

**TINGKAT KECAKAPAN MELEMPAR, MENANGKAP, DAN
MEMUKUL BOLA KASTI SISWA PUTRA KELAS
IV DAN V SD NEGERI TEGALSARI
KECAMATAN CANDIMULYO
KABUPATEN MAGELANG**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



**Oleh :
Yitno
NIM 11601247159**

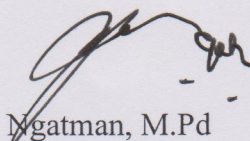
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2013**

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul **“Tingkat Kecakapan Melempar, Menangkap, Dan Memukul Bola Kasti Siswa Putra Kelas IV Dan V SD Negeri Tegalsari Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang”** yang disusun oleh Yitno NIM 11601247159, ini telah disetujui pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 5 Juli 2013

Dosen Pembimbing



Ngatman, M.Pd

NIP. 19670605 199403 1 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan Dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 5 Juli 2013
Yang menyatakan,



Yitno
NIM 11601247159

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Tingkat Kecakapan Melempar, Menangkap, Dan Memukul Bola Kasti Siswa putra Kelas IV Dan V SD Negeri Tegalsari Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang” ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal, 2 September 2013 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Ngatman, M.Pd.	Ketua Penguji		30-9-2013
Ahmad Rithaudin, M.Or	Sekretaris Penguji		30/9/13
Yudanto, M.Pd	Penguji III		23/9/13
Agus Susworo DM, M.Pd	Penguji IV		23/9/13

Yogyakarta, September 2013
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Pih. Dekan,



I. Drs. Sumarjo, M.Kes
NIP. 19631217 199001 1 002

MOTTO .

1. Dan diantara kaum Musa itu terdapat suatu umat yang memberi petunjuk
(kepada manusia) dengan hak dan dengan hak itulah mereka menjalankan
keadilan.
(QS.Al A'raaf : 159).

PERSEMBAHAN

Karya yang amat sederhana ini dipersembahkan kepada:

Bapak Jumar dan Ibu Warni, orang tua tercinta yang selalu mendoakan serta berkorban secara moral dan materi tanpa mengenal lelah, Serta Masrifah yang selalu menyemangatiku.

**TINGKAT KECAKAPAN MELEMPAR, MENANGKAP, DAN
MEMUKUL BOLA KASTI SISWA PUTRA KELAS
IV DAN V SD NEGERI TEGALSARI
KECAMATAN CANDIMULYO
KABUPATEN MAGELANG**

Oleh:
Yitno
NIM 11601247159

ABSTRAK

Kecakapan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang belum pernah dilakukan penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecakapan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam persentase. Subjek dalam penelitian ini siswa putra kelas IV, dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang sejumlah 25 siswa. Instrumen penelitian adalah tes melempar, menangkap dan memukul bola kasti modifikasi tes *rounders* dari R. Sunardianta. Metode yang digunakan dalam mengumpulkan data menggunakan tes dan pengukuran.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tingkat Kecakapan melempar bola kasti siswa putra dengan kategori baik sekali 0 (0 %), baik 10 (40 %), cukup 8 (32 %), kurang 5 (20 %), dan kurang sekali 2 (8 %). Tingkat Kecakapan menangkap bola kasti siswa putra, kategori baik sekali 1 (4 %), baik 9 (36 %), cukup 7 (28 %) kurang 7 (28 %), dan kurang sekali 1 (4 %). Tingkat Kecakapan memukul bola kasti siswa putra dengan kategori baik sekali 1 (4 %), baik 5 (20 %), cukup 12 (48 %) kurang 4 (16%), dan kurang sekali 4 (16 %). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat kecakapan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang termasuk kategori sedang.

Kata Kunci : *Kecakapan, melempar, menangkap, memukul, siswa SD*

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Pemurah, atas segala limpahan kasih dan karunia-Nya, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi dengan judul **“Tingkat Kecakapan Melempar, Menangkap, Dan Memukul Bola Kasti Siswa Putra Kelas IV Dan V SD Negeri Tegalsari Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang”** dimaksudkan untuk mengetahui Tingkat Kecakapan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang.

Skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini bermaksud menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., M.A. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan melanjutkan studi di FIK UNY.
2. Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Sriawan, M. Kes, selaku Ketua Prodi PGSD Penjas FIK UNY yang telah memberikan masukan-masukan dalam penulisan skripsi.
4. Ngatman, M.Pd, selaku Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dukungan dan motivasi selama penyusunan skripsi.
5. Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd, selaku Penasihat Akademik yang telah memberi masukan dan motivasi.

6. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
7. Bapak dan Ibu Staf Karyawan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan bantuannya.
8. Rahayu, M.Pd. selaku Kepala Sekolah SD Negeri Tegalsari Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang yang telah memberikaan ijin penelitian.
9. Rekan-rekan Mahasiswa PKS FIK angkatan 2011 yang telah memberi dukungan dan motifasi dalam penelitian ini.
10. Siswa kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari sepenuh hati, bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kelengkapan skripsi ini. Penulis berharap semoga hasil skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya dan bagi semua pihak pada umumnya.

Yogyakarta, 5 Juli 2013

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I.PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II. KAJIAN TEORI	8
A. Deskripsi Teori.....	8
1. Hakikat Pendidikan Jasmani.....	8
2. Hakikat Permainan Kasti	9
3. Hakikat Kemampuan Melempar bola	14
4. Hakikat Kemampuan Menangkap Bola	19
5. Hakikat Memukul Bola.....	21
6. Hakikat Permainan Rounders	23
7. karakteristik Siswa sekolah Dasar	25
B. Penelitian Yang Relevan	27
C. Kerangka Berfikir	28

BAB III. METODE PENELITIAN	31
A. Desain Penelitian	31
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	31
C. Subjek Penelitian	32
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	32
E. Teknik Analisis Data	36
 BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 38
A. Hasil Penelitian	38
B. Pembahasan	49
 BAB V. KESIMPULAN, DAN SARAN	 52
A. Kesimpulan	52
B. Implikasi.....	52
C. Keterbatasan Penelitian	53
D. Saran-saran	53
 DAFTAR PUSTAKA	 55
 LAMPIRAN.....	 57

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rumus Pengelompokan 5 Kategori.....	37
Tabel 2. Distribusi frekuensi kemampuan dasar melempar bola kasti siswa Putra Kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang .	38
Tabel 3. Distribusi frekuensi kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa Putri Kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang ..	40
Tabel 4. Distribusi frekuensi kemampuan dasar memukul bola kasti siswa Putra Kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang..	41
Tabel 5. Distribusi frekuensi kemampuan dasar melempar bola kasti siswa Putra Kelas IV SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang	42
Tabel 6. Distribusi frekuensi kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa Putra Kelas IV SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang	43
Tabel 7. Distribusi frekuensi kemampuan dasar memukul bola kasti siswa Putra Kelas IV SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang	44
Tabel 8. Distribusi frekuensi kemampuan dasar melempar bola kasti siswa Putra Kelas V SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang.....	46
Tabel 9. Distribusi frekuensi kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa Putra Kelas V SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang.....	47
Tabel 10. Distribusi frekuensi kemampuan dasar memukul bola kasti siswa Putra Kelas V SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang.....	48

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Alat permainan kasti.....	11
Gambar 2. Lapangan kasti.....	12
Gambar 3. Melempar bola melambung.....	17
Gambar 4. Melempar bola mendatar	17
Gambar 5. Melempar bola menyusur tanah	18
Gambar 6. Posisi tubuh dan tangan saat menangkap bola.....	21
Gambar 7. Arah ayunan saat memukul bola	23
Gambar 8. Posisi dan Sasaran Tes Melempar.....	34
Gambar 9. Posisi dan Sasaran Tes Menangkap	35
Gambar 10. Posisi dan Sasaran Tes Memukul.....	35
Gambar 11. Diagram kemampuan dasar melempar bola kasti siswa Putra Kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang	39
Gambar 12. Diagram kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa Putra Kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang	40
Gambar 13. Diagram kemampuan dasar memukul bola kasti siswa Putra Kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang.....	41
Gambar 14. Diagram kemampuan dasar melempar bola kasti siswa Putra Kelas IV SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang.....	42
Gambar 15. Diagram kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa Putra Kelas IV SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang.....	43
Gambar 16. Diagram kemampuan dasar memukul bola kasti siswa Putra Kelas IV SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang.....	45
Gambar 17. Distribusi kemampuan dasar melempar bola kasti siswa Putra Kelas V SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang	46

Gambar 18. Diagram kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa Putra Kelas V SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang	47
Gambar 19. Distribusi kemampuan dasar memukul bola kasti siswa Putra Kelas V SD Negeri Tegalsari Candimulyo Magelang	48

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar pengesahan.....	58
Lampiran 2. Permohonan Ijin Penelitian	59
Lampiran 3. Surat Rekomendasi Izin Penelitian dari UPTD	60
Lampiran 4. Hasil Olah Data	61
Lampiran 5. Foto-foto Kegiatan Penelitian.....	67
Lampiran 6. Surat Keterangan dari Kepala Sekolah.....	70
Lampiran 7. Data Hasil Penelitian	71

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan social dan tindakan melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Berdasarkan hal tersebut maka untuk menunjang kebugaran dalam pendidikan jasmani diharapkan anak-anak sekolah dasar untuk berlatih suatu olahraga.

Menurut Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional (2005: 29-30, pasal 37 ayat 1), disebutkan bahwa,” Kurikulum Pendidikan Dasar dan Menengah diantaranya wajib memuat Pendidikan Jasmani dan Olahraga.” Ruang lingkup pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah dasar terdiri atas berbagai macam permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri atau senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, dan pendidikan luar kelas.

Ruang lingkup pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah dasar terdiri atas berbagai macam permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri atau senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, dan pendidikan luar kelas. Salah satu standar kompetensi kelas IV adalah mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olah raga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. kompetensi dasarnya

mempraktikkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama tim, sportivitas, dan kejujuran.

Sedangkan standar kompetensi kelas V adalah mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Sedangkan kompetensi dasarnya mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola kecil, serta nilai kerjasama, sportivitas, dan kejujuran. Dengan demikian permainan dan olahraga juga harus diajarkan di sekolah dasar. Sedangkan salah satu materi pada permainan dan olahraga adalah permainan bola kecil dan materi pokoknya yaitu kasti.

Permainan Kasti merupakan salah satu jenis permainan yang sangat digemari dan sangat populer oleh sebagian besar siswa tingkat SD. Ketertarikan pada permainan kasti dikarenakan olahraga tersebut cukup menyenangkan dan sudah dikenal masyarakat, dapat dimainkan baik oleh laki-laki, perempuan, orang dewasa maupun anak-anak. Permainan kasti merupakan permainan beregu yang menggunakan bola dan pemukul dan beberapa peralatan lainnya. Olahraga ini mengutamakan kecepatan, ketangkasan dan ketepatan/presisi. Selain sebagai salah satu cabang olahraga permainan, kasti juga merupakan olahraga yang mengutamakan penguasaan teknik, taktik, dan strategi permainan. Dalam kurikulum pembelajaran pendidikan jasmani di SD, kasti merupakan salah satu materi yang diajarkan kepada siswa. Untuk mengajarkan materi pembelajaran kasti kepada siswanya

seorang guru pendidikan jasmani harus dibekali metodik pembelajaran yang memadai guna mengajarkan teknik-teknik dasar dalam permainan kasti secara benar.

Setiap ada penyelenggaraan suatu *event* olahraga tingkat SD, seperti: porseni tingkat kecamatan, Peringatan HUT Kemerdekaan RI, dll., cabang olahraga kasti biasanya merupakan salah satu cabang yang dipertandingkan. Animo dan antusiasme siswa, sekolah, dan masyarakat dalam mengikuti pertandingan kasti cukup tinggi sehingga dengan fenomena tersebut permainan kasti perlu mendapatkan perhatian serius dari guru pendidikan jasmani dalam pelaksanaan pengajarannya.

Menurut Depdikbud., (1994/1995: 39 -40) ada 4 teknik dasar dalam permainan kasti, yaitu: teknik melempar bola, teknik menangkap bola, teknik memukul bola, dan teknik berlari. Keempat teknik dasar tersebut merupakan teknik yang paling dominan dalam permainan kasti. Suatu regu akan berhasil memenangkan pertandingan manakala menguasai teknik-teknik tersebut.

Penguasaan teknik dasar dalam permainan kasti, sangat berkaitan erat dengan taktik dan strategi pertahanan dan penyerangan. Selain teknik-teknik dasar bermain tersebut ternyata juga diperlukan kemampuan kondisi fisik yang memadai untuk mengembangkan strategi dan taktik dalam bertahan dan menyerang sesuai dengan posisi dan situasi bermain. Di samping itu dalam situasi bermain diperlukan keterampilan-keterampilan khusus untuk dapat bermain dengan baik, seperti: bergerak cepat menyongsong bola,

melakukan pukulan, dan ketepatan melempar ke sasaran sehingga diperlukan koordinasi gerak yang baik dari otot-otot.

