

**PENGARUH PERMAINAN PEMANASAN TANPA ALAT
TERHADAP MINAT SISWA DALAM MENGIKUTI
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA
DAN KESEHATAN DI SDN BALONGGARUT SIDOARJO**

SKRIPSI



**Citra Zulfikar
155900026**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PENDIDIKAN JASMANI
2022**

**PENGARUH PERMAINAN PEMANASAN TANPA ALAT
TERHADAP MINAT SISWA DALAM MENGIKUTI
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA
DAN KESEHATAN DI SDN BALONGGARUT SIDOARJO**

Skripsi Ini Diajukan Kepada Fakultas Pedagogi Dan Psikologi
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya Untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada
Program Pendidikan Jasmani

**Citra Zulfikar
155900026**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN


Skripsi oleh : Citra Zulfikar
NIM : 155900026
Judul : Pengaruh Permainan Pemanasan Tanpa Alat
Terhadap Minat Siswa Dalam Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di
SDN Balongarut Sidoarjo

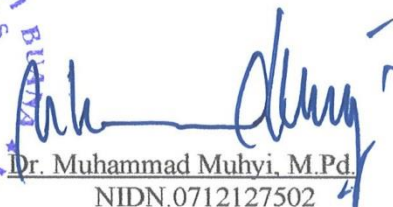
Skripsi ini telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam ujian skripsi.

Surabaya, 14 Juli 2022
Mengetahui,

Ketua Program Studi
Pendidikan Jasmani

Dosen Pembimbing


Aclmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0724097301


Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd.
NIDN.0712127502



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Citra Zulfikar dengan judul Pengaruh Permainan Pemanasan Tanpa Alat Terhadap Minat Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SDN Balonggarut Sidoarjo. Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal Jumat, 15 Juli 2022.

Dewan Penguji:

1. Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd
2. Gatot Margisal Utomo, M. Pd
3. Moh. Hanafi, S.Pd., M.Pd.

Penguji I

Penguji II

Penguji III

Mengesahkan
Dekan PPP,

Mengetahui
Ketua Program Studi



Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes

Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Citra Zulfikar
NIM : 155900026
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Pedagogi Dan Psikologi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil plagiasi, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat

Surabaya, 14 Juli 2022
Yang membuat pernyataan



Citra Zulfikar

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Pengaruh Permainan Pemanasan Tanpa Alat Terhadap Minat Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SDN Balonggarut Sidoarjo”.

Dalam proses penyusunan ini, saya banyak mendapatkan dukungan, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Dan saya menyadari tanpa bantuan dan bimbingan Bapak atau Ibu, saya tidak dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. M. Subandowo, M.S, Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi., M.Kes, Dekan Fakultas Pedagogi dan psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Achmad Nuryadi,S.Pd., M.Pd, Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Pedagogi dan psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd, selaku pembimbing I dan Gatot Margisal Utomo, S.Pd., M.Pd, selaku pembimbing II yang telah dengan sabar, tekun, tulus, dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan bimbingan, motivasi, arahan, dan saran-saran yang sangat bermanfaat dan berharga kepada peneliti selama menyusun skripsi.
5. Kedua orang tua dan keluarga besar tercinta yang selalu memberikan dukungan dan semangat.
6. Bapak/Ibu Dosen Pendidikan Jasmani atas bekal ilmu yang diberikan selama di perkuliahan.
7. Seluruh keluarga besar dan teman-teman yang telah memberikan semangat dan mendo'akan saya sehingga penyusunan skripsi ini terselesaikan tepat waktu
8. SDN Balonggarut Kabupaten Sidoarjo yang menjadi subjek dalam penelitian ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan atau jauh dari kesempurnaan, hal ini disebabkan karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang kita miliki.

Oleh karena itu, besar harapan penulis untuk memberikan saran dan kritik yang bersifat membangun dari pembaca untuk menuju yang lebih baik dan lebih sempurna. Akhir kata semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi penulis serta bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan menjadi referensi bagi penelitian sejenis yang selanjutnya

Surabaya, 14 Juli 2022

Citra Zulfikar

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR GRAFIK	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Batasan Masalah	5
C. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian	6
E. Manfaat penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI	8
A. Dasar Teori.....	8
1. Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	8
2. Permainan Tanpa Alat.....	11
3. Pemanasan.....	13
4. Hakikat Minat.....	17
B. Tinjauan Penelitian yang Relevan.....	24
C. Kerangka Konseptual	24
D. Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Desain Penelitian	27
B. Populasi Dan Sampel.....	28
C. Variabel Penelitian	28
D. Instrumen Penelitian	29
E. Metode Pengumpulan Data.....	30
F. Teknik Analisi Data.....	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33

A. Hasil Penelitian	33
1. Data Hasil <i>Pre-Test</i>	33
2. Data Hasil <i>Post-Test</i>	38
3. Uji Hipotesis	41
B. Pembahasan	42
BAB V PENUTUP	44
A. Simpulan.....	44
B. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	48

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Persamaan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Olahraga.....	9
2.2 Perbedaan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Olahraga.....	10
4.1 Data Siswa Kelas 5 SDN Balonggarut.....	33
4.2 Hasil <i>pre-test</i>	34
4.3 Hasil Uji Normalitas Data <i>Pre-Test</i>	36
4.4 Hasil Uji Homogenitas Data <i>Pre-Test</i>	37
4.5 Hasil Pasca-Tes (<i>Post-Test</i>).....	38
4.6 Hasil Uji Normalitas Data <i>Post-Test</i>	40
4.7 Hasil Uji Homogenitas Data <i>Post-Test</i>	41
4.8 Hasil Uji T <i>Post-Test</i>	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Faktor yang mempengaruhi proses belajar	22
2.2 Kerangka Konseptual	25
3.1 Rumus Uji Normalitas.....	31
3.2 Rumus Uji T	32

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
4.1 Hasil <i>Pre-Test</i> Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol	35
4.2 Hasil <i>Post-Test</i> Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
01 Format Revisi Skripsi Penguji I.....	48
02 Format Revisi Skripsi Penguji II	49
03 Format Revisi Skripsi Penguji III	50
04 Berita Acara Bimbingan Skripsi	51
05 Angket Minat.....	52
06 Jadwal Perlakuan	47
07 Tata Cara Permainan.....	48
08 Hasil Nilai <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kelas Eksperimen.....	59
09 Hasil Nilai <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> kelas kontrol.....	61
10 Dokumentasi Penelitian	63