

**PENGARUH METODE *DIRECT INSTRUCTION* TERHADAP  
KEMAMPUAN *ROLL* DEPAN SISWA PUTRA KELAS XI  
SMA NEGERI 1 KABILA**

**SKRIPSI**



**OLEH**

**RAHMAT A. LABANTU  
831 413 020**

**PRODI S1 PEND. JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO  
2018**



**PENGARUH METODE *DIRECT INSTRUCTION* TERHADAP  
KEMAMPUAN *ROLL* DEPAN SISWA PUTRA KELAS XI  
SMA NEGERI 1 KABILA**

**SKRIPSI**

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo*



**OLEH**

**RAHMAT A. LABANTU  
831 413 020**

**PRODI S1 PEND. JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO  
2018**

## **SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi yang disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menempuh ujian akhir di Universitas Negeri Gorontalo merupakan karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu yang dikutip dari karya orang lain telah dituliskan sumbernya dengan jelas sesuai dengan norma, kaidah, etika penulisan karya ilmiah Universitas Negeri Gorontalo.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh bagian skripsi ini bukan hasil karya sendiri atau terdapat plagiat pada bagian-bagian tertentu, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi yang lainnya sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

**Gorontalo, Januari 2018**

**Yang Menyatakan,**



**Rahmat A. Labantu**

**LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI**

**PENGARUH METODE *DIRECT INSTRUCTION* TERHADAP  
KEMAMPUAN *ROLL DEPAN* SISWA PUTRA KELAS XI  
SMA NEGERI 1 KABILA**

Oleh


**RAHMAT A. LABANTU**  
**NIM 831 413 020**

**Telah Diperiksa dan Disetujui untuk Diuji**

**Pembimbing 1**

**Pembimbing 2**

  
**Dr. Hj. Aisah R. Pomatahu, Dra, M.Kes**  
**NIP. 19580520 198203 2002**

  
**Suriyadi Datau, S. Pd, M. Pd**  
**NIP. 19820419 200604 1001**

**Mengetahui,**

**Ketua Jurusan Pendidikan Keolahragaan**

  
**Drs. Sarjan Mile, MS**  
**NIP. 19610508 198703 1003**

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

**PENGARUH METODE *DIRECT INSTRUCTION* TERHADAP  
KEMAMPUAN *ROLL* DEPAN SISWA PUTRA KELAS XI  
SMA NEGERI 1 KABILA**

Oleh

**RAHMAT A. LABANTU**  
NIM 831 413 020

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Hari, Tanggal  
Waktu

: **Senin, 08 Januari 2018**  
: **Pukul 08.00 WITA s/d selesai**

1. **Prof. Dr. Hariadi Said, M.S**  
NIP. 19610316 198702 1001
2. **Dr. Meyke Parengkuan, M.Pd**  
NIP. 19670511 200501 2001
3. **Dr. Hi. Aisah R. Pomantahu, Dra. M.Kes**  
NIP. 19580520 198203 2002
4. **Suriyadi Datau, S.Pd, M.Pd**  
NIP. 19820419 200604 1001

1. ....  
2. ....  
3. ....  
4. ....



Gorontalo, 08 Januari 2018

**DEKAN**  
**FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO**



**Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes**  
NIP. 19590110 198603 2003

## ABSTRAK

**Rahmat A. Labantu. 2017. Pengaruh Metode *Direct Instruction* Terhadap Kemampuan *Roll* Depan Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Kabila.**

Adapun masalah dalam penelitian ini adalah seberapa besar pengaruh metode *direct instruction* terhadap kemampuan *roll* depan siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Kabila?

Penelitian ini bertujuan untuk menguji kemampuan *roll* depan siswa dengan menggunakan metode *direct instruction*.

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Kabila yang berjumlah 16 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian yaitu dengan teknik *random sampling* yaitu, secara acak.

Desain penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah *one group pre test* atau tes awal ( $X_1$ ) dan *post test* atau tes akhir ( $X_2$ ). Instrumen dalam penelitian ini adalah instrumen tes unjuk kerja *roll* depan.

Untuk menguji hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh metode *direct instruction* terhadap kemampuan *roll* depan. Teknik statistik yang di gunakan untuk menguji hipotesis adalah uji – t. Uji ini di lakukan setelah selesai melakukan uji normalitas data dan uji homogenitas data.

Berdasarkan hasil penelitian tes awal ( $X_1$ ) diperoleh nilai rata – rata sebesar 6,086 nilai varians 0,14156 dan standar deviasinya 0,37624. Untuk tes akhir ( $X_2$ ) diperoleh nilai rata– rata sebesar 12,521 nilai varians 0,07154 dan standar deviasinya 0,26746. Adapun nilai rata – rata peningkatan dari tes awal sampai tes akhir yaitu 6,435. Dari hasil analisis dan pengujian untuk variabel kemampuan *roll* depan menunjukkan harga  $t_{hitung}$  sebesar 9,676 sedangkan dari daftar distribusi diperoleh harga  $t_{daftar}$  sebesar 1,753.

