

**PENGARUH VARIASI ALAT BANTU TERHADAP MOTIVASI DAN  
KETERAMPILAN GERAK DASAR *ROLL* BELAKANG**

**(Jurnal Skripsi)**

**Oleh :**

**IKHWAN PRAYOGI**

**0913051036**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2013**

## ***ABSTRACT***

### ***EFFECT OF VARIATION OF MOTIVATION AND TOOL BASIC SKILLS OF MOTION BACKWARD ROLL***

***By***

**IKHWAN PRAYOGI**

***Mentor :***

**Drs. Herman Tarigan, M.Pd**

**Drs. Frans Nurseto S, M.Psi**

This study aims to determine how large an increase in motivation and backward roll basic movement skills and motivation is there any relationship with increasing skill behind the roll after roll back treated using a variety of learning aids for 16 sessions. The tools used in this study is the bar, hoop, artificial wicket, the ball, and made tents.

The method used is an experimental method with Pree test (initial test) and post test (final test). The samples used were 40 students who were divided into two groups: the experimental group and the control group, the small groups based on "Ordinal Pairing". Initial tests conducted on the first week of February 2013, and then continued with the treatment in the experimental group during the 6 weeks in which each week learn as much as 3 times the meeting and final test performed at week 6. The instrument used in this study is the rear roll instrument skills and motivation questionnaire.

Based on the analysis concluded that the use of varied instructional aids affect the increased roll back basic movement skills. This is indicated by an increase in the average value of the results from 60.1 to 70.5 versa student motivation can be improved with the use of varied tools, visible from the difference in the value of motivation in the experimental class and the control class where experimental class scored an average of 74 , 7 whereas 62.5 kotrol class with the conclusion that there is a significant effect using a variety of learning tools to roll back penigkatan basic skills, learning using a variety of tools can affect student motivation, and no significant association with an increased motivation to learn motor skills basic backward roll.

**Keywords:** Variation Against Aids Motivation And Backward Roll

## **ABSTRAK**

### **PENGARUH VARIASI ALAT BANTU TERHADAP MOTIVASI DAN KETERAMPILAN GERAK DASAR *ROLL* BELAKANG**

**Oleh**

**IKHWAN PRAYOGI**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar peningkatan motivasi dan keterampilan gerak dasar *roll* belakang serta adakah hubungan motivasi dengan peningkatan keterampilan *roll* belakang setelah diberi perlakuan pembelajaran *roll* belakang menggunakan variasi alat bantu selama 16 kali pertemuan. Adapun alat bantu yang digunakan dalam penelitian ini adalah mistar, simpai, gawang buatan, bola, dan tenda buatan.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dengan pre test (tes awal) dan post test (tes akhir). Sampel yang digunakan berjumlah 40 siswa yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, pembagian kelompok berdasarkan "*Ordinal Pairing*". Tes awal dilakukan pada minggu pertama bulan Februari 2013, kemudian dilanjutkan dengan pemberian perlakuan pada kelompok eksperimen selama 6 minggu dimana setiap minggu belajar sebanyak 3 kali pertemuan dan tes akhir dilakukan pada minggu ke 6. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen keterampilan *roll* belakang dan angket motivasi.

Berdasarkan hasil analisis disimpulkan bahwa penggunaan variasi alat bantu pembelajaran berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar *roll* belakang. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan hasil nilai rata rata dari 60,1 menjadi 70,5 begitupun motivasi siswa dapat di tingkatkan dengan penggunaan variasi alat bantu, terlihat dari perbedaan nilai motivasi pada kelas eksperimen dan kelas kontrol dimana kelas eksperimen mendapatkan nilai rata-rata sebesar 74,7 sedangkan kelas kotrol sebesar 62,5 dengan kesimpulan yaitu terdapat pengaruh yang signifikan pembelajaran menggunakan variasi alat bantu terhadap penigkatan keterampilan dasar *roll* belakang, Pembelajaran menggunakan variasi alat bantu dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa, dan ada hubungan yang signifikan motivasi belajar dengan peningkatan keterampilan gerak dasar *roll* belakang.

