

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Tugas Pembimbing



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS

Nomor: 151.07/UN48.12.5/PP/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

1. Nama : Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P
NIP : 198410252008121002
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Sebagai : Pembimbing Utama
2. Nama : Peby Gunarto, S.Pd., M.Pd.
NIP : 199202022019031025
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Sebagai : Pembimbing Wakil

dalam rangka penyelesaian skripsi pada mahasiswa tersebut, di bawah ini:

Nama : I Nyoman Rama Adi Kusuma
NIM : 2116011086
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Judul : Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Teknik Dasar Roll Depan Kepada Peserta Didik Kelas IV Di SD 4 Selat.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.
NIP. 196805172001121001

Singaraja, 4 Juli 2024
Ketua Jurusan,

Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198008112008121001

Lampiran 2. Surat Tugas Uji Pakar



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS

Nomor: 14.01/UN48.12.5/PP/2025

Merujuk surat rekomendasi Pembimbing Skripsi terkait Pakar/Ahli untuk melakukan validasi instrumen penelitian mahasiswa, maka kami yang bertanda tangan di bawah Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

1. Nama : Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AlFO-P
NIP : 198003112008121002
Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
Sebagai : Pakar 1 Instrumen
2. Nama : I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd.
NIP : 198206062008121002
Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
Sebagai : Pakar 2 Instrumen

dalam rangka melakukan validasi instrumen penelitian skripsi mahasiswa tersebut, di bawah ini:

Nama : I Nyoman Rama Adi Kusuma
NIM : 2116011086
Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
Judul : Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Teknik Dasar Roll Depan Kepada Peserta Didik Kelas IV SD Negeri 4 Selat.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Dekan,
Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.
NIP. 196805172001121001

Singaraja, 21 Januari 2025
Ketua Jurusan,

Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198008112008121001

Lampiran 3. Uji Validitas Pakar 1

INSTRUMEN PENILAIAN

UJI AHLI ISI/MATERI PEMBELAJARAN

Judul	: Implementasi Model Pembelajaran <i>Problem Based Learning</i> Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Teknik Dasar Roll Depan Kepada Peserta Didik Kelas IV Di Sd Negeri 4 Selat
Sasaran	: Peserta Didik Kelas IV Di Sd Negeri 4 Selat
Peneliti	: I Nyoman Rama Adi Kusuma
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan	: Pendidikan Olahraga
Fakultas	: Olahraga dan Kesehatan
Dosen Pembimbing	: Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P (Dosen Pembimbing Utama) Peby Gunarto, S.Pd., M.Pd. (Dosen Pembimbing Wakil)
Instansi/Lembaga	: Universitas Pendidikan Ganesha
Nama Validator	: Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P
Instansi/Lembaga	: Universitas Pendidikan Ganesha

A. Petunjuk Pengisian

- 1.) Bacalah dengan teliti kriteria penilaian dan setiap pernyataan penilaian sebelum mengisi instrumen.
- 2.) Berikan tanda checklist (✓) pada kolom kriteria penilaian yang paling sesuai dengan penilaian bapak/ibu terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
- 3.) Rentang skor setiap komponen pernyataan penilaian menggunakan skala 4 dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:
 - 1 = Sangat Tidak Relevan
 - 2 = Tidak Relevan
 - 3 = Relevan
 - 4 = Sangat Relevan
- 4.) Berikan komentar, saran maupun masukan anda terhadap instrumen yang dinilai

B. Uji Validitas Isi Instrumen Aspek Sikap Pakar Ahli I

Deskripsi Penilaian Aspek Sikap

No	Aspek yang dinilai	Deskripsi sikap yang dinilai	Skor Validasi				KR	SR
			1	2	3	4		
1	Percaya Diri	A. Berani membimbing teman yang belum						
		B. Berani memberikan pendapat.						
2	Kerjasama	A. Mau membantu teman dalam proses pembelajaran.						
		B. Dapat menjaga kekompakan belajarnya						
3	Tanggung Jawab	A. Mampu Mengerjakan tugas dengan baik						
		B. Mampu menjamin keselamatan diri sendiri dan orang lain.						
4	Menghargai Teman	A. Menerima pendapat dan masukan yang diberikan oleh teman.						
		B. Menerima pendapat dan masukan yang diberikan oleh teman.						
5	Menjaga Keselamatan	A. Tidak mengganggu saat melakukan gerakan.						
		B. Tidak melakukan gerakan-gerakan yang berbahaya.						

Saran / Komentar

.....

.....

.....

.....

.....

Singaraja,..... Januari 2025
Validator I



Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P
NIP. 198003112008121002

C. Uji Validitas Isi Instrumen Aspek Pengetahuan Pakar Ahli I

Deskripsi Pertanyaan Aspek Pengetahuan

No	Pertanyaan	Jawaban	Skor Validasi				KR	SR
			1	2	3	4		
1	Jelaskan pengertian senam lantai ?	Senam lantai merupakan latihan fisik yang dilakukan di lantai dengan menggunakan matras. Senam ini bertujuan untuk melatih kekuatan, kelincahan, keseimbangan, dan kelenturan tubuh.						
2	Jelaskan pengertian gerakan <i>roll</i> depan pada materi senam lantai?	Roll depan, atau guling depan, adalah gerakan senam lantai di mana tubuh berguling ke depan secara membulat, seperti roda. Gerakan ini dimulai dari posisi awal tertentu (jongkok atau berdiri), kemudian tubuh mengguling ke depan dengan memanfaatkan bagian belakang tubuh, mulai dari tengkuk, punggung, pinggang, hingga panggul.						