Berdasarkan pengamatan penulis, bagi pemain pemula biasanya akan mendapatkan kesulitan untuk menerapkan keterampilan-keterampilan menjaga lawan di lapangan, melempar dan menangkap bola, kemampuan memukul bola. Hal ini disebabkan belum terbentuknya koordinasi gerak yang dimiliki pemain tersebut. Ke tiga teknik dasar bermain kasti yang sangat penting adalah kemampuan melempar bola, menangkap bola, serta memukul bola. Dengan memiliki kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola yang baik diharapkan pemain kasti tersebut akan dapat mematikan lawan untuk mendapatkan poin. Selain harus menguasai teknik yang benar, seorang pemain kasti juga harus memiliki kondisi fisik yang baik, seperti: kekuatan, kecepatan, daya tahan, power, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, ketepatan, dan reaksi (Supriyanti, 2008 : 8). Akan tetapi pada saat peneliti melaksanakan KKN PPL di SD Negeri Tegalsari dan mengamati permainan kasti siswa SD Negeri Tegalsari, hasilnya masih kurang memuaskan. Kurangnya kerjasama mengakibatkan sebagian siswa kurang aktif, dan juga masih banyak siswa yang belum menguasai teknik-teknik dasar permainan kasti, misalnya banyak siswa yang saat melempar bola tidak tepat sasaran, memukul bola tidak mengenai atau luncas dan menangkap bola selalu terlepas.

Salah satu indikator sederhana untuk melihat kemampuan siswa dalam bermain kasti adalah dengan melihat kemampuan melempar,

menangkap, dan memukul bola kasti. Sejauh ini, tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang, Tahun Pelajaran 2012/2013 belum diketahui. Atas dasar latar belakang masalah tersebut, maka peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2012/2013.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah, antara lain :

1. Kurangnya kerjasama antar siswa yang mengakibatkan sebagian siswa kurang aktif dalam bermain.
2. Kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang belum diketahui.
3. Kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang masih banyak yang belum tepat sasaran.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut di atas agar jelas serta lebih terarah masalahnya maka perlu dibatasi permasalahan yang akan diteliti yaitu: tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti

pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2012/2013.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut: "Seberapakah tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2012/2013".

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2012/2013.

F. Manfaat Penelitian

Setelah dilakukan penelitian ini diharapkan hasilnya :

1. Secara Teoritis :

- a. Sebagai pertimbangan dalam mengembangkan pembelajaran pendidikan jasmani.
- b. Dapat mengetahui hasil pembelajaran pendidikan jasmani bagi peserta didik.
- c. Memberikan pengetahuan tentang pentingnya hasil pembelajaran, sehingga hasil pembelajaran dapat digunakan untuk meningkatkan prestasi belajar.

2. Secara Praktis :

- a. Memberikan bekal bagi guru pendidikan jasmani dalam mengembangkan proses belajar mengajar.
- b. Sebagai bahan pertimbangan dalam menambah fasilitas dan alat olahraga untuk kelancaran pembelajaran.
- c. Siswa sebagai subyek dari pembelajaran dapat memperoleh pengetahuan dan dapat meningkatkan keberhasilan belajar siswa.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Pendidikan Jasmani

a. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk sekolah dasar, karena pendidikan jasmani masuk dalam kurikulum pendidikan. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial dan moral (Depdiknas, 2007:1).

Margono (2007:3-5) mengatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan terjemahan dari bahasa inggris, physical education. Banyak ahli dan lembaga yang membuat batasan atau merumuskan definisi pendidikan jasmani, yang antara lain adalah:

a. Para Pakar Pendidikan Jasmani Indonesia (1999):

“Pendidikan jasmani merupakan proses interaksi antara peserta didik dan lingkungan, melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis untuk menuju tercapainya manusia indonesia seutuhnya”.

- b. Penyempurnaan/Penyesuaian Kurikulum 1994 (Suplemen GBPP) Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah 1999:

“Pendidikan jasmani dan kesehatan adalah merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan, yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani guna mendorong kebiasaan hidup sehat menuju pada pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang”.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk sekolah dasar, karena pendidikan jasmani masuk dalam kurikulum pendidikan.

2. Hakikat Permainan Kasti

- a. Pengertian permainan kasti

Dalam buku pengajaran permainan di Sekolah Dasar (Depdikbud, 1994/1995: 36), kasti artinya suatu permainan di lapangan yang menggunakan bola kecil dan pemukul yang terbuat dari kayu. Permainan kasti dilakukan secara beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari 12 pemain. Regu ini terdiri dari regu pemukul yaitu regu yang mempunyai kesempatan untuk melakukan pukulan, dan regu yang satu disebut regu penjaga yaitu regu yang bertugas untuk menjaga pukulan-pukulan bola dari regu pemukul di lapangan permainan. Permainan kasti pada umumnya sangat digemari oleh siswa-siswa Sekolah Dasar karena permainan ini mudah dilakukan siswa-siswa pada kelas atas, dan dapat dimainkan secara bersama-sama antara laki-laki dan perempuan ataupun dimainkan khusus oleh laki-laki atau perempuan.

Menurut Rustandi, Endi (www.eocomunity.com), permainan kasti merupakan salah satu permainan bola kecil karena menggunakan bola tenis lapangan. Permainan ini dimainkan oleh dua regu, yaitu regu pemukul dan regu penjaga. Regu pemukul berusaha mencari nilai dengan

memukul bola dan dapat kembali ke ruang bebas dengan selamat sehingga mendapatkan nilai, sedangkan regu jaga berusaha secepatnya dapat mematikan lawan. Regu yang banyak mengumpulkan nilai lebih banyak, merekalah yang keluar sebagai pemenangnya.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa permainan kasti adalah salah satu jenis permainan bola kecil yang diajarkan di Sekolah Dasar. Permainan kasti dilakukan secara beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari 12 pemain. Teknik-teknik dasar permainan kasti meliputi: melempar bola, menangkap bola, memukul bola dan gerakan melakukan lari.

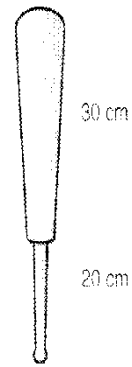
b. Alat dan Fasilitas

1) Alat dan Lapangan Permainan

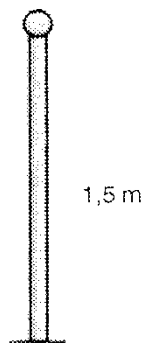
Alat yang digunakan dalam permainan kasti adalah bola kecil (bola kasti/bola tenis), alat pemukul yang terbuat dari kayu, tiang hinggap atau dapat diganti dengan keset, pen dari bambu sebagai pasak, tali atau kapur untuk batas lapangan permainan, nomor dada terdiri dari dua macam warna, dan peluit. Bentuk lapangan kasti adalah persegi empat yang dilengkapi tiang pemberhentian. Ukuran lapangan disesuaikan dengan situasi keadaan setempat (BSE Penjasorkes 4 SD 2009 : 7-8).



(a) Bola kasti



(b) Alat pemukul dari kayu



(c) Tiang hinggap

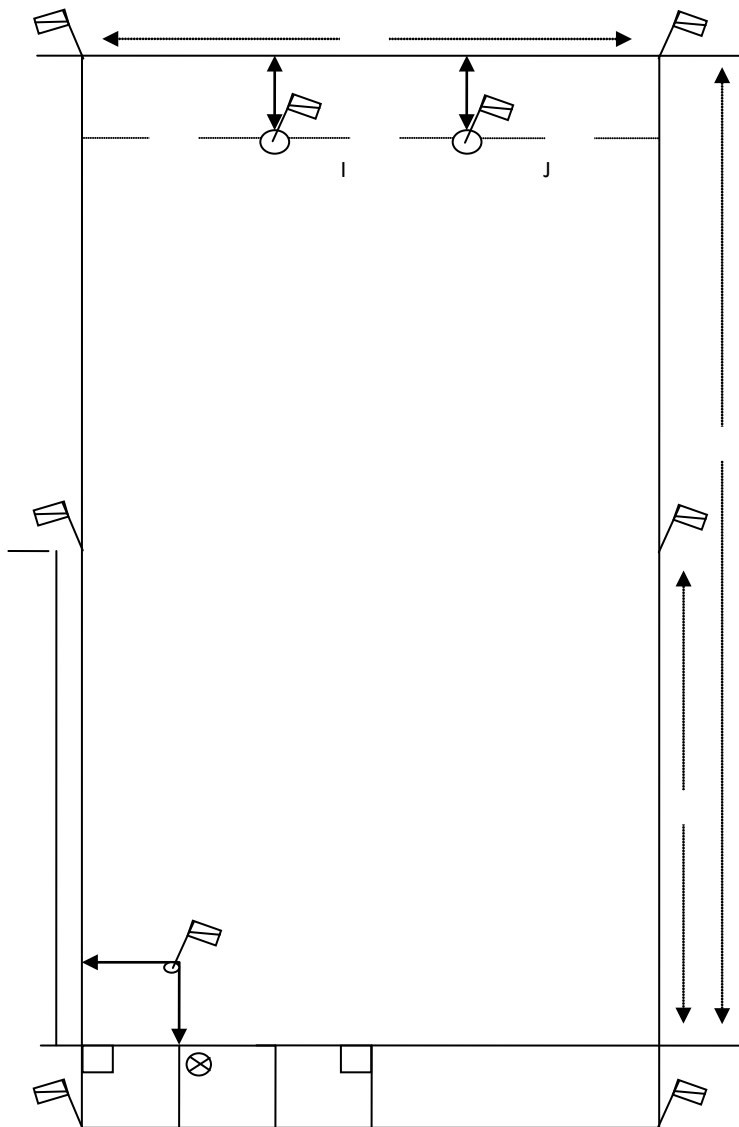


(d) Pen dari bambu

Gambar 1. Alat-alat Permainan Kasti
Sumber : Buku BSE Penjasorkes 4 permainan dan olahraga (2009: 7)

Untuk permainan kasti dipergunakan lapangan yang sebaiknya membujur utara selatan :

(e) Lapangan kasti



Gambar 2. Lapangan Kasti

Keterangan :

- A : Ruang bebas
- B : Ruang pelambung
- C : Ruang pemukul
- D : Ruang jaga
- E : Garis batas pemukul
- F : Panjang lapangan
- G : Lebar lapangan
- H : Tiang pertolongan
- I : Tiang hinggap 1
- J : Tiang hinggap 2

2) Peraturan Permainan

Menurut Rustandi, Endi (www.eocomunity.com) peraturan permainan kasti adalah sebagai berikut : Permainan kasti dimainkan oleh dua regu, tiap-tiap regu terdiri atas 12 pemain, waktu permainan terdiri atas dua babak tiap-tiap babak lamanya 20 menit diselingi istirahat 10 menit. Sebelum permainan dimulai dilakukan undian tujuannya untuk menentukan regu pemukul dan regu jaga.

- a) Regu pemukul
Setiap pemain berhak memukul 1 kali memukul, kecuali pemain terakhir berhak memukul sebanyak 3 kali pukulan. Sesudah memukul pemain harus meletakkan alat pemukul di dalam ruang pemukul. Apabila alat itu berada di luar tempat yang telah ditentukan, pemain tersebut tidak dapat nilai, kecuali ia segera membetulkannya kembali.
- b) Regu penjaga
Regu penjaga bertugas :
 - a. Mematikan lawan
 - b. Menangkap langsung bola yang dipukul.
- c) Pelambung
Pelambung bertugas :
 - (1) Melambungkan bola secara wajar sesuai dengan permintaan pemukul.
 - (2) Jika bola yang dilambungkan tidak terpukul, si pelambung harus mengulang lagi.
 - (3) Jika sampai 3 kali berturut-turut bola tidak terpukul, si pemukul dapat lari bebas ke tiang pemberhentian 1.
 - (4) Menangkap langsung bola yang tidak kena dipukul.
- d) Pukulan benar
Pukulan dinyatakan benar apabila bola yang dipukul melampaui garis pukul. Selain itu, saat dipukul bola tidak boleh mengenai tangan dan tidak boleh jatuh di ruang bebas.
- e) Penghitungan nilai
Nilai permainan kasti dihitung menurut aturan berikut :
 - (1) Jika pemain memukul bola lalu berlari ke pemberhentian I, II, III dan ruang bebas secara bertahap mendapat nilai "1".
 - (2) Jika pukulan benar dan dapat kembali ke ruang bebas tanpa berhenti pada tiang-tiang pemberhentian mendapat nilai "2".
 - (3) Regu penjaga mendapat nilai "1" apabila berhasil menangkap langsung bola yang dipukul.

- (4) Pemenang adalah regu yang berhasil mengumpulkan nilai terbanyak.
- f) Pergantian tempat
Pergantian tempat antara regu pemukul dan penjaga terjadi jika :
 - (1) Salah seorang regu pemukul terkena lemparan.
 - (2) Bola ditangkap 3 kali berturut-turut oleh penjaga.
 - (3) Alat pemukul lepas saat memukul.
 - (4) Salah seorang regu pemukul memasuki ruang bebas melalui garis belakang.
 - (5) Salah seorang regu pemukul keluar dari ruang bebas atau keluar dari batas lapangan.

3. Hakikat Kemampuan Melempar Bola

Kemampuan sering dianggap sebagai suatu hal yang mendasari terbentuknya keterampilan dari seseorang. Setiap individu memiliki kemampuan yang berbeda-beda antara satu dengan yang lain. Menurut Tisnowati dan Moekarto (2005: 1.24) kemampuan kematangan berkaitan dengan perkembangan dari psikologis, sesuai dengan urutan bertambahnya umur seseorang. Dengan bertambahnya umur pasti diikuti dengan semakin sempurnanya fungsi organ-organ tubuh.