**Kata Kunci : Variasi Alat Bantu Terhadap Motivasi Dan Roll Belakang**

## I. PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Motivasi dan keterampilan gerak dasar merupakan faktor yang sangat penting dalam olahraga. Prestasi olahraga yang tinggi tak lepas dari faktor keterampilan gerak dan motivasi. Keterampilan gerak yang merupakan perwujudan dari kebenaran mekanika tubuh, berpengaruh terhadap efisiensi penggunaan tenaga.

Aspek motivasi memegang peranan yang sangat penting dalam kejiwaan seseorang, sebab motivasi merupakan salah satu faktor penentu sebagai pendorong tingkah laku manusia, sehingga dengan adanya motivasi seseorang dapat mendorong dirinya untuk lebih giat belajar, berlatih dan mencapai hasil yang maksimal. Dengan adanya motivasi tersebut akan mendorong seseorang untuk belajar dan berlatih, berusaha keras dan dapat bertahan lebih lama dalam mengikuti suatu kegiatan atau latihan. Dari uraian diatas dapat disimpulkan dorongan untuk belajar dan berlatih itu menunjukkan bahwa seseorang yang bersangkutan mempunyai motivasi untuk berlatih.

Hamalik dalam Azhar Arsyad (2005 : 15), mengemukakan bahwa pemakaian alat bantu pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan membawa pengaruh psikologis terhadap siswa. Penggunaan alat bantu pembelajaran pada tahap orientasi pembelajaran akan sangat membantu efektivitas proses pembelajaran dan penyampaian pesan dan isi pelajaran saat itu.

Dari hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti secara langsung di lapangan pada saat peneliti melakukan kegiatan Program Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP Negeri 3 Punduh Pedada, ternyata

siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran *roll* belakang masih jauh dari yang diharapkan karena siswa dalam mengikuti pembelajaran *roll* belakang terlihat kurang bergairah atau kurang antusias, sehingga terdapat kesenjangan antara harapan dan kenyataan. Harapan agar siswa mempunyai motivasi yang tinggi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran *roll* belakang, sehingga tujuan dari yang dilakukan dapat tercapai dengan maksimal dan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Dengan kenyataan seperti ini maka untuk memperbaiki minat atau motivasi dan hasil pembelajaran *roll* belakang penulis mencoba berinovasi dengan menggunakan variasi alat bantu pembelajaran.

### Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Rendahnya motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran *roll* belakang.
2. Rendahnya kemampuan penguasaan teknik gerak dasar *roll* belakang pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Punduh Pedada.
3. Kurangnya variasi alat bantu pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran, khususnya pada materi senam lantai.
4. Kurangnya antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran *roll* belakang.

### Batasan Masalah

Oleh karena luasnya permasalahan dalam penelitian ini, maka permasalahan hanya dibatasi pada pengaruh variasi alat bantu terhadap motivasi dan keterampilan gerak senam lantai *roll* belakang pada

siswa kelas VII SMP Negeri 3 Punduh Pedada Pesawaran Tahun Pelajaran 2012/2013.

### **Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Adakah pengaruh variasi alat bantu terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar *roll* belakang pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Punduh Pedada Tahun pelajaran 2012/2013 ?
2. Adakah pengaruh variasi alat bantu terhadap motivasi belajar gerak dasar *roll* belakang pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Punduh Pedada Tahun pelajaran 2012/2013 ?
3. Seberapa besarkah peningkatan motivasi dan keterampilan *roll* belakang siswa setelah di beri perlakuan variasi alat bantu pembelajaran ?
4. Adakah hubungan antara motivasi dengan peningkatan keterampilan gerak dasar *roll* belakang ?

