

**TINGKAT PENGETAHUAN SISWA DALAM PEMBELAJARAN ATLETIK
KELAS V DI SD NEGERI KEMBANGSONGO PADA SAAT PANDEMI
*COVID-19***

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta untuk
Memenuhi Sebagai Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
Muhammad Ulin Nuha
NIM 17604221053

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2021**

**TINGKAT PENGETAHUAN SISWA DALAM PEMBELAJARAN ATLETIK
KELAS V DI SD NEGERI KEMBANGSONGO PADA SAAT PANDEMI
COVID-19**

Oleh:

Muhammad Ulin Nuha

NIM 17604221053

ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat pengetahuan siswa dalam pembelajaran atletik di SD Negeri Kembangsono.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode *survey* dan teknik pengumpulan data menggunakan angket melalui *online*. Populasi dalam penelitian adalah siswa kelas V SD N Kembangsono, dengan jumlah 52 siswa. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dalam pembelajaran atletik siswa kelas V pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta dalam kategori sangat rendah 10%, rendah 13%, sedang 60%, tinggi 13% , sangat tinggi 4%.

Kata Kunci: Pengetahuan, Atletik, dan Siswa Kelas V SD Negeri Kembangsono.

**LEVEL OF KNOWLEDGE OF THE FIFTH GRADE STUDENTS IN ATHLETIC
LEARNING AT SD NEGERI KEMBANGSONGO DURING COVID-19 PANDEMIC**

Abstract

This research aims to determine how high the level of knowledge of the fifth grade students in athletic learning at SD Negeri Kembangsono (Kembangsono Elementary School) during the Covid-19 pandemic.

This research was a descriptive quantitative study. The research method used a survey method and the data collection techniques used online questionnaires. The research population was the fifth grade students of SD N Kembangsono, with a total

of 52 students. The data analysis technique used the descriptive quantitative statistics as elaborated in the form of percentages.

The results of this research indicate that the level of knowledge of the fifth grade students in athletic learning in the subjects of Physical Education at SD Negeri Kembangsono, Jetis District, Bantul Regency, Yogyakarta in the very low level at 10%, in the low level at 13%, in the medium level at 60%, in the high level at 13%, and in the very high level at 4%.

Keywords: Knowledge, Athletics, and Fifth Grade Students of SD Negeri Kembangsono

Mengetahui
Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kerja
Sama



Dr. Yudik Prasetyo, M.Kes., AIFO.
NIP. 19820815 200501 1 002

Yogyakarta, 5 Agustus 2021
Disetujui,
Dosen Pembimbing



Dr. Eddy Purnomo, M.Kes.
NIP. 19620310 199001 1 001

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT PENGETAHUAN SISWA TERHADAP PEMBELAJARAN
ATLETIK DI SD NEGERI KEMBANGSONGO**

Disusun Oleh:

Muhammad Ulin Nuha
NIM 17604222053

Telah memenuhi syarat dan disetujui Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan Ujian
Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 4 Mei 2021

Mengetahui,
Koordinator Prodi PGSD Penjas



Dr. Hari Yulianto, S.Pd., M.Kes.
NIP. 196707011994121001

Disetujui,
Dosen Pembimbing TA



Dr. Eddy Purnomo M.Kes.
NIP. 196203101990011001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Ulin Nuha

NIM : 17604221053

Program Studi : PGSD Penjas

Judul TAS : Tingkat Pengetahuan Siswa Dalam Pembelajaran Atletik Kelas V Di SD Negeri Kembangsongo Pada Saat Pandemi Covid-19

menyatakan bahwa skripsi ini benar benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 4 Mei 2021

Yang Menyatakan



Muhammad Ulin Nuha

NIM. 17604221053

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**TINGKAT PENGETAHUAN SISWA DALAM PEMBELAJARAN ATLETIK
KELAS V DI SD NEGERI KEMBANGSONGO PADA SAAT PANDEMI
COVID-19**

Disusun Oleh:

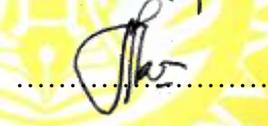
Muhammad Ulin Nuha
NIM 17604221053

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal, 20 Mei 2021

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda tangan	Tanggal
Dr. Drs. Eddy Purnomo, M. Kes		28/07/2021
Ketua Penguji/Pembimbing		27/07/2021
Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or		22/07/2021
Sekretaris		
Drs. Sriawan, M.Kes.		
Penguji		

Yogyakarta, 29 Juli 2021

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta Dekan



Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed

NIP. 196407071988121001

HALAMAN MOTTO

1. Jangan terlalu ambil hati dengan ucapan seseorang kadang manusia punya mulut belum tentu punya hati.
2. Utamakan apa yang kamu butuhkan dan jangan kamu dahulukan apa yang kamu inginkan.

(M. Ulin Nuha)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan ini saya persembahkan karya sederhana ini untuk orang-orang yang selalu ada di sekeliling saya, selama ini selalu memberikan dukungan bagi kelancaran

Tugas Akhir Skripsi saya:

1. Terimakasih yang tak terhingga untuk Allah SWT, atas segala anugerah yang telah dilimpahkan kepada saya, serta junjungan nabi besar Muhammad SAW atas segala suri tauladan yang telah diberikan
2. Kedua orang tua saya Bapak Dalhari dan Ibu Dasilah yang senantiasa mendoakan saya, memberi dukungan semangat, motivasi, kasih sayang, materi, dan segalanya yang tak pernah berhenti diberikan kepada saya.
3. kakak saya Siti Hidayati dan Weni Kusumawati yang selalu mendoakan dan memberi semangat selama ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan “Tingkat Pengetahuan Kelas V di SD Negeri Kembangsono Dalam Pembelajaran Atletik Saat Pandemi *Covid-19*” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Eddy Purnomo, M.Kes Dosen Pembimbing serta dosen Pembimbing Akademik, yang telah memberikan bimbingan skripsi selama penelitian berlangsung.
2. Bapak Dr. Eddy Purnomo, M.Kes selaku Ketua Penguji, Bapak Drs. Sriawan, M.Kes selaku Penguji tugas akhir skripsi dan Bapak Heri Yogo Prayadi S.Pd.Jas., M.Or selaku Sekretaris yang sudah memberi koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap TAS ini.
3. Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes. Koordinator Prodi PGSD Penjas beserta dosen dan staff yang telah memberikan persetujuan serta bantuan dalam penulisan skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Ibu Supiyah S.Pd selaku kepala sekolah SD Negeri Kembangsono yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi

ini.

6. Para guru dan staf SD Negeri Kembangsono yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat saya sebutkan di sini atas bantuannya dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Skripsi ini.

Akhirnya, Semoga segala bantuan yang telah diberikan oleh semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak yang membutuhkan.

Yogyakarta, 5 Mei 2021

Penulis,



Muhammad Ulin Nuha

NIM: 17604221053

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG	i
ABSTRAK	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Batasan Masalah	3
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	4

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori	6
1. Hakikat Pengetahuan	6
2. Tingkat Pengetahuan	7
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	8
4. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan	9
5. Hakikat Atletik	11
6. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	21

B. Penelitian Yang Relevan	22
C. Kerangka Berpikir	24
BAB III METODOLOGI PENDIDIKAN	
A. Desain Penelitian	26
B. Waktu dan Tempat Penelitian	27
C. Populasi Penelitian dan Sampel Penelitian	27
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian	28
E. Instrumen Penelitian dan Pengumpulan Data	29
F. Validitas dan Reliabilitas	32
G. Teknik Analisis Data	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	36
B. Pembahasan	45
C. Keterbatasan Peneliti	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	53
B. Implikasi Hasil Penelitian	53
C. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN	57

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Subyek Penelitian.....	28
Tabel 2. Definisi Operasional	29
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Soal Tes.....	31
Tabel 4. Kategori Sekor Penilaian	34
Tabel 5. Data Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas V tentang Pembelajaran Atletik di SD Negeri Kembangsono.	36
Tabel 6. Data Perbedaan Rerata, Median dan Standar Deviasi Kelima Faktor	38
Tabel 7. Distribusi Faktor Pengertian dan Sejarah.....	39
Tabel 8. Distribusi Faktor Macam-Macam <i>Event</i> Olahraga Atletik	40
Tabel 9. Faktor Sarana dan Prasarana	41
Tabel 10. Faktor Teknik Atletik.....	43
Tabel 11. Faktor Taktik Atletik.....	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Diagram Batang Pengkategorian Data Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas V dalam Pembelajaran Atletik di SD Negeri Kembangsongo.....	37
Gambar 2. Diagram Batang Pengkategorian Data Faktor Pengertian dan Sejarah..	39
Gambar 3. Diagram Batang Pengkategorian Data Faktor Macam-Macam <i>Event</i> Olahraga Atletik	40
Gambar 4. Diagram Batang Pengkategorian Data Faktor Sarana dan Prasarana Atletik	42
Gambar 5. Diagram Batang Pengkategorian Data Faktor Teknik Atletik	43
Gambar 6. Diagram Batang Pengkategorian Data Faktor Taktik Atletik	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Persetujuan <i>Expert Judgement</i>	58
Lampiran 2. Surat Izin Uji Coba Instrumen Fakultas ke Sekolah.....	59
Lampiran 3. Surat Keterangan Uji Coba Instrumen Dari Sekolah.....	60
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian Fakultas Ke Sekolah	61
Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian Dari Sekolah	62
Lampiran 6. Soal Instrumen Penelitian.....	63
Lampiran 7. Data Uji Coba Instrumen.....	71
Lampiran 8. R <i>Table</i>	71
Lampiran 9. Data Siswa Penelitian	73
Lampiran 10. Kartu Bimbingan	74

BAB I

PENDAHULUAN

A Latar Belakang Masalah

Pendidikan di sekolah dasar banyak memberikan dampak kepada perkembangan dan pertumbuhan anak, anak yang rajin dalam berolahraga tentunya akan memiliki bentuk tubuh atau fisik yang lebih baik daripada anak yang tidak berolahraga, tidak mudah terkena penyakit dan tidak mudah lelah jika beraktivitas yang berlebihan. Perkembangan psikis anak juga akan menjadi lebih baik jika sering berolahraga. Di sekolah dasar salah satu mata pelajaran yang sangat mempengaruhi perkembangan fisik dan psikis anak yaitu pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani sekolah sekolah dasar mempunyai peran yang sangat penting yaitu meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan motorik anak, pengetahuan dan perilaku hidup aktif anak. Pendidikan jasmani juga mengajarkan siswa menjadi seorang yang sportif, jujur dan disiplin. Siswa juga dapat berlatih kerjasama dengan orang lain ketika berolahraga tim, seperti bermain sepak bola, bermain kasti, bermain permainan tradisional gobak sodor, lari estafet, dan lain lain.

Pada saat ini hal yang terjadi menunjukkan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah hanya sebagai salah satu mata pelajaran yang wajib dilaksanakan. Hal ini sangat berpengaruh terhadap jalannya pembelajaran, salah satunya pembelajaran atletik. Proses pembelajaran pendidikan jasmani secara tatap muka di SD Negeri Kembansongo cukup bagus dan tempatnya luas, tetapi hanya

menggunakan lapangan sepak bola trimulyo, jadi tidak ada lintasan atletiknya, dan harus membuat lapangan sendiri ketika pembelajaran olahraga. Siswa Sekolah Dasar Negeri Kembangongo mempunyai bekal materi atletik sejak berada di kelas bawah. Di sekolah juga mempunyai alat-alat yang digunakan untuk pembelajaran altetik, peralatan seperti tongkat estafet, peluru, lembing, dan lain lain.

Keterampilan dasar atletik merupakan kemampuan dasar yang harus dikuasai oleh setiap siswa. Namun ketika pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga khususnya pada materi atletik masih ada beberapa siswa yang belum memahami materi teori, hal ini tampak dari hasil wawancara beberapa siswa yang mengatakan masih belum paham tentang teori pembelajaran atletik, sedangkan yang materi praktek sudah hampir memahaminya.

Ketika pandemi *covid-19* muncul, siswa SD Negeri Kembangongo mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan secara *online* (daring). Banyak siswa yang merasa kesulitan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga secara *online* (daring). Kesulitan yang dihadapi terutama tentang materi yang diberikan oleh guru, siswa merasa malu untuk bertanya kepada gurunya, akses internet yang kurang stabil, dan siswa merasa malas, serta sulit berkonsentrasi ketika belajar menggunakan media *handphone*.

Penelitian dilakukan di SD Negeri Kembangongo karena peneliti sudah pernah melakukan praktek kependidikan di sekolah dasar tersebut dan melakukan praktek

mengajar untuk memenuhi tugas kuliah serta peneliti merupakan alumni sekolah dasar tersebut.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang tingkat pengetahuan siswa kelas V dalam materi atletik di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Bantul pada saat pandemi *covid-19*.

B Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan tersebut maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Siswa kelas V SD Negeri Kembangsono masih kurang memahami materi pembelajaran teori atletik.
2. Dalam penyajian materi dalam bentuk video belum dilakukan secara maksimal.
3. Belum diketahuinya tingkat pengetahuan dasar atletik siswa kelas V SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Bantul pada saat pandemi *covid-19*

C Batasan Masalah

Untuk memudahkan dalam penelitian dan juga agar permasalahan yang akan dikaji tidak terlalu luas, maka perlu adanya batasan masalah. Adapun batasan masalah pada penelitian ini yaitu tingkat pengetahuan atletik siswa kelas V SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Bantul pada saat pandemi *covid-19*

D Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah. Maka dalam penelitian ini peneliti dapat merumuskan masalah yaitu seberapa tinggi tingkat pengetahuan siswa kelas V dalam pembelajaran atletik di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Bantul pada saat pandemi *covid-19*?

E Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan atletik siswa kelas V SD Negeri Kembangsono, kecamatan Jetis, Bantul pada saat pandemi *covid-19*

F Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup permasalahan yang diteliti, peneliti ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi bagi ilmu pengetahuan pendidikan jasmani dan melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran seberapa tinggi tingkat pengetahuan siswa dalam pembelajaran atletik kelas V SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Bantul pada saat pandemi *covid-19*

2. Secara Praktis

- a. Bagi siswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu acuan bagi siswa untuk meningkatkan pengetahuan di bidang olahraga, khususnya cabang olahraga atletik.
- b. Bagi guru penjas dan guru lainnya, hasil penelitian ini dapat menjadi sumber referensi untuk diberikan kepada siswa dalam hal meningkatkan hasil kualitas pembelajaran Penjasorkes, khususnya dalam materi atletik
- c. Bagi sekolah, hasil penelitian ini diharapkan pihak sekolah akan menjadikan sebagai gambaran untuk membimbing guru dalam memberi materi dengan kreativitas mengajar yang dapat meningkatkan pengetahuan atletik siswa.
- d. Bagi masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi masyarakat tentang cabang olahraga atletik dan bagaimana meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar khususnya cabang olahraga atletik.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A Deskripsi Teori

1 Hakikat Pengetahuan

Pengetahuan yang dimiliki seseorang sangat penting bagi setiap individu. Setiap kegiatan yang dilakukan tentunya memerlukan pengetahuan. Pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu dan ini setelah orang melakukan pengindraan terhadap objek tertentu (Notoatmodjo, 2011:12). Menurut Komarudin, (2016: 36), “Pengetahuan adalah kemampuan untuk mengungkap atau mengingat kembali (*recall*) fakta-fakta yang sederhana, baik konsep, istilah tanpa harus dimengerti, atau peserta didik hanya dituntut untuk dapat menyebutkan kembali atau menghafal saja”.

Sedangkan pengetahuan menurut Soekanto yaitu:

Pengetahuan adalah kesan di dalam pikiran manusia sebagai hasil penggunaan panca indera, yang berbeda sekali dengan kepercayaan (*belief*), takhayul (*superstitions*), dan penerangan-penerangan yang keliru (*misinformation*) yang bertujuan untuk mendapatkan kepastian serta menghilangkan prasangka-prasangka sebagai akibat ketidak pastian (Soekanto, 2009: 16).

Pengetahuan didapatkan melalui gejala yang ditemui dan diperoleh manusia melalui pengamatan akal. Semakin manusia mendapatkan pengetahuan semakin manusia tersebut menjadi tahu apa yang temuinya. Pengetahuan tidak lepas dari pengalaman hidup manusia. Secara sederhana pengetahuan pada dasarnya keseluruhan keterangan dan ide yang terkandung dalam pernyataan-pernyataan yang

dibuat mengenai suatu gejala atau peristiwa yang bersifat ilmiah, sosial maupun perseorangan.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan merupakan sesuatu hal yang ditemui dan diperoleh manusia melalui panca indra manusia seperti indra penglihatan, pendengaran, penciuman dan perabaan terhadap suatu objek yang diketahui. Pengetahuan sendiri menjadi dasar dalam dunia kependidikan.

2 **Tingkat Pengetahuan**

Menurut Notoadmojo (2010:27-29) mengklasifikasikan menjadi enam kategori, dari yang sederhana (tahu) sampai dengan yang lebih kompleks (evaluasi). Ranah kognitif terdiri atas (berturut-turut dari yang paling sederhana sampai yang paling kompleks), yaitu:

1) Tahu (*know*)

Tahu diartikan hanya sebagai recall (memanggil) memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu.

2) Memahami (*comprehension*)

Memahami suatu objek bukan sekedar tahu terhadap objek tersebut, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi orang tersebut harus dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui tersebut.

3) Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan apabila orang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi yang lain.

4) Analisis

Analisis adalah kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan atau memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau objek yang diketahui. Indikasi bahwa

pengetahuan seseorang itu sudah pada tingkat analisis apabila orang tersebut dapat membedakan, atau memisahkan, mengelompokkan, membuat diagram (bagan) terhadap pengetahuan atas objek tersebut.

5) Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakkan dalam satu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada.

6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek tertentu. Penelitian-penelitian ini didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan tentang kriteria-kriteria yang telah ada.

Berdasarkan pendapat diatas maka dapat di simpulkan bahwa pengetahuan mempunyai banyak tingkatan. Keadaan tersebut menandakan bahwa tingkat pengetahuan merupakan salah satu ukuran pengetahuan. Di setiap tingkat pengetahuan juga mempunyai ketentuan yang jelas salah satu contohnya yaitu evaluasi, dalam evaluasi seseorang harus dapat memberikan penilaian terhadap suatu objek.

3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Notoadmojo (2011: 20) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu :

a. Pendidikan

Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup, terutama dalam memotivasi sikap berperan serta dalam perkembangan kesehatan. Semakin tinggi tingkat kesehatan, seseorang makin menerima informasi sehingga makin banyak pola pengetahuan yang dimiliki. Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh dalam memberi respon terhadap sesuatu yang datang dari luar.

b. Paparan media massa

Media massa mempengaruhi tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang. Melalui berbagai media baik cetak maupun elektronik berbagai informasi dapat diterima masyarakat, sehingga seseorang yang lebih sering terpapar media massa (tv, radio, majalah, pamflet, dan lain-lain) akan memperoleh informasi yang lebih banyak dibandingkan dengan orang yang tidak pernah terpapar informasi media.

c. Ekonomi

Ekonomi dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang tentang berbagai hal. Usaha memenuhi kebutuhan pokok (primer) maupun kebutuhan sekunder, keluarga dengan status ekonomi baik akan lebih mudah tercukupi dibandingkan keluarga dengan status ekonomi rendah. Hal ini akan mempengaruhi pemenuhan kebutuhan sekunder.

d. Hubungan sosial

Manusia adalah makhluk sosial dimana dalam kehidupan saling berinteraksi antara satu dengan yang lain. Faktor hubungan sosial juga mempengaruhi kemampuan individu sebagai komunikasi untuk menerima pesan menurut model komunikasi media dengan demikian hubungan sosial dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang tentang suatu hal.

e. Pengalaman

Pengalaman seorang individu tentang berbagai hal biasa diperoleh dari lingkungan kehidupan dalam proses perkembangannya, misalnya sering mengikuti kegiatan. Kegiatan yang mendidik misalnya seminar organisasi dapat memperluas jangkauan pengalamannya, karena dari berbagai kegiatan tersebut informasi tentang suatu hal dapat diperoleh.

4 **Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan**

Ruang lingkup mata pelajaran penjasorkes di sekolah dasar meliputi gerak dasar dalam permainan kebugaran, senam lantai, gerak ritmik dan penerapan budaya hidup sehat (KTSP, 2006). Ruang lingkup tersebut diajarkan di Sekolah Dasar dari kelas I sampai kelas VI dengan materi yang bervariasi. Salah satu diantaranya adalah materi atletik. Atletik termasuk dalam ruang lingkup gerak dasar yang diajarkan di kelas bawah dan juga kelas atas yang terdiri dari kelas I sampai kelas VI Sekolah Dasar semester 1 dan 2. Di dalam kelas V atletik termasuk dalam lingkup gerak dasar yang

diajarkan, materi atletik yang diajarkan di kelas V adalah kombinasi gerak dasar atletik seperti berjalan, berlari melompat dan melempar dalam permainan tradisional.

Kurikulum 13 , Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar, untuk kelas V terdapat Kompetensi Dasar “Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional”. Adanya Kompetensi Dasar Pembelajaran penjasorkes diharapkan berlangsung secara aktif dalam melibatkan semua ranah pendidikan baik afektif (sikap), psikomotor (keterampilan fisik), maupun kognitif (konsep).

Dalam KTSP (2006: 3) di Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI, Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

- 1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- 4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
- 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
- 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
- 7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

5 Hakikat Atletik

A. Pengertian Atletik

Berkaitan dengan atletik, Purnomo dan Depan (2017: 1) menyatakan bahwa atletik merupakan kegiatan fisik atau jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan humoris, yaitu, jalan, lari, lompat dan lempar. Atletik adalah sebuah cabang olahraga yang diperlombakan terdiri dari nomor jalan, lari, lempar dan lompat (Isnanto, 2019: 5). Jika dilihat dari segi arti atau istilah “atletik” berasal dari bahasa Yunani yaitu *athlon* atau *athlum* yang berarti “lomba atau perlombaan/pertandingan”. Atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang diperlombakan pada ajang-ajang bergengsi seperti PORDA, POPDA, PON, SEA Games, ASEAN Games, bahkan di Olimpiade.

Eddy Purnomo dan Depan (2017: 2) menyatakan bahwa Nomor-nomor dalam atletik yang sering diperlombakan dapat dirinci sebagai berikut :

1. Nomor jalan dan lari

a. jalan cepat yang diperlombakan untuk putri adalah 10 km dan 20 km, dan putra 20 km dan 50 km.

b. lari,

b.I ditinjau dari jarak yang ditempuh dapat dibedakan:

b.I.1 Lari jarak pendek (*sprint*) mulai dari 60 m sampai dengan 400 m.

b.I.2 Lari jarak menengah (*middle distance*) adalah 800 m dan 1500 m.

b.I.3 Lari jarak jauh (*long distance*) adalah 3000 m dan sampai dengan 42.195 km (*marathon*)

Agar permainan atletik itu berhasil dengan baik, maka nilai-nilai yang terkandung dalam permainan atletik menjadi pokok pertimbangan penyelenggaraan.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa atletik merupakan aktivitas jasmani yang terdiri atas gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan dapat dilakukan oleh semua orang dalam kehidupan sehari-hari seperti: berjalan, berlari, melompat dan melempar. Di samping itu aktivitas atletik juga bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan dasar manusia itu sendiri. Kemampuan yang dapat meningkat seperti : daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelentukan, koordinasi, keseimbangan, dan sebagainya.

B. Teknik dalam Atletik

1. Berjalan

“Jalan adalah suatu gerakan melangkahkan kaki ke segala arah” (Purnomo & Depan, 2017:11). Jalan tidak hanya jalan cepat saja namun jalan terdiri dari : jalan serempak, jalan mundur, jalan menyamping, jalan silang, dan jalan jinjit.

a. Jalan Cepat

Berkaitan dengan jalan cepat, Eddy Purnomo dan Depan mengemukakan bahwa “Jalan cepat adalah suatu gerak maju (lokomosi) yang efisien melalui ruas ruas (tungkai dan kaki) ditopang dengan pinggul dan diimbangi oleh gerakan lengan” (Purnomo & Depan, 2017:14). Dalam peraturan perlombaan atletik IAAF pasal 230, definisi jalan cepat sebagai berikut :

Jalan adalah suatu gerakan langkah maju yang dilakukan sedemikian rupa sehingga si pejalan (kaki) tetap kontak dengan tanah, tidak ada saat hilang kontak dengan tanah (melayang) yang teramati oleh mata telanjang. Gerakan maju ke depan harus diluruskan (tidak bengkokpada lutut) sejak saat sentuhan pertama dengantanah hingga mencapai posisi badan tegak. (Purnomo & Depan, 2017:14)

b. Jalan Serempak

Menurut Widya, (2004:3) “jalan serempak adalah suatu gerakan jalan berbaris yang dilakukan secara berkelompok atau beregu yang jumlahnya tidak kurang dari sepuluh orang”. Agar gerakan jalan lebih dinamis dan menarik, jalan yang dilakukan oleh sekelompok orang tersebut dilakukan dengan variasi-variasi baik itu langkah tegap, langkah silang, dan sebagainya guna merangsang untuk melakukannya. Dalam pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa jalan serempak merupakan jalan yang dilakukan secara berkelompok diperindah dengan variasi variasi jalan tertentu.

c. Jalan Mundur

Gerakan jalan mundur dapat memberikan rangsangan untuk keseimbangan filling terhadap suatu kondisi. Kegiatan berjalan ini juga memberikan rangsangan kewaspadaan diri terhadap lingkungan yang ada di sekitarnya.

d. Jalan Menyamping

Jalan menyamping dapat dilakukan oleh semua manusia. Jalan menyamping dapat dilakukan dengan bermacam variasi untuk memupuk rasa percaya diri serta menumbuhkan kematangan bergerak dalam melakukan aktifitas.

e. Jalan Silang

“Jalan silang dapat dilakukan dengan dua macam cara, yaitu jalan silang ke depan dan jalan silang ke samping” (Adi et al., 2008:4). Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa jalan silang di bagi berdasarkan arahnya. Jalan silang ke depan

dapat dilakukan dengan melangkahkan salahs satu kaki ke depan secara menyilang dan diikuti kaki satunya menyilang ke depan kaki yang sudah melangkah. Sama halnya dengan jalan saling ke depan jalan silang ke samping juga dilakukan sama seperti jalan silang ke depan tetapi arah jalannya ke samping.

f. Jalan Jinjit

Adi et al, (2008 :48) mengatakan bahwa “Jalan jinjit merupakan kontraksi dari otot kaki dengan bertumpu pada ujung kaki/telapak kaki dengan didukung keluasan dari persendian pergelangan kaki”. Dalam melakukan jalan jinjit, seseorang harus mempunyai keseimbangan yang bagus. Karena jalan jinjit hanya menumpu menggunakan ujung kaki saja.

