

**SKRIPSI**



**ANALISIS STRATEGI SEKOLAH DALAM MENGGAMBARKAN  
GERAK DASAR LOKOMOTOR SISWA SD NEGERI KEBONSAWAHAN  
01 JUWANA**

**Oleh  
Lusi  
201933072**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

**2023**

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Puja dan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat hidayah-nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Analisis Strategi Sekolah Dalam Meningkatkan Gerak Lokomotor Siswa SD Negeri Kebonsawahn 01 Juwana” . penelitian ini sebagai syarat wajib dalam menyelesaikan program sarjana (S1) program Pendidikan guru sekolah dasar universitas muria kudus.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang membantu dalam proses penyusunan skripsi, tanpa adanya dukungan, bimbingan dan nasehan dari semua pihak peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak adakan terselesaikan. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Ir. Darsono, M. Si selaku Rektor Universitas Muria Kudus
2. Bapak Drs. Sucipto, M.Pd. Kons selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
3. Ibu Siti Masfuah, S.Pd, M.Pd. selaku ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Muria Kudus
4. Bapak Deka Setiawan, M.Pd. selaku dosen pembimbing I dan Moh Syafruddin Kuryanto, S.Si, M.Or. selaku dosen pembimbing II, yang telah sabar membimbing, mengarahkan dan memberikan masukan sehingga dapat mendukung terselesanya skripsi ini.
5. Bapak Jani Sumito, S.Pd, M.Pd selaku kepala sekolah SD Negeri Kebonsawahan 01 Juwana yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian di SD Negeri Kebonsawahan 01 Juwana.
6. Kepala seluruh pihak yang telah membantu memberikan dukungan, saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini belum sempurna. Oleh karnanya penulis mengaharapkan kritikan, masukan dan saran yang bersifat membangun dari pembaca. Semoga skripsi ini mampu memberikan manfaat dan berguna bagi pembaca.

*Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Kudus, 04 Juli 2023

Penulis



Lusi

## **MOTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTO**

Tidak mungkin bagi orang biasa untuk memutuskan menjadi orang yang luar biasa.

### **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Kepada diri saya sendiri yang telah mampu berjuang melewati segala hambatan yang ada sampai berhasil menyelesaikan Pendidikan perkuliahan Sarjana S1.
2. Kepada kedua orang tua saya, ibu dan ayah saya yang selalu memberikan do'a dan dukungan sehingga saya bisa berhasil menyelesaikan perkuliahan S1.
3. Kepada teman-teman yang saya cintai yang selalu memberikan motivasi dan semangat sehingga mampu membantu saya agar tidak mudah patah semangat.

### PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi dengan judul Analisis Strategi Sekolah Dalam Meningkatkan Gerak Dasar Lokomotor Siswa Sd Negeri Kebonsawahan 01 Juwana oleh Lusi NIM 201933072 diperiksa dan disetujui untuk di uji

Kudus,

Pembimbing I



Deka Setiawan S.Pd, M.Pd

NIDN. 0617088403

Pembimbing II



Moh Syafruddin Kurvanto, S.Si., M.Or

NIDN. 0604059102

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar  
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan



Siti Masfuah, S.Pd., M.Pd

NIDN. 0615129001

## LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Lusi (NIM. 201933072) ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Guru Sekolah Dasar.

Kudus, 7 Agustus 2023

Tim Penguji



Deka Setiawan, S.Pd, M.Pd.....Ketua



M. Syafruddin Kuryanto, S.Si., M.Or.....Anggota



Siti Mafuah, S.Pd, M.Pd.....Anggota



Dr. Nur Fajrie, M.Pd.....Anggota

Mengetahui,

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Drs. Sucipto, M.Pd., Kons

NIPN 0629086302

## ABSTRAK

Lusi. 2023. **Analisis Strategi Sekolah Dalam Meningkatkan Gerak Dasar Lokomotor Siswa Sd Negeri Kebonsawahan 01 Juwana.** Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Proposal Skripsi. Dosen Pembimbing (1) Deka Setiawan, M.Pd (2) M. Syafruddin Kuryanto, S.Si., M.Or.

Mulai tahun 2019, Indonesia dilanda pandemi *covid-19*. Virus *covid-19* merupakan virus yang dapat menyebabkan penyakit pernafasan akut. Penularan virus *covid 19* melalui mulut dan hidung. Oleh karena itu sejak pandemi melanda Indonesia, sekolah terpaksa harus diliburkan dan pembelajaran yang awalnya tatap muka diganti menjadi daring. Pelaksanaan pembelajaran daring ini kurang lebih 2 tahun. Hal itu membuat anak-anak menjadi kecanduan gadget dan jarang melakukan kegiatan fisik. Kurangnya aktifitas fisik pada anak dapat mengakibatkan terganggunya pertumbuhan tulang dan kekuatan otot anak.

