

**PENGARUH PERMAINAN GOBAK SODOR
TERHADAP GERAK DASAR LOKOMOTOR PADA SISWA KELAS V
SDN NGADIPURO I WIDANG TUBAN**

SKRIPSI

Skripsi ini
disusun sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

oleh

Farikhatusholihah

3220190325

UNUGIRI

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SUNAN GIRI**

2023

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

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

Bojonegoro, 27 Agustus 2023



Farikhatusholihah
NIM. 3220190285

UNUGIRI

HALAMAN PERSETUJUAN

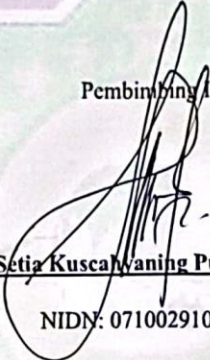
Nama : Farikhatusholihah

NIM : 3220190285

Judul : "Pengaruh Permainan Gobak Sodor Terhadap Gerak Dasar Lokomotor
Pada Siswa Kelas V SDN Ngadipuro I Widang Tuban".


Bojonegoro, 12 April 2023

Pembimbing I


Wahyu Setia Kuscahwaning Putri, SPd, M.Kes

NIDN: 0710029103

Pembimbing II


Benny Widya Priadana, M.Pd

NIDN: 0703078902

UNUGIRI

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Farikhatusholihah
NIM : 3220190285
Judul : Pengaruh Permainan Gobak Sodor Terhadap Gerak Dasar Lokomotor Pada Siswa Kelas V SDN Ngadipuro 1 Widang Tuban.

Telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal 27 Agustus 2023.

Penguji I

Olivia Dwi Cahyani, M.Pd
NIDN: 0729098702

Penguji III

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

Penguji II

Dr. Ifa Khoiria Ningrum, S.E., M.M
NIDN: 0709097805

Penguji IV

Benny Widya Priadana, M.Pd
NIDN: 0703078902

Mengetahui,
Dekan Fakultas keguruan dan Ilmu
pendidikan

Astrid Chaido Sari, M.Pd
NIDN : 0721059101

Mengetahui,
Ketua Program Studi

Dr. Hilmy Alriad, M.Pd
NIDN: 0707048904

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Pada dasarnya belajar dari kegagalan adalah hal yang baik.

(Farikhatusholihah)

Jadilah baik, Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik.

(QS Al Baqoroh 156)

PERSEMBAHAN

Untuk ayah,ibu,kakak dan sahabatku.



KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah yang maha pengasih dan maha penyayang. Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT atas berkat rahmat serta hidayahnya sehingga dapat menyelesaikan PROPOSAL SKRIPSI dengan judul : Pengaruh Permainan Gobak Sodor Terhadap Gerak Dasar Lokomotor Pada Siswa Kelas V SDN Ngadipuro I Widang Tuban. Laporan skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengerjakan skripsi pada program Strata 1 di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.

Namun tidak lepas dari semua itu penulis menyadari bahwa terdapat kekurangan-kekurangan dari apa yang diharapkan dan tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini kami ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I, Selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Suna Giri Bojonegoro.
2. Ibu Astrid Chandra Sari, M.Pd Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
3. Bapak Dr. Hilmy Aliriad, M.Pd., Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
4. Ibu Wahyu Setia Kuscahyaning Putri, S.Pd., M.Kes., Selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah iklas memberikan ilmu, tenaga dan waktunya untuk saya menyelesaikan proposal skripsi ini.
5. Bapak Benny Widya Priadana, M.Pd., selaku Pembimbing 2 yang telah iklas memberikan ilmu, tenaga dan waktunya serta membimbing agar memberikan yang terbaik untuk menyelesaikan proposal skripsi ini.
6. Seluruh Dosen PJKR Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri yang telah memberikan ilmu dan pembelajaran yang bermanfaat.
7. Bapak Suparminto, S.Pd., SD., selaku kepala SDN Ngadipuro I atas izinnya sehingga dapat melaksanakan penelitian di SDN Ngadipuro I.

8. Bapak Ari Dwiyanto, S.Pd. selaku guru mata pelajaran PENJASKES di SDN Ngadipuro I, atas dukungan dan kerja samanya.
9. Achmad Amirul S.Pd. selaku kakak saya, yang telah mendukung dan semua pihak turut membantu baik secara langsung maupun tak langsung, yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas bantuan dalam penyusunan tugas akhir skripsi ini.