No	Pertanyaan	Jawaban	Skor Validasi				KR
			1	2	3	4	
3	Jelaskan bagaimana cara melakukan gerakan sikap awalan jongkok pada senam lantai <i>roll</i> depan?	Posisi jongkok kedua kaki dibuka, kedua tumit diangkat, kedua telapak tangan di buka sejajar selebar dengan bahu dan di letakan pada matras di depan badan, dengan jarak 30 cm dari ujung kaki dan pandangan kearah depan.					
4	Jelaskan bagaimana cara melakukan sikap pelaksanaan dengan gerakan awalan berdiri <i>roll</i> depan?	pada saat melakukan gerakan badan kedua tungkai tetap lurus. Pada saat kedua tumit menyentuh matras secepat mungkin langsung mendorong badan kearah depan sehingga berat badan terbawa kedepan, bagian kedua telapak tangan di tolakan pada matras untuk membantu mendorong badan keatas sehingga badan berdiri tegak.					

5	Apa saja kesalahan yang sering terjadi saat melakukan gerakan senam lantai <i>roll</i> depan ?	A. Tumpuan tangan salah (tidak tepat dan/atau kurang kuat). B. Bahu tidak menempel di matras. C. Tangan tidak melakukan tolakan. D. Kaki tidak menekuk. E. Tidak mendorong badan ke depan dengan maksimal. F. Tidak menekuk siku ke samping.					
---	--	---	--	--	--	--	--

**Saran /
Komentar**

.....

.....

.....

.....

.....



Singaraja,..... Januari 2025
Validator I

Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P
NIP. 198003112008121002

D. Uji Validitas Isi Instrumen Aspek Keterampilan Pakar Ahli I

Instrumen Hasil Belajar Keterampilan Senam Lantai Teknik Dasar Roll Depan

Komponen	Diskriptor	Nilai					Skor Validasi				KR	SR
		1	2	3	4	5	1	2	3	4		
1. Sikap Awal	A. Sikap permulaan kaki di rapatkan											
	B. Letakan kedua tangan menumpu selebar bahu didepan ujung kaki sejauh kurang lebih 60 cm											
	C. Menekukan kedua tangan											
	D. Letakan pundak pada matras											
	E. Kepala dilipat sampai dagu menyentuh dada											
2. Sikap Pelaksanaan	A. Dilanjutkan berguling kedepan											
	B. Panggul menyentuh matras lipatlah kaki											
3. Sikap Akhir	A. Tangan memegang tulang kering pada kaki											
	B. Posisi jongkok tangan lurus kedepan											
	C. Posisi berdiri tangan di angkat											

Nilai Kualitas Gerak 5= Sangat Baik Nilai

Kualitas Gerak 4= Baik

Nilai Kualitas Gerak 3= Cukup Baik Nilai

Kualitas Gerak 2= Kurang Baik

Nilai Kualitas Gerak 1= Sangat Tidak Baik

Format Asesmen Penilaian Aspek Keterampilan

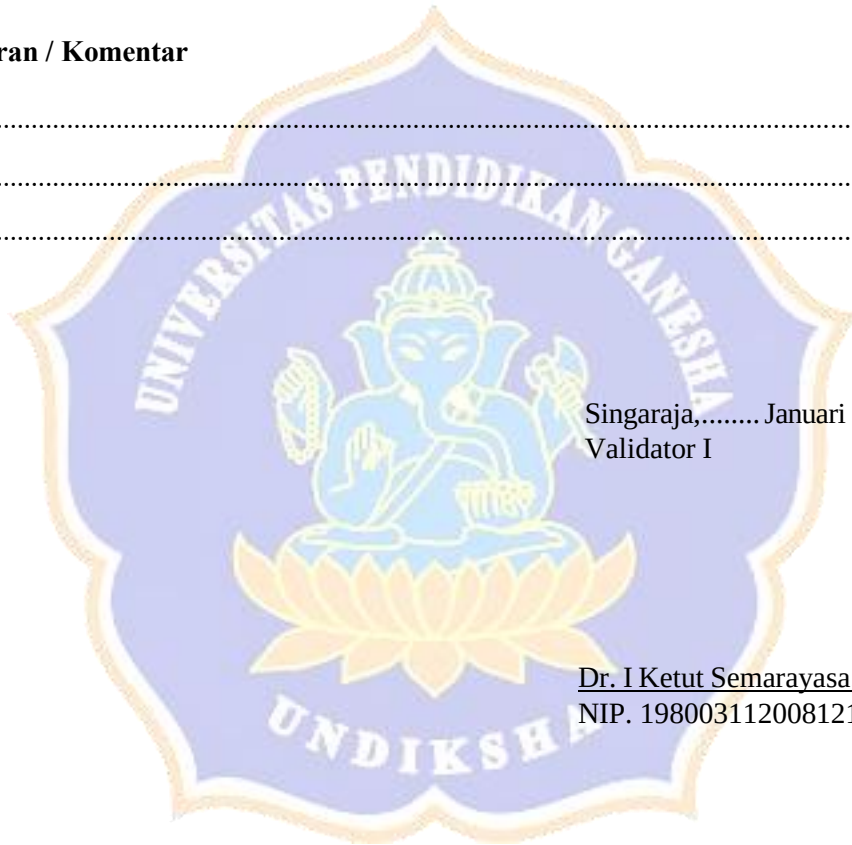
No.	Nama	Sikap Awal					Sikap Pelaksanaan		Sikap Akhir			Perolehan Nilai	Skor Akhir	Ket
		1	2	3	4		1	2	1	2	3			
1.														
2.														
3.														
4.														
Jumlah Skor Maksimal														

Saran / Komentar

.....

.....

.....