Pada tahun 2022 pandemi sudah mulai membaik dan sekolah dilaksanakan secara tatap muka. Efek dari kurangnya aktifitas gerak siswa pada masa pembelajaran daring membuat siswa tetap malas gerak ketika pembelajaran olahraga berlangsung. Hasil pra penelitian menunjukkan bahwa gerak lokomotor siswa masih sangat kurang hal ini disebabkan oleh kebiasaan yang dilakukan pada saat pandemic yakni kurang melakukan gerakan yang melibatkan fisik. Oleh karena itu diperlukan strategi khusus untuk meningkatkan gerak siswa terutama gerak lokomotor siswa.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis strategi atau perencanaan apa saja yang dilakukan oleh pihak sekolah dalam meningkatkan gerak dasar lokomotor siswa. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah naratif kualitatif. subjek penelitian ini adalah kepala sekolah, guru kelas 5, guru olahraga kelas 5, dan siswa.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Data hasil penelitian akan diolah menggunakan analisis kualitatif yang dilakukan dengan 3 tahapan yaitu reduksi data, penyajian data, dan verifikasi.

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) Strategi yang dilakukan oleh sekolah dalam meningkatkan gerak dasar lokomotor di SD Negeri Kebonsawahan 01 yaitu dengan kegiatan piket kelas, senam bersama, kegiatan ekstrakurikuler (olahraga, menari dan pramuka), kerjasama dengan orang tua. 2) Faktor-faktor penyebab rendahnya gerak dasar lokomotor pada siswa di SD Negeri Kebonsawahan 01 dipengaruhi oleh dua faktor Internal dan Faktor Eksternal. Faktor internal yang terdiri dari faktor fisiologis dan faktor psikologis. Kemudian, faktor-faktor penyebab rendahnya gerak yang kedua yaitu dipengaruhi oleh faktor eksternal yang pola asuh orang tua dan lingkungan sosial (teman bergaul).

**Kata kunci:** Strategi Sekolah, Gerak Dasar, Gerak Lokomotor, Pademi *Covid 19*

## ABSTRACT

*Lusi. 2023. Analysis of School Strategies in Improving Basic Locomotor Movements for Students of SD Negeri Kebonsawah 01 Juwana. Elementary School Teacher Education, Faculty of Teacher Training and Education, Muria Kudus University. Thesis proposal. Supervisor (1) Deka Setiawan, M.Pd (2) M. Syafruddin Kuryanto, S.Sc., M.Or.*

*Starting in 2019, Indonesia was hit by the co-19 pandemic. The COVID-19 virus is a virus that can cause acute respiratory disease. Transmission of the covid 19 virus through the mouth and nose. Therefore, since the pandemic hit Indonesia, schools have had to be closed and learning that was originally face-to-face was changed to online. The implementation of online learning is approximately 2 years. This makes children addicted to gadgets and rarely do physical activities. Lack of physical activity in children can disrupt the growth of children's bones and muscle strength.*

*In 2022 the pandemic has started to improve and schools are being held face to face. The effect of the lack of student movement activity during the online learning period makes students remain lazy to move when sports learning takes place. The results of the pre-study showed that students' locomotor movements were still lacking, this was caused by habits that were carried out during a pandemic, namely not doing movements that involved physically. Therefore a special strategy is needed to improve student movement, especially student locomotor movements.*

*This study aims to analyze what strategies or plans are carried out by the school in improving students' basic locomotor movements. The research method used in this research is qualitative. The approach used in this study is a qualitative narrative. The subjects of this study were school principals, grade 5 teachers, grade 5 sports teachers, and students.*

*Data collection techniques in this study used observation, interviews and documentation. The research data will be processed using qualitative analysis which is carried out in 3 stages, namely data reduction, data presentation, and verification.*

*The results of this study indicate that: 1) The strategy adopted by the school in improving basic locomotor movements at Kebonsawahan 01 Public Elementary School, namely by class picket activities, joint gymnastics, extracurricular activities (sports, dancing and scouting), collaboration with parents. 2) The factors that cause low basic locomotor movements in students at SD Negeri Kebonsawah 01 are influenced by two internal factors and external factors. Internal factors consisting of physiological factors and psychological factors. Then, the factors that cause the second low mobility are influenced by external factors, namely parents' upbringing and social environment (associating friends).*