2. Berlari

Widya, (2004: 13) menyatakan bahwa “lari adalah frekuensi langkah yang dipercepat sehingga pada waktu berlari ada kecenderungan badan melayang”. Lari adalah kegiatan menggerakkan kedua kaki secara bergantian untuk berlari. Sama halnya dengan berjalan tetapi dalam berlari ada saat melayangnya atau saat hilang kontak dengan tanah.

Dalam berlari, ada teknik lain didalamnya, seperti teknik start, teknik berlari, dan teknik ketika memasuki garis finis. Teknik start ada beberapa macam start yaitu; start jongkok, start berdiri, dan start melayang. Start jongkok biasanya di gunakan untuk lari jarak pendek seperti lari 100 meter.

Lari jarak pendek disebut juga lari sprint. “Lari jarak pendek adalah olahraga yang termasuk kedalam olahraga atletik dengan jarak tempuh antara 100 meter sampai 400 meter” (Isnanto, 2019:15).

Lari jarak jauh biasanya menggunakan start berdiri. Misalnya seperti lari marathon. Aba aba dalam start jongkok yaitu bersedia, siap, door (bunyi tembakan). Selain lari sprint dengan jarak tertentu, Lari juga mempunyai nomor-nomor lain yaitu:

a. Lari sambung (estafet)

Menurut Purnomo dan Depan ciri khas dari “lari sambung adalah adanya tongkat yang harus di bawa (dipegang) oleh pelari pertama untuk diberikan kepada pelari ke dua, dari ke pelari dua ke pelari tiga, dan terakhir di berikan kepada pelari ke empat” (Purnomo & Depan, 2017: 47). Lari sambung pada dasarnya adalah melakukan gerak lari secepat mungkin dengan membawa tongkat (Isnanto, 2019: 18). Di samping itu lari sambung dilakukan oleh 4 orang. Lari sambung yang di perlombakan yaitu lari sambung 4 x 100 meter dan 4 x 400 meter.

Adapun cara cara dalam pergantian tongkat yaitu dengan cara melihat (visual) dan tidak melihat (non visual).

1. Melihat (visual)

Teknik pergantian tongkat secara *visual* termasuk teknik yang lebih mudah di bandingkan dengan teknik *non visual* biasanya di gunakan dalam perlombaan lari estafet 4 x 400 meter. teknik secara visual ada tiga macam: 1) Di terima dengan sikap tangan seperti orang menerima. 2) Sikap tangan penerima seperti akan menangkap. 3)

Sikap tangan kanan dijulurkan ke belakang serong bawah (Purnomo & Depan, 2017:48).

2. Cara tidak melihat (Non Visual)

Cara tidak melihat ini tentunya lebih sulit dibandingkan dengan cara visual. Ketika si pembawa tongkat hendak memberikan tongkat kepada pelari selanjutnya, pelari selanjutnya di larang melihat pemberi dan harus lari ke depan. Menurut Eddy Purnomo dan Depan (2017: 49) cara pemberi tongkat ada dua macam yang sering di pakai, yaitu :

- a. Sambil berlari melihat ke depan, penerima meluruskan lengan ke belakang seorang bawah setelah ada aba-aba dari sipemberi. Dalam posisi ini tongkat diberikan dengan ayunan dari bawah ke atas dan tongkat tidak perlu di pindahkan ke tangan lainnya.
- b. Sambil berlari melihat ke depan, penerima meluruskan lengan ke belakang lebih tinggi dari pinggang dan sedikit di bawah bahu dengan telapak tangan menghadap ke atas, serta sipemberi memberikan tongkat dengan ayunan dari atas ke bawah.

Berdasarkan pengertian di atas dapat di simpulkan bahwa lari sambung merupakan kegiatan jasmani berupa lari dengan pelari pertama membawa tongkat yang diberikan kepada pelari kedua, dari pelari kedua di berikan ke pelari ke tiga, dan dari pelari ke tiga di berikan pelari ke empat. Lari sambung mempunyai ketentuan yang berbeda, yaitu harus dimainkan secara beregu atau secara tim dengan cara sambung.

b. Lari gawang

Menurut Purnomo dan depan (2017: 57) Lari gawang adalah lari cepat (sprint) dengan melewati gawang sebanyak 10 buah gawang dengan ketinggian tertentu dan di

pasang di dalam lintasan. Sedangkan menurut Isnanto (2019: 23) lari gawang merupakan olahraga lari yang memiliki jarak tempuh sejauh 300 meter. Yang membuat menarik, pelari akan menemui banyak halangan dan rintangan ketika berlari.

Atlet olahraga ini pun di tuntutan untuk memiliki kecepatan lari yang cepat, tak hanya itu saja, bahkan pelari pelari harus bertahan dan mampu berlari dengan cepat dengan jarak yang sudah di tentukan. Nomor perlombaan pada lari gawang yang sering diperlombakan yaitu 110 meter putra, 100 meter putri, dan 400 meter putra dan putri.

C. Lompat

Widya (2004: 65) menyatakan bahwa lompat adalah suatu kegiatan mengangkat tubuh dari suatu titik ke titik yang lain lebih jauh atau tinggi dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu satu kaki dan mendarat dengan dua kaki anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik. Lompat merupakan salah satu cabang olahraga yang sering diperlombakan dalam ajang-ajang bergengsi salah satunya yaitu olimpiade. Lompat sendiri juga di bagi menjadi empat yaitu: lompat tinggi, lompat jauh, dan lompat jangkit.

a. Lompat Tinggi

Berkaitan dengan lompat tinggi, Wdiya mengemukakan bahwa “Lompat tinggi adalah suatu rangkaian gerkan untuk mengangkat tubuh ke atas dengan melalui proses lari, menumpu, melayang, dan mendarat” (Widya, 2004: 85). Sedangkan Menurut Adi et al, “Lompat tinggi adalah salah satu nomor atletik lompat yang memperagakan ketrampilan melompati mistar/palang pada ketinggian tertentu” (Adi et al., 2008: 40).

Menurut Eddy Purnomo dan Depan “Lompat tinggi memiliki tujuan tertentu, si pelompat berusaha untuk menaikkan pusat masa tubuhnya (*center of gravity*) setinggi mungkin dan berusaha melewati mistar lompat tinggi agar tidak jatuh” (Purnomo & Depan, 2017: 67).

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa lompat tinggi merupakan suatu kegiatan yang diawali dengan berlari dan melompat ketika mendekati mistar serta lompat tinggi bertujuan untuk melompati mistar dengan sempurna atau tidak menjatuhkan mistar.

b. Lompat Jauh

Adi dkk, menyatakan bahwa “Lompat Jauh adalah nomor olahraga atletik lompat yang menuntut ketrampilan melompat ke depan sejauh mungkin dengan satu kali tolakan” (Adi dkk, 2008: 40). Para peneliti membuktikan bahwa suatu prestasi lompat jauh tergantung pada kecepatan daripada awalan atau ancang-ancang (Isnanto, 2019:78). Lompat jauh sendiri merupakan kegiatan yang mengkombinasikan gerakan kecepatan, kekuatan dan kelincahan untuk melemparkan tubuh sejauh mungkin dengan tumpuan 1 kaki. Menurut Isnanto (2019:81) Tolakan merupakan suatu gerakan yang penting untuk menentukan hasil lompatan yang sempurna. Menolak dilakukan ke arah depan. Tolakan dilakukan dengan kaki terkuat. Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa hasil lompatan pada lompat jauh dipengaruhi beberapa faktor, yaitu; kecepatan lari, kekuatan tolakan, teknik melayang dan teknik mendarat.

c. Lompat Jangkit

Adi et al., (2008: 53) mengemukakan bahwa lompat jangkit merupakan modifikasi dari lompat jauh, secara umum lompat jangkit tidak berbeda dengan lompat jauh. Sedangkan menurut Widya “lompat jangkit adalah rangkaian suatu gerak lari, lompat dengan suatu gerakan yang cepat dari lompatan-lompatan atau tumpuan yang telah ditentukan yaitu dua kali jingkat kaki yang sama dan satu kaki yang lain dengan gerakan yang tidak terputus” (Widya, 2004: 79).

Teknik lompat jangkit berbeda dengan teknik lompat jauh, letak perbedaannya yaitu lompat jauh hanya menggunakan satu kali tolakan sedangkan lompat jangkit menggunakan 3 kali tolakan. Menurut (Adi et al., 2008: 79) teknik lompat jangkit yaitu:

Di awali dengan lari di lintasan yang disediakan hingga mencapai batas lari yang ditentukan. Dari batas tersebut, atlet melakukan lompatan dengan kaki (hop) yang digunakan saat mendarat pada batas lari tadi. Kemudian, pelompat melangkahkan kaki (skip) yang satunya sebelum akhirnya menjejakkan kaki untuk melompat (jump) ke bak pasir yang disediakan.

D. lempar

Lempar merupakan salah satu cabang olahraga yang diajarkan sejak berada di sekolah dasar. Menurut Widya “lempar adalah suatu gerakan yang menyalurkan tenaga pada suatu benda yang menghasilkan daya pada benda tersebut dengan memiliki kekuatan ke depan atau ke atas” (Widya, 2004: 80). Menurut Isnanto (2019:31) ada dua jenis nomor lempar yang dipertandingkan dalam atletik diantaranya lempar lembing dan lempar cakram.

1. lempar lembing

Lempar lembing adalah kegiatan melempar lembing menggunakan satu tangan dan melemparkan sejauh mungkin serta mendarat dengan sempurna. Lembing sendiri

terbuat dari kayu atau bambu. Dan di titik seimbang lembing tersebut sudah di beri tanda, tanda tersebut berfungsi sebagai pegangan si pelempar/atlet. Menurut Purnomo dan Depan (2017:150) ada 3 jenis pegangan yaitu :

(1) pegangan ibu jari dan jari telunjuk, ibu jari dan telunjuk berada di belakang tali balutan lembing : sedangkan, jari-jari yang lain berada di dalam ikatan. (2) pegangan ibu jari dan jari tengah, ibu jari dan jari tengah berada di belakang tali balutan, sedangkan jari telunjuk memanjang badan lembing. (3) pegangan “V” atau pegangan lembing di pegang di antara jari telunjuk dan jari tengah. Pegangan ini dapat mencegah terjadinya cedera pada saat siku diluru berlebihan (*over extended*)

2. lempar cakram

Lempar cakram merupakan suatu kegiatan melempar cakram dengan teknik tertentu dan bertujuan untuk melempar cakramnya sejauh mungkin. Karena pemenang dalam cabang olahraga ini yaitu hasil lemparan terjauh yang dilakukan semua peserta. Cakram yang di gunakan beratnya sudah di tentukan untuk putra 2 kg dengan garis tengah 219-221 dan untuk putri 1 kg dengan garis tengah 180-182.

Perbedaan lempar lembing dan lempar cakram adalah pada benda yang dilemparkan, untuk lempar lembing alat yang digunakan adalah berupa tongkat yang terbuat dari bamboo atau kayu dengan ujung yang runcing agar tongkat yang dilemparkan tersebut dapat menancap pada arena lemparan. Berbeda dengan lempar cakram yang menggunakan alat yang terbuat dari karet berbentuk bundar pipih seperti pesawat ufo.

3. Tolak peluru

Terkait dengan tolak peluru, Isnanto mengatakan bahwa tolak peluru adalah cabang olahraga atletik yang menggunakan bola atau peluru dengan berat yang sudah di tentukan di setiap nomor perlombaannya (Isnanto, 2019: 47). Tolak peluru merupakan salah satu cabang atlerik di nomor lempar, tolak peluru sangat berbeda dengan dengan nomor lempar lainnya, di nomor tolak peluru ini peluru yang di gunakan mempunyai berat yang lebih berat di dibandingkan dengan berat cakram, untuk putra berat peluru yaitu : 7,25 kg, dan 4 kg untuk putri.

