

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR
MENYUNDUL (*HEADING*) PERMAINAN SEPAK BOLA
MENGUNAKAN MEDIA BOLA KARET PADA SISWA
KELAS VI SD PLUS SILMI RAMADHAN**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

RIKI HIDAYAT

1601619001

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2024**

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR MENYUNDUL
(HEADING) PERMAINAN SEPAK BOLA MENGGUNAKAN MEDIA
BOLA KARET PADA SISWA KELAS VI SD PLUS SILMI RAMADHAN**

RINGKASAN

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar permainan sepak bola yaitu menyundul (*Heading*) pada siswa kelas 6 SD Plus Silmi Ramadhan Kabupaten Bekasi menggunakan media bola karet. Jenis penelitian yaitu penelitian tindakan kelas (PTK). Metode yang digunakan deskriptif kuantitatif. Sampel adalah siswa kelas 6 SD Plus Silmi Ramadhan Kabupaten Bekasi. Prosedur pengambilan data dilakukan dengan teknik *pre test* untuk kemudian mendapatkan nilai hasil belajar siklus 1. Hasil dari penelitian didapatkan bahwa nilai rata-rata siklus 1 adalah 83,5 dan mengalami kenaikan yang signifikan pada saat *post test*. Dalam hal ini peneliti dapat mengatasi masalah pada siswa yang masih banyak melakukan teknik yang kurang baik dan benar dalam meningkatkan hasil belajar teknik dasar menyundul (*heading*) pada permainan sepak bola pada siswa kelas 6 SD Plus Silmi Ramadhan Serang Baru Kabupaten Bekasi.

Kata kunci : **Hasil Belajar, Menyundul, Bola Karet, Sepak Bola**

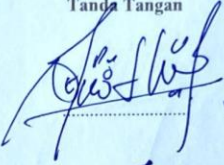

**IMPROVING LEARNING OUTCOMES OF BASIC HEADING
MOVEMENTS INFOOTBALL GAMES USING OF RUBBER BALL MEDIA
IN CLASS VI PRINCIPAL STUDENTS PLUS SILMI RAMADHAN**


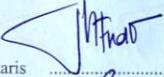



ABSTRACT

This research aims to improve the learning outcomes of basic soccer game movements, namely heading, in grade 6 students at SD Plus Silmi Ramadhan, Bekasi Regency using rubber ball media. The type of research is classroom action research (PTK). The method used is quantitative descriptive. The sample was 6th grade students at SD Plus Silmi Ramadhan, Bekasi Regency. The data collection procedure was carried out using a pre-test technique to then obtain the value of learning outcomes for cycle 1. The results of the research showed that the average value for cycle 1 was 83.5 and experienced a significant increase during the post test. In this case, researchers can overcome the problem of students who still use many techniques that are not good and correct in improving the learning outcomes of basic heading techniques in soccer games in grade 6 students at SD Plus Silmi Ramadhan Serang Baru, Bekasi Regency.

Keywords : learning outcomes, heading, rubber ball, football

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I <u>Eko Prabowo, M.Pd</u> NIP. 198604172020121012		15/01/2024
Pembimbing II <u>Dr. Dena Widyawan, M.Pd</u> NIP. 199002100222031004		15/01/2024

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Iwan Setiawan, M.Pd</u> NIP. 197303052009121001	Ketua		15/01/2024
2. <u>Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd</u> NIP. 197510092005011002	Sekretaris		15/01/2024
3. <u>Eko Prabowo, M.Pd</u> NIP. 198604172020121012	Anggota		15/01/2024
4. <u>Dr. Dena Widyawan, M.Pd</u> NIP. 199002100222031004	Anggota		15/01/2024
5. <u>Slamet Sukriadi, M.Pd</u> NIP. 198210282015041002	Anggota		15/01/2024

Tanggal Lulus : Rabu, 3 Januari 2024

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik sarjana, di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari orang lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam masalah dengan sebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam permintaan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, Desember 2023

Yang membuat pernyataan,



Riki Hidayat
No.Reg 1601619001



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Riki Hidayat
NIM : 1601619001
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan/Pendidikan Jasmani
Alamat email : riki7850@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

**“PENINGKATAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR MENYUNDUL
(HEADING) PERMAINAN SEPAK BOLA MENGGUNAKAN MEDIA BOLA
KARET PADA SISWA KELAS VI SD PLUS SILMI RAMADHAN”**

