

**PENERAPAN ALAT PERAGA TONGKAT ESTAFET
UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN PRAKTIK
DI MADRASAH IBTIDAIYAH**



SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Fakultas Keagamaan Islam
Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

Oleh:

TRI QIFTIYAH SOLIHATI
NIM. 1823221001

PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH
FAKULTAS KEAGAMAAN ISLAM
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP
TAHUN 2025

**PENERAPAN ALAT PERAGA TONGKAT ESTAFET
UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN PRAKTIK
DI MADRASAH IBTIDAIYAH**



SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Fakultas Keagamaan Islam
Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

Oleh:

TRI QIFTIYAH SOLIHATI
NIM. 1823221001

PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH
FAKULTAS KEAGAMAAN ISLAM
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP
TAHUN 2025
SKRIPSI

SKRIPSI
PENERAPAN ALAT PERAGA TONGKAT ESTAFET UNTUK
MENINGKATKAN KETERAMPILAN PRAKTIK DI
MADRASAH IBTIDAIYAH

Oleh:

TRI QIFTIYAH SOLIHATI
NIM. 1823221001

Disetujui untuk Ujian Munaqasyah
Pada tanggal: 15 Agustus 2025

Pembimbing I



Wida Nurul 'Azizah, M.Pd
NIDN. 2114098901

Pembimbing II



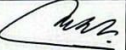
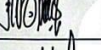
Isna Fatimatuz Zahroh, M.Pd
NIDN. 0615129501

PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : TRI QIFTIYAH SOLIHATI
 NIM : 1823221001
 Fakultas /Prodi : Fakultas Keagamaan Islam / PGMI
 Judul skripsi : Penerapan Alat Peraga Tongkat Estafet Untuk Meningkatkan Keterampilan Praktik di Madrasah Ibtidaiyah

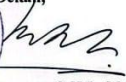
Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keagamaan Islam (FKI) Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada sidang skripsi hari **Senin** tanggal **Dua Puluh Delapan bulan Juli tahun Dua Ribu Dua Puluh Lima** dengan hasil **LULUS**. Skripsi telah direvisi dan mendapat persetujuan dari Tim Penguji.

Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji:

Jabatan	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua Sidang/ Penguji 1	Dr. Misbah Khusurur, S.H.I., M.S.I.		27/2 2016
Penguji 2	Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd.		1/2 2016
Sekretaris Sidang	Alvan Hazhari, M.Pd.		11/2 2016
Pembimbing	Wida Nurul 'Azizah, M.Pd.		11/2 2016
Ass. Pembimbing	Isna Fatimatuz Zahroh, M.Pd.		12/2 .2016

Skripsi disahkan oleh Dekan Fakultas Keagamaan Islam (FKI) Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada :

Hari : Jumat
 Tanggal : 27 Februari 2026

Mengesahkan
 Dekan,

Dr. Misbah Khusurur, S.H.I., M.S.I.
 NIDN. 2105128101

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Tri Qiftiyah Solihati

NIM : 1823221001

Program Studi : PGMI

Fakultas : Keagamaan Islam

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa skripsi ini benar-benar merupakan hasil karya saya; bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar akademik yang saya peroleh terkait dengan skripsi ini.

Cilacap,

Yang membuat pernyataan



Tri Qiftiyah Solihati

NIM 182322001

NOTA KONSULTAN

Hal : Naskah Skripsi Saudara Tri Qiftiyah Solihati

Lamp :-

Kepada,

Yth. Dekan Fakultas Keagamaan Islam

Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

di Cilacap

Assalamu'alaikum wa rahamatullah wa barakatuh

Setelah membaca, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya maka konsultan berpendapat bahwa skripsi saudara:

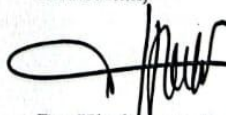
Nama	: Tri Qiftiyah Solihati
NIM	: 1823221001
Fakultas/Prodi	: Fakultas Keagamaan Islam/Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah
Judul Skripsi	: Penerapan Alat Peraga Tongkat Estafet Untuk Meningkatkan Keterampilan Praktik di Madrasah Ibtidaiyah.

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Keagamaan Islam Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar Strata Satu (S-1).

Wassalamu'alaikum wa rahamatullah wa barakatuh

Cilacap, 03 September 2025

Konsultan,



Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd

NIDN. 2107088701

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulisan skripsi yang berjudul “Penerapan alat peraga tongkat estafet untuk meningkatkan keterampilan praktik di madrasah ibtidaiyah” dapat terselesaikan dengan baik.