Menurut Schmidt (1991) yang dikutip oleh Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (1999/2000: 76) kemampuan diartikan sebagai ciri individu yang diwariskan dan relatif abadi yang mendasari serta mendukung terbentuknya keterampilan. Sedangkan menurut Edwin Fleishman yang dikutip oleh Yanuar Kiram (1992: 11) kemampuan (*ability*) merupakan suatu kapasitas umum yang berkaitan dengan prestasi berbagai macam keterampilan. Jadi kemampuan merupakan unsur terpenting dalam terbentuknya prestasi dan keterampilan.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, kemampuan diartikan sebagai suatu kecakapan, atau kepandaian menyelesaikan sesuatu berdasarkan tujuan. Kemampuan dapat juga diartikan sebagai kesanggupan untuk bertindak bijaksana dalam menghadapi segala sesuatu (www.mypulau: 2005). Jadi dapat diambil kesimpulan, kemampuan adalah kesanggupan yang dimiliki oleh individu untuk mengatasi segala tantangan dengan tujuan membentuk keterampilan dan prestasi.

Kecakapan tubuh dalam hubungannya dengan olahraga dan aktivitas fisik sangat diperlukan. Salah satu contoh adalah kemampuan melempar. Jika kemampuan melempar seseorang sangat baik maka akan dapat melakukan gerakan melempar yang baik pula. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, melempar adalah membuang jauh-jauh. Sedangkan menurut Mochamad Djumidar A. Widya (2004: 121) melempar adalah suatu gerakan yang menyalurkan tenaga pada suatu benda yang menghasilkan daya pada benda tersebut dengan memiliki kekuatan ke depan/ ke atas. Dari beberapa pendapat dapat disimpulkan bahwa melempar adalah suatu gerakan yang sifatnya menyalurkan tenaga pada suatu benda untuk membuang jauh, memindahkan suatu benda ke arah depan atau atas.

Setiap permainan memiliki teknik dasar yang harus dikuasai agar dapat memainkan permainan tersebut dengan baik dan lancar. Begitu juga dalam permainan kasti memiliki teknik dasar yang harus dikuasai. Teknik dasar dalam permainan kasti salah satunya adalah teknik melempar bola. Teknik melempar bola kasti berdasarkan tujuannya dibedakan menjadi tiga

yaitu lemparan untuk operan (*passing*), melempar kepada pemukul (melambungkan bola), dan lemparan kearah badan pelari (sasaran).

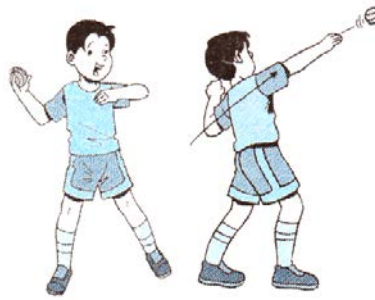
Menurut Depdikbud (1994/1995:39) cara melempar bola ada 3 macam, yaitu: melambung, mendatar dan menyusur tanah. Sedangkan menurut Tisnowati Tamat dan Moekarto Minnan (2005: 4.78) atas dasar tinggi rendahnya lambungan bola, lemparan dibagi menjadi dua, yaitu :

- a. Lemparan bola melambung tinggi, gunanya untuk operan jarak jauh.
- b. Lemparan bola datar gunanya untuk operan jarak pendek dan menembakkan bola kearah badan lawan.

1) Lemparan Bola Melambung

Lemparan bola melambung ke atas/parabol bola dilambungkan kuat-kuat kearah atas. Sedang arah bola harus tertentu tepat pada sasaran, hingga mudah untuk ditangkap. Cara melempar bola melambung adalah :

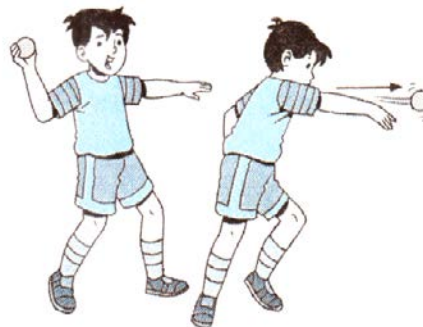
- (a) Berdiri tegak dengan salah satu kaki didepan.
- (b) Bola dipegang dengan salah satu tangan yang terkuat (kiri/kanan)
- (c) Tarik tangan yang memegang bola kebelakang. Berat badan tertumpu pada kaki belakang.
- (d) Apabila memegang bola dengan tangan kanan maka kaki kiri kedepan, begitu pula sebaliknya.
- (e) Ayunkan tangan yang memegang bola sekuat-kuatnya kedepan atas melalui samping telinga. Kemudian pada saat yang tepat, lepaskan bola dengan lecutan telapak tangan.
- (f) Setelah bola lepas, langkahkan kaki belakang kedepan untuk menjaga keseimbangan.



Gambar 3. Melempar Bola Melambung
Sumber : Buku BSE Penjasorkes 4 permainan dan olahraga (2009: 2)

2) Lemparan Bola Mendatar atau Lurus

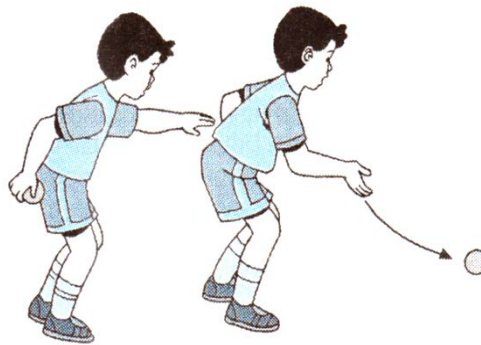
Lemparan mendatar dalam permainan kasti, dilakukan saat melakukan operan kepada kawan dan juga untuk mematikan lawan. Teknik dalam melakukan lemparan mendatar hampir sama dengan lemparan melambung. Yang membedakan adalah pada waktu melempar bola berada didepan sedangkan pada lemparan melambung arah lemparan ke depan atas. Dibanding dengan lemparan melambung, lemparan datar jalannya bola lebih cepat tetapi arah bola kesusasaran lebih sulit.



Gambar 4. Melempar Bola Mendatar
Sumber : Buku BSE Penjasorkes 4 permainan dan olahraga (2009: 3)

3) Lemparan Bola Menyusur Tanah atau Rendah

Prinsip melakukan lemparan menyusur tanah adalah bola dilemparkan kepada teman dengan digelindingkan menyusuri tanah tetapi dengan arah yang sesuai dan tepat sehingga mudah untuk ditangkap/diterima.



Gambar 5. Melempar Bola Menyusur Tanah

Sumber : Buku BSE Penjasorkes 4 permainan dan olahraga (2009: 3)

Setiap lemparan dalam permainan kasti memiliki tujuan yang berbeda-beda. Dapat sebagai operan, pelambung sebelum dipukul dan juga untuk mematikan lawan. Pada prinsipnya perbedaan saat melakukan lemparan hanya pada saat pelepasan bola. Pada lemparan melambung arah pelepasan bola yaitu kearah depan atas, sedangkan lemparan datar pelepasan bola kearah depan dan lemparan rendah pelepasan bola pada arah depan bawah.

Kemampuan otot lengan sangat berpengaruh terhadap hasil lemparan. Kemampuan tidak didapat dengan cara instan melainkan memerlukan latihan yang teratur. Kebiasaan sehari-hari dapat melatih kemampuan otot lengan. Mengangkat barang, mencangkul sawah,

menyabit rumput adalah aktivitas yang dapat melatih kemampuan otot lengan. Otot lengan adalah penunjang dalam melakukan gerakan melempar. Sehingga diperlukan kemampuan otot yang baik sehingga hasil lemparan yang maksimal.

4. Hakikat Kemampuan Menangkap Bola

Menangkap bola merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh regu penjaga agar dapat menguasai bola dengan menggunakan tangan dari hasil pukulan lawan atau lemparan teman. Menangkap bola dalam permainan kasti merupakan teknik yang harus dikuasai pemain regu lapangan, terutama untuk memperoleh nilai “tangkap bola” dari pukulan lawan. Menangkap bola dalam permainan kasti dapat dilakukan: dari lemparan teman, dari pukulan regu pemukul, dan bagi pemain penangkap belakang yang berada di belakang pemukul.

Berdasarkan tinggi-rendahnya bola, menurut Srihati Waryati dkk, (1993 : 116) teknik menangkap bola dibedakan menjadi:

- a. Menangkap bola melambung tinggi
- b. Menangkap bola mendatar (setinggi dada)
- c. Menangkap bola rendah
- d. Menangkap bola bergulir di tanah
- e. Menangkap bola di samping badan
- f. Menangkap bola bagi pemain penjaga belakang.

Cara menangkap bola dari berbagai arah dalam permainan kasti perlu dikuasai oleh pemain, di antaranya:

- a. Menangkap bola datar
Bola yang datangnya mendatar dan tepat di depan dada, pada saat bola tertangkap jari-jari segera ditutup dan kedua tangan ditarik ke belakang, supaya bola tidak mudah loncat lepas kembali (muntah). Akan tetapi

apabila datangnya bola di samping kanan /kiri badan maka caranya dengan salah satu/ke dua tangan dijulurkan ke samping kanan/kiri badan.

b. Menangkap bola rendah

Cara menangkap bola rendah sama dengan menangkap bola yang datangnya mendatar hanya saja kedua lutut harus ditekuk agar badan merendah. Penekukan lutut disesuaikan dengan datangnya bola.

c. Menangkap bola datar/bergulir dari arah depan

Berdiri membungkuk, menghadap datangnya arah bola, kedua tangan diturunkan ke tanah hampir menyentuh tanah untuk menangkap bola, setelah menangkap bola kedua telapak tangan ditarik ke belakang dan sikap berdiri.

d. Menangkap bola lambung dari arah depan

Posisi badan tegak dengan kedua kaki terbuka. Pandangan lurus ke depan. Pada waktu bola datang, segera ditangkap dengan kedua tangan. Pandangan ke arah bola. Posisi kedua tangan pada waktu menangkap bola berada di depan muka agak ke atas (Depdikbud, 1994/1995 : 43-45).

Sedangkan posisi telapak tangan dalam menangkap bola ada 3 macam, yaitu: (a). Membentuk kantong: kedua pangkal telapak tangan dan ibu jari saling berdekatan, sedangkan jari-jari yang lain agak renggang. Kedua lengan sedikit diputar ke kiri sehingga tangan kanan berada di atas, (b). Seperti cara tersebut, namun posisi telapak tangan tidak perlu diputar ke kiri, sedangkan ibu jari benar-benar berada di atas, (c). Posisi telapak tangan seperti men-setup bola dalam permainan bola voli. Kedua telapak tangan hampir seluruhnya menghadap ke arah datangnya bola, sedangkan kedua sisi ibu jari dan kedua jari telunjuk saling berdekatan.



(a) Menangkap bola mendatar



(b) Menangkap bola melambung



(c) Menangkap bola menyusur tanah

Gambar 6. Posisi Tubuh dan Tangan saat Menangkap Bola
Sumber : Buku BSE Penjasorkes 4 permainan dan olahraga (2009: 4)

5. Hakikat Memukul Bola

Memukul merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh Pemain kasti dan dilakukan oleh regu pemukul dengan melakukan pukulan terhadap bola yang dilemparkan oleh pelambung. Tujuannya untuk memperoleh nilai dan menyelamatkan dirinya atau membantu pelari lain (tiang hinggap 1 atau 2),(Srihati Waryati, 1992: 160) Pada teknik memukul terdapat suatu gerak yang kompleks, karena didalamnya diperlikukan koordinasi dari pengamatan, pengambilan keputusan untuk memukul, kecepatan dan power untuk memukul bola lemparan pelambung dengan kecepatan yang belum tentu dapat diketahui oleh pemukul. Memukul bola merupakan suatu keterampilan kasti yang sukar dilakukan bagi anak. Pemain

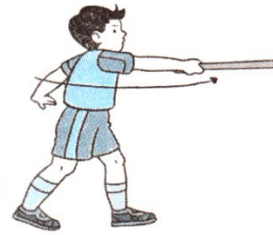
pemula harus mengembangkan keterampilan koordinasi antara tangan, mata dan pengamatan yang diperlukan untuk memukul bola.

Teknik memukul dapat menyenangkan apabila pemain telah dapat mengembangkannya dengan baik, sebaliknya apabila pemain tidak dapat mengembangkannya maka dapat melakukan pukulan dengan baik. Oleh karena itu teknik memukul perlu dilatih dan dikembangkan bagi pemain

Guna mempermudah pengajaran dan meningkatkan keterampilan memukul, berikut ini merupakan tiga macam arah pukulan.

Cara memukul bola

- (1) Berdiri kangkang menghadap pelambung, kedua lutut agak ditekuk.
- (2) Pegang alat pemukul dengan tangan terkuat (kiri/kanan), bagian alat pemukul yang datar mengarah pada datangnya bola.
- (3) Jika memukul dengan tangan kanan, tangan kiri meminta arah lambungan. Posisi kaki kanan di belakang dan kaki kiri di depan.
- (4) Arah ayunan pukulan dari belakang ke depan, menyambut arah datangnya bola.
- (5) Apabila bola sudah dipuku, letakan pukulan pada tempatnya. Pukulan tidak boleh dilempar atau dibawa lari.



