

**PENGARUH MODIFIKASI PERMAINAN KECIL DENGAN
MENGUNAKAN ALAT TERHADAP HASIL BELAJAR
ROLLING BELAKANG SISWA SDN 40 KORONG
GADANG KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga
Sebagai salah satu persyaratan guna memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh:

**FADEL HERMAYUDA
NIM : 21086498**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2025**

HALAMAN PESERTUJUAN SKRIPSI

Judul : Pengaruh Modifikasi Permainan Kecil Dengan Menggunakan
Alat Terhadap Hasil Belajar Rolling Belakang Siswa SDN 40
Korong Gadang Kota Padang

Nama : Fadel Hermayuda

NIM/TM : 21086498/2021

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2025

Mengetahui
Kepala Departemen
Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, S. Pd. M. Pd.
NIP. 198909012018031001

Disetujui Oleh :
Pembimbing



Dr. Sri Gusti Handayani, S. Pd, M. Pd
NIP. 198806162012122001

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Departemen Pendidikan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : Pengaruh Modifikasi Permainan Kecil Dengan Menggunakan
Alat Terhadap Hasil Belajar Rolling Belakang Siswa SDN 40
Korong Gadang Kota Padang

Nama : Fadel Hermayuda

NIM/TM : 21086498/2021

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

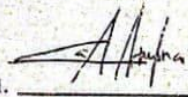
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2025

Tim Penguji

1. Ketua : Dr. Sri Gusti Handayani, S.Pd., M.Pd
2. Anggota : Dr. Zulbahri, S.Pd., M.Pd
3. Anggota : Wenny Sasmita, S.Pd., M.Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi saya yang berjudul "Pengaruh Modifikasi Permainan Kecil Dengan Menggunakan Alat Terhadap Hasil Belajar Siswa SDN 40 Korong Gadang Kota Padang" adalah karya tulis saya dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana di Universitas Negeri Padang Maupun Perguruan Tinggi lainnya.
2. Skripsi murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya dan bukan merupakan duplikasi orang lain.
3. Di dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau di publikasikan orang lain, kecuali secara jelas dicantumkan dalam kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam penelitian ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, 2 April 2026

Yang membuat pernyataan



Fadel Hermayuda

21086498

ABSTRAK

Fadel Hermayuda (2025) : Pengaruh Modifikasi Permainan Kecil Dengan Menggunakan Alat Terhadap Hasil Belajar Rolling Belakang Siswa SDN 40 Korong Gadang Kota Padang

Permasalahan dalam penelitian ini berawal dari rendahnya hasil belajar siswa pada materi senam lantai khususnya gerakan rolling belakang di SDN 40 Korong Gadang Kota Padang. Hal ini disebabkan oleh metode pembelajaran yang monoton dan kurangnya inovasi guru dalam menciptakan pembelajaran yang menarik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh modifikasi permainan kecil dengan menggunakan alat terhadap hasil belajar rolling belakang siswa.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain one-group pretest-posttest. Sampel dalam penelitian ini adalah 22 siswa kelas V. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Instrumen yang digunakan berupa tes keterampilan gerakan rolling belakang. Teknik analisis data dilakukan melalui uji-t menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan pada hasil belajar siswa setelah diterapkan modifikasi permainan kecil dengan demikian, modifikasi permainan kecil dengan menggunakan alat terbukti berpengaruh signifikan terhadap peningkatan hasil belajar siswa pada materi rolling belakang.