6 **Karakteristik Siswa Sekolah Dasar**

Karakteristik pada dasarnya adalah menggambarkan tentang kondisi peserta didik seperti usia, kelas, pekerjaan, dan gender. Menurut Supariasa (dalam tesis Wulandari, 2018:11), karakteristik anak usia sekolah umur 6-12 tahun terbagi menjadi empat bagian terdiri dari :

- 1) Fisik/jasmani
 - a) Pertumbuhan lambat dan teratur
 - b) Anak wanita biasanya lebih tinggi dan lebih berat dibanding laki-laki dengan usia yang sama.
 - c) Anggota-anggota badan memanjang sampai akhir masa ini.
 - d) Peningkatan koordinasi besar dan otot-otot halus.
 - e) Pertumbuhan tulang, tulang sangat sensitive terhadap kecelakaan.
 - f) Pertumbuhan gigi tetap, gigi susu tanggal, nafsu makan besar, senang makan dan aktif.
 - g) Fungsi penglihatan normal, timbul haid pada akhir masa ini.
- 2) Emosional
 - a) Suka berteman, ingin sukses, ingin tahu, bertanggung jawab terhadap tingkah laku dan diri sendiri, mudah cemas jika ada kemalangan di dalam keluarga.
 - b) Tidak terlalu ingin tahu terhadap lawan jenis.
- 3) Social

- a) Senang berada di dalam kelompok, berminat di dalam permainan yang bersaing, mulai menunjukkan sikap kepemimpinan, mulai menunjukkan penampilan diri, jujur, sering punya kelompok teman-teman tertentu.
 - b) Sangat erat dengan teman-teman sejenis, laki-laki dan wanita bermain sendiri-sendiri.
- 4) Intelektual
- a) Suka berbicara dan mengeluarkan pendapat minat besar dalam belajar dan keterampilan, ingin coba-coba, selalu ingin tahu sesuatu.
 - b) Perhatian terhadap sesuatu sangat singkat.

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik siswa merujuk pada ciri khusus yang dimiliki oleh siswa, dimana ciri-ciri tersebut dapat mempengaruhi tingkat keberhasilan pencapaian tujuan belajar. Siswa sekolah dasar dibagi menjadi 2 yaitu kelas bawah dan kelas atas.

B Penelitian Yang Relevan

Penelitian ini akan dilakukan mengenai perkembangan atletik, perlu ada penelitian yang relevan dengan penelitian tersebut.

1. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Damarjati, (2017) yang berjudul Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas IV dan Kelas V Tentang Atletik di Sekolah Dasar Negeri Peni Palbapang Bantul. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat pengetahuan siswa kelas IV dan V tentang atletik di Sekolah Dasar Negeri Peni Palbapang Bantul. Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif kuantitatif, karena penelitian ini menggambarkan secara utuh subyek penelitian berdasarkan data berupa angka. Metode yang digunakan peneliti dalam pengambilan data tingkat pengetahuan siswa tentang atletik menggunakan metode tes. Berdasarkan hasil distribusi

pengkategorian tingkat pengetahuan siswa kelas IV dan Kelas V tentang atletik di Sekolah Dasar Negeri Peni Palbapang Bantul yaitu sebanyak 43 siswa (27,90%) kategori baik, (48,83%) kategori cukup, (23,25%) kategori kurang.

Adapun persamaan dan perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Damarjati dengan penelitian ini. Penelitian ini mempunyai persamaan yaitu menggunakan metode yang sama, metode tes untuk pengambilan data. Sedangkan perbedaannya terletak pada populasi dan sampel yang diteliti peneliti.

2. Penelitian yang relevan yang kedua yaitu penelitian yang dilakukan oleh Fahrurozi (2020) yang berjudul Tingkat Pengetahuan Peserta Didik Kelas V pada Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Kraton Yogyakarta. Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif kuantitatif, karena penelitian ini menggambarkan secara utuh subyek penelitian berdasarkan data berupa angka. Metode yang digunakan peneliti dalam pengambilan data tingkat pengetahuan siswa tentang atletik menggunakan metode tes. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi persentase tingkat pengetahuan peserta didik kelas V pada pembelajaran atletik di Sekolah Dasar Se- Kecamatan Kraton Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta didik kelas V pada pembelajaran atletik di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Kraton Yogyakarta berada pada kategori “sangat tinggi” 4% (5 siswa), kategori “tinggi” 30% (38 siswa), kategori “sedang” 45% (57 siswa), kategori “rendah” 10% (12 siswa), kategori “sangat rendah” 11% (14 siswa). Persentase tertinggi pada kategori sedang, sehingga tingkat pengetahuan peserta didik kelas V pada pembelajaran

atletik di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Kraton Yogyakarta berada pada kategori “sedang”.

Adapun persamaan dan perbedaan penelitian Fahrurrozi dengan penelitian yang dilakukan peneliti. Penelitian yang peneliti lakukan mempunyai persamaan dengan penelitian yang dilakukan Fahrurrozi. Penelitian kuantitatif dan menggunakan metode yang sama juga yaitu metode tes untuk mengambil data sampel. Penelitian Fahrurrozi menggunakan populasi yang cukup luas yaitu dalam lingkup Sekolah Dasar se-kecamatan Kraton. Sedangkan penelitian ini hanya menggunakan populasi yang lebih kecil, yaitu siswa Sekolah Dasar Negeri Kembangsono dan subjek penelitian yang digunakan hanya kelas V saja.

C Kerangka Berpikir

Pendidikan merupakan sebuah upaya yang dilakukan dalam rangka mencerdaskan anak bangsa dengan berbagai kegiatan untuk meningkatkan sumber daya manusia. Untuk dapat mencapai tujuan pembelajaran gerak dasar atletik seharusnya siswa ditunjang dengan sarana prasarana yang memadai. Selain itu, faktor guru, lingkungan dan keadaan siswa juga berpengaruh terhadap pencapaian tujuan pembelajaran gerak dasar atletik. Dari beberapa faktor diatas, jika ada yang belum memadai maka akan menjadi penghambat tercapainya tujuan pembelajaran atletik.

Tujuan pembelajaran atletik sendiri akan terlihat setelah siswa menerima pembelajaran atletik, siswa mempunyai kemampuan berlari, berjalan, melempar,

dan melompat yang bagus dapat diartikan bahwa tujuan pembelajarannya tercapai. Akan tetapi, keadaan siswa yang ada di Sekolah Dasar Negeri Kembangsono belum menguasai teknik tertentu. Dan juga siswa Sekolah Dasar Negeri Kembangsono hanya sekedar mendapat materi saja. Banyak siswa yang belum memahami materi atletik yang sudah diberikan oleh guru.

Berdasarkan uraian diatas, menurut peneliti hal tersebut perlu dibuktikan dengan penelitian mengenai tingkat pengetahuan atletik yang dikuasai siswa. Pengukuran yang digunakan adalah tes pengetahuan. Hal ini digunakan peneliti untuk meneliti tingkat pengetahuan atletik siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Kembangsono Kecamatan Jetis, Bantul. Dengan tujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan kelas V Sekolah Dasar Negeri Kembangsono. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang tingkat pengetahuan pada materi atletik.

BAB III

METODOLOGI PENDIDIKAN

A Desain Penelitian

Penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan, Sugiyono (8:2016). Menurut Sugiyono (2005:21) metode deskriptif adalah suatu metode yang digunakan untuk menggambarkan atau menganalisis suatu metode yang di gunakan untuk membuat kesimpulan yang lebih luas. Sedangkan menurut Whitney (1960:160) metode deskriptif adalah pencarian fakta dengan interpretasi yang tepat.

Berdasarkan pendapat di atas dapat di simpulkan bahwa penelitian deskriptif merupakan penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa yang telah terjadi pada saat sekarang atau masalah aktual.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei instrumen angket, yang nantinya akan dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan dituangkan dalam bentuk persentase. Data yang diperoleh dari test di SD N Kembangsongo, Kecamatan Jetis, Bantul yang dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

B Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 1 - 20 Maret 2021 pada jam pelajaran penjasorkes. Soal diberikan ke siswa kelas VA pada hari rabu dan kelas VB pada hari kamis.

2. Tempat Penelitian

Tempat penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Kembangsono yang berada di Kecamatan Jetis, Bantul, Yogyakarta. Peneliti melakukan penelitian mengenai tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang atletik dalam pembelajaran penjasorkes pada saat pandemi *covid-19*. Sekolah dasar tersebut berlokasi di jalan imogiri timur km 12, di sebelah utara balai desa trimulyo, di timur lapangan sepak bola trimulyo dan di sebelah barat jalan raya.

C Populasi Penelitian dan Sampel Penelitian

Populasi menurut Sugiyono (2016: 80) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya. Mengacu dari pendapat tersebut dan mengingat jumlah subjek tidak begitu banyak, maka dalam penelitian ini menggunakan penelitian populasi, yaitu dengan semua elemen yang ada pada wilayah penelitian. Sedangkan sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari

semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu (Sugiyono, 2016: 81).

Berdasarkan pendapat di atas dapat di simpulkan bahwa sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kelas V SD N Kembangsono. Teknik sampling yang digunakan peneliti adalah *nonprobability sampling*, yaitu menggunakan *purposive sampling*. Karena tidak semua anggota dalam populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian. Adapun syarat-syarat tersebut yaitu: sampel penelitian harus kelas V SD Negeri Kembangsono dan harus sudah mendapatkan materi atletik. Sedangkan sampel penelitian peneliti adalah seluruh siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Bantul dengan jumlah 52 siswa. Adapun dalam bentuk tabelnya sebagai berikut:

Tabel 1. Subyek Penelitian

No	Kelas	Subyek		Jumlah
		Laki- Laki	Perempuan	
1	V A	7	20	27
2	V B	9	16	25
Jumlah		16	36	52

D Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk

dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015:218). Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2010:162) variabel penelitian adalah objek penelitian yang menjadi titik perhatian dalam penelitian.

Berdasarkan pendapat tersebut, maka dapat disimpulkan Variabel penelitian merupakan objek atau kegiatan penelitian yang sudah ditetapkan oleh peneliti. Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan tingkat pengetahuan siswa dalam pembelajaran atletik sebagai variabel penelitian.

Tabel 2. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur
1	Tingkat pengetahuan siswa tentang pembelajaran atletik	Tingkat pengetahuan siswa kelas V A dan kelas V B SD N Kembangsongo, Jetis, Bantul dalam pembelajaran atletik	Tes

E Instrumen Penelitian dan Pengumpulan Data

Pada prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran terhadap fenomena sosial maupun alam. Meneliti dengan data yang sudah ada lebih tepat kalau dinamakan membuat laporan dari pada melakukan penelitian. Instrumen peneliti adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena ini di sebut variabel penelitian (Sugiyono, 2016:102). Hal ini dimaksudkan agar pekerjaan meneliti menjadi lebih mudah dan hasilnya lebih baik. Instrumen yang digunakan peneliti ini adalah soal tes.

Peneliti menggunakan soal tes berupa pilihan ganda atau *multiple choice test*. Menurut Ngatman (2017: 114) tes ini dapat mengukur pengetahuan yang luas dengan

tingkat domain yang bervariasi mulai dari soal-soal pengetahuan, pemahaman, aplikasi, animasi, dan evaluasi. Dalam penelitian ini, tes pilihan ganda diberikan dengan pilihan jawaban sebanyak empat pilihan. Siswa harus menjawab pertanyaan tersebut dengan cara memilih salah satu jawaban yang dianggap benar. Teknik penilaian yang digunakan peneliti yaitu dengan jawaban benar bernilai 1 (satu) dan jawaban yang salah atau tidak di jawab bernilai 0 (nol).

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Soal Tes

No	Topik	Indikator	C					jumlah
			C1	C2	C3	C4	C5	
1	Pengertian dan sejarah atletik	Sejarah atletik	1, 4, 5, 7, 12, 30, 36					7
		Induk organisasi atletik	2					1
2	Macam-macam cabang dalam atletik	Nomor lari	35	8				2
		Nomor Lompat	3					1
		Nomor Lempar	10, 18, 33	42				4
3	Sarana dan prasarana atletik	Nomor lari	46, 47	34				3
		Nomor lempar	13, 28, 32, 40, 43					5
4	Teknik dalam atletik	Nomor lari	9, 14, 17, 27, 29, 39	21, 22, 25, 31	24			11
		Nomor lompat	6, 15	19, 38, 41, 44, 48, 50	45			9
		Nomor lempar	20	37	26, 49			4
5	Taktik dalam atletik	Nomor lari			23			1
		Nomor lompat		11				1
		Nomor lempar		16				1
Jumlah			30	10	10			50
Persentase			60 %	20 %	20 %			100 %

Pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai *setting*, berbagai sumber dan berbagai cara (Sugiyono, 2016:224). Bila di lihat dari sumber datanya, maka pengumpul data dapat menggunakan sumber primer dan sumber sekunder. Menurut Sugiyono (2016:225) Sumber primer adalah sumber data yang langsung memberikan datanya kepada pengumpul data, dan sumber sekunder merupakan sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen.

Berdasarkan teori di atas maka penelitian ini menggunakan sumber primer. Dikarenakan peneliti ini akan langsung mengambil data dari siswa kelas VA dan kelas VB SD N Kembangsono, Kecamatan Jetis, Bantul. Penelitian di lakukan dengan cara menyebarkan link angket kepada guru wali kelas VA dan VB SD Negeri Kembangsono, kemudian guru kelas memberikan link tersebut kepada siswa melalui whatsapp grub.

