

**PEMANFAATAN MEDIA FLASH CARD UNTUK
MENINGKATKAN PEMAHAMAN GERAK DASAR
LOKOMOTOR SISWA SDN PUNTIK LUAR 2**



OLEH :

Dwi Amalia Putri

2210122220028

ARTIKEL

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Jasmani

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
BANJARBARU
2026**

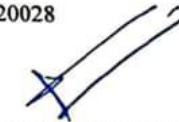
HALAMAN PERSETUJUAN PENILAIAN ARTIKEL

**PEMANFAATAN MEDIA FLASH CARD UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN
GERAK DASAR LOKOMOTOR SISWA SDN PUNTIK LUAR 2.**

Oleh :

Dwi Amalia Putri
NIM 2210122220028

Pembimbing Utama :
Dr. Arie Rakhman, S.Pd., M.Pd.
NIP 197602182005011005



18 / 06
2026

Pembimbing Pendamping :
Ramadhan Arifin, S. Pd., M. Pd.
NIP 199104092024211001



15 / 06
2026

Penguji :
Achmad Maulana, S. Pd., M. Pd.
NIP 199408272024061001



17 / 06
2026

Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat
Banjarbaru,



Dr. Rahmadi, S. Pd., M. Pd.
NIP 197807312002121001

ABSTRAK

PEMANFAATAN MEDIA FLASH CARD UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN GERAK DASAR LOKOMOTOR SISWA SDN PUNTIK LUAR 2 (oleh: Dwi Amalia Putri; Pembimbing Arie Rakhman, Ramadhan Arifin, Penguji Achmad Maulana; 2026; 74 halaman)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pemahaman gerak dasar lokomotor siswa SDN Puntik Luar 2 melalui media flash card. Jenis penelitian pra-eksperimental dengan menggunakan design penelitian one group pretest-posttest. Sampel yang digunakan adalah kelas III dengan jumlah 25 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan berupa lembar tes tertulis. Analisis data dilakukan secara kuantitatif menggunakan Microsoft Excel dengan menghitung nilai rata-rata (mean), selisih skor, dan peningkatan pemahaman menggunakan rumus N-Gain. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemanfaatan media flash card dapat meningkatkan pemahaman gerak dasar lokomotor. Hal tersebut terlihat dari adanya peningkatan rata-rata nilai siswa antara pre-test sebesar 4,6 ke post-test sebesar 8,24 dan selisih peningkatan yaitu sebesar 3,64. Peningkatan juga terlihat dari jumlah jawaban benar siswa pada pre-test sebanyak 119 dengan rata-rata 11,9 sedangkan pada post-test mengalami peningkatan menjadi 197 dengan rata-rata 19,7. Hasil perhitungan N-Gain menunjukkan nilai sebesar 0,7 termasuk ke dalam kategori tinggi. Penelitian ini menunjukkan bahwa pemanfaatan media flash card dapat meningkatkan pemahaman gerak dasar lokomotor siswa SDN Puntik Luar 2.

Kata kunci: Flash Card; Pemahaman; Gerak Dasar Locomotor

ABSTRACT

THE USE OF FLASH CARDS TO ENHANCE STUDENTS' UNDERSTANDING OF BASIC LOCOMOTOR MOVEMENTS AT SDN PUNTIK LUAR 2 (by: Dwi Amalia Putri; Advisors: Arie Rakhman, Ramadhan Arifin; Examiner: Achmad Maulana; 2026; 74 pages)

This study aims to determine the improvement in the understanding of students at SDN Puntik Luar 2 regarding basic locomotor movements through the use of flashcards. This study is a pre-experimental study using a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of a third-grade class with 25 students. The sampling technique used was purposive sampling. The research instrument used was a written test. Data analysis was conducted quantitatively using Microsoft Excel by calculating the mean, score difference, and improvement in understanding using the N-Gain formula. The results of this study indicate that the use of flashcards can improve understanding of basic locomotor movements. This is evident from the increase in students' mean scores from 4.6 on the pre-test to 8.24 on the post-test, with a difference of 3.64. Improvement was also evident in the number of correct answers: 119 on the pre-test (average 11.9) increased to 197 on the post-test (average 19.7). The N-Gain calculation yielded a value of 0.7, which falls into the high category. This study demonstrates that the use of flashcard media can improve students' understanding of basic locomotor movements at SDN Puntik Luar 2.