Singaraja,..... Januari 2025
Validator I

Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P
NIP. 198003112008121002

Lampiran 4. Uji Validitas Pakar 2

INSTRUMEN PENILAIAN

UJI AHLI ISI/MATERI PEMBELAJARAN

Judul : Implementasi Model Pembelajaran Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Teknik Dasar Roll Depan Kepada Peserta Didik Kelas IV Di Sd Negeri 4 Selat

Sasaran : Peserta Didik Kelas IV Di Sd Negeri 4 Selat
Peneliti : I Nyoman Rama Adi Kusuma
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Olahraga dan Kesehatan
Dosen Pembimbing : Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P. (Dosen Pembimbing Utama) Peby Gunarto, S.Pd., M.Pd. (Dosen Pembimbing Wakil)
Instansi/Lembaga : Universitas Pendidikan Ganesha
Nama Validator : I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd.
Instansi/Lembaga : Universitas Pendidikan Ganesha

A. Petunjuk Pengisian

- 1.) Bacalah dengan teliti kriteria penilaian dan setiap pernyataan penilaian sebelum mengisi instrumen.
- 2.) Berikan tanda checklist (√) pada kolom kriteria penilaian yang paling sesuai dengan penilaian bapak/ibu terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
- 3.) Rentang skor setiap komponen pernyataan penilaian menggunakan skala 4 dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut:
 - 1 = Sangat Tidak Relevan
 - 2 = Tidak Relevan
 - 3 = Relevan
 - 4 = Sangat Relevan
- 4.) Berikan komentar, saran maupun masukan anda terhadap instrumen yang dinilai

B. Uji Validitas Isi Instrumen Aspek Sikap Pakar Ahli II

Deskripsi Penilaian Aspek Sikap

No	Aspek yang dinilai	Deskripsi sikap yang dinilai	Skor Validasi				KR	SR
			1	2	3	4		
1	Percaya Diri	A. Berani membimbing teman yang belum						
		B. Berani memberikan pendapat.						
2	Kerjasama	A. Mau membantu teman dalam proses pembelajaran.						
		B. Dapat menjaga kekompakan belajarnya						
3	Tanggung Jawab	A. Mampu Mengerjakan tugas dengan baik						
		B. Mampu menjamin keselamatan diri sendiri dan orang lain.						
4	Menghargai Teman	A. Menerima pendapat dan masukan yang diberikan oleh teman.						
		B. Menerima pendapat dan masukan yang diberikan oleh teman.						
5	Menjaga Keselamatan	A. Tidak mengganggu saat melakukan gerakan.						
		B. Tidak melakukan gerakan-gerakan yang berbahaya.						

Saran / Komentar

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Singaraja, Januari 2025
Validator II



I Made Satyawan S.Pd., M.Pd.
NIP. 198206062008121002

C. Uji Validitas Isi Instrumen Aspek Pengetahuan Pakar Ahli II

Deskripsi Pertanyaan Aspek Pengetahuan

No	Pertanyaan	Jawaban	Skor Validasi				KR	SR
			1	2	3	4		
1	Jelaskan pengertian senam lantai ?	Senam lantai merupakan latihan fisik yang dilakukan di lantai dengan menggunakan matras. Senam ini bertujuan untuk melatih kekuatan, kelincahan, keseimbangan, dan kelenturan tubuh.						
2	Jelaskan pengertian gerakan <i>roll</i> depan pada materi senam lantai?	Roll depan, atau guling depan, adalah gerakan senam lantai di mana tubuh berguling ke depan secara membulat, seperti roda. Gerakan ini dimulai dari posisi awal tertentu (jongkok atau berdiri), kemudian tubuh mengguling ke depan dengan memanfaatkan bagian belakang tubuh, mulai dari tengkuk, punggung, pinggang, hingga panggul.						

No	Pertanyaan	Jawaban	Skor Validasi				KR	SR
			1	2	3	4		
3	Jelaskan bagaimana cara melakukan gerakan sikap awalan jongkok pada senam lantai <i>roll</i> depan?	Posisi jongkok kedua kaki dibuka, kedua tumit diangkat, kedua telapak tangan di buka sejajar selebar dengan bahu dan di letakan pada matras di depan badan, dengan jarak 30 cm dari ujung kaki dan pandangan kearah depan.						
4	Jelaskan bagaimana cara melakukan sikap pelaksanaan dengan gerakan awalan berdiri <i>roll</i> depan?	pada saat melakukan gerakan badan kedua tungkai tetap lurus. Pada saat kedua tumit menyentuh matras secepat mungkin langsung mendorong badan kearah depan sehingga berat badan terbawa kedepan, bagian kedua telapak tangan di tolakan pada matras untuk membantu mendorong badan keatas sehingga badan berdiri tegak.						
5	Apa saja kesalahan yang sering terjadi saat melakukan gerakan senam lantai <i>roll</i> depan ?	A. Tumpuan tangan salah (tidak tepat dan/atau kurang kuat). B. Bahu tidak menempel di matras. C. Tangan tidak melakukan tolakan. D. Kaki tidak menekuk. E. Tidak mendorong badan ke depan dengan maksimal. F. Tidak menekuk siku ke samping.						

Saran / Komentar

.....

.....

.....

.....

.....