F Validitas dan Reliabilitas

Sebelum dilakukan pengambilan data yang sebenarnya, kuesioner yang telah disusun perlu di uji cobakan terlebih dahulu untuk memenuhi alat pengumpul data yang benar-benar valid dan reliabel. Uji coba dilakukan kepada sampel yang memiliki kriteria yang hampir sama dengan subjek yang sebenarnya.

Terkait dengan uji validitas, Marsun (dalam buku sugiyono. 2016:133-134) menyatakan bahwa “ Item yang mempunyai korelatif positif dengan kriterium (sekor total) serta korelasi yang tinggi pula. Biasanya syarat korelasi minimum untuk di

anggap memenuhi syarat adalah kalau tidak kurang $r = 0,3$ ". Jadi kalau korelasi antara butir soal dengan skor total lebih dari 0,3 maka butir soal tersebut dinyatakan valid, jika korelasi antara butir soal dengan skor total kurang dari 0,3 maka butir soal di dalam instrumen tersebut dinyatakan tidak valid.

Untuk mencari validitas penelitian ini menggunakan korelasi product moment. Kevalidan soal ditunjukkan dengan besarnya R hitung lebih besar daripada R table. Sedangkan pengujian reliabilitas dengan internal consistency, dilakukan dengan cara mencobakan instrument sekali saja, kemudian yang data diperoleh dianalisis dengan teknik tertentu (Sugiyono. 2016:131). Hasil analisis dapat digunakan untuk memprediksi reliabilitas instrumen. Untuk mencari reliabilitas instrumen menggunakan rumus KR. 21 (sugiyono. 2016:132)

$$r_i = \frac{k}{(k-1)} \left(1 - \frac{M(k-M)}{k s_t^2} \right)$$

G Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2016:44) analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesis, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif dalam bentuk persentase, untuk menggambarkan kondisi tingkat pengetahuan siswa kelas V A dan kelas V B tentang atletik di SD N Kembangsongo, Kecamatan Jetis, Bantul yang telah terkumpul dideskripsikan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan histogram, di lengkapi sekor terendah, sekor tertinggi, mean, median, modus, dan standar deviasi. Data data penelitian yang sudah diperoleh diimplementasikan dalam kalimat kualitatif (pengetahuan sangat baik, pengetahuan cukup, dan pengetahuan kurang). Kemudian data hasil tes dikategorikan menjadi 5 kriteria yaitu : sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Berikut adalah rumus yang digunakan untuk menentukan kriteria nilai :

Tabel 4. Kategori Sekor Penilaian

No	Rumus	Kategori
1	$\geq X + 1,5 SD$	Sangat Tinggi
2	$X + 1,5 SD - X + 1SD$	Tinggi
3	$X + 1 SD - X - 1 SD$	Sedang
4	$X - 1 SD - X - 1,5 SD$	Rendah
5	$\leq X - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Berdasarkan rumus tersebut, maka akan diperoleh nilai X. Jika nilai X kurang dari sama dengan $- 1,5$ standar deviasi, maka nilai tersebut termasuk dalam kriteria sangat rendah. Jika nilai X $-1,5$ standar deviasi sampai dengan X -1 standar deviasi maka nilai tersebut dinyatakan rendah. X -1 standar deviasi sampai dengan X $+1$ standar deviasi maka nilai tersebut dinyatakan sedang. X $+1$ standar deviasi sampai

dengan $X + 1,5$ standar deviasi maka nilai tersebut dinyatakan tinggi. Dan jika nilai X lebih dari $1,5$ standar deviasi maka nilai tersebut dinyatakan sangat tinggi.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A Hasil Penelitian

Hasil penelitian tentang Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas V tentang Pembelajaran Atletik di SD Negeri Kembangsongo disajikan secara deskriptif hasil data statistik sekor nilai didapatkan secara berurutan, rerata diperoleh sebesar 36,04 median 37,5, nilai minimum 22, dan nilai maksimum sebesar 50.

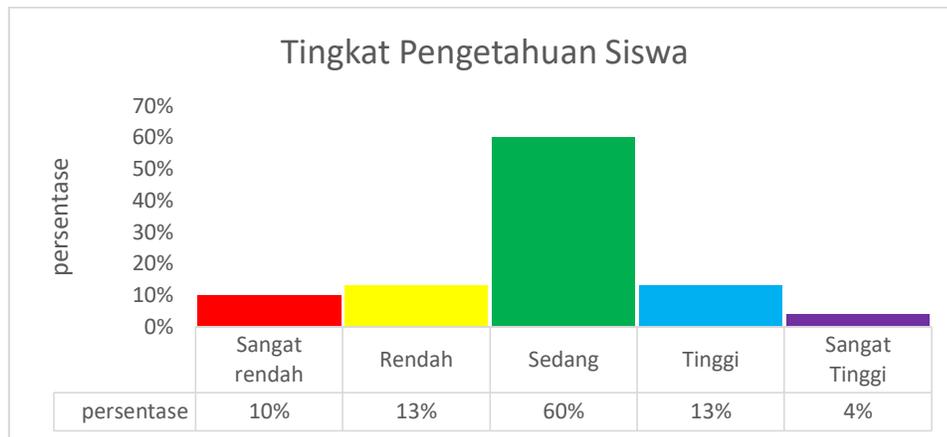
Data yang diperoleh di dalam penelitian ini berbentuk sekor nilai yang berasal dari faktor-faktor tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang pembelajaran atletik di SD Negeri Kembangsongo. Setelah data didapat maka akan dikonversikan ke dalam lima kategori.

Data tabel distribusi pengkategorian tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang pembelajaran atletik di SD Negeri Kembangsongo sebagai berikut;

Tabel 5. Data Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas V tentang Pembelajaran Atletik di SD Negeri Kembangsongo.

No	kategori	Persentase
1	Sangat Tinggi	4%
2	Tinggi	13%
3	Sedang	60%
4	Rendah	13%
5	sangat rendah	10%
Jumlah		100%

Untuk memperjelas tabel 5 dapat tergambar dalam gambar 1



Gambar 1. Diagram Batang Pengkategorian Data Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas V tentang Pembelajaran Atletik di SD Negeri Kembangsono

Berdasarkan tabel 5 yang sudah digambarkan pada gambar 1 dapat disimpulkan bahwa pengkategorian tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang pembelajaran atletik di SD Negeri Kembangsono yang berjumlah 52 siswa adalah dominan sedang dengan persentase 60%. Dan apabila dilihat dari rerata (*Mean*) pada tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang pembelajaran atletik di SD Negeri Kembangsono dengan nilai 36,4, maka nilai tersebut masuk dalam kategori “sedang”.

Penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Fahrurrozi. Penelitian yang dilakukan Ahmad Fahrurrozi bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta didik kelas V pada pembelajaran atletik di sekolah dasar se-Kecamatan Kraton Yogyakarta yang diungkap dengan tes pilihan ganda. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta didik kelas V pada pembelajaran atletik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Kraton, Yogyakarta berada pada kategori sedang dengan persentase 45% (57 siswa). Dari

penelitian yang dilakukan Ahmad Fahrurozi dan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa siswa kelas V Sekolah Dasar mempunyai tingkat pengetahuan atletik yang relatif sedang. Hal ini terjadi karena sebagian besar siswa menjawab benar pada pertanyaan C1 yaitu pengetahuan, dan sisanya menjawab salah pada soal pertanyaan C2 dan C3 yaitu pemahaman dan penerapan.

Tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang pembelajaran atletik di SD Negeri Kembangsongo terdiri atas lima faktor.

Tabel 6. Data Perbedaan Rerata, Median dan Standar Deviasi Kelima Faktor

	Faktor				
	I	II	III	IV	V
Rerata	5,6	4,9	5,7	17,7	2,1
Median	5,5	5	6	19	2
SD	1,7	1,45	1,57	3,5	0,89

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa *mean* tertingginya terletak pada faktor ke IV yaitu faktor teknik atletik. Sedangkan mean terendah pada faktor ke V yaitu faktor taktik atletik. Selanjutnya bila ditinjau dari median sekor tertinggi terletak pada faktor ke IV yaitu faktor teknik atletik dan median terendah pada faktor ke V yaitu faktor taktik atletik. Selanjutnya bila ditinjau dari standar deviasi sekor tertinggi terletak pada faktor ke IV yaitu faktor teknik atletik dan median terendah pada faktor ke V yaitu faktor taktik atletik.

Deskripsi faktor-faktor tersebut dijelaskan sebagai berikut;

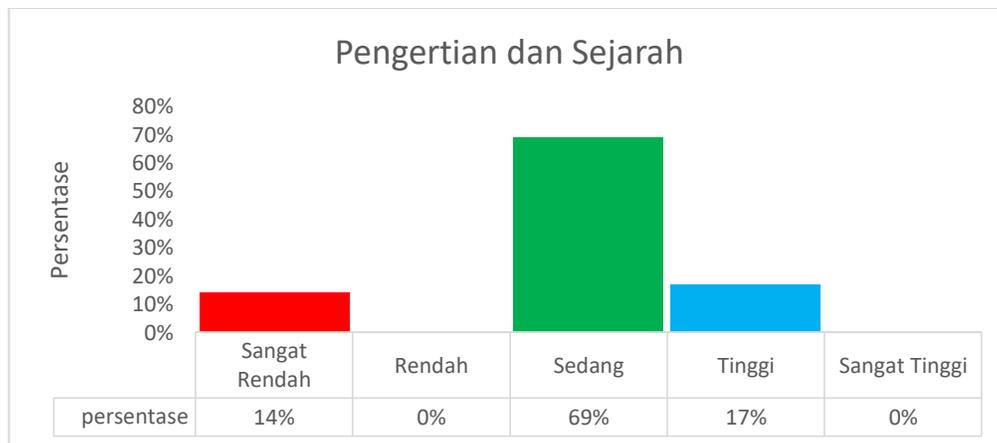
1 Faktor Pengertian dan Sejarah Atletik

Data yang diperoleh di dalam penelitian ini berbentuk skor yang berasal dari faktor pengertian dan sejarah atletik didapat, maka akan dikonversikan ke dalam lima kategori. Data tabel 7 distribusi pengkategorian faktor sejarah dan atletik sebagai berikut:

Tabel 7. Distribusi Faktor Pengertian dan Sejarah

No	Kategori	persentase
1	Sangat Tinggi	0%
2	Tinggi	17%
3	Sedang	69%
4	Rendah	0%
5	Sangat Rendah	14%
Jumlah		100%

Untuk memperjelas tabel 7 dapat tergambar dalam gambar 2.



Gambar 2. Diagram Batang Pengkategorian Data Faktor Pengertian dan Sejarah

Berdasarkan tabel 7 yang sudah digambarkan pada gambar 2 dapat disimpulkan bahwa pengkategorian tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang

pembelajaran atletik di SD Negeri Kembangsono yang berjumlah 52 siswa adalah dominan sedang dengan persentase 69%.

2 Faktor Macam-Macam *Event* dalam Atletik

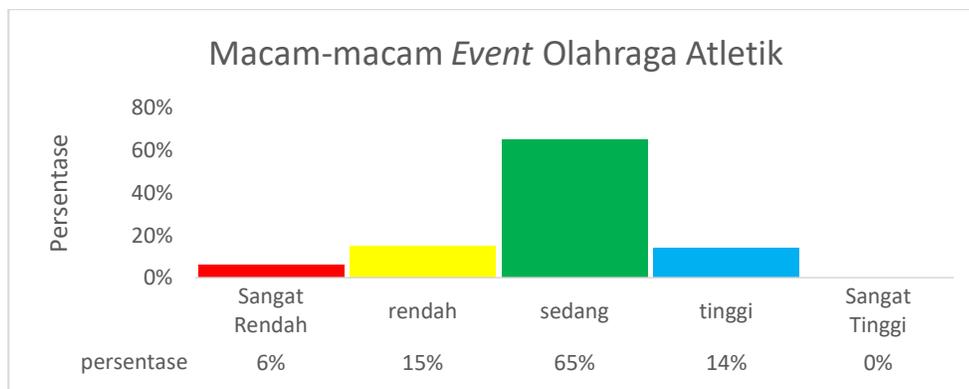
Data yang diperoleh di dalam penelitian ini berbentuk sekor yang berasal dari faktor macam-macam atletik, maka akan dikonversikan ke dalam lima kategori.

Data tabel 8 distribusi pengkategorian faktor macam-macam *event* olahraga atletik sebagai berikut:

Tabel 8. Distribusi Faktor Macam-Macam *Event* Olahraga Atletik

No	Kategori	Persentase
1	Sangat Tinggi	0%
2	Tinggi	14%
3	Sedang	65%
4	Rendah	15%
5	Sangat Rendah	6%
Jumlah		100%

Untuk memperjelas tabel 8 dapat tergambar dalam gambar 3



Gambar 3 Diagram Batang Pengkategorian Data Faktor Macam-Macam *Event* Olahraga Atletik

Berdasarkan tabel 8 yang sudah digambarkan pada gambar 3 dapat disimpulkan bahwa pengkategorian tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang pembelajaran atletik di SD Negeri Kembangsono yang berjumlah 52 siswa adalah dominan sedang dengan persentase 65%.