### **Tujuan**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar *roll* belakang pada siswa kelas VII SMP dengan pemberian tindakan berupa variasi alat bantu.
2. Untuk mengetahui seberapa besar peningkatan motivasi dan hasil belajar *roll* belakang setelah di beri tindakan modifikasi alat bantu pembelajaran.
3. Ingin mengetahui seberapa besar antusiasme atau semangat siswa dalam mengikuti pembelajaran dengan variasi alat bantu.

### **Manfaat**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Bagi Peneliti
2. Bagi Siswa
3. Bagi Guru Penjaskes
4. Bagi peneliti lainnya
5. Bagi Program Studi Penjaskes

### **Ruang Lingkup Penelitian.**

1. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 3 Punduh Pedada Pesawaran.
2. Objek yang di teliti adalah pengaruh variasi alat bantu terhadap motivasi dan keterampilan gerak *roll* belakang.
3. Tempat atau lokasi penelitian ini adalah SMP Negeri 3 Punduh Pedada Pesawaran.
4. Variabel penelitian dalam penelitian ini adalah:
  - a) Variabel terikat yaitu motivasi dan keterampilan gerak *roll* belakang
  - b) Variabel bebas yaitu variasi alat bantu pembelajaran.

## **II. TINJAUAN PUSTAKA**

### **Pendidikan Jasmani**

Menurut Eddy Suparman (2000:1), Pendidikan jasmani dan kesehatan adalah mata pelajaran yang merupakan bagian dari pendidikan keseluruhan yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani dan kebiasaan hidup sehat menuju pada pertumbuhan dengan pengembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang selaras, serasi, seimbang.

### **Pengertian Belajar Gerak atau Motorik**

Menurut Schmidt dalam Lutan (1988: 102), Belajar motorik adalah seperangkat proses yang bertalian dengan latihan atau pengalaman yang mengantarkan kearah perubahan permanen dalam perilaku gerak.

### **Pengertian Motivasi**

Menurut Singgih D Gunarso (1989 :92), motivasi adalah keseluruhan daya penggerak di dalam individu yang menimbulkan kegiatan latihan, menjamin kelangsungan latihan, dan memberi arah pada kegiatan latihan untuk mencapai tujuannya.

### **Keterampilan Gerak**

Keterampilan, menurut para ahli adalah sebuah kecakapan atau tingkat penguasaan terhadap suatu gerak atau pola gerak, yang dicirikan oleh tiga indikator kualitas utama, yaitu efektif, efisien, dan adaptable (Samsudin 2008:22). Menurut Lutan (1988:95) menerangkan bahwa keterampilan itu dapat juga dipahami sebagai indikator dari tingkat kemahiran atau penguasaan suatu hal yang memerlukan gerak tubuh.

### **Arti dan Makna Pembelajaran**

Corey dalam Cecep Arti (2010:14) mengemukakan bahwa suatu proses dimana lingkungan seseorang secara disengaja dikelola untuk memungkinkan ia turut serta dalam tingkah laku tertentu dalam kondisi-kondisi khusus atau menghasilkan respon terhadap situasi tertentu, pembelajaran merupakan subset khusus dari pendidikan. Pada hakikatnya pembelajaran adalah suatu usaha sadar guru untuk membantu siswa atau anak didiknya, agar mereka dapat belajar sesuai dengan kebutuhan dan minatnya.

### **Alat Bantu**

Tayar Yusuf (1985 : 50), mengemukakan bahwa alat bantu adalah alat yang digunakan pengajar dalam menyampaikan materi, dengan adanya alat peraga maka bahan ajar atau materi akan lebih mudah dimengerti, oleh peserta didik.

### **Senam Lantai (*floor exercise*)**

Senam lantai (*floor exercise*) adalah satu bagian dari rumpun senam sesuai dengan istilah lantai, maka gerakan-gerakan senam yang dilakukan di atas yang beralaskan matras atau permadani atau sering juga disebut dengan istilah latihan bebas, sebab pada waktu melakukan gerakan atau latihannya.