Singaraja,..... Januari 2025
Validator II



I Made Satyawana, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198206062008121002

D. Uji Validitas Isi Instrumen Aspek Keterampilan Pakar Ahli II

Rubrik Instrumen Hasil Belajar Keterampilan Senam Lantai Teknik Dasar Roll Depan

Komponen	Diskriptor	Nilai					Skor Validasi				KR	SR
		1	2	3	4	5	1	2	3	4		
1. Sikap Awal	A. Sikap permulaan kaki di rapatkan											
	B. Letakan kedua tangan menumpu selebar bahu didepan ujung kaki sejauh kurang lebih 60 cm											
	C. Menekukan kedua tangan											
	D. Letakan pundak pada matras											
	E. Kepala dilipat sampai dagu menyentuh dada											
2. Sikap Pelaksanaan	A. Dilanjutkan berguling kedepan											
	B. Panggul menyentuh matras lipatlah kaki											
3. Sikap Akhir	A. Tangan memegang tulang kering pada kaki											
	B. Posisi jongkok tangan lurus kedepan											
	C. Posisi berdiri tangan di angkat											

Nilai Kualitas Gerak 5= Sangat Baik Nilai

Kualitas Gerak 4= Baik

Nilai Kualitas Gerak 3= Cukup Baik Nilai

Kualitas Gerak 2= Kurang Baik

Nilai Kualitas Gerak 1= Sangat Tidak Baik

Format Asesmen Penilaian Aspek Keterampilan

No.	Nama	Sikap Awal					Sikap Pelaksanaan		Sikap Akhir			Perolehan Nilai	Skor Akhir	Ket
		1	2	3	4		1	2	1	2	3			
1.														
2.														
3.														
4.														
Jumlah Skor Maksimal														

Saran / Komentar

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Singaraja, Januari 2025
Validator II

I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198206062008121002

Lampiran 5. Surat Penelitian



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN**

Alamat: Jalan Desa Jinengdalem Singaraja – Bali Telp. (0362) 25571, Fax. (0362) 25571 Kode Pos. 81116

Singaraja, 09 Januari 2025

Nomor : 38/UN48.12.1/PP/2025
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Penelitian

Yth. Kepala SD Negeri 4 Selat
di

Tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha, mahasiswa diwajibkan untuk menyusun skripsi, sehubungan dengan itu kami mohon Bapak/ibu untuk mengizinkan mahasiswa tersebut dibawah ini untuk berkenan melakukan penelitian di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama : I Nyoman Rama Adi Kusuma
Nomor Induk Mahasiswa : 2116011086
Prodi : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Olahraga dan Kesehatan
Judul Skripsi : Implementasi Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Materi Teknik Dasar Roll Depan Kepada Peserta Didik Kelas IV Di SD Negeri 4 Selat

Atas perhatian dan bantuan Bapak / Ibu kami ucapkan terima kasih.

a.n. Dekan
Wakil Dekan I,



I Gede Suwiwa
NIP.198501172008121001



Catatan :

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini terdapat tanda tangan secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSR
- Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan QR code yang telah tersedia

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 6. Hasil Belajar Aspek Pengetahuan Siklus I

No	Nama Peserta Didik	Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
1	GEDE ESA SUKRISNA PUTRA	8	80	Tuntas
2	GEDE NOVA SAPUTRA	6	60	Tidak Tuntas
3	KADEK DARMIKA	6	60	Tidak Tuntas
4	KADEK DIAN SYAHIRA	6	60	Tidak Tuntas
5	KADEK DWI ADITYA WINANDA	6	60	Tidak Tuntas
6	KADEK LISA KARUNIA PUTRI	7	70	Tidak Tuntas
7	KADEK SARIANI PUTRI	6	60	Tidak Tuntas
8	KADEK SINTA DEWI ANGGRENI	8	80	Tuntas
9	KOMANG AGUS ADI WIGUNA	6	60	Tidak Tuntas
10	KETUT DILPA ARIWARDANA	6	60	Tidak Tuntas
11	KETUT ERIKA PUTRI CAHYANI	8	80	Tuntas
12	KETUT JUNI SUPARTINI	8	80	Tuntas
13	LUH PUTU INTAN SEPRIANI	6	60	Tidak Tuntas
14	KADEK RISKI SAPUTRA	6	60	Tidak Tuntas
15	PUTU FEBBY RIANA PUTRI	8	80	Tuntas
16	PUTU MESYA PUTRI	8	80	Tuntas
17	PUTU RISKY SURYA SENTANA	8	80	Tuntas
Total			1170	
Rata-rata			68,82	

Lampiran 7. Hasil Belajar Aspek Keterampilan Siklus I

No.	Sikap Awalan	Sikap Pelaksanaan	Sikap Akhiran	Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
1	4	2	2	8	80	Tuntas
2	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
3	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
4	3	2	1	6	60	Tidak Tuntas
5	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
6	3	2	1	6	60	Tidak Tuntas
7	3	2	1	6	60	Tidak Tuntas
8	3	2	2	7	70	Tidak Tuntas
9	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
10	3	2	1	6	60	Tidak Tuntas
11	4	2	2	8	80	Tuntas
12	3	2	3	8	80	Tuntas
13	3	2	2	7	70	Tidak Tuntas
14	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
15	4	2	2	8	80	Tuntas
16	4	2	1	7	70	Tidak Tuntas
17	4	2	2	8	80	Tuntas
Total					1150	
Rata-Rata					67,64	



Lampiran 8. Hasil Belajar Aspek Pengetahuan Siklus II

No	Nama Peserta Didik	Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
1	GEDE ESA SUKRISNA PUTRA	9	90	Tuntas
2	GEDE NOVA SAPUTRA	7	70	Tidak Tuntas
3	KADEK DARMIKA	7	70	Tidak Tuntas
4	KADEK DIAN SYAHIRA	9	90	Tuntas
5	KADEK DWI ADITYA WINANDA	8	80	Tuntas
6	KADEK LISA KARUNIA PUTRI	8	80	Tuntas
7	KADEK SARIANI PUTRI	9	90	Tuntas
8	KADEK SINTA DEWI ANGGRENI	9	90	Tuntas
9	KOMANG AGUS ADI WIGUNA	8	80	Tuntas
10	KETUT DILPA ARIWARDANA	8	80	Tuntas
11	KETUT ERIKA PUTRI CAHYANI	9	90	Tuntas
12	KETUT JUNI SUPARTINI	9	90	Tuntas
13	LUH PUTU INTAN SEPRIANI	8	80	Tuntas
14	KADEK RISKI SAPUTRA	8	80	Tuntas
15	PUTU FEBBY RIANA PUTRI	8	90	Tuntas
16	PUTU MESYA PUTRI	9	90	Tuntas
17	PUTU RISKY SURYA SENTANA	9	90	Tuntas
Total			1430	
Rata-rata			84,11	