(a) Memukul agar bola melambung (b) Memukul agar bola mendatar



(c) Memukul agar bola menggelinding

Gambar 7. Arah Ayunan saat Memukul Bola
Sumber : Buku BSE Penjasorkes 4 permainan dan olahraga (2009: 6)

6. Hakikat Permainan Rounders

a. Pengertian rounders

Permainan ronders adalah permainan yang memakai bola kecil dan sebuah kayu pemukul. Permainan dipimpin seorang wasit dibantu oleh pembantu wasit dan pencatat nilai. Permainan rounders ini mirip dengan permainan kasti, hanya bentuk lapangannya berbeda. Lapangan permainan rounders berbentuk segilima beraturan dan panjang sisinya 15 m, tiap-tiap sudut diberi bidai (base) berbentuk bujur sabgkar sebagai tempat hinggap. Dalam lapangan ada 5 base atau tiang hinggap yang berfungsi untuk membantu regu pemukul untuk sampai ke base terakhir. Lama permainan rounders ditentukan dengan inning yaitu giliran menjadi regu pemukul dan

regu penjaga. Yang dimaksud dengan inning ialah apabila masing-masing regu telah sama-sama satu kali menjadi regu pemukul atau regu penjaga, biasanya lama permainan 3 kali inning. Tiap regu terdiri dari 12 orang termasuk satu orang bertindak sebagai kapten regu.

Partai pemukul memukul bola dimulai dari nomor 1, kemudian disusul nomor-nomor berikutnya, sesuai nomor urut. Setiap pemukul mempunyai hak memukul sebanyak 3 kali, jika pukulan pertama sudah baik, pemukul harus lari ke base 1 dan base berikutnya serta harus menyentuh setiap base yang dilaluinya. Pada setiap base hanya boleh berdiri seorang pelari dan tidak boleh mendahului pelari yang di depannya. Pelari yang sudah mati harus menyelamatkan perjalanannya sampai base terakhir (V) (Depdikbud, 1994/1995: 54).

b. Alat dan fasilitas

Alat yang dipergunakan dalam permainan rounders antara lain: (a). Bola karet (berat bola 70 -85 gram, keliling bola 19-21 cm, warna bola orange atau merah, bahan luar bola dari karet, bahan isi bola dari sabut kelapa atau tali goni), (b). Kayu pemukul (bahan kayu pemukul kayu serat memanjang, panjang pemukul 80 cm, pegangan 40 cm, garis tengah 3 cm), (c). Nomor dada (bahan: kain dengan warna dasar putih, ukuran 25 x25 cm), (d). Tiang hinggap/base (bahan: terbuat dari kesed), (e). Papan tulis untuk pencatat nilai, (f). Kapur/tali, untuk membuat lapangan/garis batas (Depdikbud, 1994/1995: 56-57).

7. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar

Anak besar merupakan anak pada usia Sekolah Dasar yaitu antara 6 tahun sampai 12 tahun (Tisnowati Tamat dan Moekarto Mirman. 2005: 479). Pada fase umur ini anak sudah berkembang baik fisik maupun rohaninya. Perkembangan fisik tiap-tiap anak pasti berbeda-beda Faktor yang mempengaruhi diantaranya faktor gizi, lingkungan,

kebiasaan sehari-hari dan perlakuan orang tua terhadap anak. Nutrisi dan kesehatan berpengaruh terhadap perkembangan fisik anak. Kekurangan nutrisi dapat menyebabkan pertumbuhan anak menjadi lamban, kurang berdaya dan tidak aktif. Sebaliknya anak yang memperoleh makanan yang bergizi, lingkungan yang menunjang, perlakuan orang tua serta kebiasaan hidup yang baik akan menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain faktor nutrisi atau gizi, olahraga juga merupakan factor penting pada pertumbuhan fisik anak. Anak yang kurang berolahraga atau tidak aktif sering kali menderita kegemukan atau kelebihan berat badan yang dapat mengganggu gerak dan kesehatan anak.

Faktor orang tua sangat penting dalam perkembangan fisik anak. Orang tua harus memperhatikan kesehatan anaknya, memperhatikan berbagai macam penyakit yang sering kali diderita anak misalnya kesehatan mata, gigi, panas, dan lain-lain. pengawasan dan penanganan yang salah akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Menurut Endang R. Sukamti (2007: 1-2) pertumbuhan adalah proses yang ada pada diri seseorang yang bersifat kuantitatif, atau peningkatan dalam hal ukuran. Perkembangan

adalah proses perubahan kapasitas fungsional atau kemampuan kerja organ-organ tubuh kearah keadaan yang makin terorganisasi dan terspesialisasi.

Sedangkan perkembangan secara rohani dapat diketahui dari perkembangan intelektual dan emosional. Perkembangan intelektual dapat dipengaruhi oleh kesehatan, pergaulan dan pembinaan orang tua. Sedangkan perkembangan emosional dipengaruhi oleh usia pendidikan, lingkungan dan pembinaan orang tua. Jadi dapat disimpulkan bahwa pembinaan orang tua memegang peranan yang penting dalam perkembangan rohani atau psikis seorang anak.

Seorang anak usia sekolah dasar memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak pada usia lainnya. Menurut Nursidik Kurniawan (Nhowitzer.multiply: 2007) anak usia Sekolah Dasar memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Anak lebih senang bermain
- b. Lebih senang bergerak
- c. Seorang anak akan lebih senang berkumpul atau berkelompok
- d. Lebih senang mempraktekkan sesuatu hal yang baru.

Dapat disimpulkan bahwa pada usia sekolah dasar yaitu umur 6-12 tahun seorang anak akan lebih banyak bergerak dan bermain dengan temannya. Untuk itu pembelajaran olahraga yang sesuai adalah permainan. Adapun olahraga permainan antara lain terdiri dari: kasti, kippers, *rounders*, sepakbola, gobag sodor, dan lain-lain. Yang perlu diperhatikan adalah jangan menekankan pada peraturan baku permainan yang sebenarnya, cukup dengan

peraturan yang sederhana. Dengan peraturan yang sederhana diharapkan gerak anak lebih optimal.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan sangat dibutuhkan dalam mendukung kajian teoritik yang dikemukakan, sehingga dapat dipergunakan sebagai suatu landasan dalam penelitian. Penelitian yang terdahulu yang sehubungan dengan penelitian ini adalah :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Desi Ambarwati (2010) yang berjudul “Kemampuan Dasar Bermain Kasti Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri I Paseban Bayat Klaten”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Sedangkan teknik yang digunakan adalah tes kemampuan dasar bermain kasti yang meliputi tes kemampuan dasar melempar bola, menangkap bola, memukul bola, dan lari cepat atau jarak pendek. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Paseban yang berjumlah 48 siswa.
2. Penelitian Dwi Ratno (2013), yang berjudul: ”Ketrampilan Dasar Bermain Bola Kasti Siswa Putra Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Karangpakis 03 Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain bola kasti siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Karangpakis 03 Nusawungu Cilacap sebagian besar masuk dalam kategori kurang sebesar 30 % (6), kategori kurang sekali sebesar 25 % (5), kategori cukup sebesar 15 % (3), kategori cukup baik sebesar 15 % (3), kategori baik sebesar 10 % (2), dan kategori sangat baik sebesar 5 % (1).

C. Kerangka Berpikir

Aktivitas sehari-hari yang kita lakukan secara sadar atau tidak sadar memerlukan kekuatan otot. Kekuatan otot dalam kehidupan sehari-hari digunakan untuk bekerja dan melakukan aktivitas, seperti: berjalan, lari, mengangkat barang, mencangkul sawah, melempar bola, menangkap bola dan memukul bola. Sedangkan dalam cabang olahraga permainan khususnya permainan bola kecil seperti permainan kasti, kekuatan otot digunakan untuk memukul bola, berlari menghindari tangkapan lawan, serta melempar dan menangkap bola sehingga memperoleh hasil lemparan dan tangkapan yang maksimal. Salah satu kekuatan otot yang dimiliki manusia adalah kekuatan otot lengan. Setiap individu memiliki kekuatan otot yang berbeda-beda, hal ini disebabkan beberapa faktor yang mempengaruhi di antaranya intensitas latihan dan rutinitas sehari-hari yang dilakukan.

Sesuai dengan kurikulum pendidikan jasmani SD, permainan kasti merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola kecil yang diajarkan pada siswa kelas IV dan kelas V Sekolah Dasar. Oleh karena itu guru pendidikan jasmani perlu mengajarkan teknik-teknik dasar bermain kasti yang benar. Teknik-teknik dasar bermain kasti tersebut, di antaranya terdiri dari: melempar bola, menangkap bola, memukul bola, berbagai variasi lari untuk menyelamatkan diri dari lemparan bola lawan.

Dalam permainan kasti teknik dasar seperti melempar, menangkap, dan memukul bola sangat penting. Dengan menguasai teknik-teknik tersebut pemain kasti dapat melakukan lemparan tepat sasaran entah itu untuk mematikan

lawan ataupun melempar bola kepada teman. Teknik dasar berikutnya adalah menangkap bola, dengan kemampuan menangkap bola yang baik akan mempersulit regu pemukul untuk menuju atau kembali dari tiang hinggap, ditambah lagi apabila regu penjaga mampu menangkap bola sebanyak 3 kali maka akan terjadi pertukaran bebas.

Begitu juga teknik dasar memukul sangat berpengaruh untuk kita mendapatkan poin ataupun membebaskan teman yang masih berada di tiang hinggap. Jika pemukul mampu memukul bola dengan benar dan keras alhasil bola melambung jauh dan susah ditangkap oleh regu penjaga. Maka dari itu seorang pemain kasti harus mampu menguasai teknik-teknik tersebut agar mendapatkan hasil yang maksimal. Akan tetapi pada saat peneliti melaksanakan KKN PPL di SD Negeri Tegalsari dan mengamati permainan kasti siswa SD Negeri Tegalsari, hasilnya masih kurang memuaskan. Masih banyak siswa yang belum menguasai teknik-teknik dasar permainan kasti, misalnya banyak siswa yang saat melempar bola tidak tepat sasaran, memukul bola tidak mengenai atau luncas dan menangkap bola selalu terlepas.

Selama ini pemberian nilai pada pembelajaran permainan kasti di SD masih bersifat subyektif. Belum ada alat evaluasi baku yang dapat dipergunakan untuk mengukur kemampuan bermain kasti bagi siswa SD, seperti: kemampuan melempar bola, kemampuan menangkap bola, dan kemampuan memukul bola kasti. Hal ini berbeda dengan cabang olah raga permainan bola kecil lain, seperti: *rounders* yang telah memiliki alat baku untuk mengukur kecakapan bermain *rounders* sehingga dapat dipergunakan untuk mengukur dan

mengestimasi keterampilan bermain *rounders* untuk berbagai tingkat kecakapan siswa.

Beberapa teknik dasar permainan kasti hampir sama dengan teknik dasar bermain *rounders*, salah satu di antaranya adalah teknik melempar, menangkap bola, dan memukul bola kasti namun demikian karakteristik permainan kasti tidak dapat disamakan dengan permainan *rounders*. Teknik melempar, menangkap, dan memukul bola kasti merupakan teknik yang sangat urgen dalam permainan tersebut sehingga kedua kecakapan itu perlu dikuasai siswa. Oleh sebab itu perlu dibuat suatu tes permainan kasti yang dapat dipergunakan untuk mengukur kecakapan bermain kasti. Hal ini perlu dilakukan karena sampai saat ini sepanjang pengetahuan peneliti belum diketemukan alat evaluasi/tes baku yang dipergunakan untuk mengukur kemampuan bermain kasti.

Berangkat dari kemiripan antara permainan kasti dan *rounders* tersebut, maka peneliti ingin menyusun tes permainan kasti khususnya tes melempar, menangkap bola, dan tes memukul bola dengan memodifikasi dari tes *rounders* yang sudah ada (baku) melalui beberapa penyesuaian karakteristik permainan kasti. Dengan demikian perlu disusun serangkaian tes atau menyusun instrumen untuk mengukur kecakapan bermain kasti yang berbeda dengan kecakapan bermain *rounders*.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam persentase dengan teknik survei bertujuan mendeskripsikan kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa putra kelas IV dan kelas V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang Tahun Ajaran 2012/2013. Teknik yang dipergunakan untuk pengumpulan data dengan menggunakan tes dan pengukuran. Dalam penelitian ini, peneliti ingin memperoleh gambaran tentang tingkat kecakapan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa putra kelas IV dan kelas V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang, Tahun Ajaran 2012/2013 pada saat penelitian berlangsung tanpa pengujian hipotesis penelitian. Teknik tes dan pengukuran dipergunakan untuk memperoleh data tentang kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola kasti dalam penelitian ini.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Untuk menghindari terjadinya salah pengertian dalam penelitian ini maka perlu adanya batasan operasional variabel penelitian. Adapun variabel dalam penelitian ini adalah: tingkat kemampuan melempar bola, menangkap bola, serta memukul bola kasti siswa putra kelas IV dan kelas V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang. Kemampuan melempar bola kasti adalah kesanggupan atau keterampilan yang dimiliki setiap individu untuk menyalurkan tenaga ke suatu benda yang menghasilkan daya atau kekuatan ke

depan atau atas. Hasil lemparan siswa dengan menggunakan lemparan atas ke arah sasaran dengan jarak 10 meter yang dilakukan sebanyak 10 kali lemparan, yang diukur dengan tes kemampuan melempar bola kasti.