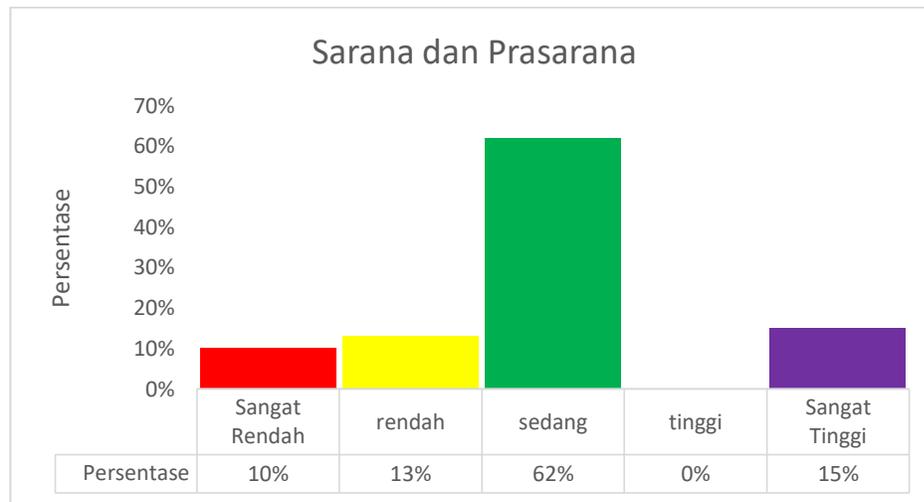
3 Faktor Sarana dan Prasarana Atletik

Data yang diperoleh di dalam penelitian ini berbentuk sekor yang berasal dari faktor sarana dan prasarana atletik didapat, maka akan dikonversikan ke dalam lima kategori. Data tabel 9 distribusi pengkategorian faktor sarana dan prasarana atletik sebagai berikut ;

Tabel 9. Faktor Sarana dan Prasarana

No	Kategori	Persentase
1	Sangat Tinggi	15%
2	tinggi	0%
3	sedang	62%
4	rendah	13%
5	Sangat Rendah	10%
Jumlah		100%

Untuk memperjelas tabel 9 dapat tergambar dalam gambar 4.



Gambar 4. Diagram Batang Pengkategorian Data Faktor Sarana dan Prasarana Atletik

Berdasarkan tabel 9 yang sudah digambarkan pada gambar 4 dapat disimpulkan bahwa pengkategorian tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang pembelajaran atletik di SD Negeri Kembangsono yang berjumlah 52 siswa adalah dominan sedang dengan persentase 62%.

4 Faktor Teknik Atletik

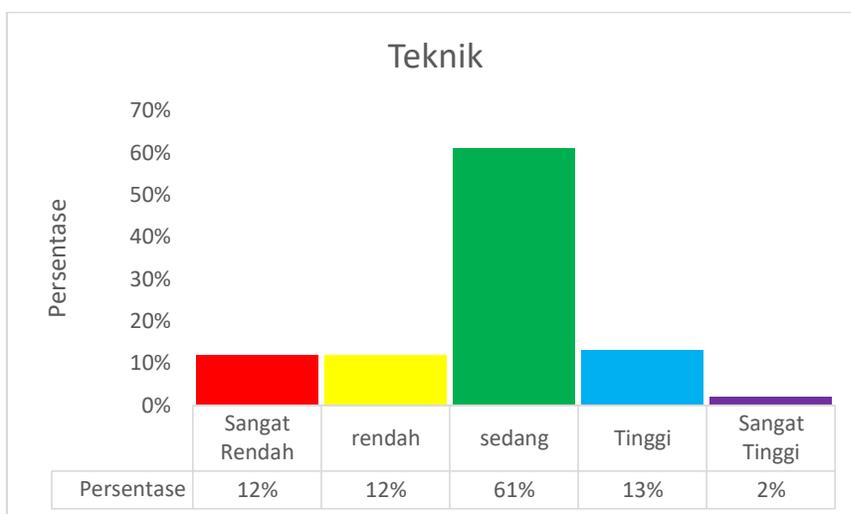
Data yang diperoleh di dalam penelitian ini berbentuk sekor yang berasal dari faktor teknik atletik didapat, maka akan dikonversikan ke dalam lima kategori.

Data tabel 10 distribusi pengkategorian faktor teknik atletik sebagai berikut:

Tabel 10. Faktor Teknik Atletik

No	Kategori	Persentase
1	Sangat Tinggi	2%
2	Tinggi	13%
3	sedang	61%
4	rendah	12%
5	Sangat Rendah	12%
jumlah		100%

Untuk memperjelas tabel 10 dapat tergambar dalam gambar 5.



Gambar 5. Diagram Batang Pengkategorian Data Faktor Teknik Atletik

Berdasarkan tabel 10 yang sudah digambarkan pada gambar 5 dapat disimpulkan bahwa pengkategorian tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang pembelajaran atletik di SD Negeri Kembangsono yang berjumlah 52 siswa adalah dominan sedang dengan persentase 61%.

5 Faktor Taktik Atletik

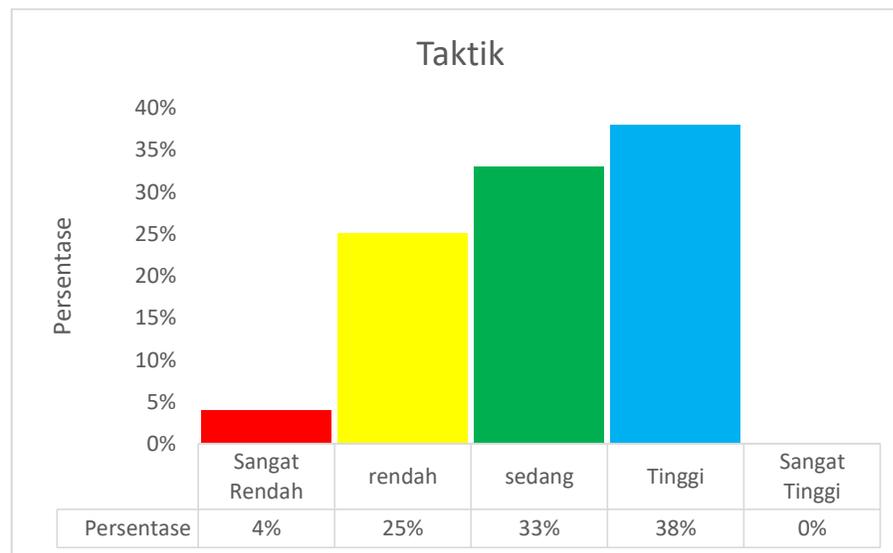
Data yang diperoleh di dalam penelitian ini berbentuk skor yang berasal dari faktor taktik atletik didapat, maka akan dikonversikan ke dalam lima kategori.

Data tabel distribusi pengkategorian faktor taktik atletik sebagai berikut:

Tabel 11. Faktor Taktik Atletik

No	Kategori	Persentase
1	Sangat Tinggi	0%
2	Tinggi	38%
3	Sedang	33%
4	Rendah	25%
5	Sangat Rendah	4%
Jumlah		100%

Untuk memperjelas tabel 11 dapat tergambar dalam gambar 6.



Gambar 6. Diagram Batang Pengkategorian Data Faktor Taktik Atletik

Berdasarkan tabel 11 yang sudah digambarkan pada gambar 6 dapat disimpulkan bahwa pengkategorian tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang

pembelajaran atletik di SD Negeri Kembangsono yang berjumlah 52 siswa adalah dominan tinggi dengan persentase 38%.

B Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat pengetahuan dalam materi atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, kabupaten Bantul, Yogyakarta. Dengan menggunakan tes pilihan ganda yang berjumlah 50 butir soal pertanyaan, dan terbagi kedalam 5 faktor. Yaitu sejarah dan pengertian atletik, macam-macam cabang olahraga dalam atletik, sarana dan prasarana atletik, teknik dalam atletik, dan taktik dalam permainan atletik. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah didapatkan menunjukkan bahwa Tingkat Pengetahuan dalam Materi Atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta, masuk dalam kategori “sedang” dengan persentase 60%. Hal tersebut sesuai dengan observasi yang dilakukan oleh peneliti, bahwa siswa di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta, setiap siswa memiliki kendala tersendiri dalam pembelajaran daring, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK).

Tingkat Pengetahuan dalam Materi Atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta berdasarkan faktor sejarah dan

pengertian atletik dalam kategori “sedang”. Secara menyeluruh, kategori Tingkat Pengetahuan dalam Materi Atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta yaitu dalam kategori “sedang” sebanyak 36 siswa dengan persentase 69%. Pada faktor sejarah dan pengertian atletik. Siswa banyak menjawab benar pada butir soal nomor 5 yaitu dengan pertanyaan “Di bawah ini yang termasuk dalam cabang olahraga atletik adalah?” dengan jawaban “Lari” (*option D*). pada butir soal nomor 5 terdapat 42 siswa yang menjawab benar dan 10 siswa yang menjawab salah dengan total 52 siswa. Pada faktor pengertian dan sejarah atletik, siswa banyak menjawab salah terdapat pada butir soal nomor 4 dan 7 yaitu dengan pertanyaan “Cabang olahraga atletik terdiri atas?”, Jawaban yang seharusnya adalah Jalan, Lari, lompat, dan lempar (*option A*), dan “Di bawah ini nomor perlombaan dalam atletik kecuali?” jawaban seharusnya adalah jogging (*option B*), pada butir soal nomor 4 dan 7 terdapat 34 siswa menjawab benar dan 18 siswa menjawab salah. Dapat diartikan bahwa terdapat 42 siswa yang mengetahui bahwa lari adalah salah satu cabang olahraga atletik. Menurut Eddy Purnomo dan Depan (2017: 1) menyatakan bahwa atletik merupakan kegiatan fisik atau jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan humoris, yaitu, jalan, lari, lompat dan lempar.

Tingkat Pengetahuan dalam Materi Atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta berdasarkan faktor

macam-macam cabang olahraga atletik dalam kategori “sedang”. Secara menyeluruh, kategori Tingkat Pengetahuan dalam Materi Atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta yaitu dalam kategori “sedang” sebanyak 34 siswa dengan persentase 65%. Pada faktor macam-macam cabang olahraga atletik. Siswa banyak menjawab benar pada butir soal nomor 33 yaitu dengan pertanyaan “Olahraga lempar lembing termasuk cabang atletik nomor?” dengan jawaban “Lempar” (*option B*), pada butir soal nomor 33 terdapat 39 siswa yang menjawab benar dan 13 siswa yang menjawab salah dengan total 52 siswa. Pada faktor macam-macam cabang olahraga atletik, siswa banyak menjawab salah terdapat pada butir soal nomor 8 yaitu dengan pertanyaan “Lari yang tidak mementingkan kecepatan disebut lari?” dengan jawaban “Joging” (*option C*). pada butir soal nomor 8 terdapat 32 siswa menjawab benar dan 20 siswa menjawab salah. Dapat diartikan bahwa terdapat 39 siswa yang mengetahui bahwa olahraga lempar lembing termasuk dalam cabang atletik nomor lempar.

Tingkat Pengetahuan dalam Materi Atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta berdasarkan faktor sarana dan prasarana atletik dalam kategori “sedang”. Secara menyeluruh, kategori Tingkat Pengetahuan dalam Materi Atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis,

Kabupaten Bantul, Yogyakarta yaitu dalam kategori “sedang” sebanyak 32 siswa dengan persentase 62%. Pada faktor sarana dan prasarana atletik. Siswa banyak menjawab benar pada butir soal nomor 34 dan 46 yaitu dengan pertanyaan “Dalam cabang atletik nomor lari gawang, cara melewati gambar di bawah ini yaitu?” dengan jawaban “melompat” (*option A*), dan pada pada butir soal nomor 34 terdapat siswa yang menjawab benar 40 dan 12 siswa yang menjawab salah dengan total 52 siswa, serta pertanyaan “Perlombaan lari yang dilakukan dengan membawa tongkat pendek disebut cabang olahraga?” dengan jawaban “Lari estafet” (*option C*), dan pada butir soal pada faktor sarana dan prasarana atletik, siswa banyak menjawab salah terdapat pada butir soal nomor 28 yaitu dengan pertanyaan “Alat yang digunakan untuk tolak peluru terbuat dari?” dengan jawaban “besi” (*option D*). pada butir soal nomor 28 terdapat 33 siswa menjawab benar dan 19 siswa menjawab salah. Dapat diartikan bahwa terdapat 40 siswa yang mengetahui bahwa cara melewati gawang lari gawang adalah dengan cara melompati gawang serta perlombaan lari yang membawa tongkat pendek adalah lari estafet. Menurut Eddy Purnomo dan Depan “ciri khas dari lari sambung adalah adanya tongkat yang harus dibawa (dipegang) oleh pelari pertama untuk diberikan kepada pelari ke dua, dari ke pelari dua ke pelari ketiga, dan terakhir diberikan kepada pelari keempat” (Eddy Purnomo & Depan, 2017: 47).