Lampiran 9. Hasil Belajar Aspek Keterampilan Siklus II

No .	Sikap Awalan	Sikap Pelaksanaan	Sikap Akhiran	Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
1	4	2	3	9	90	Tuntas
2	3	2	2	7	70	Tidak Tuntas
3	3	2	2	7	70	Tidak Tuntas
4	5	2	1	8	80	Tuntas
5	5	2	1	8	80	Tuntas
6	5	2	1	8	80	Tuntas
7	3	2	2	7	70	Tidak Tuntas
8	5	2	2	9	90	Tuntas
9	4	2	2	8	80	Tuntas
10	4	2	2	8	80	Tuntas
11	4	2	3	9	90	Tuntas
12	5	2	2	9	90	Tuntas
13	4	2	2	8	80	Tuntas
14	5	2	2	9	90	Tuntas
15	4	2	3	9	90	Tuntas
16	3	2	3	8	80	Tuntas
17	4	2	3	9	90	Tuntas
Total					1400	
Rata-Rata					82,35	



Lampiran 10. Modul Ajar PJOK Senam Lantai Roll Depan

MODUL AJAR SIKLUS I Senam Lantai “ Roll Depan”

A. INFORMASI UMUM

1. Identitas

Nama : I Nyoman Rama Adi Kusuma
Sekolah : SD Negeri 4 Selat
Tahun : 2025

Fase	Jenjang	Kelas	Perkiraan Siswa	Moda Pembelajaran	Alokasi Waktu
B	SD	IV	17-25	Tatap Muka	2 x 35 Menit

2. Profil Pelajar Pancasila

- Bernalar Kritis: mengidentifikasi, mengklarifikasi, dan menganalisis informasi yang relevan serta memprioritaskan beberapa gagasan tertentu.
- Mandiri: mengelola pikiran, perasaan, dan tindakannya agar tetap optimal untuk mencapai tujuan pengembangan diri dan prestasinya.
- Bergotong royong: Memiliki kemampuan kolaborasi, bekerja sama dengan orang lain disertai perasaan senang dan menunjukkan sikap positif, memahami perspektif orang lain.

3. Informasi Umum

Tujuan Pembelajaran	Pertemuan ke-	Sarana dan Prasarana	Target Peserta Didik	Metode/Model Pembelajaran
Siswa dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan menganalisis aktivitas pembelajaran merancang keterampilan gerak Roll depan sesuai potensi	1	-Lapangan / ruangan kelas -Pluit -Matras	- Peserta didik regular: Tidak ada kesulitan dalam mencerna dan memahami materi ajar. - Peserta didik dengan kesulitan	- Model: Problem Based Learning (Pembelajaran Berbasis Masalah) - Metode: Diskusi tanya jawab,

dan kreativitas yang dimiliki serta mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagai, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.			belajar: memiliki gaya belajar yang terbatas hanya satu gaya. Memiliki kesulitan dengan pemahaman materi ajar, kurang percaya diri, kesulitan berkonsentrasi jangka panjang.	Praktek Gerakan latihan.
--	--	--	---	---------------------------------

B. KOMPONEN INTI

1. Pengetahuan Prasyarat

Sebelum mempelajari materi ini, peserta didik diharapkan sudah memahami materi mengenai Roll depan.

2. Pemahaman Bermakna

- Peserta didik dapat mendeskripsikan dan menjelaskan materi Roll depan.
- Peserta didik dapat mempraktekan gerakan Roll depan

3. Pertanyaan Pemantik

Guru memberikan pertanyaan pemantik kepada siswa seperti:

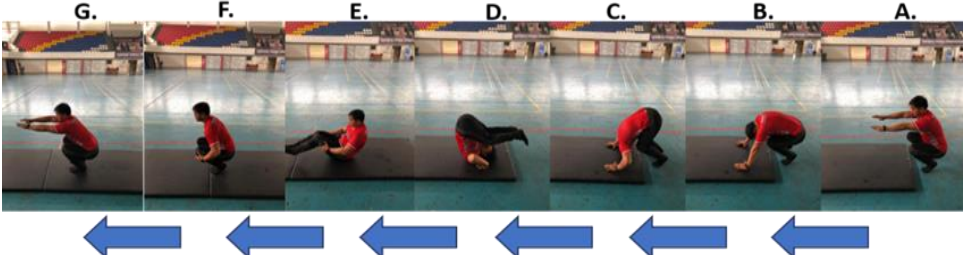
- Mengapa siswa perlu memahami dan menguasai keterampilan Roll depan?

