

## ABSTRAK

### UPAYA PENINGKATAN KETERAMPILAN *ROLL* DEPAN MENGGUNAKAN ALAT BANTU BIDANG MIRING PADA SISWA KELAS X IPA MA MIFTAHUL ULUM LENTENG. 2023 YASSIR ROMZY, AHMAD

Kata Kunci : Keterampilan, Roll Depan Dan Alat Bantu Bidang Miring

Dalam praktek tentunya tidak lepas dari adanya kendala yang dihadapisehingga berpengaruh pada keterampilan *roll* depan siswa ketika pembelajaran hal ini terbukti ada beberapa problem dalam pembelajaran *roll* depan antara lain kurang yakinnya siswa dalam melakukan langkah dalam *roll* depan, siswa belum maksimal sewaktu melakukan gerakan *roll* depan.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan *roll* depan menggunakan alat bantu bidang miring pada siswa kelas X IPA MA Miftahul Ulum lenteng.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Subjek penelitian adalah siswa kelas X IPA MA Miftahul Ulum Lenteng yang berjumlah 17 siswa. Penelitian dilaksanakan dua siklus dengan tiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Instrumen yang di gunakan adalah tes *roll* depan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan *roll* depan melalui alat bantu bidang miring pada siswa kelas X IPA MA miftahul Ulum Lenteng yang ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata siswa. Nilai rata-rata siswa pada pada siklus I yaitu sebesar 58,47 dan persentase ketuntasan sebesar 24%. Namun, peningkatan tersebut masih belum mencapai target yang ditetapkan sebelumnya. Kemudian setelah melanjutkan ke siklus II nilai rata-rata kemampuan *roll* depan siswa kembali mengalami peningkatan sebesar (65) dengan persentase ketuntasan sebesar 53%. Hal tersebut menunjukkan bahwa target yang telah ditetapkan sebelumnya sudah tercapai sehingga penelitian dihentikan pada siklus II.

Dengan menggunakan alat bantu bidang miring dapat meningkatkan keterampilan *roll* depan pada siswa kelas X IPA MA Miftahul Ulum Lenteng. Dan dari hasil penelitian terbukti peningkatan *roll* depan melalui alat bantu bidang miring pada siswa kelas X IPA MA Miftahul Ulum Lenteng dengan nilai rata-rata sebelumnya 51,82 menjadi 65.