Sedangkan kemampuan menangkap bola kasti adalah kemampuan siswa menangkap bola yang diumpankan oleh teman saling berhadapan pada jarak 5 meter yang dilakukan sebanyak 10 kali menangkap bola. Berapa kali bola kasti yang dapat ditangkap siswa dari 10 kali kesempatan adalah sebagai skor tes menangkap bola kasti, yang diukur dengan tes kemampuan menangkap bola kasti. Sedangkan kemampuan memukul bola kasti dengan menggunakan tes memukul bola kasti sebanyak 10 kali kesempatan yang diumpankan oleh pengumpandan dari jarak 5 meter. Hasil pukulan yang dipakai sebagai skor tes adalah berapa kali testi mampu memukul bola kasti dengan benar, yang diukur dengan tes kemampuan memukul bola kasti.

C. Subjek penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra kelas IV yang berjumlah 9 siswa dan kelas V yang berjumlah 16 siswa. Sehingga jumlah siswa putra kelas IV dan V dalam penelitian ini berjumlah 25 siswa.

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam atau sosial yang diamati (Sugiyono, 2007: 97). Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 136) instrumen penelitian adalah alat

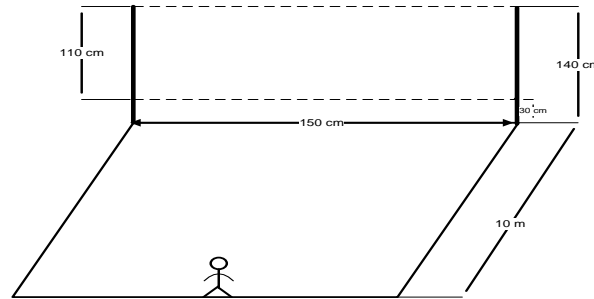
yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan lebih baik.

Instrumen yang dipergunakan dalam penelitian ini berupa pelaksanaan tes melempar, menangkap, dan memukul bola kasti dengan ketentuan-ketentuan khusus. Instrumen dalam penelitian ini adalah modifikasi tes ketrampilan bermain rounders oleh Sunardianta yang dikutip oleh Girat Suryanto (2012 : 25).

a. Tes Melempar Bola Kasti

- 1) Tujuan: untuk mengukur ketepatan/akurasi melempar ke sasaran yang telah ditentukan.
- 2) Peralatan: Lapangan kasti standar, bola, bendera, tali, peluit, tiang pancang, meteran, dan alat tulis.
- 3) Pelaksanaan: Testi berdiri di titik lemparan dengan memegang bola. Bola dilempar dengan melambung atau lemparan datar pada sasaran yang telah ditentukan. Sasaran lemparan adalah berupa rentangan tali atas yang pada ujungnya ditancapkan tongkat atau lembing setinggi 140 cm dan tali rentangan bawah setinggi 30 cm. Pada rentangan tali lebarnya adalah 1,5 cm. Jarak pelempar ke sasaran adalah 10 meter. Kesempatan testi melempar ke sasaran yang ditentukan sebanyak 10 kali kesempatan.
- 4) Penyebaran:
 - 1) Skor 1 : jika bola yang dilemparkan melalui rentangan tali.

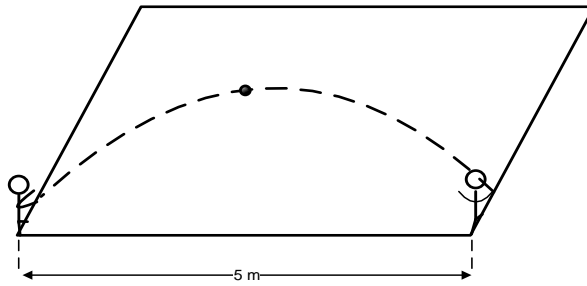
- 2) Skor 0 : jika bola yang dilemparkan melauai tali rentangan bagian bawah atau luar daerah sasaran.



Gambar 8. Posisi dan Sasaran Tes Melempar
Sumber : Skripsi Girat Suryanto (2012: 26)

b. Tes Menangkap Bola Kasti

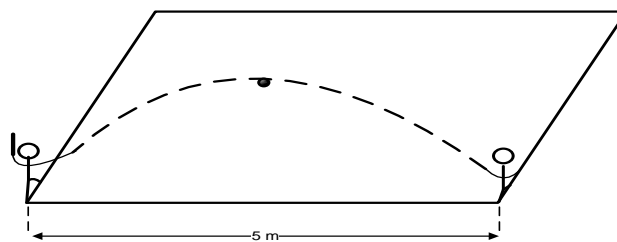
- 1) Tujuan: untuk mengukur kecakapan siswa dalam menangkap bola kasti.
- 2) Peralatan : 10 buah bola kasti, kotak sasaran yang digunakan untuk berdiri siswa yang akan melempar dan menangkap bola dengan jarak 5 meter.
- 3) Prosedur pelaksanaan tes :
 - a) Tes menangkap bola dilakukan sebanyak 10 kali kesempatan.
 - b) Posisi testi saling berhadapan dengan jarak 5 meter.
 - c) Bola harus dilemparkan dengan menggunakan lemparan atas kepala.
 - d) Apabila bola yang diumpankan tidak enak untuk ditangkap, maka testi diperkenankan boleh tidak menangkap
- 4) Penyeoran: tangkapan bola dianggap syah apabila bola dapat ditangkap testi dari tempat tes menangkap bola. Jumlah bola yang dapat ditangkap testi merupakan hasil dari tes menangkap bola kasti.



Gambar 9. Posisi dan Sasaran Tes Menangkap
Sumber : Skripsi Girat Suryanto (2012: 27)

c. Tes Memukul Bola Kasti

- 1) Tujuan: untuk mengukur kecakapan siswa dalam menangkap bola kasti.
- 2) Peralatan : 10 buah bola kasti, pemukul bola kasti
- 3) Prosedur pelaksanaan tes:
 - a) Tes memukul bola dilakukan sebanyak 10 kali kesempatan.
 - b) Kesempatan testi memukul bola yang dilempar sebanyak 10 kali kesempatan.
- 4) Penyekoran:
 - a) Skor 1 : jika bola yang dilempar berhasil dipukul.
 - b) Skor 0 : jika bola yang dilempar tidak berhasil dipukul



Gambar 10. Posisi dan Sasaran Tes Memukul
Sumber : Skripsi Girat Suryanto (2012: 28)

2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data ini dilakukan pada tanggal 22 sampai 23 Mei 2013. dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu :

- a. Melakukan tes keterampilan dasar bermain kasti.

Pelaksanaan tes :

Pad tanggal 22 Mei 2013 yang dimulai pada pukul 07.30 setiap siswa putra kelas V melakukan tes dengan materi tes meliputi gerakan melempar bola, menangkap bola, memukul bola kasti. begitu pula pada tanggal 23 Mei di waktu yang sama setiap siswa kelas IV melakukan tes dengan materi tes meliputi tes melempar, menangkap, dan memukul bola kasti secara urut sesuai dengan daftar presensi.

- b. Nilai yang diperoleh dalam tes yang sudah dilaksanakan tersebut akan menjadi dasar untuk menentukan kategori tingkat kecakapan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti.

E. Teknik Analisis Data

Setelah dilakukan penelitian maka akan diperoleh data-data mentah tentang kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti. Data yang diperoleh kemudian di analisis sebagai berikut :

1. Pengelompokan Hasil Tes

Hasil tes melempar, menangkap, dan memukul bola kasti dikelompokkan dan dikategorikan dari masing-masing siswa. Pengelompokan menjadi 5 kategori menggunakan rumus sebagai berikut

Table 1. Rumus pengelompokan 5 kategori

Kategori	Rentang Skor
Baik sekali	$X > M + 1,5 \text{ SD}$
Baik	$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$
Cukup	$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$
Kurang	$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$
Kurang sekali	$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Sumber: Anas Sudiono (1995: 453)

2. Teknik Analisis Data Penelitian

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis statistik deskriptif dengan persentase. Sebelumnya akan dikategorikan menjadi lima kategori berdasarkan nilai mean dan standar deviasi ideal.

Statistik deskriptif digunakan dengan tujuan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagai mana adanya (Sugiyono, 2002: 112). Selanjutnya untuk mengetahui persentase menggunakan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

Keterangan :

P : Presentase yang dicari
 F : Frekuensi
 N : Jumlah sampel

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa putra SD Tegalsari kelas IV dan V dilakukan pada tanggal 22,23 Mei 2013. Setiap siswa melakukan 10 kali melempar, menangkap, dan memukul bola kasti. Hasil dari tes, kemudian digolongkan dengan menggunakan 5 kriteria. yaitu, Baik Sekali, Baik, Cukup, Kurang, dan Kurang Sekali.

Hasil penelitian dari kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa putra SD Tegalsari kelas IV dan V, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang didapatkan data-data sebagai berikut :

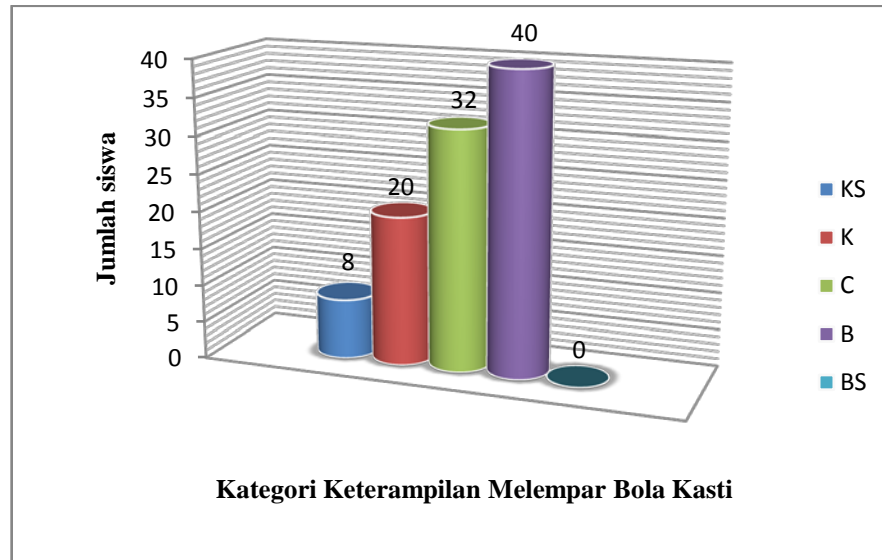
1. Kemampuan dasar melempar bola kasti siswa putra.

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa putra kelas IV dan V dengan skor tertinggi 9, dan skor terendah adalah 1, kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisa data dengan mean 5,50, dan SD 2,366 didapatkan kategori, seperti dalam tabel berikut :

Tabel 2. Distribusi frekuensi kemampuan dasar melempar bola kasti siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Candimulyo, Magelang

No.	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	%
1.	$\geq 9,1$	Baik Sekali	0	0
2.	6,9– 9,0	Baik	10	40
3.	4,8 – 6,8	Cukup	8	32
4.	2,6– 4,7	Kurang	5	20
5.	$\leq 2,5$	Kurang Sekali	2	8
Jumlah			25	100

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi kemampuan dasar melempar bola kasti siswa putra SD Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang kelas IV dan V dapat disajikan dalam gambar Diagram berikut :



Gambar 11. Diagram kemampuan dasar melempar bola kasti siswa Putra SD Tegalsari, Candimulyo, Magelang kelas IV dan V.

Dari tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan melempar dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 0 (0 %), kategorinya baik 10 (40 %), yang kategorinya cukup 8 (32 %) yang kategorinya kurang 5 (20 %), dan kurang sekali 2 (8 %).

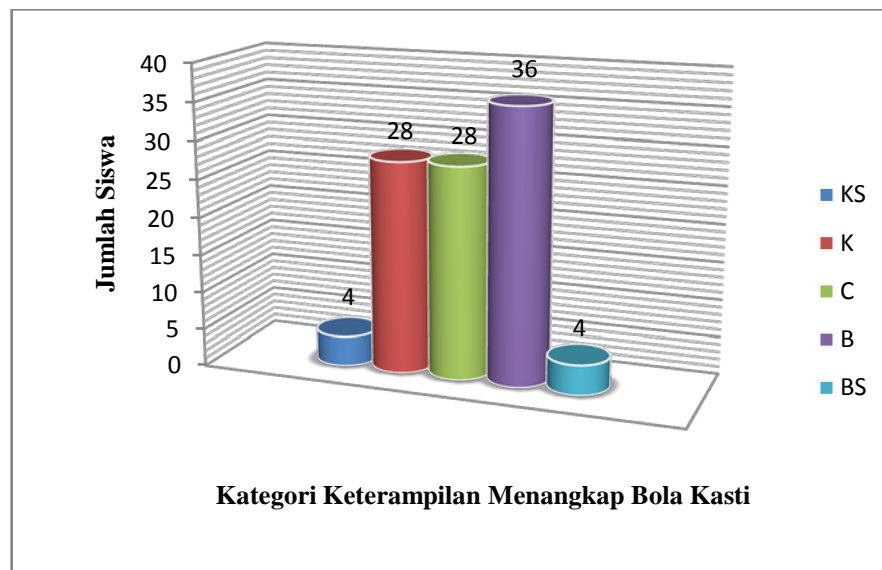
2. Kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa putra.