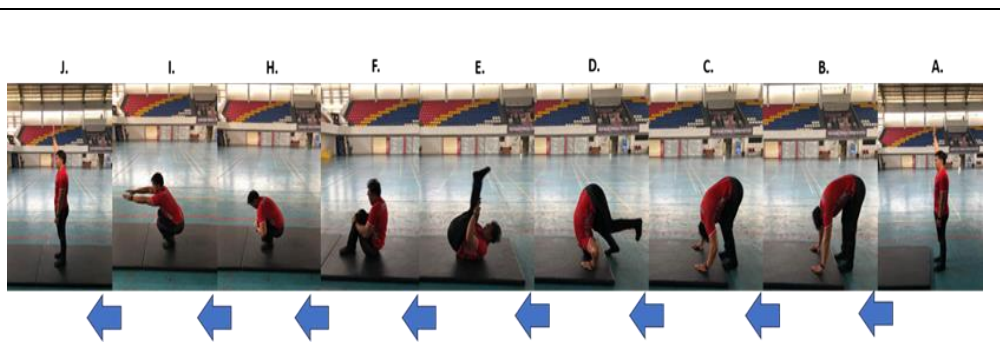
4. Kegiatan Pembelajaran

A. Persiapan Pembelajaran

Sebelum memulai pembelajaran, peserta didik sudah membaca dan mempelajari materi Roll depan

B. Kegiatan Pembelajaran

Pembukaan (15 menit)
1. Guru meminta salah satu siswa untuk menyiapkan bariskan kelasnya di lapangan / ruangan kelas 2. Guru meminta salah satu siswa untuk memimpin doa sesuai dengan agama masing-masing 3. Guru akan menanyakan kepada seluruh peserta didik apakah ada yang sakit atau kurang fit, maka guru akan meminta peserta didik tidak mengikuti pembelajaran 4. Guru melakukan absensi dengan tujuan untuk mengetahui kehadiran peserta didik 5. Guru memberikan motivasi kepada siswa agar aktif dalam pembelajaran 6. Guru mengajak peserta didik untuk melakukan sesi tanya jawab terkait materi roll depan 7. Guru meminta siswa untuk melakukan pemanasan
Kegiatan Inti (60 menit)
A. Penjelasan tentang pengertian dan cara melakukan Roll depan (15 menit) dan penerapan <i>problem based learning</i> • Guru menjelaskan pengertian gerakan Roll depan dalam senam lantai. • Guru menjelaskan sejarah gerakan Roll depan. • Guru menunjukkan step by step gerakan Roll depan. Guru • memberikan permasalahan yang dimana 1 kelompok berisikan 4 orang -5 orang yang dimana guru memberikan gambar gerakan roll depan yang akan di kerjakan oleh peserta didik. • Selanjutnya peserta didik akan bekerja sama mencari tau jawaban dari permasalahan selanjutnya peserta didik mempresentasikan gerakan roll depan. B. Demonstrasi teknik dasar gerakan Roll depan (15 menit) • Guru mendemonstrasikan teknik dasar gerakan Roll depan dengan benar. • Guru menjelaskan poin-poin penting dalam teknik dasar gerakan Roll depan. • Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya. 



C. Latihan gerakan Roll depan (30 menit)

- Guru membagi peserta didik menjadi beberapa kelompok kecil.
- Guru memberikan instruksi kepada peserta didik untuk melakukan latihan gerakan Roll depan secara bergantian.
- Guru mengamati dan membimbing peserta didik selama latihan.
- Guru memberikan umpan balik kepada peserta didik tentang performanya.

Penutup (15 menit)

1. Salah seorang siswa di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.
2. Guru dan siswa melakukan refleksi apa yang telah dicapai
3. dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran.
4. Guru menginformasikan kepada siswa, siswa yang paling baik penampilannya selama pembelajaran aktivitas gerak senam.
5. Guru menugaskan siswa yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang keterampilan gerak gerak berdiri dengan Roll depan, hasilnya dijadikan sebagai tugas asesmen penugasan.
6. Berdoa dipimpin oleh salah satu siswa dan menyampaikan salam.
7. Siswa kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, dan bagi siswa yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.

C. Perangkat Asesmen

Asesmen: Asesmen dilakukan ketika proses pembelajaran bab atau kompetensi tertentu berlangsung (Observasi).

D. Remedial dan Pengayaan

1. Remedial

Kegiatan remedial diberikan kepada peserta didik yang belum mencapai Tujuan Pembelajaran, untuk membantu mereka dalam mencapainya. Dalam kegiatan remedial, beberapa hal yang dapat dilakukan adalah:

- a. Pendidik melakukan diskusi dengan peserta didik untuk menanyakan hambatan belajarnya, meningkatkan motivasi belajarnya.
- b. Memberikan tugas bagi siswa yang belum sama sekali dalam melakukan Roll depan berupa mengerjakan lembar kerja siswa yang di berikan guru
- c. Memberikan pendampingan kepada peserta didik yang mengalami kesulitan belajar, yaitu dengan cara mengajak untuk memahami kembali materi dan memberikan step by step cara melakukan Roll depan dengan benar.

2. Pengayaan

Kegiatan pembelajaran pengayaan dapat diberikan kepada peserta didik yang telah menguasai materi pelajaran sesuai dengan capaian tujuan pembelajaran. Bentuk pengayaan yang dapat diberikan adalah:

- a. Peserta didik diberikan tugas lanjutan yang sesuai dengan topik untuk dipelajari, peserta didik membuat video atau power point dengan materi Roll depan secara berkelompok yang dimana masing-masing kelompok berjumlah 4-6 orang.
- b. Membantu peserta didik lain yang belum mencapai tujuan pembelajaran, sehingga sesama peserta didik dapat saling membantu untuk mencapai tujuan pembelajaran.

E. Penilaian:

Penilaian dilakukan secara observasi selama latihan.

Aspek penilaian meliputi:

- a. Keakuratan teknik
- b. Kelincahan
- c. Kekuatan
- d. Keindahan\

F. Lembar Kerja Siswa:

1. Apa yang dimaksud dengan gerakan Roll depan dalam senam lantai?
2. Bagaimana sejarah gerakan Roll depan?
3. Jelaskan sikap awal gerakan Roll depan?
4. Bagaimana cara melakukan ayunan kaki dalam gerakan Roll depan?
5. Jelaskan teknik tolakan dalam gerakan Roll depan?