**Keywords:** *School Strategy, Basic Movement, Locomotor Movement, Pademi Covid 19*

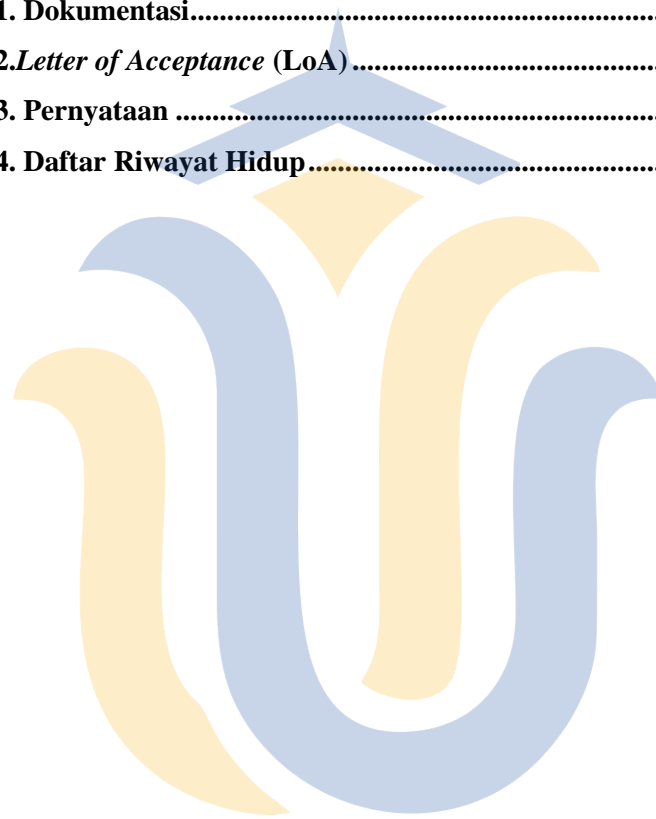
## DAFTAR ISI

|  |             |
|--|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL</b> .....                 | <b>i</b>    |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                | <b>ii</b>   |
| <b>MOTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....          | <b>iii</b>  |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> ..... | <b>iv</b>   |
| <b>PENGESAHAN PENGUJI</b> .....            | <b>v</b>    |
| <b>ABSTRAK</b> .....                       | <b>vi</b>   |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                    | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                  | <b>xi</b>   |
| <b>Daftar Gambar</b> .....                 | <b>xii</b>  |
| <b>BAB I</b> .....                         | <b>1</b>    |
| <b>PENDAHULUAN</b> .....                   | <b>1</b>    |
| <b>1.1 Latar Belakang</b> .....            | <b>1</b>    |
| <b>1.2 Rumusan Masalah</b> .....           | <b>4</b>    |
| <b>1.3 Tujuan Penelitian</b> .....         | <b>4</b>    |
| <b>1.4 Manfaat Penelitian</b> .....        | <b>4</b>    |
| 1.4.1 Secara Teoritis .....                | <b>5</b>    |
| 1.4.2 Secara Praktis .....                 | <b>5</b>    |
| <b>1.5 Definisi Oprasional</b> .....       | <b>6</b>    |
| 1.5.1 Strategi .....                       | <b>6</b>    |
| 1.5.2 Gerak Dasar .....                    | <b>6</b>    |
| 1.5.3 Gerak Dasar Lokomotor .....          | <b>6</b>    |
| <b>BAB II</b> .....                        | <b>7</b>    |
| <b>KAJIAN PUSTAKA</b> .....                | <b>7</b>    |
| <b>2.1 Deskrip Konseptual</b> .....        | <b>7</b>    |
| 2.1.1 Strategi .....                       | <b>7</b>    |
| 2.1.1.1 Pengertian Strategi .....          | <b>7</b>    |
| 2.1.1.2 Strategi Sekolah .....             | <b>8</b>    |
| 2.1.1.3 Strategi Kepala Sekolah .....      | <b>9</b>    |
| 2.1.2 Gerak Dasar .....                    | <b>13</b>   |
| 2.1.2.1 Pengertian Gerak Dasar .....       | <b>13</b>   |
| 2.1.2.2 Macam-Macam Gerak Dasar .....      | <b>13</b>   |