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa putra kelas IV dan V dengan skor tertinggi 9, dan skor terendah adalah 1, kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisa data dengan mean 5,80, dan SD 2,160 didapatkan kategori, seperti dalam tabel berikut :

Tabel 3. Distribusi frekuensi kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Candimulyo, Magelang

No.	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	%
1.	$\geq 9,6$	Baik Sekali	1	4
2.	8,6 – 9,5	Baik	9	36
3.	7,6 – 8,5	Cukup	7	28
4.	6,6 – 7,5	Kurang	7	28
5.	$\leq 6,5$	Kurang Sekali	1	4
Jumlah			25	100

Berdasarkan tabel 3 dapat disajikan dalam gambar Diagram berikut :



Gambar 12. Diagram kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa Putra SD Tegalsari, Candimulyo, Magelang kelas IV dan V.

Dari tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan menangkap dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 1 (4 %), kategorinya baik 9 (36 %), yang kategorinya cukup 7 (28 %) yang kategorinya kurang 7 (28 %), dan kurang sekali 1 (4 %).

3. Kemampuan dasar memukul bola kasti siswa putra.

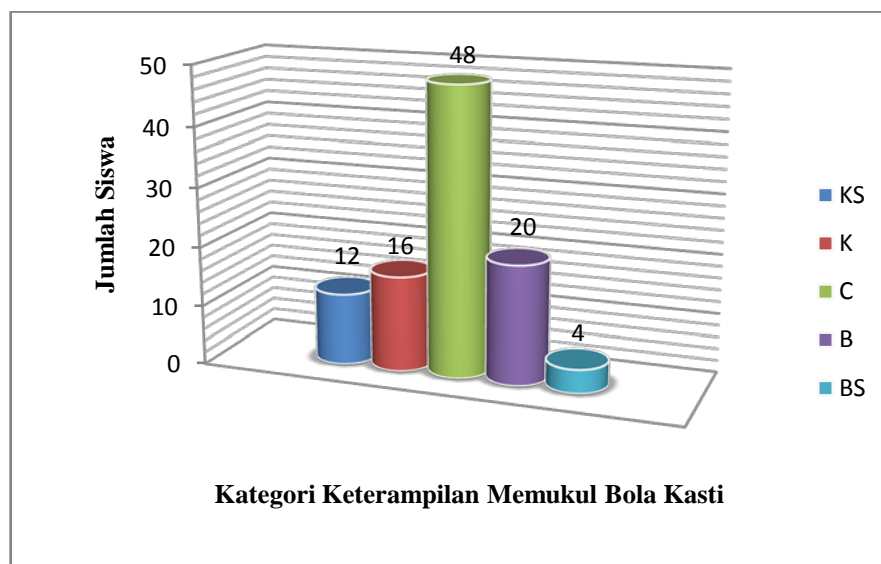
Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa putra kelas IV dan V dengan skor tertinggi 9, dan skor terendah adalah 1, kemudian

dikategorikan sesuai dengan hasil analisa data dengan mean 6,32, dan SD 2,015 didapatkan kategori, seperti dalam tabel berikut :

Tabel 4. Distribusi frekuensi kemampuan dasar memukul bola kasti siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Candimulyo, Magelang

No.	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	%
1.	$\geq 9,4$	Baik Sekali	1	4
2.	7,4 – 9,3	Baik	5	20
3.	5,4 – 7,3	Cukup	12	48
4.	3,3 – 5,3	Kurang	4	16
5.	$\leq 3,2$	Kurang Sekali	3	12
Jumlah			25	100

Berdasarkan tabel 4 dapat disajikan dalam gambar Diagram berikut :



Gambar 13. Diagram kemampuan dasar memukul bola kasti siswa Putra SD Tegalsari, Candimulyo, Magelang kelas IV dan V.

Dari tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan memukul dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 1 (4 %), kategorinya baik 5 (20 %), yang kategorinya cukup 12 (48 %) yang kategorinya kurang 4 (16%), dan kurang sekali 3 (12 %).

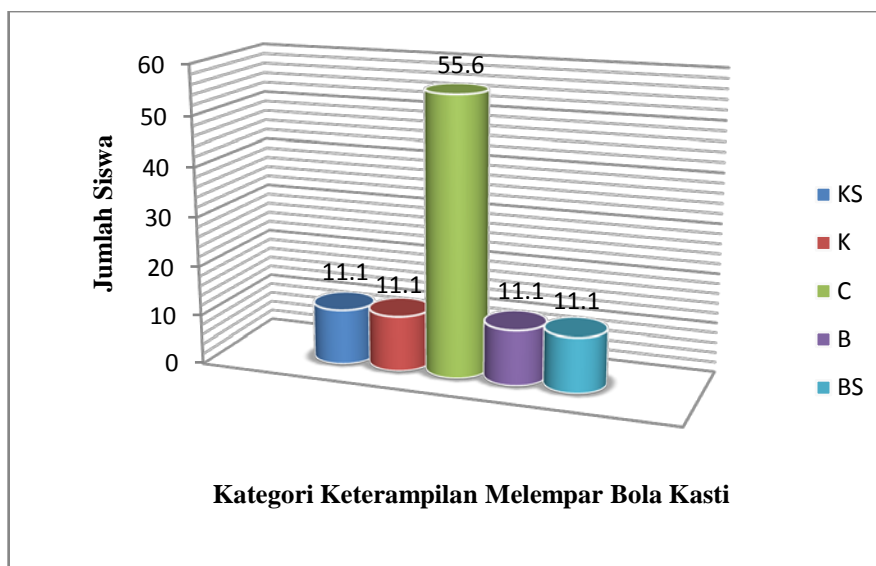
4. Kemampuan dasar melempar bola kasti siswa putra kelas IV

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa putra kelas IV dengan skor tertinggi 9, dan skor terendah adalah 3, kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisa data dengan mean 5,78, dan SD 1,856 kemudian dapat dikategorikan seperti dalam tabel berikut :

Tabel 5. Distribusi frekuensi kemampuan dasar melempar bola kasti siswa Putra kelas IV SD Negeri Tegalsari, Candimulyo, Magelang

No.	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	%
1.	$\geq 9,0$	Baik Sekali	1	11,1
2.	7,2 – 8,9	Baik	1	11,1
3.	5,5 – 7,1	Cukup	5	55,6
4.	3,8 – 5,4	Kurang	1	11,1
5.	$\leq 3,7$	Kurang Sekali	1	11,1
Jumlah			9	100

Berdasarkan tabel 5 dapat disajikan dalam gambar Diagram berikut :



Gambar 14. Diagram kemampuan dasar melempar bola kasti siswa Putra SD Tegalsari, Candimulyo, Magelang kelas IV.

Dari tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan melempar dengan kategori baik sekali adalah sebanyak

1 (11,1 %), kategorinya baik 1 (11,1 %), yang kategorinya cukup 5 (55,6 %) yang kategorinya kurang 1 (11,1 %), dan kurang sekali 1 (11,1 %).

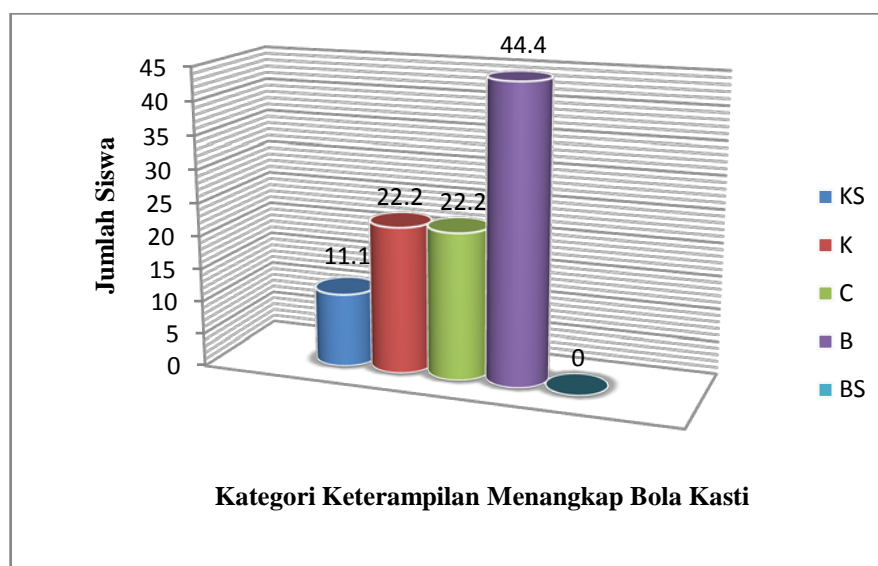
5. Kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa putra kelas IV

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa putra kelas IV dengan skor tertinggi 9, dan skor terendah adalah 3, kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisa data dengan mean 8,11, dan SD 1,269 kemudian dapat dikategorikan seperti dalam tabel berikut :

Tabel 6. Distribusi frekuensi kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa Putra kelas IV SD Negeri Tegalsari, Candimulyo, Magelang

No.	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	%
1.	$\geq 10,1$	Baik Sekali	0	0
2.	8,8 – 10,0	Baik	4	44,5
3.	7,5– 8,7	Cukup	2	22,2
4.	6,3 – 7,4	Kurang	2	22,2
5.	$\leq 6,2$	Kurang Sekali	1	11,1
Jumlah			9	100

Berdasarkan tabel 6 dapat disajikan dalam gambar Diagram berikut :



Gambar 15. Diagram kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa Putra SD Tegalsari, Candimulyo, Magelang kelas IV.

Dari tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan menangkap dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 0 (0 %), kategorinya baik 4 (44,5 %), yang kategorinya cukup 2 (22,2 %) yang kategorinya kurang 2 (22,2 %), dan kurang sekali 1 (11,1 %).

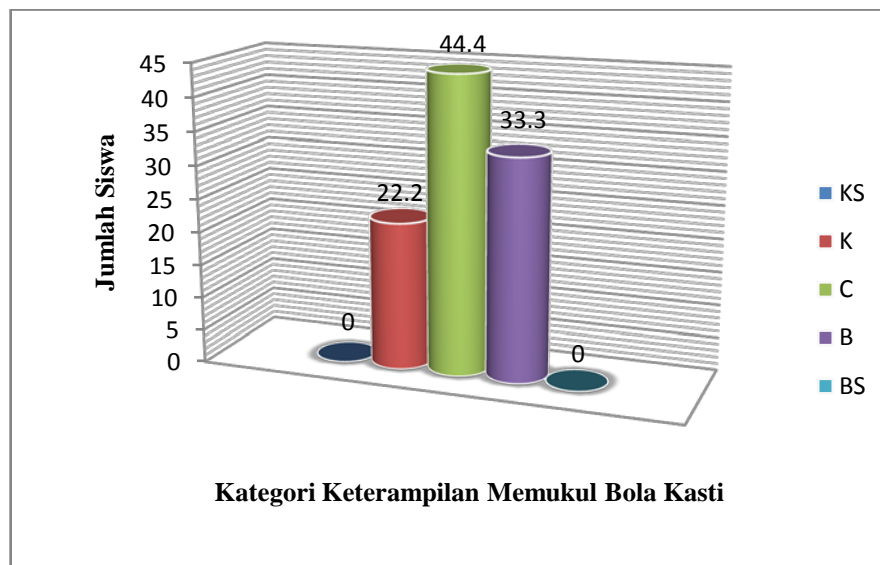
6. Kemampuan dasar memukul bola kasti siswa putra kelas IV

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa putra kelas IV dengan skor tertinggi 9, dan skor terendah adalah 3, kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisa data dengan mean 5,78, dan SD 1,856 kemudian dapat dikategorikan seperti dalam tabel berikut :

Tabel 7. Distribusi frekuensi kemampuan dasar memukul bola kasti siswa Putra kelas IV SD Negeri Tegalsari, Candimulyo, Magelang

No.	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	%
1.	$\geq 8,6$	Baik Sekali	0	0
2.	6,8 – 8,5	Baik	3	33,3
3.	4,9 – ,6,7	Cukup	4	44,5
4.	3,0 – 4,8	Kurang	2	22,2
5.	$\leq 2,9$	Kurang Sekali	0	0
Jumlah			9	100

Berdasarkan tabel 7 dapat disajikan dalam gambar Diagram berikut :



Gambar 16. Diagram kemampuan dasar memukul bola kasti siswa Putra SD Tegalsari, Candimulyo, Magelang kelas IV.

Dari tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan memukul dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 0 (0 %), kategorinya baik 3 (33,3 %), yang kategorinya cukup 4 (44,5 %) yang kategorinya kurang 2 (22,2 %), dan kurang sekali 0 (0 %).