Penyusunan skripsi ini mendapat bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap, Bapak Dr. A Luthfi Hamidi, M.Ag., beserta civitas akademika.
2. Dekan Fakultas Keagamaan Islam, Dr. Misbah Khusurur, M.S.I., Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.
3. Ketua Prodi Studi PGMI, Ibu Wida Nurul 'Azizah, M.Pd., sekaligus sebagai pembimbing I dan Dosen Pembimbing Akademik.
4. Pembimbing II, Ibu Isna Fatimatuz Zahroh, M.Pd., yang telah senantiasa memberikan dukungan, saran, motivasi serta meluangkan waktunya untuk membantu saya menyelesaikan skripsi ini.
5. Para dosen Fakultas Keagamaan Islam Universitas Nahdlatul Al Ghazali Cilacap yang telah membantu serta memotivasi.
6. Seluruh pihak yang tidak dapat di sebutkan satu persatu.

Akhirnya penulis menyampaikan permohonan maaf yang sebesar-besarnya kepada pembaca seandainya terdapat kesalahan-kesalahan di dalam skripsi ini dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Cilacap, 3 September 2025

Penulis

MOTO

﴿وَأَذِنتُ لِرَبِّيَّهَا وَحَقَّتْ﴾

(الانشقاق/ ٨٤: ٥)

“Serta patuh kepada Tuhannya, dan sudah semestinya patuh.”

(QS. Al-Insyiqāq 84: 5)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah,

Teruntuk Allah SWT, Dengan segala nikmat dan riddho-Nya Skripsi ini mampu terselesaikan dengan segala rasa syukur.

Skripsi ini penulis persembahkan untuk:

1. Orangtua tercinta Bapak Dasirun dan Ibu Sugini yang telah memberikan dukungan dan do'a nya sehingga proses belajar dan penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Teriring do'a semoga karya ini bisa dijadikan sebagai salah satu bentuk pengabdian kepada orang tua penulis, Amiin.
2. Suami Tercinta Kholill Nurrohman, dan anak-anak yang tersayang Fahima Ayudia yang selalu mendo'akan memberi semangat dan mengikhhlaskan waktunya untuk penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Adik yang selalu menyemangati Mukhamad Rozaq Al-fatah dan yang selalu membantu.
4. Seluruh pihak Madrasah MI Al-Muta'alim Slarang yang tidak bisa di sebutkan satu persatu.

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN

Transliterasi kata Arab-Latin yang dipakai dalam penyusunan skripsi ini berpedoman pada Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 158/1987 dan 0543b/U/1987 tertanggal 22 Januari 1988.

1. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak Dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Bā'	<i>B</i>	-
ت	Tā	<i>T</i>	-
ث	Sā	<i>ṣ</i>	s (dengan titik di atas)
ج	Jīm	<i>J</i>	-
ح	Hā'	<i>ḥ</i>	h (dengan titik di bawah)
خ	Khā'	<i>Kh</i>	-
د	Dāl	<i>D</i>	-
ذ	Zāl	<i>Ẓ</i>	z (dengan titik di atas)
ر	Rā'	<i>R</i>	-

ز	Zā'	Z	-
س	Sīn	S	-
ش	Syīn	Sy	-
ص	Sād	ṣ	s (dengan titik dibawah)
ض	Dād	ḍ	d (dengan titik dibawah)
ط	Tā'	ṭ	t (dengan titik dibawah)
ظ	Zā'	ẓ	z (dengan titik dibawah)
ع	Aīn	‘	Koma terbalik ke atas
غ	Gaīn	G	-
ف	Fā'	F	-
ق	Qāf	Q	-
ك	Kāf	K	-
ل	Lām	L	-
م	Mīm	M	-
ن	Nūn	N	-

و	Wāwu	W	-
ه	Hā'	H	-
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Yā'	Y	-

2. Konsonan Rangkap karena *Syaddah* ditulis rangkap

متعددة	Ditulis	<i>Muta'addidah</i>
عدة	Ditulis	'iddah

3. *Ta' Marbūṭah* di akhir kata

a. Bila dimatikan tulis *h*

حكمة	Ditulis	<i>ḥikmah</i>
جزية	Ditulis	<i>Jiyah</i>

(Ketentuan ini tidak diperlukan, bila kata-kata arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia, seperti zakat, salat dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya)

b. Bila *ta' Marbūṭah* diikuti dengan kata sandang “*al*” serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan *h*