Kata Kunci: Modifikasi Permainan Kecil, Hasil Belajar, Senam Lantai, Rolling Belakang, PJOK.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, atas berkah dan hidayah Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan penelitian yang berjudul “Pengaruh Modifikasi Permainan Kecil Dengan Menggunakan Alat Terhadap Hasil Belajar Rolling Belakang Siswa SDN 40 Korong Gadang Kota Padang”. Shalawat beriringan salam penulis ucapkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari zaman kebodohan pada zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan dalam meraih gelar sarjana pendidikan srata satu (S1). Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Selanjutnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Teristimewa untuk kedua orang tua yang saya cintai Ayah dan Mama beserta Keluarga Besar yang merupakan jiwa kekuatan terbesar penulis untuk menyelesaikan perkuliahan ini, terimakasih sudah menjadi tempat pulang terbaik bagi penulis.
2. Bapak Dr. Ir. Krismadinata, S.T., M.T. selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam perkuliahan.

3. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama perkuliahan.
4. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd selaku Kepala Departemen Pendidikan Olahraga yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis akhirnya dapat menyelesaikan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Ibuk Dr. Sri Gusti Handayani, M.Pd., S.Pd selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan petunjuk yang sangat membantu dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Ibuk Weny Sasmitha S.Pd, M.Pd selaku pembimbing akademik sekaligus penguji skripsi yang telah memberikan masukan serta saran yang bersifat membangun bagi penulis sehingga dapat membuat karya yang baik dan bermanfaat bagi orang banyak.
7. Bapak Dr. Zulbahri, S.Pd., M.Pd selaku penguji skripsi yang telah memberikan masukan serta saran yang bersifat membangun bagi penulis sehingga dapat membuat karya yang baik dan bermanfaat bagi orang banyak.
8. Bapak dan Ibuk dosen Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu dan pengetahuannya kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.

9. Kepada seseorang yang tidak bisa penulis sebut namanya itu, terimakasih sudah sangat sabar menemani di masa skripsi ini, serta sudah memberikan dukungan dan motivasinya selama ini hingga penulis bisa menyelesaikan skripsi di perguruan tinggi ini, semoga segala harapan baik yang telah di rencanakan bisa terwujud di kemudian hari.
10. Rekan-rekan mahasiswa Pendidikan Olahraga 2021 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.
11. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu atas bantuan dan perhatiannya selama penyelesaian tugas akhir ini.

Padang, Agustus 2025

Penulis

Fadel Hermayuda

Nim 21086498

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT.....	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Batasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORI.....	11
A. Kajian Teori.....	11
1. Belajar.....	11
2. Pendidikan Jasmani.....	17

3. Senam.....	21
4. Senam Rolling Belakang.....	31
5. Modifikasi Pembelajaran	34
 B. Penelitian Relevan.....	39
C. Kerangka Konseptual.....	42
D. Hipotesis Penelitian	43
BAB III METODE PENELITIAN	44
A. Jenis Penelitian	44
B. Tempat dan Waktu Penelitian	44
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	45
D. Jenis dan Sumber Data.....	47
E. Instrumen Penelitian.....	47
F. Teknik Pengumpulan Data.....	48
G. Teknik Analisa Data.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN	51
A. Deskripsi Data	51
B. Pembahasan.....	60
BAB V PENUTUP.....	64
A. Kesimpulan	64
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA.....	67

LAMPIRAN	69
-----------------------	-----------

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Rolling Kedepan Kaki di Tekuk	24
Gambar 2. Rolling Kedepan Kaki Lurus	25
Gambar 3. Rolling Depan Kaki Split Kiri dan Kanan	27
Gambar 4. Rolling Depan Kaki Split Kiri dan Kanan	27
Gambar 5. Rolling Belakang Kaki di Tekuk.....	29
Gambar 6. Gerakan Meroda.....	30
Gambar 7. Rolling Belakang Kaki di Tekuk.....	33
Gambar 8. Model Modifikasi Permainan	36
Gambar 9. Model Modifikasi Permainan	37
Gambar 10. Model Modifikasi Permainan	37
Gambar 11. Model Modifikasi Permainan	38
Gambar 12. Kerangka Penelitian.....	42
Gambar 13. Desain Penelitian	44
Gambar 14. Rumus Uji-T	50
Gambar 15. Histogram Data Hasil Penelitian Prettest (O1) dan Posttest (O2) ..	52
Gambar 16. Histogram Data Hasil Penelitian Prettest (O1)	56
Gambar 17. Histogram Data Hasil Penelitian Posttest (O2).....	57