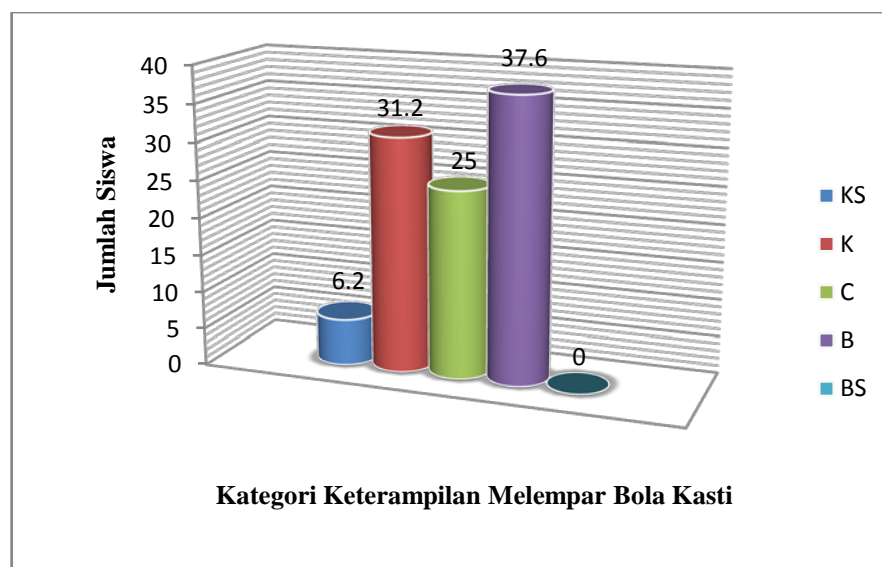
7. Kemampuan dasar melempar bola kasti siswa putra kelas V

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa putra kelas V dengan skor tertinggi 9, dan skor terendah adalah 1, kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisa data dengan mean 5,50, dan SD 2,366 kemudian dapat dikategorikan seperti dalam tabel berikut :

Tabel 8. Distribusi frekuensi kemampuan dasar melempar bola kasti siswa Putra kelas V SD Negeri Tegalsari, Candimulyo, Magelang

No.	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	%
1.	$\geq 9,1$	Baik Sekali	0	0
2.	6,7 – 9,0	Baik	6	37,6
3.	4,4 – 6,6	Cukup	4	25
4.	2,0 – 4,3	Kurang	5	31,2
5.	$\leq 1,9$	Kurang Sekali	1	6,2
Jumlah			16	100

Berdasarkan tabel 8 dapat disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 17. Diagram kemampuan dasar melempar bola kasti siswa Putra SD Tegalsari, Candimulyo, Magelang kelas V.

Dari tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan melempar dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 0 (0 %), kategorinya baik 6 (37,6 %), yang kategorinya cukup 4 (25 %) yang kategorinya kurang 5 (31,2 %), dan kurang sekali 1 (6,2 %).

8. Kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa putra kelas V

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa putra kelas V dengan skor tertinggi 9, dan skor terendah adalah 1, kemudian dikategorikan

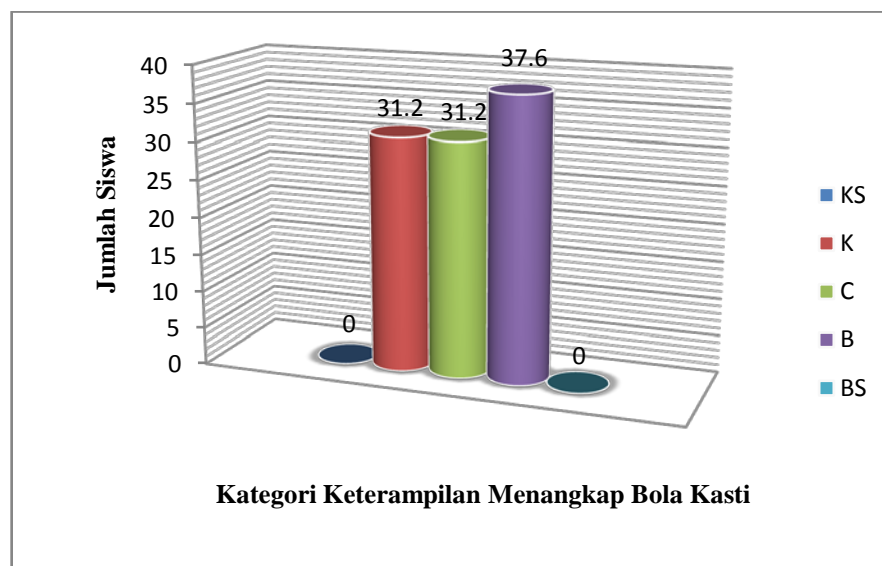
sesuai dengan hasil analisa data dengan mean 8,06, dan SD 0,854

kemudian dapat dikategorikan seperti dalam tabel berikut :

Tabel 9. Distribusi frekuensi kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa Putra kelas V SD Negeri Tegalsari, Candimulyo, Magelang

No.	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	%
1.	> 9,4	Baik Sekali	0	0
2.	8,4 – 9,3	Baik	6	37,6
3.	7,7 – 8,3	Cukup	5	31,2
4.	6,8 – 7,6	Kurang	5	31,2
5.	≤ 6,7	Kurang Sekali	0	0
Jumlah			16	100

Berdasarkan tabel 9 dapat disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 18. Diagram kemampuan dasar menangkap bola kasti siswa Putra SD Tegalsari, Candimulyo, Magelang kelas V.

Dari tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan menangkap dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 0 (0 %), kategorinya baik 6 (37,6 %), yang kategorinya cukup 5 (31,2 %) yang kategorinya kurang 5 (31,2 %), dan kurang sekali 0 (0 %).

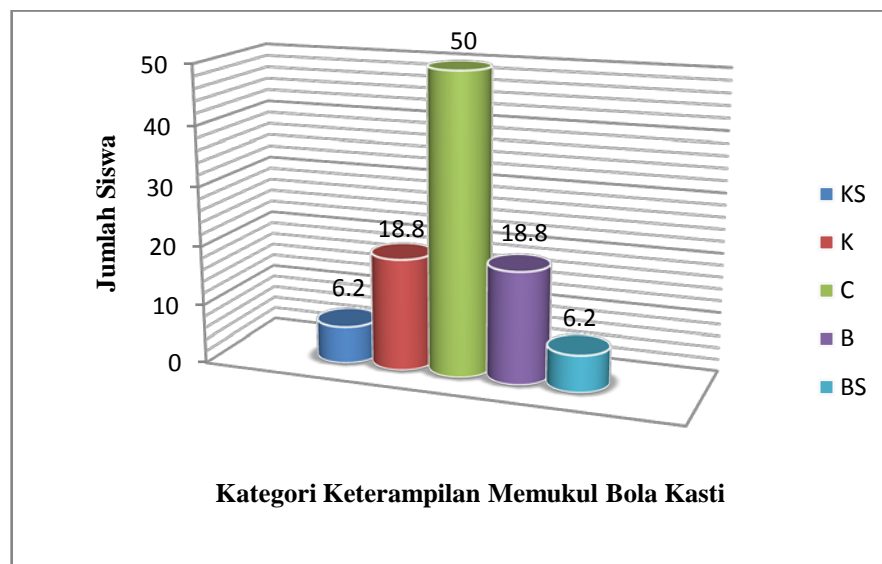
9. Kemampuan dasar memukul bola kasti siswa putra kelas V

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa putra kelas V dengan skor tertinggi 9, dan skor terendah adalah 1, kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisa data dengan mean 6,62, dan SD 2,094 kemudian dapat dikategorikan seperti dalam tabel berikut :

Tabel 10. Distribusi frekuensi kemampuan dasar memukul bola kasti siswa Putra kelas V SD Negeri Tegalsari, Candimulyo, Magelang

No.	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	%
1.	$\geq 9,8$	Baik Sekali	1	6,2
2.	7,7 – 9,7	Baik	3	18,8
3.	5,6 – 7,6	Cukup	8	50
4.	3,5 – 5,5	Kurang	3	18,8
5.	$\leq 3,4$	Kurang Sekali	1	6,2
Jumlah			16	100

Berdasarkan tabel 10 kemampuan dasar memukul bola kasti siswa Putra kelas V SD Negeri Tegalsari dapat disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 19. Diagram kemampuan dasar memukul bola kasti siswa Putra SD Negeri Tegalsari, Candimulyo, Magelang kelas V.

Dari tabel dan gambar di atas dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan memukul dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 1 (6,2 %), kategorinya baik 3 (18,8 %), yang kategorinya cukup 8 (50 %) yang kategorinya kurang 3 (18,8 %), dan kurang sekali 1 (6,2 %).

B. Pembahasan.

Melempar, menangkap, memukul bola kasti merupakan keterampilan dasar yang harus dimiliki untuk dapat bermain kasti dengan baik, keterampilan dasar yang baik dalam bola kasti akan sangat mendukung permainan bola kasti yang baik juga, sehingga untuk mencapai tujuan permainan yang baik seorang anak harus menguasai teknik-teknik dasar pada bola kasti. Teknik-teknik dasar permainan bola kasti dapat dibedakan sebagai berikut: melempar, menangkap, memukul.

Keterampilan ini untuk anak sekolah dasar perlu dilatih agar menghasilkan keterampilan sesuai dengan yang diharapkan. Karena pembelajaran akan tepat sasaran apabila diketahui data-data tentang keterampilan dari masing-masing siswa .

Penelitian yang dilakukan pada siswa putra SD Negeri Tegalsari kelas IV dan V tentang keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti hasilnya bervariasi. Secara keseluruhan kemampuan melempar, menangkap, dan memukul permainan bola kasti siswa putra SD Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang kategorinya baik. Secara rinci kategorinya adalah sebagai berikut :

Kemampuan melempar bola kasti dari hasil analisis data diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan melempar dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 0 (0 %), kategorinya baik 10 (40 %), yang kategorinya cukup 8 (32 %) yang kategorinya kurang 5 (20 %), dan kurang sekali 2 (8 %). Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa keterampilan melempar bola kasti siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang kemampuannya adalah baik.

Sedangkan kemampuan menangkap bola kasti siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan menangkap dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 1 (4 %), kategorinya baik 9 (36 %), yang kategorinya cukup 7 (28 %) yang kategorinya kurang 7 (28 %), dan kurang sekali 1 (4 %). Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa keterampilan menangkap bola kasti siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Candimulyo, Magelang kemampuannya adalah baik.

Kemampuan memukul bola kasti siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat kemampuan memukul dengan kategori baik Sekali adalah sebanyak 1 (4 %), kategorinya baik 5 (20 %), yang kategorinya cukup 12 (48 %) yang kategorinya kurang 4 (16%), dan kurang sekali 3 (12 %). Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa keterampilan memukul bola kasti siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang kemampuannya adalah cukup.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa kemampuan melempar bola kasti siswa putra tingkat kemampuannya pada kategori baik. Sama halnya dengan kemampuan menangkap bola kasti siswa putra kemampuannya juga pada kategori baik.

Sedangkan kemampuan memukul bola kasti yang dilakukan oleh siswa putra SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang dari hasil penelitian adalah cukup. Kemampuan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti hasilnya belum pada kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti setiap siswa berbeda-beda. Semua perbedaan tersebut disebabkan karena kondisi fisik setiap siswa berbeda, bentuk latihan berbeda, dan gizi setiap siswa juga berbeda. Maka dari itu seharusnya siswa belajar teknik bermain kasti walaupun dengan model bermain, tidak langsung pada bermain sesungguhnya.

Dengan demikian teknik-teknik secara individu dapat dikuasai dengan baik, sehingga ketika dilakukan tes hasilnya akan baik. Selain teknik yang belum dikuasai siswa kecakapan tubuh siswa masih kurang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini sesuai dengan permasalahan dan hasil penelitian serta pembahasan dalam penelitian dapat diketahui bahwa kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang yaitu, siswa putra yang tingkat kemampuan melempar dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 0 (0 %), baik 10 (40 %), cukup 8 (32 %), kurang 5 (20 %), dan kurang sekali 2 (8 %). Kemampuan menangkap bola kasti siswa putra, kategori baik sekali 1 (4 %), baik 9 (36 %), cukup 7 (28 %) kurang 7 (28 %), dan kurang sekali 1 (4 %). Tingkat kemampuan memukul dengan kategori baik sekali 1 (4 %), baik 5 (20 %), cukup 12 (48 %) kurang 4 (16%), dan kurang sekali 3 (12 %). Dari hasil di atas menunjukkan bahwa tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti setiap siswa berbeda beda. Hal ini dikarenakan kondisi fisiknya berbeda, bentuk latihan berbeda, dan gizi setiap siswa juga berbeda.

B. Implikasi

Hasil penelitian yang diperoleh ini dapat diimplikasikan bagi perkembangan pola pengajaran di SD umumnya dan SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang pada khususnya. Guru pendidikan jasmani sekolah dasar hendaknya dapat mengetahui kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti, sehingga dapat merancang pembelajaran untuk peningkatan hasil pembelajarannya.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini sudah dilakukan dan diusahakan dengan seksama, tetapi masih banyak keterbatasan dan kelemahan antara lain :

1. Peneliti tidak mengontrol kondisi fisik dan psikis siswa terlebih dahulu apakah siswa dalam keadaan fisik yang baik atau tidak saat melakukan tes.
2. Penelitian atau pengambilan data hanya dilakukan satu kali sehingga kurang dapat menggambarkan keadaan yang sebenarnya. Untuk mengetahui keadaan yang sebenarnya kemungkinan pengambilan data dilakukan lebih dari satu kali.
3. Peneliti seharusnya mengkorelasikan tes pertama dengan tes kedua, sehingga akan diketahui tes yang dilakukan saling berhubungan atau tidak.
4. Instrumen kemampuan melempar, menangkap, dan memukul menggunakan tes rounders.

