

ABSTRAK

PENGGUNAAN SARANA BIDANG MIRING SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN BELAJAR GULING DEPAN PADA PEMBELAJARAN SENAM DI KELAS X SMA MUHAMMADIYAH GADINGREJO

Oleh

WIDODO PRASETIYO

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan belajar guling depan menggunakan sarana bidang miring pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah Gadingrejo Kabupaten Pringsewu.

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) dengan subjek penelitian adalah siswa kelas X SMA Muhammadiyah Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Kabupaten Pringsewu yang berjumlah 20 siswa, dengan perincian 7 laki-laki dan 13 perempuan. Sedangkan teknik pengumpulan data dilakukan melalui tes Guling depan.

Hasil penelitian menunjukkan: setiap siklus adanya peningkatan kemampuan guling depan menggunakan sarana bidang miring, dan bila dilihat dari KKM pada siklus pertama diperoleh prosentase keberhasilan ketuntasan belajar sebesar 40 %, ternyata dapat meningkatkan kemampuan guling depan secara signifikan, pada siklus kedua diperoleh prosentase keberhasilan ketuntasan belajar 85 %, artinya hasil penggunaan sarana bidang miring sebagai upaya menumbuhkan motivasi guling depan menunjukkan telah terjadi peningkatan. Dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa kemampuan guling depan pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah Gadingrejo Kabupaten Pringsewu sangat efektif setelah melalui penggunaan sarana bidang miring secara berkesinambungan.

Judul Skripsi : **PENGGUNAAN SARANA BIDANG MIRING
SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN
KEMAMPUAN BELAJAR GULING DEPAN
PADA PEMBELAJARAN SENAM DI KELAS
X SMA MUHAMMADIYAH GADINGREJO**

Nama Mahasiswa : WIDODO PRASETIYO

Nomor Pokok Mahasiswa : 1013118082

Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

MENYETUJUI

Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Komisi Pembimbing

Drs. Baharuddin Risyak, M.Pd.
NIP 19510507 198103 1 002

Drs. Ade Jubaedi, M.Pd.
NIP. 19580127 198503 1 003

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Drs. Ade Jubaedi, M.Pd.

Penguji
Bukan Pembimbing : Drs. Usman Adam, M.Pd.

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dr. Hi.Bujang Rahman, M.Si.
NIP 19600315 198503 1 003

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 29 Desember 2012

**PENGGUNAAN SARANA BIDANG MIRING SEBAGAI UPAYA
MENINGKATKAN KEMAMPUAN BELAJAR GULING DEPAN
PADA PEMBELAJARAN SENAM DI KELAS X
SMA MUHAMMADIYAH GADINGREJO**

Oleh

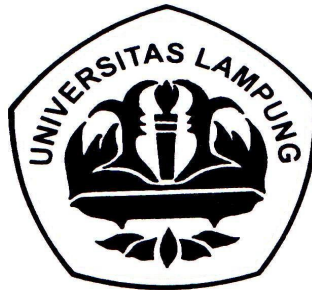
WIDODO PRASETIYO

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
Sarjana Pendidikan**

Pada

**Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan rekreasi Jurusan Ilmu
Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2012**

PERNYATAAN

Bahwa saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Widodo Prasetyo

NPM : 1013118082

Tempat tanggal lahir: Pujorahayu, 01 Juli 1978

Alamat : Pujorahayu Kecamatan Negerikaton Kab. Pesawaran

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“PENGUNAAN SARANA BIDANG MIRING SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN BELAJAR GULING DEPAN PADA PEMBELAJARAN SENAM DI KELAS X SMA MUHAMMADIYAH GADINGREJO”**

adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 1 Agustus – 20 September 2012. Skripsi ini bukan hasil menjiplak, dan atau hasil karya orang lain yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi.

Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sebenarnya, dan apabila pernyataan ini tidak benar penulis bersedia untuk dituntut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bandar Lampung, Oktober 2012

WIDODO PRASETIYO

**PENGGUNAAN SARANA BIDANG MIRING SEBAGAI UPAYA
MENINGKATKAN KEMAMPUAN BELAJAR GULING DEPAN
PADA PEMBELAJARAN SENAM DI KELAS X
SMA MUHAMMADIYAH GADINGREJO**

(Skripsi)

Oleh

WIDODO PRASETIYO



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2012**