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Daftar nilai pembelajaran rolling belakang siswa kelas V SDN 40 Korong Gadang.....	7
Tabel 2. Populasi Penelitian (Kelas 1-6).....	45
Tabel 3. Sampel penelitian (kelas V).....	47
Tabel 4. Penilaian Kompetensi Keterampilan Guling Belakang.....	48
Tabel 5. Interval Nilai.....	48
Tabel 6. Descriptive Statistics (SPSS 2025)	51
Tabel 7. Uji Normalitas	53
Tabel 8. Uji Homogenitas (SPSS 2025).....	54
Tabel 9. Uji Distribusi Frekuensi Kelompok Prettest (O1)	55
Tabel 10. Uji Distribusi Frekuensi Kelompok Protest (02)	56
Tabel 11. Uji T-Test (SPSS 2025)	58
Tabel 12. Paired Samples Test (SPSS 2025).....	59

DAFTAR LAMPIRAN

Instrumen Penelitian.....	69
Lampiran Uraian Kegiatan Selama Penelitian	70
Lampiran Surat Tugas	73
Lampiran Surat Tugas Untuk Kepsek SDN 40 Korong Gadang.....	74
Lampiran Surat Tugas Dari Dinas Pendidikan	75
Lampiran Modul Modifikasi.....	76
Lampiran Data Pre-Test dan Data Post-Test	88
Lampiran Data SPSS.....	90

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan pada dasarnya berperan mencerdaskan kehidupan bangsa, yang sasarannya adalah meningkatkan kualitas manusia Indonesia baik itu social, spriritual dan intelektual, serta kemampuan yang profesional. Sebagaimana dijelaskan dalam Undang-undang (UU) No 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional bahwa :

“Pendidikan merupakan kegiatan fundamental untuk memajukan masyarakat dan para warganya. Pendidikan berfungsi untuk membentuk watak dan peradaban bangsa, bertujuan untuk mengembangkan peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.(UUSPN,2003;3)

Berdasarkan kutipan di atas jelas bahwa pendidikan merupakan usaha sadar manusia yang bertujuan untuk mengembangkan peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap dan kreatif dan mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Salah satu usaha yang dapat dilakukan untuk mengembangkan peserta didik menjadi manusia yang berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan bertanggung jawab yaitu dengan keolahragaan. Sebagaimana yang dijelaskan dalam Undang-Undang RI No. 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan dijelaskan bahwa :

"Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan

nilai moral dan akhlak manusia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa”

Berdasarkan kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa pembangunan keolahragaan perlu dikembangkan dan ditingkatkan diseluruh tanah air terutama di sekolah-sekolah yang nantinya dapat menunjang proses belajar siswa. Melalui mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, juga yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, kemampuan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistimatis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Dalam Permendiknas No. 22/2006 tentang Standar Isi dalam rambu-rambu pembelajaran Penjasorkes point 14 dan 15 dijelaskan bahwa:

"Guru diharapkan dapat memanfaatkan sarana dan prasarana yang tersedia untuk pelaksanaan pembelajaran, baik di halaman sekolah, ruang kelas atau benda-benda lain di sekitar sekolah yang dapat digunakan sebagai alat bantu pembelajaran.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting, yaitu memberikan kesempatan pada anak didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani,

olahraga dan kesehatan yang dilakukan secara sistematika. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Metode pembelajaran yang efektif sangat penting untuk mencapai tujuan pendidikan. Menurut Arends (2012), metode pembelajaran yang baik harus mampu menciptakan lingkungan belajar yang aktif dan menyenangkan. Dalam konteks pendidikan jasmani, penggunaan metode yang inovatif dan menarik sangat diperlukan untuk meningkatkan minat dan motivasi siswa. Salah satu pendekatan yang dapat diterapkan adalah modifikasi permainan kecil dengan menggunakan alat. Modifikasi ini tidak hanya membuat pembelajaran menjadi lebih menarik, tetapi juga dapat membantu siswa memahami teknik rolling belakang dengan cara yang lebih menyenangkan.