Tingkat Pengetahuan dalam Materi Atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta berdasarkan faktor teknik dalam

cabang olahraga atletik dalam kategori “sedang”. Secara menyeluruh, kategori Tingkat Pengetahuan dalam Materi Atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta yaitu dalam kategori “sedang” sebanyak 34 siswa dengan persentase 65%. Pada faktor teknik dalam cabang olahraga atletik. Siswa banyak menjawab benar pada butir soal nomor 19, 21, dan 44 yaitu dengan pertanyaan “Dalam lompat jauh supaya lompatan yang dihasilkan lebih jauh, maka?” dengan jawaban “Kecepatan lari dipercepat” (*option A*), “Bagaimana teknik yang benar saat berlari memasuki garis finish adalah?” dengan jawaban “kecepatan lari dipercepat” (*option B*) dan “Pada saat start jongkok sikap tangan yang benar adalah?” dengan jawaban “Kedua tangan tepat di belakang garis start dengan ibu jari terbuka sedangkan jari tangan lain rapat” (*option B*), pada butir soal nomor 19, 21, dan 44 terdapat 43 siswa yang menjawab benar dan 9 siswa yang menjawab salah dengan total 52 siswa. Pada faktor teknik dalam cabang olahraga atletik, siswa banyak menjawab salah terdapat pada butir soal nomor 29 dan 31 yaitu dengan pertanyaan “Start berdiri digunakan untuk lari?” dengan jawaban “Jongkok” (*option A*), dan pertanyaan “Lari gawang mempunyai ciri khas tersendiri yaitu” dengan jawaban “Berlari dengan melompati gawang”(*option B*). Pada butir soal nomor 29 dan 31 terdapat 33 siswa menjawab benar dan 19 siswa menjawab salah. Dapat diartikan bahwa terdapat 43 siswa yang mengetahui bahwa dalam lompat jauh agar hasil lompatan yang dihasilkan lebih jauh maka harus menambah kecepatan berlari sebagai awalan dari lompat jauh, dan mengetahui teknik lari ketika memasuki garis finish, serta siswa mengetahui sikap

tangan ketika start jongkok. Para peneliti membuktikan bahwa suatu prestasi lompat jauh tergantung pada kecepatan daripada awalan atau ancang-ancang (Isnanto, 2019:78)

Tingkat Pengetahuan dalam Materi Atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta berdasarkan faktor taktik dalam atletik dalam kategori “tinggi”. Secara menyeluruh, kategori Tingkat Pengetahuan dalam Materi Atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta yaitu dalam kategori “tinggi” sebanyak 20 siswa dengan persentase 38%. Pada faktor taktik dalam atletik. Siswa banyak menjawab benar pada butir soal nomor 11 yaitu dengan pertanyaan “Dalam lompat jauh, bagaimana cara melatih lompatan agar lebih jauh?” dengan jawaban “Lakukan dril lompatan dengan sejauh mungkin” (*option C*), dan pada pada butir soal nomor 11 terdapat siswa yang menjawab benar 38 dan 14 siswa yang menjawab salah dengan total 52 siswa. Pada faktor taktik dalam atletik, siswa banyak menjawab salah terdapat pada butir soal nomor 16 yaitu dengan pertanyaan “Dalam tolak peluru, agar peluru jatuh ke tempat yang jauh, harus ditolakkan dengan?” dengan jawaban “Kuat” (*option A*). pada butir soal nomor 16 terdapat 32 siswa menjawab benar dan 20 siswa menjawab salah. Dapat diartikan bahwa terdapat 38 siswa yang mengetahui bahwa cara untuk melatih lompatan dalam lompat jauh agar didapatkan hasil yang lebih jauh adalah dengan

ditolakkan dengan kuat. Menurut Isnanto (2019:81) Tolakan merupakan suatu gerakan yang penting untuk menentukan hasil lompatan yang sempurna.. Menolak dilakukan ke arah depan. Tolakan dilakukan dengan kaki terkuat

Hasil penelitian menunjukkan Tingkat Pengetahuan dalam Materi Atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta berkategori sedang. Hal ini berarti bahwa siswa cukup mengetahui dan memahami pembelajaran PJOK khususnya pada materi atletik.

C Keterbatasan Peneliti

Pelaksanaan dalam penelitian ini sudah diupayakan dengan maksimal, mungkin belum sesuai dengan maksud serta tujuan peneliti. Peneliti memiliki keterbatasan serta kelemahan yang muncul dan tidak dapat dihindari , yang dapat diutarakan sebagai berikut :

1. Peneliti tidak dapat memantau langsung/bertatap muka dengan responden dikarenakan wabah Corona, dan siswa diadakan pembelajaran dari rumah
2. Peneliti tidak dapat mengontrol kesungguhan siswa ketika menjawab angket soal tentang materi atletik, karena penelit hanya bisa mengirim melalui media online
3. Pengumpulan data pada penelitian ini tidak dapat dipantau secara menyeluruh, terutama seperti kejujuran karena siswa dapat membuka google maupun media lain untuk membantu mengerjakan angket soal.

4. Pada saat pengumpulan data, siswa tidak dapat mengerjakan dan mengumpulkan secara Bersama, dikarenakan media sosial (HP) masih dibawa orang tua dan dipantau oleh orang tua sehingga siswa tidak dapat mengerjakan soal secara bersamaan

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengambilan data kemudian dianalisis serta pembahasan maka dapat diambil kesimpulan, bahwa tingginya tingkat pengetahuan siswa dalam materi atletik pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta adalah 60%, dalam hal tersebut termasuk dalam kategori sedang. Sedangkan bila ditinjau dari faktor pengertian dan sejarah besarnya persentase tertinggi terletak pada kategori sedang yaitu sebesar 69%. Selanjutnya bila ditinjau dari faktor macam-macam *event* olahraga atletik sekor tertinggi terletak dalam kategori sedang yaitu sebesar 65%. Selanjutnya bila ditinjau dari faktor sarana dan prasarana sekor tertinggi terletak dalam kategori sedang yaitu 62%. Selanjutnya bila ditinjau dari faktor teknik dengan persentase tertinggi terletak dalam kategori sedang yaitu 61%. Selanjutnya bila ditinjau dari faktor taktik dengan persentase tertinggi terletak dalam kategori tinggi yaitu 38%.

B Implikasi Hasil Penelitian

Setelah diketahui hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa Tingkat Pengetahuan dalam Materi Atletik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Siswa Kelas V di SD Negeri Kembangsono, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta masuk dalam kategori “sedang”. Diharapkan untuk dapat

meningkatkan materi terkhusus terkait materi tentang atletik. Guru PJOK (Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan) serta pihak sekolah dapat menjadikan hasil penelitian menjadikan bahan pertimbangan supaya dapat lebih meningkatkan pengetahuan siswa khususnya pada aspek kognitif.

C Saran

Beberapa saran yang disampaikan oleh peneliti sehubungan dengan hasil penelitian tersebut, antara lain, yaitu :

a. Bagi Guru

Guru PJOK (Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan) harus lebih kreatif dan memotivasi siswa agar pembelajaran yang disampaikan dapat memacu siswa untuk menyukai dan mengetahui materi tentang atletik.

b. Bagi siswa

Sebagai siswa dapat menjadikan hasil penelitian sebagai acuan dirinya sendiri sehingga siswa lebih semangat belajar serta siswa lebih memperhatikan guru saat guru menjelaskan materi agar siswa lebih mengetahui serta memahami materi yang dijelaskan guru.

c. Untuk Peneliti berikutnya

Peneliti diharapkan dapat mengembangkan penelitiannya supaya lebih dalam lagi terkait pengetahuan siswa kelas V dalam materi atletik pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (pjok) di SD Negeri Kembangsono, kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta serta

melakukan pengawasan pada saat pengambilan data dan agar data yang didapatkan lebih objektif.

Daftar Pustaka

- Adi, W., Jati, K., & Manuk, J. (2008). *Atletik lari-lompat-lempar*. Pustaka Insan Madani.
- Damarjati, P. (2017). *Tingkat pengetahuan siswa kelas IV dan V atletik di Sekolah Dasar Negeri Peni Palbapang Bantul tahun ajaran 2015/2016*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Fahrurozi, A. (2020). *Tingkat pengetahuan peserta didik kelas V pada pembelajaran atletik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Kraton Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Isnanto, A. H. (2019). *Seri Olahraga Atletik*. Sentra Edukasi Media.
- Komarudin. (2016). *Penilaian hasil belajar pendidikan jasmani dan olahraga*. Remaja Rosdakarya.
- Ngatman. (2017). *Evaluasi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Sarnu Untung.
- Notoadmojo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoadmojo, S. (2011). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Rineka Cipta.
- Purnomo, E., & Depan. (2017). *Dasar Dasar Gerak Atletik*. Alfabeta.
- Soekanto, S. (2009). *Sosiologi Suatu Pengantar*. Rajawali Press.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sukrisno. (2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Penjasorkes untuk SD Kelas IV*. Erlangga.
- Widya, M. D. A. (2004). *Belajar berlatih gerak-gerak dasar atletik dalam bermain*. Raja Grafindo Persada.
- Wulandari, A. (2018). *Pengaruh penggunaan kartu uno sebagai media permainan tentang buah dan sayur pada anak sekolah dasar di SDN Brosot dan SDN Galur Kulonprogo*. Politeknik Kesehatan Yogyakarta.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Persetujuan *Expert Judgement*

SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr. Eddy Purnomo, M.Kes
NIP : 196203101990011001
Jurusan : POR

menyatakan bahwa instrument penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Muhammad Ulin Nuha
NIM : 17604221053
Program Studi : PGSD Penjas
Judul TA : Tingkat Pengetahuan Siswa Terhadap Pembelajaran Atletik di SD Negeri Kembangsono

setelah dilakukannya kajian atas instrument penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

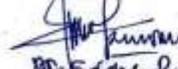
- layak digunakan untuk penelitian
 layak digunakan dengan perbaikan
 tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat di gunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta,

Validator,


Dr. Eddy Purnomo, M.Kes.
NIP. 196203101990011001.

Catatan :

Beri tanda ✓

Lampiran 2. Surat Izin Uji Coba Instrumen Fakultas ke Sekolah



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 92/UN34.16/LT/2021

26 Januari 2021

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : **Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian**

Yth. **Kepala SD Negeri Sindet**

Sindet, Kelurahan Trimulyo, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Yogyakarta

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama : Muhammad Ulin Nuha
NIM : 17604221053
Program Studi : Pgsd Pendidikan Jasmani - S1
Judul Tugas Akhir : **TINGKAT PENGETAHUAN SISWA TERHADAP PEMBELAJARAN
ATLETIK DI SD NEGERI KEMBANGSONGO**
Waktu Uji Instrumen : 29 Januari - 6 Februari 2021

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tugas Akhir. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperfunya.

Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yodik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP. 19820815 200501 1 002

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 3. Surat Keterangan Uji Coba Instrumen Dari Sekolah



**DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
KABUPATEN BANTUL
KOORDINATOR KECAMATAN JETIS
SD SINDET**

Alamat : Sindet, Trimulyo, Jetis, Bantul

SURAT KETERANGAN

Diberitahukan dengan hormat Bahwa mahasiswa di bawah ini :

Nama : Muhammad Ulin Nuha
NIM : 17604221053
Prodi : PGSD Penjaskes
Fakultas : FIK UNY

Telah melakukan uji coba instrumen untuk kelas V SD Sindet Jetis Bantul pada bulan Maret 2021. Penelitian tersebut dalam rangka untuk menyusun tugas akhir skripsi yang berjudul “ **Tingkat Pengetahuan Siswa Terhadap Pembelajaran Atletik di SD Negeri Kembangsono**”.

Demikian surat keterangan ini kami sampaikan, Atas perhatian bapak/ibu kami ucapkan terima kasih.

Jetis, 22 Maret 2021

Kepala Sekolah SD Sindet



HENY RISMIATI, S.Pd

NIP: 196607201991032005

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian Fakultas Ke Sekolah

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Lama: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 546/UN34.16/PT.01.04/2021

29 Maret 2021

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. SD Negeri Kembangsono
Jln imogiri timur km 12, Kembangsono, Trimulyo, Jetis, Bantul, Yogyakarta

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Muhammad Ulin Nuha
NIM : 17604221053
Program Studi : Pgsd Pendidikan Jasmani - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Tingkat Pengetahuan Siswa Terhadap Pembelajaran Atletik di SD Negeri Kembangsono
Waktu Penelitian : 1 - 20 Maret 2021

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :

1. Sub_Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian Dari Sekolah



**PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
KOORDINATOR WILAYAH KECAMATAN JETIS
SD KEMBANGSONGO**

Alamat : Kembangsono, Trimulyo, Jetis, Bantul, D.I Yogyakarta Kode Pos 55781
Telp. 081804311449, E-mail : sdkembangsono@yahoo.com

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Supiyah S.Pd
NIP : 197304121998032009
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SD Negeri Kembangsono

Alamat Sekolah : Kembangsono, Trimulyo, Jetis, Bantul

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Muhammad Ulin Nuha
Nim : 17604221053
Fakultas : FIK UNY

Telah melaksanakan penelitian tentang "Tingkat Pengetahuan Siswa Terhadap Pembelajaran Atletik di SD Negeri Kembangsono".

Demikian surat keterangan ini kami sampaikan, atas perhatian bapak/ibu kami ucapkan terimakasih.