ABSTRACT

Farikhatusholihah. 2023. The Influence of the Gobak Sodor Game on the Basic Locomotor Movements of Class V Students at SDN Ngadipuro Widang Tuban. Thesis. Health and Recreation Physical Education Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Nahdlatul Ulama University Sunan Giri Main Supervisor Wahyu Setia Kuscahyaning Putri, S.Pd, M.Kes and Assistant Supervisor Benny Widya Priadana, M.Pd.

Keywords: Gobak Sodor, Basic Locomotor Movement.

The background to the problem in this research is that students feel bored and easily get bored of participating in learning activities. This research aims to determine the influence of the game Gobak Sodor on basic locomotor movements in class V students at SDN Ngadipuro Widang Tuban. The method used in this research is a quasi-experiment with a one group pre-test post-test research design with a class V sample of 25 students. The data collection technique uses the Locomotor Test. The results of the research show that traditional games can improve basic locomotor movements with the results of this research being linked to the two-way testing hypothesis, namely $0.000 < 0.05$, meaning accept H_a , reject H_o . Based on this, it can be concluded that there is a significant influence in the game of gobak sodor on students' basic locomotor movements. The test results obtained for locomotor movement were strengthened by the acquisition of the average Post Test score (89.22) > the Pre Test average score (69.79). It is hoped that the suggestions that can be conveyed from this research can be used as an alternative to traditional games to improve basic locomotor movements.

ABSTRAK

Farikhatusholihah. 2023. *Pengaruh Permainan Gobak Sodor Terhadap Gerak Dasar Lokomotor Siswa Kelas V SDN Ngadipuro Widang Tuban*. Skripsi. Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Pembimbing Utama Wahyu Setia Kuscahyaning Putri, S.Pd, M.Kes Dan Pembimbing Pendamping Benny Widya Priadana, M.Pd.

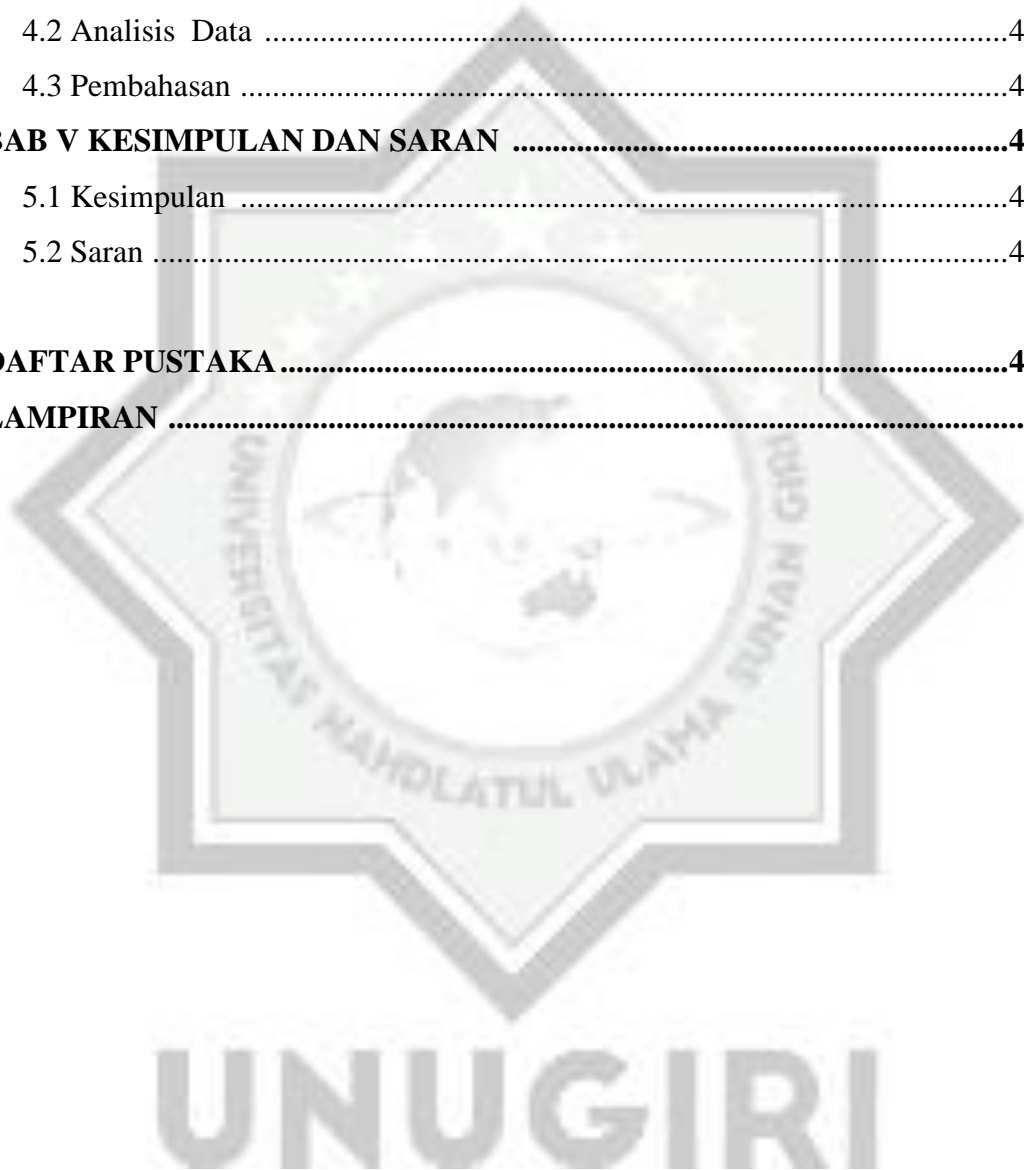
Kata Kunci : Gobak Sodor, Gerak Dasar Lokomotor.