Mengetahui/Menyetujui,

Guru Olahraga

Singaraja 3 Februari 2025

Peneliti

I Nyoman Kinten, S.Pd

I Nyoman Rama Adi Kusuma

NIM 2116011086



MODUL AJAR SIKLUS II

Senam Lantai “ Roll Depan”

C. INFORMASI UMUM

4. Identitas

Nama : I Nyoman Rama Adi Kusuma
 Sekolah : SD Negeri 4 Selat
 Tahun : 2025

Fase	Jenjang	Kelas	Perkiraan Siswa	Moda Pembelajaran	Alokasi Waktu
B	SD	IV	17-25	Tatap Muka	2 x 35 Menit

5. Profil Pelajar Pancasila

- Bernalar Kritis: mengidentifikasi, mengklarifikasi, dan menganalisis informasi yang relevan serta memprioritaskan beberapa gagasan tertentu.
- Mandiri: mengelola pikiran, perasaan, dan tindakannya agar tetap optimal untuk mencapai tujuan pengembangan diri dan prestasinya.
- Bergotong royong: Memiliki kemampuan kolaborasi, bekerja sama dengan orang lain disertai perasaan senang dan menunjukkan sikap positif, memahami perspektif orang lain.

6. Informasi Umum

Tujuan Pembelajaran	Pertemuan ke-	Sarana dan Prasarana	Target Peserta Didik	Metode/Model Pembelajaran
Siswa dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan menganalisis aktivitas pembelajaran merancang keterampilan gerak Roll depan sesuai potensi	2	-Lapangan / ruangan kelas -Pluit -Matras	- Peserta didik regular: Tidak ada kesulitan dalam mencerna dan memahami materi ajar. - Peserta didik dengan kesulitan	- Model: Problem Based Learning (Pembelajaran Berbasis Masalah) - Metode: Diskusi tanya jawab,

dan kreativitas yang dimiliki serta mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagai, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.			belajar: memiliki gaya belajar yang terbatas hanya satu gaya. Memiliki kesulitan dengan pemahaman materi ajar, kurang percaya diri, kesulitan berkonsentrasi jangka panjang.	Praktek Gerakan latihan.
--	--	--	---	---------------------------------

D. KOMPONEN INTI

5. Pengetahuan Prasyarat

Sebelum mempelajari materi ini, peserta didik diharapkan sudah memahami materi mengenai Roll depan.

6. Pemahaman Bermakna

- Peserta didik dapat mendeskripsikan dan menjelaskan materi Roll depan.
- Peserta didik dapat mempraktekan gerakan Roll depan

7. Pertanyaan Pemantik

Guru memberikan pertanyaan pemantik kepada siswa seperti:

- Mengapa siswa perlu memahami dan menguasai keterampilan Roll depan?

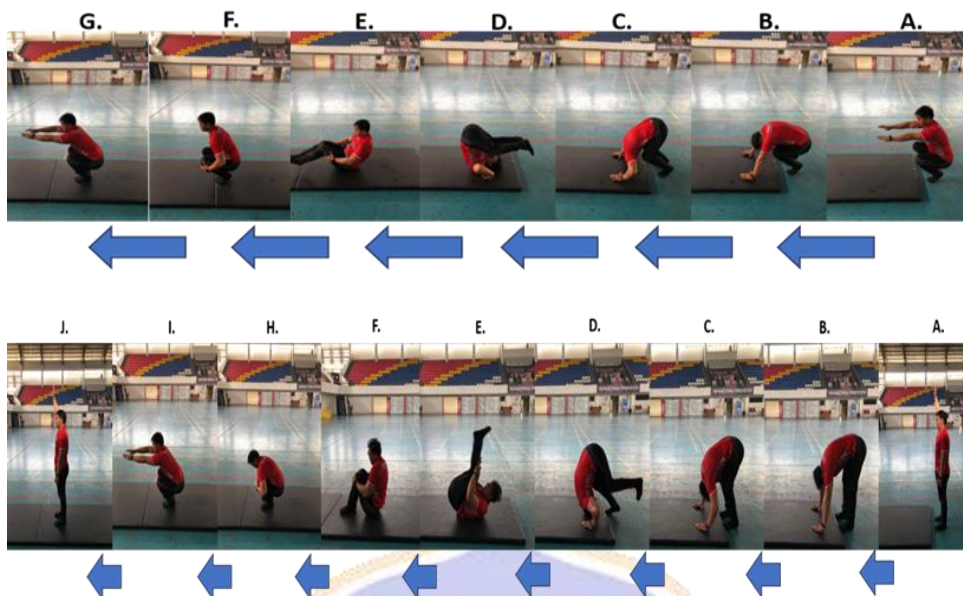
8. Kegiatan Pembelajaran

G. Persiapan Pembelajaran

Sebelum memulai pembelajaran, peserta didik sudah membaca dan mempelajari materi Roll depan

