



**PERBEDAAN PENDEKATAN MENGAJAR GULING BELAKANG
BULAT DAN LURUS TERHADAP HASIL BELAJAR GULING
BELAKANG SISWA PUTRA KELAS X SMA KARTIKA III-1
BANYUBIRU KABUPATEN SEMARANG
TAHUN AJARAN 2010/2011**

SKRIPSI

Diajukan Dalam Rangka Penyelesaian Studi Strata I
Untuk Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh :

Robachul Muslim
6101406081

PERPUSTAKAAN
UNNES

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2011

SARI

Robachul Muslim, 2010. Perbedaan Pendekatan Mengajar Guling Belakang Bulat dan Lurus Terhadap Hasil Belajar Guling Belakang Siswa Putra Kelas X SMA Kartika III-1 Banyubiru Kabupaten Semarang Tahun Ajaran 2010/2011.

Berdasarkan survei pengamatan proses pembelajaran di SMA Kartika III-1 Banyubiru senam kurang diminati, terbukti dengan kemauan dan semangat siswa dalam mengikuti pelajaran Penjasorkes khususnya guling belakang, sehingga siswa terlihat bermalas-malasan dan terkesan takut untuk melakukan gerak guling belakang. Permasalahan dalam penelitian ini adalah Apakah ada perbedaan yang berarti antara pendekatan mengajar guling belakang bulat dan lurus terhadap hasil belajar guling belakang ?, dan Manakah yang lebih baik hasil antara pendekatan mengajar guling belakang bulat dan lurus terhadap hasil belajar guling belakang ?. Tujuan Penelitian ini adalah Untuk mengetahui apakah ada perbedaan yang berarti antara pendekatan mengajar guling belakang bulat dan lurus terhadap hasil belajar guling belakang, dan Untuk mengetahui mana yang lebih baik antara hasil pendekatan mengajar guling belakang bulat dan lurus terhadap hasil belajar guling belakang.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas X SMA Kartika III-1 Banyubiru yang berjumlah 67 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Random Sampling* yaitu dari 67 siswa diambil 30 siswa untuk dites awal guling belakang. Variabel yang dikaji adalah latihan teknik guling belakang bulat dan lurus serta penilaian guling belakang sebagai variabel terikat. Pengumpulan data dilakukan dengan metode eksperimen meliputi *pre test*, *treatment* dan tes akhir. Untuk keperluan analisis data digunakan rumus t-tes.

Hasil analisis data uji t diperoleh hasil nilai t_{hitung} sebelum dan setelah mengajar guling belakang lurus sebesar -18,760. Nilai t_{hitung} sebelum dan setelah mengajar guling belakang bulat sebesar -15,094. Karena probabilitas $<0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan mengajar guling belakang bulat dan lurus terhadap hasil belajar guling belakang pada siswa putra kelas X SMA Kartika III-1 Banyubiru. Dari tabel terlihat bahwa rata-rata pendekatan mengajar guling belakang lurus (8,636) lebih tinggi dari pendekatan mengajar guling belakang bulat (8,1467) terhadap hasil belajar guling belakang siswa putra kelas X SMA Kartika III-1 Banyubiru. Berdasar hasil nilai rata-rata dari kedua kelompok maka dapat disimpulkan bahwa pendekatan mengajar guling belakang lurus lebih baik daripada guling belakang bulat.

Berdasar hasil penelitian dan pembahasan yang telah penulis lakukan, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut: 1) Ada perbedaan yang signifikan antara pendekatan mengajar guling belakang bulat dan lurus terhadap hasil belajar guling belakang. 2) Pendekatan mengajar guling belakang lurus lebih baik daripada pendekatan mengajar guling belakang bulat. Berdasarkan hasil penelitian saran yang dapat disampaikan adalah: bagi siswa hendaknya meningkatkan kondisi fisik. Bagi guru, dalam memberikan pengajaran senam khususnya guling belakang disarankan menggunakan pendekatan mengajar guling belakang lurus.