

**EFEKTIVAS SENAM PEMBENTUKAN TERHADAP
PENINGKATAN KOORDINASI GERAK PESERTA DIDIK
SMPN 13 BANJARBARU MELALUI MODEL PEMBELAJARAN
*DISCOVERY LEARNING***



Oleh :

DICKY IRAWAN

NIM : 2210122210057

ARTIKEL

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan Pada jurusan Pendidikan Jasmani**

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN JURUSAN
PENDIDIKAN JASMANI BANJARBARU**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN PENILAIAN ARTIKEL

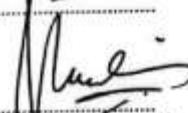
EFEKTIVITAS SENAM PEMBENTUKAN TERHADAP PENINGKATAN KOORDINASI GERAK PESERTA DIDIK SMPN 13 BANJARBARU MELALUI MODEL PEMBELAJARAN DISCOVERY LEARNING

Oleh :
Dicky Irawan
NIM. 2210122210057

Pembimbing Utama :
Recky Ahmad Hafliyadi, S.Pd., M.Pd
NIP. 199610082023211009

Pembimbing Pendamping :
Drs. H. M. Mulhim, M.Pd
NIP 196107271988121002

Penguji :
Dr. Arie Rakhman, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197602182005011005

 12/06 2026
 12/06 2026
 12/06 2026

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


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

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan ke hadirat Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia- Nya maka penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian akhir ini. Proposal ini dibuat untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Program Studi Pendidikan Jasmani di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Penelitian ini berjudul "Efektivitas Senam Pembentukan Terhadap Peningkatan Koordinasi Gerak Peserta Didik SMPN 13 Banjarbaru Melalui Model Pembelajaran *Discovery Learning*". Penulis menyadari proposal tugas akhir ini masih kurang dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran untuk kesempurnaan proposal penelitian ini.

Atas selesainya proposal penelitian ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada Bapak Recky Ahmad Haffiyandi, S.Pd., M.Pd Dan Bapak Drs. H. M. Mulhim, M.Pd yang telah membimbing dan memberikan pengarahan selama penulis menyelesaikan proposal penelitian akhir ini. Semoga menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapat balasan yang lebih mulia dari Allah SWT, Aamiin.

Banjarbaru, Mei 2026



DICKY IRAWAN

NIM. 2210122210057

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN PERSETUJUAN UJI KELAYAKAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN	vi
DAFTAR TABEL.	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	9
A. Latar Belakang Masalah	9
B. Identifikasi Masalah.....	15
C. Pembatasan Masalah	15
D. Rumusan Masalah.....	16
E. Tujuan Penelitian	16
F. Hasil Guna Penelitian	16
BAB II KAJIAN PUSTAKA	17
A. Deskripsi Teori/Tinjauan Pustaka	17
1. Pendidikan Jasmani.....	17
2. Senam Pembentukan.....	17
3. Koordinasi Gerak Peserta Didik	18
4. Model Pembelajaran Discovery Learning.....	19
5. Karakteristik Anak Sekolah Menengah Pertama.....	20
6. Profil Sekolah Menengah Pertama 13 Banjarbaru	20
B. Penelitian yang relevan	21
C. Kerangka Berfikir	22
D. Hipotesis Penelitian	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	23
A. Variabel Penelitian.....	23
B. Defenisi Istilah Konseptual dan Definisi Operasional	23

1. Defenisi Istilah Konseptual.....	23
2. Definisi Operasional	23
C. Tempat dan Waktu Penelitian	23
D. Metode Penelitian	24
E. Desain Penelitian.....	24
F. Populasi dan Sampel.....	25
G. Instrumen Penelitian	25
H. Teknik Pengumpulan Data.....	27
I. Analisa Data.....	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	29
A. Deskripsi Data.....	29
B. Uji Prasyarat	30
1. Uji normalitas	30
2. Uji Homogenitas	30
C. Hasil Peungujian Hipotesis.....	31
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	32
BAB V KESIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN	36
A. Kesimpulan.....	36
B. Implikasi	36
C. Saran	36
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN SURAT.....	41
LAMPIRAN DATA	50
LAMPIRAN DOKUMENTASI.....	94

DAFTAR LAMPIRAN DATA

1. Data mentah pretest dan posstest.....	51
2. Treatmeant 4 Pertemuan.....	53
3. Modul Ajar Kurikulum Merdeka Senam Pembentukan.	63

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 4.1 Deskriptif statistik <i>pretest</i> dan <i>posstest</i>	29
Tabel 4.2 Uji Normalitas.....	30
Tabel 4.3 Uji Homogenitas	31
Tabel 4.4 Paired Sample T-test	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 3.1 (Pratiwi, Arifin, 2023)	24
Gambar 3.2 (Pratiwi, Arifin, 2023)	24
Gambar 3.3 (Juanda Fahrozi, 2025)	26
Gambar 3.4 (Juanda Fahrozi, 2025)	26
.	