Berdasarkan hasil penelitian, maka disimpulkan terdapat pengaruh metode *direct instruction* terhadap kemampuan *roll* depan pada siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Kabila.

**Kata Kunci:** pengaruh metode *direct instruction*, kemampuan *roll* depan.

## ABSTRACT

### **Rahmat A. Labantu. 2017. The Influence of Direct Instruction Methods to Roll Front Student Capability of Class XI SMA Negeri 1 Kabila.**

The problem in this research is how big influence of direct instruction method to the ability of roll front of student of class XI SMA Negeri 1 Kabila? This study aims to test the ability of the student's front roll by using direct instruction method.

The sample in this research is the students of class XI SMA Negeri 1 Kabila which amounted to 16 people. Sampling in the research is by random sampling technique that is, randomly.

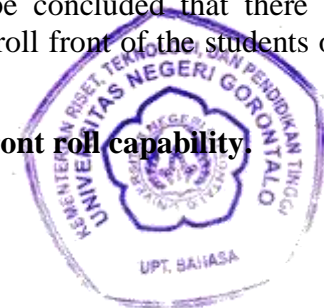
Research design used by the researcher is one group pre test or initial test ( $X_1$ ) and post test or final test ( $X_2$ ). Instruments in this study is a front roll performance test instrument.

To test the research hypothesis which states that there is influence of direct instruction method to the ability of roll front. The statistical technique used to test the hypothesis is t-test. This test is done after completion of the test data normality and homogeneity test data.

Based on the result of preliminary test ( $X_1$ ), the average value of 6,086 variance value 0,14156 and deviation standard is 0,37624. For the final test ( $X_2$ ) obtained an average value of 12,521 values of variance 0.07154 and standard deviation 0.26746. The average value of the increase from the initial test until the final test is 6.435. From result of analysis and test for variable of roll front ability show price  $t_{count}$  equal to 9,676 while from distribution list obtained  $t_{table}$  price equal to 1,753.

Based on the result of the research, it can be concluded that there is influence of direct instruction method to the ability of roll front of the students of class XI SMA Negeri 1 Kabila.

**Keywords: influence of direct instruction method, front roll capability.**





## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

*Allah Akan Mengangkat Derajat Orang-orang yang Beriman Diantara Kamu dan Orang-orang yang Menuntut Ilmu Pengetahuan*

*(Al-Mujadalah : 11)*

*Sesungguhnya Sesudah Kesulitan itu Pasti Ada Kemudahan*

*(Al-Insyirah : 6)*

**“Disaat Kita Punya Impian, Disaat Itulah Kita Melawan Diri Sendiri”**

**(Rahmat A. Labantu)**

*Kupersembahkan Sebagai Dharma Baktiku Kepada:*

*Ayahku Tercinta (Arifin Labantu) dan Ibuku Tersayang (Kasmawati Domili) yang penuh dengan keikhlasan dan kesabaran dalam mendidikku dan mendoakan demi keberhasilan studiku, adikku tercinta Iyas Pandar Labantu dan Siti Cahyani Fatwa Kasim*

*Terhusus buat teman-teman Penjaskes kelas A angkatan  
2013*

**Almamaterku Tercinta  
Tempatku Menimbah Ilmu  
Universitas Negeri Gorontalo  
2018**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti haturkan kehadiran Allah Swt. Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan petunjuk, dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Metode *Direct Instruction* Terhadap Kemampuan *Roll* Depan Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Kabila”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Bahasa dan Sastra Indonesia Universitas Negeri Gorontalo.

Dalam penyelesaian penyusunan skripsi ini tidak sedikit kesulitan dan hambatan yang dialami penulis akan tetapi berkat upaya kerja keras, kesabaran, keuletan, serta bantuan dari semua pihak maka skripsi ini akhirnya selesai juga seperti yang ada sekarang. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada: pembimbing I Dr. Hj. Aisah R. Pomantahu, M.Kes., telah membantu penulis menyelesaikan skripsi ditengah kesibukan dan selalu memotivasi untuk segera menyelesaikan studi tepat pada waktunya, dan pembimbing II Suriyadi Datau, S.Pd, M.Pd. telah meluangkan waktu ditengah kesibukan sebagai sekertaris jurusan untuk memberikan arahan dan bimbingan untuk penyelesaian studi.