Keterlibatan siswa dalam proses belajar sangat dipengaruhi oleh cara guru menyampaikan materi. Menurut Slavin (2016), pembelajaran yang interaktif dan melibatkan siswa secara aktif dapat meningkatkan pemahaman dan retensi informasi. Modifikasi permainan kecil dapat menciptakan suasana belajar yang lebih dinamis, di mana siswa dapat berlatih rolling belakang dalam konteks permainan yang menyenangkan. Hal ini sejalan dengan pendapat Suyanto (2015) yang menyatakan bahwa pembelajaran yang menyenangkan dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan/olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur kerjasama, dan lain-lain) dari pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun harus dilakukan dengan menggunakan pendekatan dalam proses pembelajaran atau dengan metode pembelajaran yang melibatkan unsur fisik mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan pendidikan-pendidikan, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Melalui pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Agar standar kompetensi pembelajaran pendidikan jasmani dapat terlaksana sesuai dengan pedoman, maksud dan juga tujuan sebagaimana yang ada dalam kurikulum, maka guru pendidikan jasmani harus mampu membuat pembelajaran yang efektif dan menyenangkan. Untuk itu perlu adanya pendekatan, variasi maupun modifikasi dalam pembelajaran.

Sesuai dengan karakteristik siswa SD, usia 6-12 tahun kebanyakan dari mereka cenderung masih suka bermain. Untuk itu guru harus mampu mengembangkan pembelajaran yang efektif, disamping harus memahami dan

memperhatikan karakteristik dan kebutuhan siswa. Mutohir dan Guril. (Didalam Andriyan,2010) mengemukakan pada masa usia tersebut seluruh aspek perkembangan manusia baik itu kognitif, psikomotorik dan afektif mengalami perubahan. Perubahan yang paling mencolok adalah pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikologis. Untuk itu Guru harus dapat membuat suatu model pembelajaran yang dapat menarik minat siswa, perlu adanya pendekatan, variasi maupun modifikasi dalam pembelajaran.

Banyak faktor yang mempengaruhi rendahnya hasil belajar pendidikan jasmani siswa antara lain kurang kreatifnya guru Pendidikan jasmani di sekolah dalam membuat dan mengembangkan media pembelajaran sederhana, guru miskin akan model-model pembelajaran, sehingga dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dilaksanakan dalam situasi dan kondisi yang monoton, guru hanya menggunakan metode ceramah dan metode tugas, karena mereka hanya mengejar bagaimana materi pelajaran tersebut dapat selesai tepat waktu, tanpa memikirkan bagaimana pembelajaran itu bermakna dan dapat diaplikasikan oleh siswa dalam kesehariannya.

Guna mewujudkan tujuan pendidikan jasmani tersebut, Fobia (2016) menyatakan salah satu upaya yang hendaknya dilakukan adalah dengan mengembangkan kemampuan gerak dengan olahraga permainan. Salah satunya melalui cabang senam adalah rolling belakang. Untuk mengembangkan roll belakang menuju hasil belajar yang optimal diperlukan usaha-usaha pembinaan dan pelatihan keterampilan dasar yang benar.

Berdasarkan observasi di lapangan terlihat bahwa pembelajaran penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 40 Korong Gadang belum dapat optimal, dikarenakan kurangnya perhatian dan kontrol guru dalam pengelolaan kelas pada waktu pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya materi roll belakang, selama ini biasanya anak disuruh langsung bermain roll belakang, anak-anak dibiarkan bermain dengan sendirinya tanpa memperhatikan teknik-teknik bermain roll belakang yang benar. Selain itu di Sekolah Dasar Negeri 40 Korong Gadang menunjukkan proses pembelajaran khususnya pembelajaran penjasorkes materi roll belakang hanya didominasi beberapa siswa saja, hal ini menunjukkan kurangnya partisipasi dari siswa dalam proses pembelajaran sehingga hal ini juga mempengaruhi efektifitas pembelajaran yang berjalan secara efektif.

