dasar lompat jauh	36
Tabel 3.3 Penilaian Keterampilan gerak dasar lompat jauh.....	36
Tabel 3.4 Skala penilaian tes lompat jauh.....	37
Tabel 4.1 Hasil Uji Statistika Deskriptif	33
Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas	34
Tabel 4.3 Hasil Uji Hipotesis	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....	55
Lampiran 2 Lembar Bimbingan	56
Lampiran 3 Surat Keterangan Plagiarisme	58
Lampiran 4 Dokumentasi Penelitian dan Kegiatan	59

DAFTAR REFERENSI

- Aditya, R., Helmi, B., & Usman, K. (2019). Pengembangan Peralatan Modifikasi Atletik Pada Pembelajaran PJOK tingkat Sekolah Dasar. *Jurnal ilmiah stok bina guna medan*, 7(1), 1–7. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JSBG/article/view/162/153>
- Ahyar, H., Maret, U. S., Andriani, H., Sukmana, D. J., Mada, U. G., Hardani, S.Pd., M. S., Nur Hikmatul Auliya, G. C. B., Helmina Andriani, M. S., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (Nomor March).
- Alfiyunita, H. (2022). *i PENGARUH AKTIVITAS BERMAIN TRADISIONAL ENKLEK TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR PADA ANAK USIA DINI*. 68.
- Alim, A. M. (n.d.). Keterampilan Dasar Atletik Lompat (Jump). *Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Budhi Trisatyanto, A. S. (2016). *KEMAMPUAN GURU PENJAS SD DALAM MEMODIFIKASI BAHAN PEMBELAJARAN PENJAS*. 1–23.
- Hurlock, E. B. (1996). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, terj. In *Isti Widiyati, Jakarta: Erlangga*.
- Khaulani, F., S, N., & Irdamurni, I. (2020). Fase Dan Tugas Perkembangan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 7(1), 51. <https://doi.org/10.30659/pendas.7.1.51-59>
- Kusumawati, O. (2017). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar Kelas Bawah. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar*, 4(2), 124–142.
- Makbul, M., & Nurqadriani. (2019). *Prinsip-Prinsip Umum Perkembangan & Fungsi Kematangan Dalam Perkembangan*. 1–18. <https://osf.io/eg7j6/download/?format=pdf>
- Purnomo, E. (2017). *DASAR-DASAR GERAK ATLETIK*. ALFAMEDIA.
- Putra, Y. R. M., Supriatna, E., & Gustian, U. (n.d.). Pengaruh Modifikasi Permainan Engklek Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok. *Jurnal Pendidikan dan*

<https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/37209>

- Rismawati, D. A. (2020). PENGARUH METODE BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN LARI SPRINT 40 METER SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI 6 BENDUNGAN KABUPATEN KULON. *Metode Bermain*, 101.
- Rizal STIT Palapa Nusantara, S. (2021). Perkembangan Fisik Anak Usia Dasar. *PANDAWA: Jurnal Pendidikan dan Dakwah*, 3(3), 366–383. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/pandawa>
- S, Endang, et al. (2019). BUKU TES DAN PENGUKURAN. In *Nucl. Phys.* (Vol. 13, Nomor 1).
- Sabani, F. (2019). Perkembangan Anak - Anak Selama Masa Sekolah Dasar (6 - 7 Tahun). *Didakta: Jurnal Kependidikan*, 8(2), 89–100.
- Supriadi, S., & Arisetyawan, A. (2020). Didactical design of Sundanese ethnomathematics learning with Endog-endogan and Engklek games in primary school. *Journal of Physics: Conference Series*, 1567(2), 5–11. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1567/2/022087>
- Usmadi, U. (2020). Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas Dan Uji Normalitas). *Inovasi Pendidikan*, 7(1), 50–62. <https://doi.org/10.31869/ip.v7i1.2281>
- Utama, A. M. B., Pohon, D., Draf, C., Cahaya, P., Pohon, D., & Draf, C. (n.d.). *Teori Bermain*.
- Yulita, R. (2017). *Buku - Permainan tradisional anak Nusantara*.
- Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D), Alfabeta, Bandung 2015, 2016, 2019.