Melalui kesempatan ini,peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Gorontalo Prof. Dr. Syamsu Qamar Badu, M.Pd. yang telah memberikan kesempatan kepada penulis dalam menyelesaikan studi di Universitas Negeri Gorontalo khususnya di Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Olahraga dan Rekreasi.
2. Wakil Rektor I Prof. Dr. Ir. Mahludin Baruadi M.P, yang turut membantu dalam Bidang Akademik, Wakil Rektor II Supardi Nani, SE., M.Si, yang telah membantu dalam Bidang Administrasi, Wakil Rektor III Dr. Fence M. Wantu, S.H. M.H. yang telah membantu dalam Bidang Kemahasiswaan dan Wakil Rektor IV Prof. Dr.Hasanuddin Fatsah, M.Hum, yang telah membantu dalam Bidang Pengembangan di Universitas Negeri Gorontalo.

3. Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan studi di Fakultas Olahraga dan Kesehatan, khususnya Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Olahraga dan Rekreasi.
4. Wakil Dekan I Risna Podungge, S.Pd, M.Pd., yang turut membantu dalam Bidang Akademik, Wakil Dekan II Dr. Zuhriana K. Yusuf, M.Kes., yang telah membantu dalam Bidang Administrasi, Wakil Dekan III Ruslan, S.Pd, M.Pd., yang telah membantu dalam Bidang Kemahasiswaan Fakultas Olahraga dan Kesehatan
5. Kaprodi S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Olahraga dan Rekreasi Drs. Sarjan Mile, M.S., yang sudah banyak membantu dan memotivasi penulis untuk segera menyelesaikan studi.
6. Staf dosen pengajar yang ada di lingkungan Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah menggembleng, mendidik, memotivasi serta berikan semangat selama menempuh studi di Jurusan Bahasa dan Sastra Indonesia yang tercinta ini.
7. Tenaga kependidikan Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah membantu dalam melayani untuk kepentingan administrasi.
8. Pengelola dan staf Perpustakaan dan Arsip Daerah, staf Perpustakaan Bone Bolango, staf Perpustakaan Taman Kota yang turut membantu memenuhi kebutuhan kepastakaan guna penyelesaian penyusunan skripsi.
9. Orang tua saya, Arifin Labantu dan Kasmawati Dumili yang selalu berusaha mendoakan keberhasilan anaknya.
10. Adik dan sepupu-sepupuku Iyas Pandar Labantu, Siti Cahyani Fatwa Kasim, Diah Kasim, Iqbal Abdul dan Bayu Pano
11. Kepala SMA Negeri 1 Kabila Drs. H. Dahlan Tuli, M.Pub.
12. Bapak Yandje Hulukati selaku guru pamong Pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan (PPL II) dan guru mitra penelitian Ibu Narman Bumulo dan Pak Bapak Jefri, S.Pd.

13. Kepala Desa Zuriyati, Kec. Monano, Kab. Gorontalo Utara Lukman Otolua, seluruh masyarakat, karang taruna dan teman-teman KKS yang telah membantu peneliti saat melaksanakan KKS Pengabdian.
14. Teman-teman kelas A angkatan 2013 Lismanto Tuluki, Husin Ismail, Andi Badu, Fadli Turani, Fadli Tanaiyo, Rio Ibrahim, Andika Kasim, Uyan Polihito, Yuaib Rauf, Ikhlas Mael, Lisman Olli, Rizki Sahman, Firman Akuba, Zakir Husain, Sintia M. Huga, Isti Hiola, Mayang Husain, Ulan Lamusu.
15. Kelas XII IIS<sup>1</sup> dan XII IIS<sup>2</sup> yang telah membantu Pelaksanaan Program Pegalaman Lapangan (PPL II) dan Kelas XI yang telah membantu pelaksanaan penelitian.
16. Rekan-rekan mahasiswa Angkatan 2013/2014 yang tidak bisa disebut satu per satu.
17. Buat Siti Hajija Mokoagow terima kasih doa, bantuan dan segala dukungannya.
18. Rekan-rekan PPL II (Dila Maruf, Dadang Puluhulawa, Febriwanto Kakoe, Selfi Poma, Kartini, Ruslan, Aldin) terima kasih saling membantu demi suksesnya PPL II.
19. Buat Tante-tante Herlina Domili, Unan Domili, Evi Domili terima kasih atas doanya.
20. Segenap kerabat keluarga dan semua pihak yang tak sempat disebutkan satu per satu, yang telah banyak membantu penulis selama studi.