H. Kegiatan Pembelajaran

Pembukaan (15 menit)
8. Guru meminta salah satu siswa untuk menyiapkan bariskan kelasnya di lapangan / ruangan kelas 9. Guru meminta salah satu siswa untuk memimpin doa sesuai dengan agama masing-masing 10. Guru akan menanyakan kepada seluruh peserta didik apakah ada yang sakit atau kurang fit, maka guru akan meminta peserta didik tidak mengikuti pembelajaran 11. Guru melakukan absensi dengan tujuan untuk mengetahui kehadiran peserta didik 12. Guru memberikan motivasi kepada siswa agar aktif dalam pembelajaran 13. Guru mengajak peserta didik untuk melakukan sesi tanya jawab terkait materi 14. Guru meminta siswa untuk melakukan pemanasan
Kegiatan Inti (60 menit)
A. Penjelasan tentang pengertian dan cara melakukan Roll depan (15 menit) dan penerapan <i>problem based learning</i> • Guru menjelaskan pengertian gerakan Roll depan dalam senam lantai. • Guru menjelaskan sejarah gerakan Roll depan. • Guru menunjukkan step by step gerakan Roll depan. Guru memberikan permasalahan yang dimana 1 kelompok berisikan 2 orang - 3 orang yang dimana guru memberikan permasalahan berupa cara gerakan roll depan yang akan di kerjakan oleh peserta didik. • Selanjutnya peserta didik akan bekerja sama mencari tau jawaban dari permasalahan selanjutnya peserta didik mempresentasikan gerakan roll depan. B. Demonstrasi teknik dasar gerakan Roll depan (15 menit) • Guru mendemonstrasikan teknik dasar gerakan Roll depan dengan benar. • Guru menjelaskan poin-poin penting dalam teknik dasar gerakan Roll depan. • Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya.



C. Latihan gerakan Roll depan (30 menit)

- Guru membagi peserta didik menjadi beberapa kelompok kecil.
- Guru memberikan instruksi kepada peserta didik untuk melakukan latihan gerakan Roll depan secara bergantian.
- Guru mengamati dan membimbing peserta didik selama latihan.
- Guru memberikan umpan balik kepada peserta didik tentang performanya.

Penutup (15 menit)

- Salah seorang siswa di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.
- Guru dan siswa melakukan refleksi apa yang telah dicapai
- dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran.
- Guru menginformasikan kepada siswa, siswa yang paling baik penampilannya selama pembelajaran aktivitas gerak senam.
- Guru menugaskan siswa yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang keterampilan gerak gerak berdiri dengan Roll depan, hasilnya dijadikan sebagai tugas asesmen penugasan.
- Berdoa dipimpin oleh salah satu siswa dan menyampaikan salam.
- Siswa kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, dan bagi siswa yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.

I. Perangkat Asesmen

Asesmen: Asesmen dilakukan ketika proses pembelajaran bab atau kompetensi tertentu berlangsung (Observasi).

J. Remedial dan Pengayaan

3. Remedial

Kegiatan remedial diberikan kepada peserta didik yang belum mencapai Tujuan Pembelajaran, untuk membantu mereka dalam mencapainya. Dalam kegiatan remedial, beberapa hal yang dapat dilakukan adalah:

- d. Pendidik melakukan diskusi dengan peserta didik untuk menanyakan hambatan belajarnya, meningkatkan motivasi belajarnya.
- e. Memberikan tugas bagi siswa yang belum sama sekali dalam melakukan Roll depan berupa mengerjakan lembar kerja siswa yang di berikan guru
- f. Memberikan pendampingan kepada peserta didik yang mengalami kesulitan belajar, yaitu dengan cara mengajak untuk memahami kembali materi dan memberikan step by step cara melakukan Roll depan dengan benar.

4. Pengayaan

Kegiatan pembelajaran pengayaan dapat diberikan kepada peserta didik yang telah menguasai materi pelajaran sesuai dengan capaian tujuan pembelajaran. Bentuk pengayaan yang dapat diberikan adalah:

- c. Peserta didik diberikan tugas lanjutan yang sesuai dengan topik untuk dipelajari, peserta didik membuat video atau power point dengan materi Roll depan secara berkelompok yang dimana masing-masing kelompok berjumlah 4-6 orang.
- d. Membantu peserta didik lain yang belum mencapai tujuan pembelajaran, sehingga sesama peserta didik dapat saling membantu untuk mencapai tujuan pembelajaran.

K. Penilaian:

Penilaian dilakukan secara observasi selama latihan.

Aspek penilaian meliputi:

- a) Keakuratan teknik
- b) Kelincahan
- c) Kekuatan
- d) Keindahan

L. Lembar Kerja Siswa:

- 1) Apa yang dimaksud dengan gerakan Roll depan dalam senam lantai?
- 2) Bagaimana sejarah gerakan Roll depan?
- 3) Jelaskan sikap awal gerakan Roll depan?
- 4) Bagaimana cara melakukan ayunan kaki dalam gerakan Roll depan?
- 5) Jelaskan teknik tolakan dalam gerakan Roll depan?

Mengetahui/Menyetujui,
Guru Olahraga

Singaraja 3 Februari 2025
Peneliti

I Nyoman Kinten, S.Pd

I Nyoman Rama Adi Kusuma
NIM 2116011086



Lampiran 11. Dokumentasi



RIWAYAT HIDUP



I Nyoman Rama Adi Kusuma, lahir di Denpasar, 31 Juli 2002. Peneliti merupakan anak ketiga dari pasangan suami istri, bapak I Nyoman Sudika dan Ni Komang Eni. Peneliti berkebangsaan Indonesia dan beragama Hindu. Peneliti beralamat di Banjar Dinas Gambuh, Desa Selat, Kecamatan Sukasada, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali. Peneliti menyelesaikan pendidikan Sekolah Dasar di SD Negeri 12 Sesetan dan lulus pada tahun 2014. Kemudian Peneliti melanjutkan pendidikan di Sekolah Menengah Pertama di SMPK 1 Harapan dan lulus pada tahun 2017, selanjutnya Peneliti pendidikan Sekolah Menengah Atas di SMK Triatmajaya dan lulus pada tahun 2020 lalu melanjutkan pendidikan sarjana di Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha. Pada tahun 2025 Peneliti menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Implementasi Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Teknik Dasar Roll Depan Kepada Peserta Didik Kelas IV Di SD Negeri 4 Selat”.