Salah satu penguasaan teknik dasar roll belakang yang nampaknya masih kurang dikuasai oleh para siswa Sekolah Dasar Negeri 40 Korong Gadang. Hal ini terlihat dimana siswa Sekolah Dasar Negeri 40 Korong Gadang tersebut dalam melakukan dasar roll belakang merasa takut dan cemas, sehingga hasil belajar roll belakang kurang optimal. Kenyataan ini dapat dilihat dari nilai peserta didik yang masih banyak yang belum mencapai KKTP. Berikut adalah nilai dari peserta didik kelas V SDN 40 Korong Gadang kota padang, yaitu:

**Tabel 1. Daftar nilai pembelajaran rolling belakang siswa kelas V
SDN 40 Korong Gadang**

No	Nama Siswa	KKTP	Pembelajaran PJOK	Keterangan	
				Tuntas	Tidak Tuntas
1.	ARB	70	60		✓
2.	AZS	70	60		✓
3.	ALA	70	50		✓
4.	DHA	70	60		✓
5.	FAFD	70	80	✓	
6.	FR	70	70	✓	
7.	HA	70	50		✓
8.	HH	70	50		✓
9.	IQ	70	50		✓
10.	LA	70	60		✓
11.	MB	70	50		✓
12.	MF	70	60		✓
13.	NYM	70	70	✓	
14.	RZS	70	70	✓	
15.	RAF	70	40		✓
16.	RR	70	30		✓
17.	SS	70	50		✓
18.	SP	70	60		✓
19.	RA	70	60		✓
20.	YJ	70	50		✓
21.	GLV	70	50		✓
22.	ZN	70	70	✓	

(Sumber: Guru PJOK SDN 40 Korong Gadang kota Padang)

Untuk meningkatkan keberanian melakukan roll belakang secara keseluruhan maka diperlukan metode bermain pada siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri 40 Korong Gadang. Upaya untuk menyesuaikan pembelajaran dasar roll belakang yang sesuai dengan karakteristik dan perkembangan siswa Sekolah Dasar dapat dilakukan melalui modifikasi

permainan kecil. Dalam penelitian ini peneliti akan mencoba metode modifikasi permainan kecil dalam pembelajaran roll belakang yaitu dengan membuat permainan atau game yang lebih memudahkan siswa dalam melakukan roll belakang dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, selain itu dengan metode bermain anak-anak akan bersemangat dan tidak bosan dalam pembelajaran.

Dari permasalahan tersebut di atas maka penulis menentukan judul Skripsi Penelitian Eksperimen Semu ini adalah “Pengaruh Modifikasi Permainan Kecil Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Materi Rolling Belakang Di Sdn 40 Korong Gadang”.

B. Identifikasi Masalah

Sesuai dengan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah antara lain sebagai berikut:

1. Metode pembelajar
2. Media ajar
3. Kompetensi guru
4. Modifikasi pembelajaran
5. Sarana dan Prasarana
6. Motivasi Siswa
7. Kemampuan Motorik Siswa

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi Penelitian ini, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada pengaruh kelas V di SD Negeri 40 Korong Gadang dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam materi senam rolling belakang melalui modifikasi permainan kecil dalam pembelajaran

