

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini telah melalui cek plagiarisme dan dinyatakan lolos oleh tim plagiarisme.

Bojonegoro, 24 Agustus 2023



Muhammad Rafi Rafsanjani

NIM. 3220190302

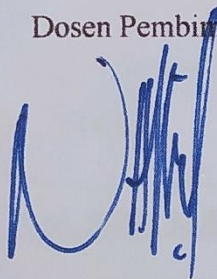


HALAMAN PERSETUJUAN

NAMA : Muhammad Rafi Rafsanjani
NIM : 3220190302
JUDUL : Pengaruh Media Kertas Terhadap Keterampilan *Roll* Depan Kelas
VII Mts Islamiyah Tulungagung

Skripsi ini telah di setujui oleh dosen pembimbing dan dosen penguji,
sehingga bisa diajukan untuk melanjutkan ujian skripsi.

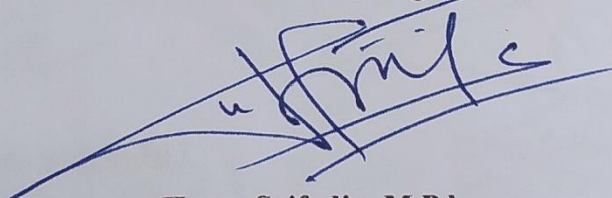
Dosen Pembimbing 1



Nurman Ramadhan, M.Pd

NIDN. 0726039102

Dosen Pembimbing 2



Hasan Saifudin, M.Pd

NIDN. 0716039801

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Muhammad Rafi Rafsanjani

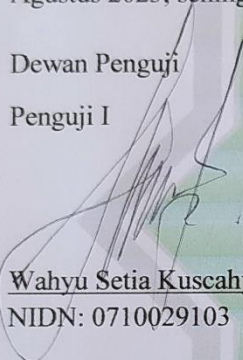
NIM : 3220190302

Judul : Pengaruh Media Kertas Terhadap Keterampilan *Roll* Depan Kelas
VII Mts Islamiyah Tulungagung Baureno Bojonegoro

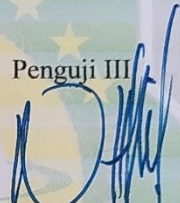
Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan penguji pada hari rabu tanggal 30
Agustus 2023, sehingga bisa di ajukan untuk tahap selanjutnya.

Dewan Penguji

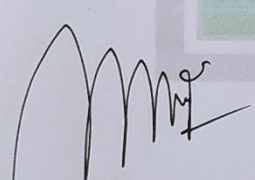
Penguji I


Wahyu Setia Kuscahyaning Putri, S.Pd., M.Kes
NIDN: 0710029103

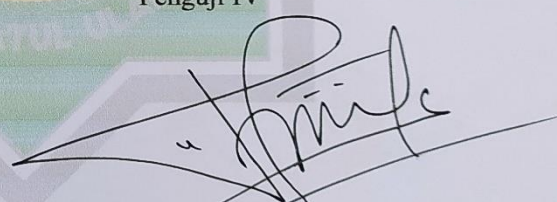
Penguji III


Nurman Ramadhan, M.Pd
NIDN: 07260319102

Penguji II

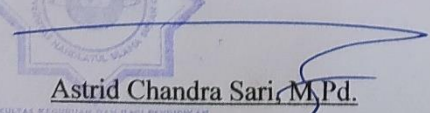

K.M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I
NIDN. 2128097201

Penguji IV


Hasan Saifuddin, M.Pd
NIDN. 0716039801

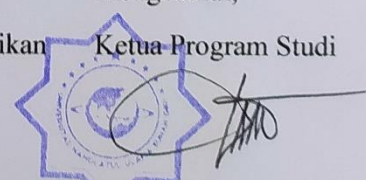
Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan


Astrid Chandra Sari, M.Pd.
NIDN: 0721059101

Mengetahui,

Ketua Program Studi


Dr. Hilmy Aliriad, M.Pd
NIDN: 0707048904

MOTTO

“Learn from yesterday, live for today, hope for tomorrow. The important thing is not to stop questioning. (Albert Einstein)”

“Belajar dari kemarin, hidup untuk hari ini, berharap untuk hari besok. Dan yang terpenting adalah jangan sampai berhenti bertanya”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk:

Untuk ayah ibu dan saudara saya yang selalu mendoakan dan memberikan saya dukungan. Serta para bapak ibu dosen yang telah mendidik dan memberikan ilmu yang bermanfaat bagi saya maupun orang lain. Tak lupa kepada seluruh teman-teman PJKR angkatan 2019, terimakasih atas semangat, dukungan dan kebersamaan yang indah selama ini serta perjuangan bersama yang takkan terlupakan dan tak lupa untuk seluruh teman dan sahabat terima kasih telah menjadi orang yang baik dan selalu siap membantu di saat susah dan senang.