كرامة الأولياء	Ditulis	<i>Karāmah al-auliā'</i>
----------------	---------	--------------------------

c. Bila *ta' Marbūṭah* hidup atau dengan harakat, fathah, kasrah dan dammah ditulis *t*

زكاة الفطر	Ditulis	<i>Zakāt al-ḥiṭr</i>
------------	---------	----------------------

4. Vokal Pendek

اَ	<i>faṭḥah</i>	Ditulis	A
اِ	<i>Kasrah</i>	Ditulis	I
اُ	<i>ḍammah</i>	Ditulis	U

5. Vokal Panjang

1	<i>faṭḥah + Alif</i> جاهلية	Ditulis	<i>Ā</i> <i>jāhiliyah</i>
2	<i>faṭḥah + ya' mati</i> تنسي	Ditulis	<i>Ā</i> <i>tansā</i>
3	<i>kasrah + ya' mati</i> كريم	Ditulis	<i>ī</i> <i>karīm</i>
4	<i>ḍammah + wawu mati</i> فروض	Ditulis	<i>Ū</i> <i>furūd</i>

6. Vokal Rangkap

1	<i>fathah + ya' mati</i> بينكم	Ditulis	<i>ai</i> <i>bainakum</i>
2	<i>fathah + wawu mati</i> قول	Ditulis	<i>Au</i> <i>Qaul</i>

7. Vokal Pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof

أَنتُمْ	Ditulis	<i>a'antum</i>
أَعَدْتُ	Ditulis	<i>u'iddat</i>
لَنْ شَكَرْتُمْ	Ditulis	<i>la'in syakartum</i>

8. Kata Sandang *Alif + Lam*

a. Bila diikuti huruf *Qamariyah*

الْقُرْآن	Ditulis	<i>al-Qur'ān</i>
الْقِيَاس	Ditulis	<i>al-Qiyās</i>

b. Bila diikuti huruf *Syamsiyyah* ditulis dengan menggunakan huruf *Syamsiyyah* yang mengikutinya, serta menghilangkan huruf l (el)-nya

السَّمَاء	Ditulis	<i>as-Samā'</i>
-----------	---------	-----------------

الشمس	Ditulis	<i>asy- Syams</i>
-------	---------	-------------------

9. **Penulisan kata dalam Rangkaian Kalimat**

Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya.

ذوى الفروض	Ditulis	<i>zawi al-furūd</i>
أهل السنة	Ditulis	<i>ahl as-sunnah</i>

ABSTRAK

Tri Qiftiyah Solihati. 1823221001. PENERAPAN ALAT PERAGA TONGKAT ESTAFET UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN PRAKTIK DI MADRASAH IBTIDAIYAH.
Cilacap: Fakultas Keagamaan Islam, Universitas Nahdlatul Al Ghazali Cilacap, September 2025.

Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di madrasah ibtidaiyah memiliki peran penting dalam membentuk keterampilan motorik, kedisiplinan, dan kerja sama siswa. Namun, keterbatasan media pembelajaran sering menjadi kendala dalam melatih keterampilan praktik secara optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan alat peraga tongkat estafet dalam pembelajaran PJOK serta mengungkap dampaknya terhadap keterampilan praktik siswa. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif deskriptif dengan subjek siswa kelas IV di salah satu madrasah ibtidaiyah di Cilacap. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan tongkat estafet sebagai media praktik mampu meningkatkan keterampilan dasar siswa dalam lari estafet, termasuk koordinasi, teknik start, dan kerja sama tim. Selain itu, media ini terbukti sederhana, murah, dan mudah diadaptasi guru sesuai kondisi sekolah. Respon siswa menunjukkan antusiasme tinggi, sementara guru menilai media ini efektif untuk mengatasi keterbatasan sarana. Penelitian ini menegaskan bahwa inovasi alat peraga sederhana dapat menjadi solusi praktis untuk meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK di tingkat dasar.

Kata Kunci: *PJOK, Madrasah Ibtidaiyah, alat peraga, tongkat estafet, pembelajaran kualitatif*

ABSTRACT

Tri Qiftiyah Solihati. 1823221001. IMPLEMENTATION OF RELAYS BATON PROMOTION TOOLS TO IMPROVE PRACTICAL SKILLS IN MADRASAH IBTIDAIYAH. Faculty of Islamic Studies, Nahdlatul Al Ghazali University, Cilacap, September 2025.