### **Pengertian *Roll* belakang**

Guling belakang adalah gerakan dengan urutan gerak yang merupakan kebalikan dari guling depan. Dimulai dari kontak kedua kaki, ke pantat, ke pinggang, ke punggung, lalu ke bahu (tidak ke kepala), ke tangan yang bertumpu, dan kembali ke kedua kaki. Selama bagian pertama gerakan ini, kedua tangan disimpan di atas bahu dengan kedua telapak tangan menghadap ke atas dan ibu jari dekat telinga.

### **Kerangka Pikir**

Berdasarkan tinjauan pustaka yang telah dikemukakan di atas dapat diajukan kerangka pikir sebagai berikut

Pembelajaran dengan menggunakan variasi alat bantu diharapkan mampu memberikan motivasi yang lebih terhadap siswa sehingga melalui motivasi yang tinggi siswa dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar *roll* belakang. Motivasi merupakan faktor yang menentukan seseorang dalam memilih kegiatan, sehingga besar

sekali pengaruhnya terhadap pencapaian tujuan yang ingin dicapai oleh seseorang. Ditinjau dari asalnya motivasi dari dalam diri individu (intrinsic), dan motivasi dari luar diri individu (ekstrinsik) sangat tergantung pada individu, dan masing-masing individu berbeda-beda dalam memilih satu kegiatan atau satu aktivitas.

Pembelajaran *roll* belakang di sekolah merupakan salah satu bentuk kegiatan yang wajib dilaksanakan, karena materi *roll* belakang terdapat dalam kurikulum SMP kelas VII di semua sekolah.

### **Hipotesis**

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

- H<sub>0</sub> : Tidak ada pengaruh variasi alat bantu terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar *roll* belakang pada siswa Kelas VII SMP Negeri 3 Punduh Pedada.
- H<sub>1</sub> : Ada pengaruh yang signifikan antara variasi alat bantu terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar *roll* belakang pada siswa Kelas VII SMP Negeri 3 Punduh Pedada
- H<sub>0</sub> : Tidak ada pengaruh variasi alat bantu terhadap peningkatan motivasi pembelajaran gerak dasar *roll* belakang pada siswa Kelas VII SMP Negeri 3 Punduh Pedada.
- H<sub>2</sub> : Ada pengaruh yang signifikan antara variasi alat bantu terhadap peningkatan motivasi belajar gerak dasar *roll* belakang pada siswa Kelas VII SMP Negeri 3 Punduh Pedada
- H<sub>0</sub> : Tidak Ada hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan penguasaan keterampilan gerak dasar *roll* belakang.
- H<sub>3</sub> : Ada hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan penguasaan keterampilan gerak dasar *roll* belakang.

## **III. METODOLOGI PENELITIAN**

### **Metode Penelitian**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian eksperimen, Menurut Arikunto (1998:3) penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang selalu dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat dari suatu perlakuan. Sedangkan menurut Riduwan, 2005 : 50) penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang berusaha mencari pengaruh variabel tertentu terhadap variabel yang lain dalam kondisi yang terkontrol secara ketat.

### **Populasi dan Sampel**

#### **Populasi**

Menurut Arikunto (2006 : 30) populasi adalah keseluruhan dari subjek penelitian. jadi yang dimaksud populasi adalah individu yang memiliki sifat yang sama walaupun prosentase kesamaan itu sedikit, atau dengan kata lain seluruh individu yang akan dijadikan sebagai obyek penelitian. Dari pendapat diatas adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 3 Punduh Pedada sebanyak 120 orang terdiri dari 3 kelas.

#### **Sampel**

Adapun jumlah sampel yang digunakan sebanyak 40 siswa laki-laki dan perempuan. Penentuan jumlah sampel ini merujuk kepada yang dikemukakan Arikunto dengan menggunakan pengambilan sampel secara acak (Random Sampling).

#### **Variabel Penelitian**

Variabel penelitian adalah objek pengamatan yang menjadi titik perbedaan dalam suatu penelitian, Ibnu

(1996:56), sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (1998 : 99) variabel penelitian adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian.

1. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain. Adapun variabel bebas dalam penelitian ini yaitu variasi alat bantu.
2. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain. Adapun variabel terikat dalam penelitian ini motivasi dan keterampilan gerak dasar *roll* belakang.

### **Desain Atau Pola Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pretest post test control group design* yaitu kelompok diberi tes awal terlebih dahulu untuk mengukur kondisi awal. Selanjutnya pada kelompok eksperimen diberi perlakuan (X) dan pada kelompok kontrol atau pembandingan tidak diberi perlakuan. Sesudah selesai perlakuan, kedua kelompok diberi tes kembali sebagai tes akhir. Dari penjelasan tersebut peneliti menempatkan subjek penelitian ke dalam dua kelompok kelas yang terdiri dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang dipilih melalui uji kemampuan.

### **Prosedur Penelitian**

Sebelum peneliti melakukan penelitian perlu dilakukan langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Mengurus surat izin penelitian
- b. Mempersiapkan alat-alat penelitian
- c. Mempersiapkan tenaga pembantu
- d. Membagi kelompok dengan urutan ranking dengan menggunakan ordinal pairing berdasarkan hasil tes awal

- e. Menyusun dan mengkoordinasikan jadwal pembelajaran

### **Instrumen Penelitian**

#### **Instrumen Motivasi**

Metode yang digunakan dalam pengambilan data motivasi ini adalah survei dengan angket sebagai alat pengambil data. Menurut Suharsimi Arikunto (2000: 128), angket adalah “sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui”.

#### **Instrumen Keterampilan *Roll* Belakang**

Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data *roll* belakang adalah instrumen penilaian keterampilan gerak dasar *roll* belakang Sumber Adopsi Roji-Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas VII KBK (2004).

#### **Teknik Analisis Data**

##### **Analisis data variasi alat bantu terhadap motivasi**

Dalam Penelitian ini peneliti akan mencari antara pengaruh variasi alat bantu terhadap motivasi belajar siswa dan pengaruh variasi alat bantu terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar *roll* belakang siswa.

Data dari responden kemudian dicari persentasenya, untuk mencari besarnya persentase menurut Anas Sudijio (1999:40-41)

dipergunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Setelah diperoleh persentase, kemudian ditafsirkan pada tabel norma persentase menurut Riduwan (2002:87) sebagai berikut :

- a. 0% - 20% :Sangat Lemah
- b. 21% - 40% : Lemah
- c. 41% - 60% : Cukup
- d. 61% - 80% : Kuat
- e. 81% - 100% :Sangat Kuat

### **Analisis data variasi alat bantu terhadap peningkatan keterampilan gerak *roll* belakang**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji statistik yaitu uji – t

## **IV. Hasil dan Pembahasan**

### **Hasil Penelitian**

#### **Deskripsi Data**

Deskripsi data dalam penelitian ini adalah gambaran tentang hasil pembelajaran keterampilan dasar gerak *roll* belakang. Analisis deskriptif yang digunakan pada penelitian ini adalah: nilai rata-rata (*mean*), nilai tertinggi dan terendah, serta standar deviasi, yang diperoleh dari tes awal dan tes akhir terhadap siswa pada kelas eksperimen dan kelas kontrol. Penyajian data juga ditampilkan dalam bentuk tabel frekuensi dan grafik.

#### **Analisis Data**

- a. Hipotesis Pertama  
Hipotesis pertama adalah sebagai berikut:  
 $H_0$ : tidak ada pengaruh yang signifikan variasi alat bantu terhadap keterampilan gerak dasar *roll* belakang

$H_1$ : Ada pengaruh yang signifikan variasi alat bantu terhadap keterampilan gerak dasar *roll* belakang

Dari hasil analisis diperoleh  $z_{hitung} = -4,496$  dengan nilai sig. 0,000, sedangkan nilai  $z_{tabel} = 1,96$ . Nilai sig. ini  $< 0,05$  atau  $z_{hitung} > z_{tabel}$ , artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  terima. Hal ini menunjukkan ada pengaruh yang signifikan variasi alat bantu terhadap keterampilan gerak dasar *roll* belakang.