Keywords: *Flashcard; Understanding; Basic Locomotor Movements*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis haturkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan kurunia-Nya penulis bisa menyelesaikan penulisan penelitian tugas akhir dengan judul “Pemanfaatan Media Flash Card untuk Meningkatkan Pemahaman Gerak Dasar Lokomotor Siswa SD Negeri Puntik Luar 2”. Penelitian ini dibuat untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam mendapatkan gelar sarjana pendidikan pada Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat.

Penulis menyadari penulisan penelitian ini masih banyak terdapat kekurangan dan keterbatasan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran untuk kesempurnaan penulisan penelitian ini. Tugas akhir ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerja sama dengan pihak lain, atas selesainya tugas akhir penelitian ini, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat dibawah ini :

1. Bapak Dr. Arie Rakhman, S. Pd., M. Pd. dan Bapak Ramadhan Arifin, S. Pd., M. Pd. selaku dosen pembimbing tugas akhir, yang telah memberikan dorongan, semangat, dan bimbingan tugas akhir ini.
2. Bapak Achmad Maulana, S. Pd., M. Pd. selaku Penguji yang sudah memberikan koreksi dan do'a baik atas tugas akhir ini.
3. Bapak Dr. Rahmadi, S. Pd., M. Pd. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani beserta para Dosen dan Staf Akademik yang telah memberikan bantuan fasilitas selama proses penyusunan praproposal hingga selesainya tugas akhir ini.
4. Bapak Prof. Dr. Sunarno Basuki, Drs. M. Kes., AIFO, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, yang memberikan persetujuan penulisan tugas akhir ini.
5. Bapak Mulyadi, S. Pd. selaku Kepala Sekolah SDN Puntik Luar 2, yang telah memberikan izin tempat dan waktu untuk pengambilan data hingga selesainya penulisan tugas akhir ini.

6. Para guru SDN Puntik Luar 2, yang memberikan semangat dan dukungan dalam penulisan tugas akhir ini.
7. Kedua orang tua yang sangat saya cintai, Bapak Samiran dan Ibu Ramiyah yang selalu memberikan dorongan, semangat, dan do'a yang tak pernah henti-hentinya untuk saya mengerjakan dan menyelesaikan tugas akhir ini.
8. Dan kakak saya tersayang, mba Kiki Andriani yang selalu mensupport dan mendukung hingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

Semoga segala bantuan, dorongan, dan semangat yang diberikan semua pihak menjadi amal jariyah dan mendapatkan balasan yang lebih mulia dari Allah SWT. aamiin.

Banjarbaru, Mei 2026



Dwi Amalia Putri
2210122220028

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Hasil Guna Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Deskripsi Teori/Tinjauan Pustaka	6
B. Hasil Penelitian Yang Relevan	16
C. Kerangka Teoritik.....	17
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	19
A. Tujuan Penelitian	19
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	19
C. Metode Penelitian	19
D. Populasi Dan Sampel	19
E. Rancangan Perlakuan.....	20
F. Teknik Pengumpulan Data	21
G. Teknik Analisis Data	26
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	28
A. Deskripsi Data.....	28
B. Hasil Pengujian Hipotesis	29

C. Pembahasan Hasil Penelitian	32
BAB V PENUTUP	35
A. Kesimpulan	35
B. Saran	35
C. Implikasi	35
D. Keterbatasan Penelitian.....	36
DAFTAR PUSTAKA	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Modul Ajar.....	51
Lampiran 2 Lembar Ijin Penelitian	66
Lampiran 3 Kisi-kisi instrument	67
Lampiran 4 Instrumen Pre-Test dan Post-Test	68
Lampiran 5 Dokumentasi Pre-Test dan Treatment.....	70
Lampiran 6 Dokumentasi Treatment dan Post-Test	71
Lampiran 7 Dokumentasi Foto Bersama.....	72
Lampiran 8 Media Flash Card.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Desain One group pretest-posttest.....	21
Tabel 3.2 Indikator Pembelajaran	22
Tabel 3.3 Kisi Kisi Instrument	22
Tabel 3.4 Kisi-kisi instrument Media Flashcard	25
Tabel 3.5 Kriteria N-Gain	27
Tabel 4.1 Data Hasil Pre-Test dan Post-Test	28
Tabel 4.2 Perhitungan N-Gain.....	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Media Flash Card	13
Gambar 4.1 Grafik Rata-Rata Pre-Test, Post-Test, dan Selisih.....	29
Gambar 4.2 Grafik Jumlah Siswa	31
Gambar 4.3 Grafik Rata-Rata Perhitungan N-Gain	31