UNUGIRI

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, atas limpahan rahmat, taufiq dan hidayah serta inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Media Kertas Terhadap Keterampilan *Roll* Depan Kelas VII Mts Islamiyah Tulungagung Baureno bojonegoro” sesuai dengan waktu yang ditentukan. Dan tak lupa sholawat serta salam penulis haturkan kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad SAW, serta keluarga, sahabat, dan para pengikutnya.

Saya sebagai penulis menyadari masih banyak kelemahan dan kekurangan baik dari segi isi maupun tata bahasa dalam skripsi ini. Hal ini dikarenakan keterbatasan pengetahuan dan pengalaman peneliti. Untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti khususnya dan bagi pembaca umumnya, serta dapat menjadi sumbangsih dalam dunia pendidikan khususnya pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi.

Penulis juga menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu kami ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak K.M. Jauharul Ma'arif. M.Pd.I selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
2. Ibu Astrid Chandra Sari. M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
3. Bapak Hilmy Aliriad. M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
4. Bapak Nurman Ramadhan. M.Pd selaku Dosen Pembimbing 1 atas bimbingan, saran dan motivasi yang diberikan.
5. Bapak Hasan Saifuddin. M.Pd selaku Dosen Pembimbing 2 atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
6. Ibu Olivia Dwi Cahyani. M.Pd, selaku Dosen Pembimbing Akademik atas bimbingan saran, dan motivasi yang diberikan.
7. Bapak Ibu Dosen Program Studi Pendidikan Pendidikan Jasmani Kesehatan

dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro, yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.

8. Kedua orang tua dan saudara tercinta atas do'a, dukungan, bimbingan, serta kasih sayang yang selalu tercurahkan selama ini.
9. Teman-teman seperjuangan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Angkatan 2019 atas semua dukungan, semangat, serta kerjasamanya.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas bantuan, nasehat, dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya laporan proposal ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan dilapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut. Aamiin.

Bojonegoro, 24 Agustus 2023

Penulis,

Muhammad Rafi Rafsanjani

NIM: 3220190302

UNUGIRI

ABSTRAK

Rafsanjani, M, R. 2023. The Influence of Paper Media on Roll Front Skills for Class VII Mts Islamiyah Tulungagung Baureno Bojonegoro. Thesis, Department of Physical Education, Health and Recreation, Faculty of Teacher Training and Education, Nahdlatul Ulama University, Sunan Giri. Main Advisor Nurman Ramadhan, M.Pd and Assistant Advisor Hasan Saifuddin, M.Pd.

Keywords: *Media influence, Education, Floor gymnastics, Front roll*

This research aims to improve the learning skills of front roll floor exercise for class VII students at MTs Islamiyah Tulungagung Baureno Bojonegoro using paper media. The method used in this research is the experimental method. In this research the author intends, "Want to know the effect of paper media on the front roll skills of class VII MTs Islamiyah Tulungagung Baureno Bojonegoro". In this research the author used an experimental method. This method is used based on the consideration that the nature of experimental research is trying something to find out the influence or consequences of a treatment. Based on the results of research and data analysis, it shows that there is a significant influence of the influence of paper media on the front roll skills of class VII students at MTs Islamiyah Tulungagung Baureno Bojonegoro. The variable using paper media has an influence on students' front roll skills. It can also be said that this can be an illustration that paper media can be used as an exercise to improve students' front roll skills. Based on the results of data analysis, testing of research results and discussions that have been presented in the previous chapter, it can be concluded as follows: "There is a significant influence of paper media on the front roll skills of class VII students at MTs Islamiyah Tulungagung Baureno Bojonegoro".

UNUGIRI

ABSTRAK

Rafsanjani, M, R. 2023. *Pengaruh Media Kertas Terhadap Keterampilan Roll Depan Kelas VII Mts Islamiyah Tulungagung Baureno Bojonegoro*. Skripsi, Proram Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri. Pembimbing Utama Nurman Ramadhan, M.Pd. Dan Pembimbing Pendamping Hasan Saifuddin, M.Pd.