Bantul, 21 April 2021

Kepala SD Negeri Kembangsono



Supiyah S.Pd

NIP.197304121998032009

Lampiran 6. Soal Instrumen Penelitian

Soal

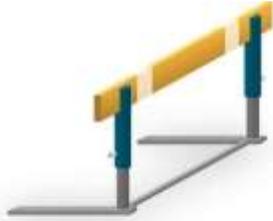
1. Yang disebut olahraga tertua di dunia adalah....
 - a. Sepak bola
 - b. Atletik
 - c. Silat
 - d. Senam
2. Induk organisasi olahraga atletik di Indonesia adalah....
 - a. PBVSI
 - b. PASI
 - c. PTMSI
 - d. PSSI
3. Lompat tinggi termasuk cabang olahraga atletik nomor...
 - a. Lari
 - b. Lempar
 - c. Lompat
 - d. Renang
4. Cabang olahraga atletik terdiri atas...
 - a. Jalan, Lari, lompat, dan lempar
 - b. Jalan, lari, meroda, dan berguling
 - c. Lari, Lompat, memukul, dan menendang
 - d. Lari, Lompat, Lempar, dan meroda
5. Di bawah ini yang termasuk dalam cabang olahraga atletik adalah....
 - a. Sepak Bola
 - b. Tenis Meja
 - c. Kasti
 - d. Lari
6. Awalan saat lompat jauh adalah...
 - a. Berdiri tegak
 - b. Berlari
 - c. Berjalan
 - d. Melompat
7. Di bawah ini nomor perlombaan dalam atletik kecuali....
 - a. Lari estafet
 - b. Joging
 - c. Lari marathon
 - d. lari sprint
8. Lari yang tidak mementingkan kecepatan disebut lari....
 - a. Sprint
 - b. Marathon
 - c. Jogging
 - d. Lari-larian
9. Pada lari estafet, pelari pertama menggunakan start...

- a. Jongkok c. bungkuk
 - b.. Melayang d. berdiri
10. Yang termasuk nomor lempar dibawah ini adalah...
- a. Lari sprint, lari jarak jauh
 - b. Lompat jauh gaya jongkok, lari marathon
 - c. Tolak peluru, lempar turbo
 - d. Guling depan, guling belakang
11. Dalam lompat jauh, bagaimana cara melatih lompatan agar lebih jauh...
- a. Melompati pagar
 - b. Meraih bola yang digantung
 - c. Lakukan dril lompatan dengan sejauh mungkin
 - d. Meraih bola yang dilempar
12. Cabang olahraga atletik adalah...
- a. cabang olahraga yang terdiri dari jalan, lari, lompat dan lempar
 - b. cabang olahraga yang sangat sulit
 - c. aktivitas jasmani yang dilakukan secara individu
 - d. aktivitas jasmani yang hanya dilakukan secara bersama sama
13. Alat yang digunakan untuk cabang olahraga lempar lembing adalah...
- a. Cakram c. Tongkat pramuka
 - b. Lembing d. Tongkat biasa
14. Ketika aba-aba saat lari cepat/sprint yang benar adalah...
- a. Bersiap, bersedia, ya c. Siap, bersedia, ya
 - b. Bersedia, siap, ya d. bersedia,ya, siap
15. Dalam lompat jauh, tolakan kaki yang digunakan adalah...
- a. Satu kaki c. Salah satu kaki terkuat
 - b. Kedua kaki d. Semua benar
16. Dalam cabang atletik nomor tolak peluru, agar peluru jatuh ke tempat yang jauh, harus ditolakkan dengan...
- a. Kuat c. Pelan

- b. kaki terkuat di posisikan di belakang, telapak tangan diletakkan di depan garis start.
 - c. Kaki sejajar, pandangan lurus ke depan
 - d. Kaki terkuat di posisikan di depan, siku ditekuk, pandangan ke bawah
25. Teknik start yang baik untuk digunakan dalam lari jarak menengah dan jauh adalah...
- a. Start jongkok e. start tegak
 - b. Start berdiri d. start melayang
26. Bagaimana cara melakukan tolakan yang benar dalam lompat jauh...
- a. Menolak di depan balok tumpuan
 - b. Menolak di sebelum bak pasir
 - c. Menolak tepat di balok tumpuan
 - d. Menolak jauh sebelum balok tumpuan
27. Untuk lari 100 meter menggunakan start?
- a. Jongkok c. bungkuk
 - b. Melayang d. berdiri
28. Alat yang di gunakan untuk tolak peluru terbuat dari..
- a. Batu c. Karet
 - b. Kayu d. Besi
29. Start berdiri di gunakan untuk lari...
- a. Lari 100 meter c. lari marathon
 - b. Lari gawang d. lari 200 meter
30. Cabang olahraga yang sering disebut sebagai ibu dari semua cabang olahraga adalah....
- a. Atletik c. Sepak Bola
 - b. Senam d. Silat
31. Lari gawang mempunyai ciri khas tersendiri yaitu...
- a. Berlari dengan menerobos gawang
 - b. Berlari dengan melompati gawang
 - c. Berlari dengan menghindari gawang
 - d. Berlari dengan menghitung gawang
32. Berat peluru putra dalam cabang olahraga atletik nomor tolak peluru untuk kelas junior adalah...
- a. 6 kg c. 4 kg
 - b. 5 kg d. 3 kg
33. Olahraga lempar lembing termasuk cabang atletik nomor...

- a. lompat
- b. lempar
- c. lari
- d. Semua jawaban benar

34. Dalam cabang atletik nomor lari gawang, cara melewati gambar di bawah ini yaitu



- a. Melompat
 - b. Menerobos
 - c. Menghindar
 - d. Menjatuhkan Nya
35. Lari estafet dilakukan oleh?
- a. 1 orang
 - b. 2 orang
 - c. 3 orang
 - d. 4 orang
36. Olahraga atletik dari Negara...
- a. Yunani
 - b. Indonesia
 - c. Inggris
 - d. China
37. Di dalam tolak peluru cara memegang peluru yang benar adalah...
- a. Di pegang dengan dua tangan
 - b. Peluru diletakkan pada pangkal jari-jari tangan
 - c. Peluru diletakkan di siku
 - d. Digenggam seperti memegang batu kecil
38. Teknik mendarat dalam lompat jauh, kecuali...
- a. Mendarat menggunakan 2 kaki
 - b. Badan dicondongkan ke depan
 - c. Mendarat menggunakan pantat
 - d. Tangan di luruskan ke depan
39. Pelari ke dua, ketiga dan ke empat menggunakan start?
- a. Jongkok
 - b. Melayang
 - c. bungkuk
 - d. Berdiri
40. Cabang olahraga atletik nomor lempar yang menyerupai roket adalah.....

- a. Lempar cakram c. Tolak peluru
 - b. Lempar martil d. Lempar turbo
41. Di bawah ini tahapan lompat jauh yang benar adalah.....
- a. Awalan, melayang ,tolakan, pendaratan
 - b. Awalan, pendaratan, tolakan, melayang
 - c. Awalan, tolakan, pendaratan, melayang.
 - d. Awalan, tolakan, melayang, pendaratan
42. Apakah tujuan cabang olahraga lempar lembing?
- E. Untuk melempar lembing sejauh mungkin
 - F. Untuk melempar lembing dengan lepan
 - G. Untuk menancapkan lembing
 - H. Untuk melempar lembing sejauh mungkin dan tertancap
43. Berat peluru putri dalam cabang olahraga atletik nomor tolak peluru untuk kelas junior adalah...
- c. 4 kg c. 2 kg
 - d. 3kg d. 1kg
44. Pada saat start jongkok sikap tangan yang benar adalah....
- a. Kedua tangan tepat di belakang garis start dengan posisi jari-jari menutup
 - b. Kedua tangan tepat di belakang garis start dengan ibu jari terbuka sedangkan jari tangan lain rapat.
 - c. Kedua tangan tepat di belakang garis start dengan posisi tangan mengepal
 - d. Kedua tangan di depan garis start dengan jari-jari tangan menutup
45. Gerakan tangan yang harus dilakukan ketika mendarat pada cabang olahraga atletik lompat jauh adalah?
- a. Kedua tangan ke depan
 - b. Kedua tangan kesamping
 - c. Kedua tangan ke belakang
 - d. Kedua tangan ke atas
46. Perlombaan lari yang dilakukan dengan membawa tongkat pendek disebut cabang olahraga?
- a. Lari jarak pendek c. Lari estafet
 - b. Lari gawang d. Lari marathon
47. Jumlah gawang yang dilewati pada perlombaan lari gawang adalah...
- a. 10 gawang c. 7 gawang

- b. 8 gawang d. 5 gawang
48. Teknik apa sajakah yang digunakan dalam cabang atletik nomor lompat jauh...
- a. Berlari, meloncat dan mendarat
 - b. Berlari, melompat, dan terjatuh
 - c. Berlari, melompat, dan mendarat
 - d. Berjalan, melompat, dan mendarat
49. Bagaimana cara menerima tongkat pada cabang olahraga atletik lari estafet?
- a. Dengan cara menangkap tongkat estafet
 - b. Dengan cara menjulurkan tangan ke belakang dengan posisi tangan siap menerima tongkat estafet
 - c. Dengan cara lari ke belakang sambil meminta tongkat
 - d. Dengan cara menjulurkan kedua tangan ke belakang
50. Berdasarkan apakah penilaian pada cabang atletik nomor lompat jauh?
- a. Kecepatan berlari
 - b. Keindahan lompatan
 - c. Jauh lompatan
 - d. Tinggi lompatan

KUNCI JAWABAN

- | | | |
|-------|-------|-------|
| 1. B | 18. A | 35. D |
| 2. B | 19. A | 36. A |
| 3. C | 20. D | 37. B |
| 4. A | 21. D | 38. C |
| 5. D | 22. B | 39. D |
| 6. B | 23. B | 40. D |
| 7. B | 24. A | 41. D |
| 8. C | 25. B | 42. D |
| 9. A | 26. C | 43. B |
| 10. C | 27. A | 44. B |
| 11. C | 28. D | 45. A |
| 12. A | 29. C | 46. C |
| 13. B | 30. A | 47. A |
| 14. B | 31. B | 48. D |
| 15. C | 32. B | 49. B |
| 16. A | 33. B | 50. C |
| 17. A | 34. A | |

Lampiran 8. R Table

NILAI-NILAI r PRODUCT MOMENT

N	Tingkat Signifikan		N	Tingkat Signifikan		N	Tingkat Signifikan	
	5%	1%		5%	1%		5%	1%
3-	0,997	0,999	27	0,381	0,487	65	0,266	0,345
4	0,850	0,990	28	0,374	0,478	67	0,254	0,330
5	0,878	0,989	29	0,367	0,470	68	0,244	0,317
6	0,811	0,917	30	0,361	0,463	70	0,239	0,308
7	0,754	0,874	31	0,355	0,458	75	0,227	0,296
8	0,707	0,834	32	0,349	0,449	80	0,220	0,286
9	0,660	0,798	33	0,344	0,442	85	0,212	0,278
10	0,632	0,768	34	0,339	0,436	90	0,207	0,270
11	0,602	0,735	35	0,334	0,430	95	0,202	0,263
12	0,576	0,708	36	0,329	0,424	100	0,195	0,256
13	0,553	0,684	37	0,325	0,418	125	0,178	0,230
14	0,532	0,661	38	0,320	0,413	150	0,168	0,210
15	0,514	0,641	39	0,316	0,408	175	0,148	0,194
16	0,497	0,623	40	0,312	0,403	200	0,138	0,181
17	0,482	0,606	41	0,308	0,398	300	0,113	0,148
18	0,466	0,590	42	0,304	0,393	400	0,098	0,128
19	0,456	0,575	43	0,301	0,389	500	0,088	0,115
20	0,444	0,561	44	0,297	0,384	600	0,080	0,105
21	0,433	0,548	45	0,294	0,380	700	0,074	0,097
22	0,423	0,537	46	0,291	0,376	800	0,070	0,091
23	0,413	0,526	47	0,288	0,372	900	0,065	0,086
24	0,404	0,516	48	0,284	0,368	1000	0,062	0,081
25	0,396	0,508	49	0,281	0,364			
26	0,388	0,499	50	0,279	0,361			

Sumber: Sugiyono 2008. Statistika untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta. Hal. 373

Lampiran 10. Kartu Bimbingan

KARTU BIMBINGAN
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nama Mahasiswa : Mohammad Ulir Naha
NIM : 17604221053
Program Studi : PGSD Penjaskes
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Pembimbing : Dr. Eddy Rurnomo, M.Kes.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1	11-01-2021	Bab I	
2	13-01-2021	Bab I & Bab II	
3	16-01-2021	Bab II & Bab III	
4	19-01-2021	Bab III & Bab IV	
5	25-01-2021	Bab III & Sacl.	
6	27-01-2021	Bab IV Sacl Ok.	
7	08-02-2021	Instrumen Ok	
8	24-03-2021	Validasi Hasil	
9	26-03-2021	Revisi hasil validasi	
10	09-04-2021	Diskusi hasil analisis	
11	23-04-2021	Revisi & pembahasan	
12	30-04-2021	Bab IV & V	
13	05-05-2021	ace ujian	

Mengetahui
Koord. Prodi PGSD Penjaskes.

Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001