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu “Bagaimana pengaruh modifikasi permainan kecil dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada materi Rolling Belakang terhadap hasil belajar siswa di SDN 40 Korong Gadang?”.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh modifikasi permainan kecil dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada materi rolling belakang terhadap hasil belajar siswa di SDN 40 Korong Gadang.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang bermanfaat, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Berguna bagi mahasiswa yaitu sebagai sumber ilmu pengetahuan, dalam meningkatkan proses pembelajaran dalam pendidikan, olahraga dan kesehatan atau dalam proses pemberian pelatihan bagi anak-anak SD khususnya untuk mengetahui pengaruh modifikasi permainan kecil dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada materi rolling belakang terhadap hasil belajar siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Memberikan informasi kepada sekolah, guru, dan siswa tentang pengaruh modifikasi permainan kecil dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada materi rolling belakang terhadap hasil belajar siswa.
- b. Sebagai bahan pertimbangan bagi guru dalam proses pembelajaran, sehingga proses pembelajaran dapat meningkat dan membuat siswa lebih tertarik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.
- c. Bagi siswa SDN 40 Korong Gadang dapat mengetahui dan memahami bahwa modifikasi permainan kecil dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada materi rolling belakang mungkin dapat mempengaruhi hasil belajar mereka sehingga mampu meningkatkan hasil belajar siswa di dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa penerapan modifikasi permainan kecil dengan menggunakan alat memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil belajar siswa pada materi rolling belakang di kelas V SDN 40 Korong Gadang Kota Padang. Hasil uji-t menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara hasil belajar sebelum dan sesudah perlakuan ($\text{Sig. } 0,000 < 0,05$), yang berarti bahwa hipotesis alternatif (H_1) diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa modifikasi permainan kecil berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan hasil belajar siswa dalam materi senam rolling belakang. Dengan demikian, penggunaan pendekatan modifikasi permainan kecil merupakan salah satu alternatif metode pembelajaran yang relevan dan efektif dalam konteks pendidikan jasmani di tingkat sekolah dasar, khususnya dalam meningkatkan kompetensi gerak dasar siswa.

B. Saran

Berdasarkan temuan dan kesimpulan dari penelitian ini, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK)

Guru PJOK disarankan untuk mengimplementasikan pendekatan pembelajaran berbasis permainan kecil yang dimodifikasi secara sistematis

dan terencana. Strategi ini dapat meningkatkan keterlibatan siswa, memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan, serta mengembangkan keterampilan motorik secara optimal.

2. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat memberikan dukungan berupa penyediaan sarana dan prasarana yang mendukung pelaksanaan pembelajaran PJOK yang inovatif. Selain itu, sekolah juga disarankan untuk memfasilitasi pelatihan atau workshop bagi guru PJOK agar mampu mengembangkan model pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan peserta didik.

3. Bagi Siswa

Peserta didik diharapkan dapat mengikuti kegiatan pembelajaran dengan sikap antusias, aktif, dan terbuka terhadap variasi metode pembelajaran yang diberikan. Sikap positif terhadap aktivitas fisik dapat menumbuhkan rasa percaya diri, meningkatkan keberanian, serta mendorong penguasaan keterampilan motorik dasar.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi awal dalam mengembangkan pendekatan pembelajaran berbasis permainan kecil. Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas ruang lingkup penelitian, baik dari segi jumlah sampel, jenjang pendidikan, maupun