Latar belakang masalah pada penelitian ini yaitu siswa merasa jenuh dan mudah bosan mengikuti kegiatan pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan gobak sodor terhadap gerak dasar lokomotor pada siswa kelas V SDN Ngadipuro Widang Tuban. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu eksperimen semu dengan desain penelitian *one group pre-test post-test* dengan sampel kelas V sebanyak 25 siswa. Teknik pengambilan data menggunakan Tes Lokomotor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan permainan tradisional mampu meningkatkan gerak dasar lokomotor dengan hasil penelitian tersebut dihubungkan dengan hipotesis pengujian dua arah, yaitu $0,000 < 0,05$ artinya terima H_a , tolak H_o . Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada permainan gobak sodor terhadap gerak dasar lokomotor siswa. Hasil tes yang diperoleh gerak lokomotor diperkuat dengan perolehan nilai rata-rata *Post Test* (89,22) > nilai rata-rata *Pre Test* (69,79). Saran yang dapat disampaikan dari penelitian ini diharapkan dengan permainan tradisional dapat dijadikan alternatif untuk meningkatkan gerak dasar lokomotor.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PERSYARATAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	v
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK INGGRIS	ix
ABSTRAK INDONESIA.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.5 Batasan Penelitian	5
1.6 Definisi Istilah	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN DASAR TEORI.....	6
2.1 Tinjauan Pustaka	6
2.2 Dasar Teori	9
2.3 Kerangka Berfikir.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1 Desain Penelitian	30
3.2 Lokasi Penelitian	30
3.3 Subjek Penelitian	31

3.4 Variabel dan Definisi Operasional	32
3.5 Instrumen Penelitian.....	32
3.6 Teknik Pengumpulan Data	37
3.7 Teknik Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
4.1 Hasil Penelitian	39
4.2 Analisis Data	40
4.3 Pembahasan	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	45
5.1 Kesimpulan	45
5.2 Saran	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN	1



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Kerangka Berpikir	28
3.1 Rancangan Penelitian	30
4.1 Deskripsi Statistik Tes Lokomotor.....	39
4.2 Tes Normality	40
4.3 Homogeneity Post Test Eksperimen dan Control.....	41
4.4 Hipotesis Post Test Eksperimen dan Kontrol.....	41



DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
3.1 Alur Penelitian	30



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Penelitian	62
2. Surat Balasan	63
3. Surat Keterangan Validasi	64
4. Observasi	65
5. Hasil Wawancara	66
6. Instrumen Penelitian	67
8. Instrumen Penelitian yang sudah diisi	69
9. Hasil Penelitian	77
10. Analisis Data	79
11. Dokumentasi	82

UNUGIRI