- b. Hipotesis Kedua  
Hipotesis kedua adalah sebagai berikut:

$H_0$ : tidak ada pengaruh yang signifikan variasi alat bantu terhadap motivasi belajar siswa

$H_2$ : Ada pengaruh yang signifikan variasi alat bantu terhadap motivasi belajar siswa

Dari hasil analisis diperoleh besarnya nilai  $t_{hitung} = 6,051$  dengan sig. 0,000. Nilai signifikan ini ternyata  $< 0,05$  atau  $t_{hitung} > t_{tabel}$  dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_2$  terima. Hal ini dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari variasi alat bantu terhadap motivasi belajar siswa.

- c. Hipotesis Ketiga  
Hipotesis ketiga yang diajukan pada penelitian ini sebagai berikut:

$H_0$ : Tidak ada hubungan motivasi belajar siswa dengan kemampuan gerak dasar *roll* belakang.

$H_3$ : ada hubungan motivasi belajar siswa dengan kemampuan gerak dasar *roll* belakang.

diperoleh nilai sig.  $0,00 < 0,05$ , atau  $r_{hitung} > r_{tabel}$  artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_3$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara motivasi belajar dengan keterampilan gerak dasar *roll* belakang

## Pembahasan

Adanya pengaruh variasi alat bantu terhadap keterampilan gerak dasar hari dapat terlihat dari perbandingan nilai rata-rata keterampilan gerak dasar *roll* belakang pada siswa yang belajar dengan bantuan variasi alat bantu (kelas eksperimen) dan kelas kontrol. Pada kelas eksperimen rata-rata nilai adalah 70,5 dan lebih tinggi dibandingkan dengan keterampilan gerak dasar *roll* belakang pada kelas kontrol yaitu 63,3. Hal ini juga terbukti dengan pendapat ahli yaitu Sudjana dan Rivai dalam Azhar Arsyad (2005 : 24 - 25), mengemukakan manfaat alat bantu pembelajaran dalam proses belajar siswa, yaitu.

1. pembelajaran akan lebih menarik perhatian siswa sehingga dapat menumbuhkan motivasi belajar;
2. bahan pembelajaran akan lebih jelas maknanya sehingga dapat lebih dipahami oleh siswa dan memungkinkannya menguasai dan mencapai tujuan pembelajaran;
3. metode mengajar akan lebih bervariasi, tidak semata-mata komunikasi verbal melalui penuturan kata-kata oleh guru, sehingga siswa tidak bosan dan guru tidak kehabisan tenaga;
4. siswa dapat lebih banyak melakukan kegiatan belajar sebab aktivitasnya mengamati, melakukan, mendemonstrasikan, memerankan dan lain-lain.

Berdasarkan hasil analisis dapat disimpulkan pembelajaran menggunakan variasi alat bantu berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa. Hal ini diperkuat juga dengan pendapat ahli yaitu Hamalik dalam Azhar Arsyad (2005 : 15), mengemukakan bahwa pemakaian alat bantu pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan membawa pengaruh psikologis terhadap siswa.

Hasil analisis juga diperoleh bahwa tingkat hubungan antara motivasi dengan kemampuan dasar *roll* belakang adalah sangat erat. Hal ditandai dengan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) cukup tinggi yaitu 0,841. Nilai koefisien korelasi ini termasuk dalam kategori sangat erat. Kemudian untuk besarnya pengaruh (kontribusi) motivasi belajar terhadap keterampilan gerak dasar *roll* belakang dicari dengan menghitung koefisien determinasi ( $r^2$ ). Berdasarkan hasil analisis diperoleh koefisien determinasi ( $r^2 = 0,824^2$ ) = 0,68. Nilai ini menunjukkan motivasi belajar dapat memberikan kontribusi 71% terhadap keterampilan dasar *roll* belakang.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Ada pengaruh yang signifikan pembelajaran menggunakan variasi alat bantu terhadap keterampilan dasar *roll* belakang.
2. Pembelajaran menggunakan variasi alat bantu dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa.
3. Ada hubungan yang signifikan motivasi belajar dengan

keterampilan gerak dasar roll belakang.