|   |  |           |
|---|--|-----------|
| 2.1.2.3   | Pengertian Gerak Dasar Lokomotor .....       | 14        |
| 2.1.2.4   | Jenis-Jenis Gerak Dasar Lokomotor .....      | 15        |
| 2.1.2.5   | Indikator Gerak Lokomotor .....              | 17        |
| <b>2.2</b>  | <b>Kajian Penelitian Relavan .....</b>       | <b>19</b> |
| <b>2.3</b>  | <b>Kerangka Berfikir .....</b>               | <b>27</b> |
| <b>2.4</b>  | <b>Kerangka Teori .....</b>                  | <b>30</b> |
| <b>BAB III</b>  | <b>.....</b>                                 | <b>31</b> |
| <b>METODOLOGI PENELITIAN</b>                                    | <b>.....</b>                                 | <b>31</b> |
| <b>3.1</b>  | <b>Tempat Dan Waktu Penelitian .....</b>     | <b>31</b> |
| 3.1.1   | Lokasi Penelitian.....                       | 31        |
| 3.1.2   | Waktu penelitian .....                       | 31        |
| <b>3.2</b>  | <b>Pendekatan dan Jenis Penelitian .....</b> | <b>31</b> |
| 3.2.1   | Jenis Penelitian Kualitatif Naratif .....    | 31        |
| 3.2.2   | Tahapan Penelitian Naratif.....              | 33        |
| <b>3.4</b>  | <b>Data dan Sumber Data .....</b>            | <b>36</b> |
| <b>3.5</b>  | <b>Tehnik Pengumpulan Data.....</b>          | <b>39</b> |
| <b>3.6</b>  | <b>Keabsahan Data .....</b>                  | <b>41</b> |
| <b>3.7</b>  | <b>Analisis Data .....</b>                   | <b>42</b> |
| <b>BAB IV</b>   | <b>.....</b>                                 | <b>47</b> |
| <b>HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN</b>                          | <b>.....</b>                                 | <b>47</b> |
| <b>4.1</b>  | <b>Deskripsi Latar Penelitian.....</b>       | <b>47</b> |
| <b>4.2</b>  | <b>Pembahasan Dan Hasil Penelitian.....</b>  | <b>52</b> |
| <b>BAB V</b>  | <b>.....</b>                                 | <b>78</b> |
| <b>SIMPULAN DAN SARAN</b>                                       | <b>.....</b>                                 | <b>78</b> |
| <b>5.1</b>  | <b>Kesimpulan .....</b>                      | <b>78</b> |
| <b>5.2</b>  | <b>Saran .....</b>                           | <b>78</b> |
| <b>5.3</b>  | <b>Penutup .....</b>                         | <b>79</b> |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b>   | <b>.....</b>                                 | <b>80</b> |
| <b>LAMPIRAN PRA PENELITIAN</b>                                  | <b>.....</b>                                 | <b>87</b> |
| <b>Lampiran 1. Pra Penelitian Wawancara Kepala Sekolah.....</b> | <b>88</b>                                    |           |
| <b>Lampiran 2. Pra Penelitian Wawancara Guru Kelas 5.....</b>   | <b>89</b>                                    |           |
| <b>Lampiran 3. Observasi Siswa .....</b>                        | <b>90</b>                                    |           |
| <b>LAMPIRAN PENELITIAN</b>                                      | <b>.....</b>                                 | <b>91</b> |

|   |            |
|---|------------|
| <b>Lampiran 3. Observasi Siswa .....</b>                    | <b>92</b>  |
| <b>Lampiran 4. Wawancara Siswa Kelas 5 .....</b>            | <b>97</b>  |
| <b>Lampiran 5. Wawancara Kepala Sekolah.....</b>            | <b>104</b> |
| <b>Lampiran 6. Wawancara Guru Kelas 5.....</b>              | <b>109</b> |
| <b>Lampiran 7 Wawancara Guru Olahraga .....</b>             | <b>115</b> |
| <b>Lampiran 8. Triangulasi Sumber .....</b>                 | <b>119</b> |
| <b>Lampiran 9. Triangulasi Tehnik .....</b>                 | <b>124</b> |
| <b>Lampiran 10. Analisis Data.....</b>                      | <b>130</b> |
| <b>Lampiran 11. Dokumentasi.....</b>                        | <b>136</b> |
| <b>Lampiran 12. <i>Letter of Acceptance (LoA)</i> .....</b> | <b>138</b> |
| <b>Lampiran 13. Pernyataan .....</b>                        | <b>139</b> |
| <b>Lampiran 14. Daftar Riwayat Hidup.....</b>               | <b>140</b> |



## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 3. 1 Sumber data Primer.....     | 37 |
| Tabel 3. 2 Pelaksanaan Penelitian..... | 46 |



## Daftar Gambar

|   |     |
|---|-----|
| Gambar 4. 1 Wawancara dengan Kepala sekolah ..... | 136 |
| Gambar 4. 2 wawancara dengan guru PJOK .....      | 136 |
| Gambar 4. 3 Wawancara Guru Kelas V .....          | 136 |
| Gambar 4. 4 Wawancara Siswa NBS .....             | 136 |
| Gambar 4. 5 Wawancara Siswa NAR .....             | 136 |
| Gambar 4. 6 Wawancara Siswa HNP .....             | 136 |
| Gambar 4. 7 Piket Kelas .....                     | 136 |
| Gambar 4. 8 Senam Bersama .....                   | 136 |
| Gambar 4. 9 Ektrakurikuler Pencaksilat .....      | 137 |
| Gambar 4. 10 Ektrakurikuler Tari .....            | 137 |
| Gambar 4. 11 Ektrakurikuler Sepak Bola .....      | 137 |
| Gambar 4. 12 Ektrakurikuler Pramuka .....         | 137 |