Kata kunci: *Pengaruh media, Pendidikan, Senam lantai, Roll depan*

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan pembelajaran senam lantai *roll* depan bagi siswa kelas VII MTs Islamiyah Tulungagung Baureno Bojonegoro dengan menggunakan media kertas. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Dalam penelitian ini penulis bermaksud, “Ingin mengetahui pengaruh media kertas terhadap keterampilan roll depan kelas VII MTs Islamiyah Tulungagung Baureno Bojonegoro”. Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode eksperimen. Metode ini digunakan atas dasar pertimbangan bahwa sifat penelitian ekperimental yaitu mencobakan sesuatu untuk mengetahui pengaruh atau akibat dari suatu perlakuan atau treatment. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari pengaruh media kertas terhadap keterampilan *roll* depan siswa kelas VII MTs Islamiyah Tulungagung Baureno Bojonegoro. Variabel menggunakan media kertas memberikan pengaruh terhadap keterampilan *roll* depan siswa, dapat dikatakan juga bahwa hal ini dapat menjadi gambaran bahwa dengan media kertas bisa dijadikan latihan untuk meningkatkan keterampilan roll depan siswa. Bersasarkan hasil analisis data, pengujian hasil penenlitian dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan sebagai berikut: “terdapat pengaruh yang signifikan dari media kertas terhadap keterampilan roll depan siswa kelas VII MTs Islamiyah Tulungagung Baureno Bojonegoro”.

UNUGIRI

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL DALAM.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
MOTTO PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK INGRIS	viii
ABSTRAK INDONESIA	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.5 Batasan Masalah	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Kajian Pustaka	9

2.2 Dasar Teori	11
2.3 Kerangka Berfikir	25
2.4 Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
3.1 Jenis Dan Desain Peneletian.....	28
3.2 Lokasi & Waktu Penelitian.....	29
3.3 Populasi & Sample Peneletian.....	29
3.4 Variabel Penelitian.....	31
3.5 Langkah Peneletian.....	32
3.6 Instrumen Peneletian	33
3.7 Teknik Pengumpulan Data	35
3.8 Teknik Analisis Data	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	42
4.1 Hasil Penelitian.....	42
4.2 Pengujian prasyarat analisis.....	50
4.3 Pembahasan	56
4.4 Keterbatasan penelitian.....	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	61
5.1 Kesimpulan.....	61
5.2 Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN.....	65

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3. 1 Populasi kelas VII MTs Islamiyah Tulungagung.....	30
3. 2 sample peneletian.....	31
3. 3 Instrumen Penilaian.....	34
3. 4 Persentasi perolehan nilai.....	35
4. 1 Rancangan penelitian	43
4. 2 Hasil Pretest & Postest kelompok experiment.....	43
4. 3 Hasil Pretest & Postest kelompok kontrol	45
4. 4 Rekapitulasi Data kelompok eksperimen.....	46
4. 5 Rekapitulasi Data kelompok kontrol.....	47
4. 6 Rekapitulasi Data kelompok eksperimen.....	48
4. 7 Rekapitulasi Data kelompok kontrol.....	49
4. 8 Uji Validitas	51
4. 9 Uji Reliabilitas	51
4. 10 Uji Normalitas.....	52
4. 11 Uji Homogenitas Pretest Eksperimen Dan Kontrol	53
4. 12 Uji Homogenitas Posttest Eksperimen Dan Kontrol.....	53
4. 13 Uji Hipotesis (Paired T Test)	55
4. 14 Hasil rata rata test Pretest dan Posttest.....	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1 Diagram Persentasi Siswa.....	5
2.1 Rangkaian gerak guling depan.....	19
2. 2 Penggunaan media kertas tampak depan.....	24
2. 3 Penggunaan media kertas tampak samping.....	25
2.4 Rangkaian Gerak Roll Depan Dengan Media Kertas	25
3.1 Desain Penelitian.....	29



UNUGIRI

DAFTAR BAGAN

Bagan

Halaman

1.1 Kerangka Berfikir.....	26
----------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat balasan dari MTs Islamiyah Tulungagung	66
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	67
Lampiran 3 Hasil Observasi Awal Siswa.....	68
Lampiran 4 Pretest-Posttest Kelompok Ekperiment	70
Lampiran 5 Pretest-Posttest Kelompok Kontrol	71
Lampiran 6 Uji Normalitas	73
Lampiran 7 Uji Homogenitas.....	74
Lampiran 8 uji hipotesis paired samples test	75
Lampiran 9 hasil rata rata test pretest dan posttest	76
Lampiran 10 Modul Ajar	77
Lampiran 11 Instrument Penilaian.....	94
Lampiran 12 Dokumentasi.....	95

UNUGIRI