## Saran

### 1. Bagi Guru

Untuk menghasilkan keterampilan gerak dasar roll belakang yang baik, dalam pembelajaran guru harus menguasai teknik pembelajaran dan mencoba mengembangkan pembelajaran menggunakan variasi alat bantu.

### 2. Bagi Program Studi Penjaskes

Dapat dijadikan bahan acuan dalam program pembelajaran khususnya cabang senam lantai pada keterampilan gerak dasar roll belakang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharismi. 2000. *Prosedur penelitian*. Jakarta: P.T Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: P.T Rineka Cipta.
- Arsyad, Azhar. 2005. *Pemakaian Alat Bantu pembelajaran*. Jakarta: Kurunika.
- Cecep, Arti. 2010. *Arti dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Rosdakarya.
- Depdiknas. 2004. *Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Darsono. 2002. *Ciri-Ciri pembelajaran*. Bandung : Rosdakarya.
- Hamalik dalam Azhar Arsyad. 2005. *Pengembangan Alat Bantu Pembelajaran*. Bandung: Rosda Karya.
- Hasibuan, 1986. *Strategi & Metode Pengajaran*. Medan: Ar-ruzzmedia.
- Hidayat, Imam. 1997. *Biomekanika*. Bandung.
- Jubaedi, Ade. 2009. *Bahan Ajar senam I*. Bandar Lampung: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
- KBBI. 1999. *Kosakata Indonesia*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Lutan, Rusli. 1988. *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikdud Direktorat Jendral Tinggi.
- Lutan, Rusli. 1998. *Pengembangan Keterampilan Gerak Motorik*. Bandung : Rosdakarya.
- Lynne. 1984. *Introductory Coaching for Mens Gymnastycs*. Jakarta.
- Muhajir. 2004. *Teori dan Praktik Pendidikan Jasmani Untuk SMP Kelas VII*. Jakarta: Yudhistira.
- Mutohir, Cholikh. 1992. *Pengertian Pendidikan Jasmani*. Bandung: Rosdakarya.
- Nurhasanah. 1986. *Tes dan Pengukuran*. Jakarta: Kurunika.
- Nurhasan. 1986. *Kemampuan Gerak Dasar*. Bandung: Rosdakarya.

- Oemar, Hamalik. (1990). *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algen Sindo.
- Purwanto, Ngalm. (1990). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Rosdakarya.
- Riduwan. (2002). *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Roji. 2007. *Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Olahraga Untuk SMA Kelas VII*. Jakarta: Erlangga.
- Sadiman, Arief. 1984. *Proses Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sanjaya. 2007. *Proses Pembelajaran*. Bandung: Rosdakarya.
- Sardiman A.M. (2003). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Singgih D. Gunarso. (1989). *Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT BPK. Gunung Mulia.
- Jakarta: PT Anem Kosong Anem.
- Sudijiono, Anas. (1999). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Sudjana. 1992. *Metode Statistika*. Bandung : Tarsito.
- Sugiyono. (2002). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suharjana. 2004. *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta : Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta
- Suparman, Eddy. 2000. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta.
- Surakhmad. 1980. *Pengertian Metode*. Bandung: Rosdakarya.
- Sutrisno, Hadi. (1991). *Analisis Butir untuk Instrumen, Angket, Tes dan Skala Nilai dengan Basica*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Tarigan, H. 2008. *Belajar Gerak Bagi Pelatih Tingkat Dasar*. Bandar Lampung: Universitas Lampung.
- Universitas Lampung. 2008. *Format Penulisan Karya Ilmiah*. Bandar Lampung
- Werner. 1984. *Introductory Coaching for Mens Gymnastycs*. Jakarta.
- Yusuf Tayar. 1985. *Alat bantu Pembelajaran*. Bandung