D. Saran – saran

Setelah dilakukan penelitian, ada beberapa saran yang dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk peningkatan pembelajaran pendidikan jasmani yaitu :

1. Bagi sekolah

Perlu penyediaan fasilitas untuk mendukung pengajaran pendidikan jasmani.

2. Bagi Guru

Guru pendidikan jasmani hendaknya selalu mengadakan tes dan pengukuran untuk mengetahui perkembangan keterampilan anak didiknya.

3. Bagi Siswa

Agar siswa mempunyai kemampuan bermain bola kasti yang bagus hendaknya dilakukan latihan yang intensif, terutama bagi siswa yang masih mempunyai keterampilan dasar bermain bola kasti kurang dan kurang sekali.

4. Bagi Peneliti Lain

Kepada peneliti lain yang tertarik untuk meneliti keterampilan dasar bermain bola kasti hendaknya mengadakan penelitian lebih lanjut dengan menggali data penelitian yang lebih bervariasi dan dihubungkan dengan unsur – unsur lainnya juga dengan jumlah sampel yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Amung Ma'mun, Yudha M. Saputra (1997/ 2000), *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta : Depdikbud.
- Depdikbud. (1989). *UU RI No. 2 Tahun 1989 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta : Anneka.
- Depdikbud. (1995/1996). *Pengajaran Permainan di Sekolah Dasar*. Jakarta.
- _____. (1994). *Petunjuk Pelaksanaan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Depdikbud RI.
- Desi Ambarwati. (2010). Kemampuan Dasar Bermain Kasti Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri I Paseban Bayat Klaten. *Skripsi*. Yogyakarta: UNY.
- Dwi Ratno. (2012) Keterampilan Dasar Bermain Bola Kasti Siswa Putra Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Karangpakis 03 Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap. *Skripsi*. Yogyakarta: UNY
- Endang Rini Sukamti, (2007), *Diklat Perkembangan Motorik*. Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta.
- Girat suryanto. Tingkat Kecakapan Melempar, Menangkap, Dan Memukul Bola Kasti Siswa Putra SD Negeri Percobaan 2 Kecamatan Depok Kabupaten Sleman Tahun 2011/2012. *Skripsi*. Yogyakarta: UNY
- Mochamad Djumidar A.Widya. (2004). *Gerak-Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*. Jakarta :PT Raja Grafindo Persada.
- Nursidik Kurniawan (2007) (www.nhowitzer.multiply.com).
- Pedoman Penulisan Tugas Akhir. (2011). Universitas Negeri Yogyakarta
- Rustandi, Endi. (2009) (www.eocomunity.com)
- Srihati Waryati dkk. (1993). *Materi Pokok Pendidikan Permainan Kecil*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sugiyono. (2005). *Statisik Untuk Penelitian*. Bandung : Apha Beta
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Bina Aksara.
- Supriyanti. (2008). *Bermain Kasti*. Semarang: Aneka Ilmu.

Tisnowati Tamat dan Moekarto Mirman. (2005). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Universitas Terbuka.

www.mypulau.com.(2005)

Yanuar Kiram. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar pengesahan

LEMBAR PENGESAHAN

Proposal Penelitian Tentang:

“TINGKAT KECAKAPAN MELEMPAR, MENANGKAP, DAN MEMUKUL BOLA
KASTI SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI TEGALSARI KECAMATAN
CANDIMULYO KABUPATEN MAGELANG “

Nama : Yitno

NIM : 11601247159

Prodi : PKS PGSD Pendidikan Jasmani

Telah diperiksa dan dinyatakan layak untuk diteliti

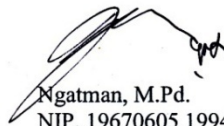
Yogyakarta, 10 Mei 2013

Ketua Prodi PGSD Penjas



Sriawan, M.Kes
NIP.19580830 198703 1 003

Dosen Pembimbing




Ngatman, M.Pd.
NIP. 19670605 199403 1 001

Kasubag Pendidikan FIK UNY



Sutyem, S. Si
NIP.19760522 199903 2 001

Lampiran 2. Permohonan Izin Penelitian

	KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255
<hr/>	
Nomor : 235/UN.34.16/PP/2013	13 Mei 2013
Lamp. : 1 Eks.	
H a l : Permohonan Izin Penelitian	
Yth. : Ka. UPTD Kec. Candimulyo Kab. Magelang, Jawa Tengah	
<p>Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :</p>	
Nama :	Yitno
NIM :	11601247159
Program Studi :	S-1 PGSD Penjas (PKS)
Penelitian akan dilaksanakan pada :	
Waktu :	Mei s.d. Juni 2013
Tempat/obyek :	SD Negeri Tegalsari, Kec. Candimulyo, Kab. Magelang.
Judul Skripsi :	Tingkat Kecakapan Melempar, Menangkap, Dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV Dan V SD Negeri Tegalsari Kec. Candimulyo, Kab. Magelang.
<p>Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.</p>	
<div style="text-align: center;"> Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S. NIP. 19600824 198601 1 001</div>	
Tembusan :	
1. Kepala Sekolah SD Negeri Tegalsari	
2. Koordinator S-1 PGSD Penjas	
3. Pembimbing TAS	
4. Mahasiswa ybs.	

Lampiran 3. Rekomendasi Izin Penelitian

 PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG UPT DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAHA KECAMATAN CANDIMULYO <small>Kompleks Kecamatan Candimulyo No. 31 ☎ (0293) 5511003 ✉ 56191</small>	
<hr/>	
Nomor : 070 / 189 / 20.15.UPT / 2013	Candimulyo, 15 Mei 2013
Sifat : Segera	Kepada
Perihal : Rekomendasi Izin Penelitian	Yth : Yitno
	Ngrantunan Rt/Rw 03/06
	Sonorejo

Dasar : Surat Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta nomor : 235 / UN.3416 / PP / 2013, tanggal 13 Mei 2013 perihal permohonan izin penelitian.

Dengan ini kami memberikan izin penelitian kepada saudara :

Nama : Yitno
Pekerjaan : Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta
NIM : 11601247159
Program Studi : S-1 PGSD Penjas (PKS)
Lokasi : SD Negeri Tegalsari Kecamatan Candimulyo
Waktu : Mei s/d Juni 2013

Dengan ketentuan-ketentuan sebagai berikut :

1. Melapor kepada Kepala Sekolah Dasar Negeri Tegalsari untuk mendapatkan petunjuk seperlunya
2. Wajib menjaga tata tertib dan menta'ati ketentuan-ketentuan yang berlaku
3. Tidak mengganggu proses kegiatan belajar mengajar
4. Surat izin ini dapat dicabut, apabila pemegang surat ini tidak mentaati peraturan yang berlaku.

Demikian untuk dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab, atas perhatiannya diucapkan terima kasih


Dra. TITI PURWANINGSIH
Pembina
NIP. 19640518 198304 2 002

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD Negeri Tegalsari
- ② 2. Koordinator S-1 PGSD Penjas UNY
3. Arsip

Lampiran 4. Hasil Olah Data

KELAS IV

Statistics				
		MELEMPAR	MENANGKAP	MEMUKUL
N	Valid	9	9	9
	Missing	0	0	0
Mean		6.33	8.11	5.7778
Median		6.00	8.00	6.0000
Mode		6	9	6.00
Std. Deviation		1.732	1.269	1.85592
Variance		3.000	1.611	3.444
Range		6	4	5.00
Minimum		3	6	3.00
Maximum		9	10	8.00
Sum		57	73	52.00

Frequency Table

MELEMPAR				
		Frequency	Percent	Cumulative Percent
Valid	3	1	11.1	11.1
	5	1	11.1	22.2
	6	3	33.3	55.6
	7	2	22.2	77.8
	8	1	11.1	88.9
	9	1	11.1	100.0
Total		9	100.0	

MENANGKAP

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6	1	11.1	11.1	11.1
	7	2	22.2	22.2	33.3
	8	2	22.2	22.2	55.6
	9	3	33.3	33.3	88.9
	10	1	11.1	11.1	100.0
	Total	9	100.0	100.0	

MEMUKUL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3	2	22.2	22.2	22.2
	5	1	11.1	11.1	33.3
	6	3	33.3	33.3	66.7
	7	1	11.1	11.1	77.8
	8	2	22.2	22.2	100.0
	Total	9	100.0	100.0	

KELAS V

Statistics

		MELEMPAR	MENANGKAP	MEMUKUL
N	Valid	16	16	16
	Missing	0	0	0
Mean		5.50	8.06	6.6250
Median		6.00	8.00	7.0000
Mode		4 ^a	9	7.00
Std. Deviation		2.366	.854	2.09364
Variance		5.600	.729	4.383
Range		8	2	9.00
Minimum		1	7	1.00
Maximum		9	9	10.00
Sum		88	129	106.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Frequency Table

MELEMPAR

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	6.2	6.2	6.2
	2	1	6.2	6.2	12.5
	3	1	6.2	6.2	18.8
	4	3	18.8	18.8	37.5
	5	1	6.2	6.2	43.8
	6	3	18.8	18.8	62.5

7	3	18.8	18.8	81.2
8	1	6.2	6.2	87.5
9	2	12.5	12.5	100.0
Total	16	100.0	100.0	

MENANGKAP

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 7	5	31.2	31.2	31.2
8	5	31.2	31.2	62.5
9	6	37.5	37.5	100.0
Total	16	100.0	100.0	

MEMUKUL

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	1	6.2	6.2	6.2
4	1	6.2	6.2	12.5
5	2	12.5	12.5	25.0
7	8	50.0	50.0	75.0
8	2	12.5	12.5	87.5
9	1	6.2	6.2	93.8
10	1	6.2	6.2	100.0
Total	16	100.0	100.0	

KELAS IV dan V

Statistics				
		MELEMPAR	MENANGKAP	MEMUKUL
N	Valid	16	16	16
	Missing	0	0	0
Mean		5.50	8.06	6.6250
Median		6.00	8.00	7.0000
Mode		4 ^a	9	7.00
Std. Deviation		2.366	.854	2.09364
Variance		5.600	.729	4.383
Range		8	2	9.00
Minimum		1	7	1.00
Maximum		9	9	10.00
Sum		88	129	106.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Frequency Table

MELEMPAR					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	6.2	6.2	6.2
	2	1	6.2	6.2	12.5
	3	1	6.2	6.2	18.8
	4	3	18.8	18.8	37.5
	5	1	6.2	6.2	43.8
	6	3	18.8	18.8	62.5
	7	3	18.8	18.8	81.2
	8	1	6.2	6.2	87.5

9	2	12.5	12.5	100.0
Total	16	100.0	100.0	

MENANGKAP

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7	5	31.2	31.2	31.2
	8	5	31.2	31.2	62.5
	9	6	37.5	37.5	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

MEMUKUL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	6.2	6.2	6.2
	4	1	6.2	6.2	12.5
	5	2	12.5	12.5	25.0
	7	8	50.0	50.0	75.0
	8	2	12.5	12.5	87.5
	9	1	6.2	6.2	93.8
	10	1	6.2	6.2	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Lampiran 5. Foto Kegiatan Penelitian

Kegiatan Melempar



Kegiatan Menangkap



Kegiatan Memukul





PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG
UPT DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA
KECAMATAN CANDIMULYO
SD NEGERI TEGALSARI

Jalan Candimulyo-Blabak ,Tegalsari, Candimulyo, Magelang KP. 56191

NIS : 100200

NPSN : 20307414

NSS : 101030815030

SURAT KETERANGAN

Nomor : 800/30/20.15.28.SD/2013

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **RAHAYU, M. Pd.**
NIP : 19640406 198806 2 001
Pangkat, Gol/Ruang : Pembina, IV/a
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SD Negeri Tegalsari
Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang

menerangkan bahwa :

Nama : **YITNO**
NIM : 11601247159
Program Studi : PKS PGSD Penjas
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Alamat Rumah : Ngrantunan, Sonorejo
Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang

Benar-benar telah melaksanakan penelitian untuk tugas akhir skripsi dengan judul
"TINGKAT KECAKAPAN MELEMPAR, MENANGKAP, DAN MEMUKUL BOLA KASTI
SISWA PUTRA KELAS IV DAN V SDN TEGALSARI KECAMATAN CANDIMULYO
KABUPATEN MAGELANG" pada tanggal 22 s.d 23 Mei 2013 di SD Negeri Tegalsari
Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang.

Demikian Surat Keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan
sebagaimana mestinya.

Candimulyo, 15 Juli 2013
KEPALA SEKOLAH

RAHAYU, M. Pd.
Pembina
NIP 19640406 198806 2 001

Lampiran 7 . Data Hasil Psenelitian

KELAS IV			
NO	LEMPAR	TANGKAP	PUKUL
1.	8	9	7
2.	6	9	6
3.	6	9	8
4.	6	8	3
5.	7	10	3
6.	5	8	6
7.	9	7	5
8.	7	7	6
9.	3	6	8
KELAS V			
NO	LEMPAR	TANGKAP	PUKUL
1.	1	9	7
2.	6	8	7
3.	7	8	4
4.	6	9	7
5.	3	7	7
6.	9	8	7
7.	8	7	10
8.	2	7	5
9.	7	9	7
10.	7	8	7
11.	4	8	8
12.	9	9	7
13.	4	7	5
14.	6	9	8
15.	4	9	1
16.	5	7	9