**Gorontalo, Januari 2018**

**Peneliti**

**Rahmat A. Labantu**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMBUNG</b> .....	i
<b>LOGO UNG</b> .....	ii
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	iii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	v
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	viii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	2
1.3 Pembatasan Masalah .....	2
1.4 Rumusan Masalah .....	3
1.5 Manfaat Penelitian .....	3
<b>BAB II KAJIAN TEORI, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS TINDAKAN</b>	
2.1 Kajian Teori .....	5
2.1.1 Hakekat Senam .....	5
2.1.2 Hakekat Senam Lantai .....	6
2.1.3 Hakekat <i>Roll</i> Depan .....	7
2.1.4 Hakekat Metode <i>Direct Instruction</i> .....	10
2.1.5 Penelitian Yang Relevan .....	13
2.2 Kerangka Berfikir .....	14
2.3 Hipotesis Tindakan .....	14
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian .....	15
3.2 Desain Penelitian.....	15
3.3 Variable Penelitian .....	15
3.4 Populasi dan Sampel.....	16
3.4.1 Populasi .....	16
3.4.2 Sampel .....	16
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	16
3.5.1 Instrumen Penelitian .....	16

3.5.2 Alat Pengukuran <i>Roll</i> Depan .....	18
3.6 Teknik Analisis Data .....	18
3.7 Hipotesis Statistik .....	19
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Deskriptif Hasil Penelitian .....	20
4.1.1 Analisis Dan Uji Statistik Deskriptif Kemampuan <i>Roll</i> Depan .	21
4.1.1.1 Analisis Uji Statistik Deskriptif Variable Penelitian ( $X_1$ ) .....	21
4.1.2 Perhitungan Rata-rata <i>Pre - Test</i> .....	22
4.1.2.1 Perhitungan dan Uji Statistik Deskriptif Variable ( $X_1$ ) .....	22
4.1.2.2 Perhitungan Varians dan Standar Deviasi Data Variable ( $X_1$ ) .....	22
4.1.3 Uji Normalitas Variable ( $X_1$ ).....	23
4.1.4 Analisis Uji Statistik Deskriptif Variable Penelitian ( $X_2$ ).....	25
4.1.5 Perhitungan Rata-rata, Data <i>Post – Test</i> Kemampuan <i>Roll</i> Depan .....	26
4.1.5.1 Perhitungan dan Uji Statistik Deskriptif Variable ( $X_2$ ) ...	27
4.1.5.2 Menghitung Varians dan Standar Deviasi Variable ( $X_2$ ) ..	27
4.1.6 Uji Normalitas Variable ( $X_2$ ).....	29
4.1.7 Pengujian Homogenitas Varians .....	30
4.1.8 Pengujian Hipotesis Penelitian .....	31
4.2 Pembahasan .....	35
<b>BAB V PENUTUP</b>	
5.1 Simpulan .....	36
5.2 Saran.....	36
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	37
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b> .....	40
Lampiran 1. RPP .....	41
Lampiran 2. Dokumentasi .....	45
Lampiran 3. Daftar Nilai Kritis untuk Uji <i>Liliefors</i> .....	50
Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian .....	55
Lampiran 5. Surat Meneliti .....	60
Lampiran 6. Surat Rekomendasi Kesbang dan Politik.....	61
Lampiran 7. Surat Keterangan Selesai Meneliti .....	63
Lampiran 8. Curriculum Vitae .....	64

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Lembar Penilaian .....	17
Tabel 2 Sajian Data Hasil Penelitian Kemampuan <i>Roll</i> Depan .....	20
Tabel 3 Sajian Data Hasil Penelitian Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>Roll</i> Depan ( $X_1$ ) dan ( $X_2$ ).....	21
Tabel 4 Daftar Perhitungan Varians Dan Standar Kemampuan <i>Roll</i> Depan ( $X_1$ ) .....	23
Tabel 5 Perhitungan Uji Normalitas Data <i>Pre – Test</i> kemampuan <i>Roll</i> Depan ( $X_1$ ).....	24
Tabel 6 Sajian Data Hasil Penelitian Akhir Kemampuan <i>Roll</i> Depan ( $X_2$ ).....	26
Tabel 7 Daftar Perhitungan Varians dan Standar Deviasi Kemampuan <i>Roll</i> Depan ( $X_2$ ) .....	27
Tabel 8 Perhitungan Uji Normalitas Data <i>Post – Test</i> Kemampuan <i>Roll</i> Depan ( $X_2$ ) .....	29
Tabel 9 Perhitungan Besaran – Besaran Statistik Dari Kemampuan <i>Roll</i> Depan .....	32

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Gerakan <i>roll</i> depan.....	9
Gambar 2. Matras untuk <i>roll</i> depan .....	9
Gambar 3. Guru memberikan apersepsi.....	45
Gambar 4. Berdoa .....	45
Gambar 5. Memberikan arahan kepada siswa.....	46
Gambar 6. Memberikan contoh <i>roll</i> depan kepada siswa.....	46
Gambar 7. Salah seorang siswa memberikan contoh <i>roll</i> depan dengan bantuan guru .....	47
Gambar 8. Siswa melakukan <i>roll</i> depan .....	47
Gambar 9. Penutup.....	49