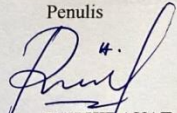
Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalih mediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 16 Januari 2024

Penulis


(RIKI HIDAYAT)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum, Wr. Wb

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Peningkatan Hasil Belajar Gerak Dasar Menyundul (*Heading*) Permainan Sepak Bola Menggunakan Media Bola Karet Pada Siswa Kelas VI SD Plus Silmi Ramadhan. Penulisan skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Meskipun melalui banyak hambatan yang peneliti alami dalam penyusunan skripsi ini, namun dengan keyakinan dan kesungguhan peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Tidak lupa peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung dan membantu dalam penyusunan skripsi ini baik moril maupun materil. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Bapak **Dr. Hernawan, S.E., M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Bapak **Dr. Iwan Setiawan, M.Pd.** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani, Bapak **Eko Prabowo, M.Pd** selaku Dosen Pembimbing I, Bapak **Dr. Dena Widyawan, M.Pd,** Bapak **Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd** selaku Pembimbing Akademik, Bapak **Nur Fitranto M.Pd** selaku Dosen validasi instrumen penelitian dalam penulisan skripsi. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini

masih jauh dari kata sempurna, sehingga peneliti mengharapkan adanya kritik dan saran yang sifatnya membangun dari semua pihak. Peneliti berharap karya tulis ini dapat bermanfaat bagi para pembaca untuk memberikan wawasan dan ilmu pengetahuan.

Jakarta, Desember 2023

Peneliti

R H

DAFTAR ISI

RINGKASAN	ii
ABSTRACT	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Fokus Penelitian	3
C. Perumusan Masalah.....	3
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	3
BAB II KAJIAN PUSTAKA	5
A. Konsep Penelitian Tindakan.....	5
B. Konsep Model Tindakan	6
C. Kerangka Teoritis	12
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	45
A. Tujuan Penelitian.....	45
B. Tempat dan Waktu Penelitian	45
C. Prosedur Penelitian Tindakan.....	45
D. Teknik Pengumpulan Data	48
E. Validasi Data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	56
A. Deskripsi Hasil Penelitian	56
B. Pembahasan	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	67
A. Kesimpulan.....	67
B. Saran.....	67

DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN	74
RIWAYAT HIDUP	95

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Model Penelitian Kurt Lewin	7
Gambar 2. 2 Model Penelitian Stephen Kemmis & Robby McTaggart	9
Gambar 2. 3 Penelitian Tindakan John Elliot.....	11
Gambar 2. 4 Model Penelitian Tindakan Dave Ebbutt.....	12
Gambar 2. 5 Gerakan Menyundul	39
Gambar 2.6 Media Bola Karet.....	40
Gambar 3. 1 Rumus Penskoran Hasil Tes	49
Gambar 3. 2 Rumus Menghitung Rentang Predikat.....	49
Gambar 3. 3 Rumus Pengolahan Nilai Rata-rata Kelas.....	50
Gambar 3. 4 Rumus Menghitung Presentase Ketuntasan Belajar	51
Gambar 4. 1 Pertemuan Pertama (<i>Pre Test</i>)	59
Gambar 4. 2 Pertemuan Kedua (<i>Treatment</i>).....	60
Gambar 4. 3 Pertemuan Ketiga (<i>Treatment</i>).....	61
Gambar 4. 4 Pertemuan Keempat (<i>Post Test</i>)	62
Gambar 4. 5 Diagram Nilai Rata-rata <i>Pre Test</i>	62
Gambar 4. 6 Diagram Nilai Rata-rata <i>Post Test</i>	63
Gambar 4. 7 Diagram Penilaian <i>Pre Test</i> Kolabolator 1.....	64
Gambar 4. 8 Diagram Penilaian <i>Post Test</i> Kolabolator 1.....	64
Gambar 4. 9 Diagram Penilaian <i>Pre Test</i> Kolabolator 2.....	65
Gambar 4. 10 Diagram Penilaian <i>Post Test</i> Kolabolator	66

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Perencanaan Penelitian	46
Tabel 3. 2 Kategori Rentang Predikat Nilai Tes.....	50
Tabel 3. 3 Indikator Penilaian Tes Menyundul Tanpa Melompat Sepak Bola.....	52