variasi materi pembelajaran untuk mendapatkan hasil yang lebih komprehensif dan generalisasi yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, S. (2018). *Bentuk bentuk dasar gerakan senam*. Hal 15, 18, 24, dan 29. Malang ; Universitas Negeri Malang.
- Adli, M. R., Handayani, S. G., Pitnawati, P., & Zulbahri, Z. (2022). Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Berbasis E-Modul Materi Senam Rolling Depan. *Jurnal JPDO*, 5(7), 35-40.
- Arends, R. I. (2012). *Learning to teach* (9th ed.). McGraw-Hill Education.
- Agus Mahendra. (2001). *Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas Ditjen Dikdasmen
- Ahmadi, Abu.(1993). *Cara belajar mandiri dan sukses*. Solo:CV Aneka Cipta.
- Aisyah, S. (2018). *Manfaat senam untuk kesehatan fisik dan mental*. Yogyakarta: Penerbit Pendidikan.
- Anggriawan, C. O. Januarto., dan Kurniawan. (2019). Pengembangan pembelajaran teknik dasar guling depan dan guling belakang pada senam lantai melalui multimedia interaktif untuk kelas vii smp negeri 1 sumberpucung kabupaten malang. *Jurnal dari Universitas Negeri Malang*. Volume 10, No.2.
- Chen, A., Sun, H., & Wang, Y. (2020). *Integrating Theory and Practice in Physical Education: A Study of Student Learning Outcomes*. *Journal of Teaching in Physical Education*, 39(2), 123-135.
- Depdiknas. (2006). *Metode penelitian administrasi*. Bandung: Alfabeta Bandung.
- Fobia, L. (2019). *Meningkatkan hasil belajar roll belakang senam lantai menggunakan metode bermain di sdn 30 ladak*. *Artikel ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura Pontianak*.
- Haryanto, H. (2020). *The Role of a Positive Learning Environment in Enhancing Student Confidence in Physical Education*. *International Journal of Educational Research Review*, 5(3), 123-130.
- Kretchmar, R. S. (2005). *Practical philosophy of sport and physical activity*. Human Kinetics.
- Masni, H. (2017). Strategi meningkatkan motivasi belajar mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Dikdaya*, 5(1), 34-45.
- Mulyaningsih. (2011). Penelitian Tindakan kelas. *Jurnal dari KajianPustaka.com*. diakses pada
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 22 Tahun 2006. *Tentang kurikulum tingkat satuan pendidikan*, Jakarta.
- Putri, A. D., & Wijaya, A. (2024). *Pengaruh modifikasi permainan bola voli terhadap motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK*. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 5(1), 70-77.
- Purnama, S. (2022). Bahan ajar roll depan dan roll belakang. *Artikel dari SCRIBD*.
- Sayekti, K. A. (Khusnul), Pratyas, R. (Rinda), & Pamuji, J. T. (2012). *Peningkatan keterampilan guling belakang dengan menggunakan media pembelajaran berbasis animasi di sd negeri 3 sungapan kulon progo*. pelita.

- Saputra, F.A., Fasy, N.A., Buwono, R.H., Putra, T.P., Ardhana, N.P., & Tresnowati, I. (2024). Strategi pengaplikasian gerakan teknik dasar roll depan dan roll belakang pada senam lantai yang benar kepada atlet pemula. *Jurnal ABDIMAS : MURI*.
- Sari, D., & Rahmawati, N. (2021). *Manfaat senam dasar bagi kesehatan dan kebugaran*. Jurnal Ilmu Keolahragaan, 6(1), 45-52.
- Sari, R. (2021). *The Impact of Game Modification on Students' Rolling Skills in Physical Education*. *Journal of Sports Science and Education*, 8(2), 45-52.
- Slavin, R. E. (2016). *Educational psychology: Theory and practice* (11th ed.). Pearson Education.
- Study.com. (2024). Pretest-posttest design definition, types & examples. *Jurnal dari Physiology Course*. Diakses pada
- Suyanto, M. (2015). *Inovasi pendidikan: Pembelajaran yang menyenangkan*. Penerbit Andi.
- Syah, Muhibbin.1995. Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Terbaru. Bandung: PT Remaja Rosda Karya.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003, tentang Sistim Pendidikan Nasional, Jakarta, Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Zulbahri. (2020). *Pengembangan Media Belajar PJOK Pada Materi Senam Lantai (Artistik)*. Padang: FIK.
- Zulbahri, Z., Astuti, Y., Sasmitha, W., Pitnawati, P., Erianti, E., Damrah, D., & Rosmawati, R. (2022). The effectiveness of developing gymnastics learning media with the application of teileren and global (ganze) a method based on lectors digital. *Linguistics and Culture Review*, 248-263.