Physical Education (PJOK) learning in Islamic elementary schools plays a crucial role in developing students' motor skills, discipline, and teamwork. However, limited learning media often hinder the optimal mastery of practical skills. This study aims to describe the application of relay batons as teaching aids in PJOK classes and to explore their impact on students' practical skills. The research employed a descriptive qualitative approach involving fourth-grade students at a Madrasah Ibtidaiyah in Cilacap. Data were collected through observation, interviews, and documentation, and then analyzed thematically. The findings reveal that the use of relay batons as a learning medium improved students' fundamental relay running skills, including coordination, starting technique, and teamwork. Moreover, this medium is simple, inexpensive, and adaptable to teachers' needs in resource-limited schools. Students showed high enthusiasm, while teachers considered the media effective in addressing facility limitations. This study highlights that simple and affordable teaching aids can serve as practical innovations to enhance the quality of PJOK learning in elementary education.

Keyword: *Physical Education, Madrasah Ibtidaiyah, teaching aids, relay baton, qualitative learning..*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING . Error! Bookmark not defined.	
HALAMAN PENGESAHAN	iii
NOTA KONSULTAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
MOTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN	ix
ABSTRAK	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
DAFTAR ISI	xvii
DAFTAR TABEL	xix
DAFTAR GAMBAR	xx
DAFTAR SINGKATAN.....	xxi
DAFTAR SIMBOL	xxii
DAFTAR LAMPIRAN	xxiii
BAB I	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan/Fokus Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
E. Keaslian Penelitian.....	9
F. Sistematika Penulisan Skripsi	12
BAB II	15

A. Kajian Teori.....	15
B. Kajian Penelitian Terdahulu.....	20
C. Kerangka Berpikir	26
D. Pertanyaan Peneliti.....	29
BAB III.....	31
A. Jenis Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian	31
C. Subjek dan Objek Penelitian	33
D. Sumber Data	34
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	35
F. Uji Keabsahan Data.....	36
G. Analisis Data	38
BAB IV.....	41
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	41
B. Penyajian Data.....	44
C. Pembahasan	49
BAB V	56
A. Kesimpulan	56
B. Saran	57
C. Keterbatasan Penelitian	58
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN	68

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Daftar Guru dan Karyawan MI Al-Muta'alim.....	30
Tabel 4.1 Identitas Sekolah Tempat Penelitian.....	34
Tabel 4.2 Identitas Sekolah Tempat Penelitian.....	40
Tabel 4.3 Hasil Wawancara Siswa.....	46
Tabel 4.2 Hasil Wawancara Siswa.....	40

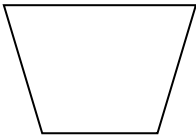
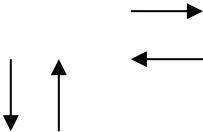
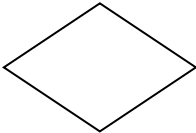
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir	27
Gambar 4.1 Lingkungan Sekolah MI Al-Muta'alim.....	39
Gambar 4.2 Guru menginstruksi penggunaan tongkat estafet	42
Gambar 4.3 Siswa kelas IV melakukan praktik estafet	44
Gambar 4.4 Wawancara dengan guru PJOK	45
Gambar 4.5 Wawancara dengan siswa kelas IV	46

DAFTAR SINGKATAN

RPP	: <i>Rencana Persiapan Pembelajaran</i>
MBV	: <i>Market Based View</i>
IPK	: Indeks Prestasi Kumulatif

DAFTAR SIMBOL

SIMBOL	PENGERTIAN	KETERANGAN
	Dokumen (<i>Document</i>)	Menunjukkan dokumen sebagai yang digunakan untuk merekam data terjadinya suatu transaksi
	Operasional Manual	Menunjukkan proses yang dikerjakan secara manual
	Garis aliran (<i>flow line</i>)	Menunjukkan arus data antar simbol/proses
	<i>Decision</i>	Menunjukkan pilihan yang akan dikerjakan atau keputusan yang harus dibuat dalam proses pengolahan data

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner.....	1
Lampiran 2. Tabulasi Hasil Survei Pendahuluan.....	2
Lampiran 3. Transkrip Wawancara	3
Lampiran 4. Hasil Observasi.....	4