

**PENINGKATAN EFEKTIFITAS BELAJAR LEMPAR CAKRAM  
DENGAN PENDEKATAN MEDIA ROTKRAM PADA SISWA  
KELAS V SD TIRTOMULYO KRETEK KECAMATAN  
BANTUL DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

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



Oleh:  
Giyanta  
NIM. 15604227012

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2017**

## PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “Peningkatan Efektifitas Belajar Lempar Cakram Dengan Pendekatan Media Rotkram Pada Siswa Kelas V SD Tirtomulyo Kretek Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta”, yang disusun oleh Giyanta, NIM 15604227012 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.



Yogyakarta, Juni 2017

Pembimbing,

**Drs. Sriawan, M.Kes.**  
**NIP. 19580830 198703 1 003**

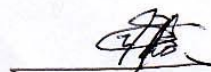
## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Peningkatan Efektifitas Belajar Lempar Cakram Dengan Pendekatan Media Rotkram Pada Siswa Kelas V SD Tirtomulyo Kretek Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta” 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, 20 Juni 2017

Yang menyatakan



**Giyanta**  
**NIM 15604227012**

## HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

### PENINGKATAN EFEKTIFITAS BELAJAR LEMPAR CAKRAM DENGAN PENDEKATAN MEDIA ROTKRAM PADA SISWA KELAS V SD TIRTOMULYO KRETEK KECAMATAN BANTUL DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

Disusun oleh:

Giyanta  
NIM. 15604227012

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 20 Juli 2017

#### TIM PENGUJI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. Sriawan, M.Kes. Ketua Penguji/ Pembimbing		2/8.17
Herka Maya Jatmika, M.Pd. Sekretaris		31/7.2017
A. Erlina Listyarini, M.Pd. Penguji		31/7.2017

Yogyakarta, 3 Agustus 2017  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan



**Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.**

NIP. 19640707 198812 1 001

## **MOTTO**

1. Kehidupan anda akan jauh lebih baik jika anda berpegang teguh pada kebenaran (Mario Teguh).
2. Hidup adalah mempersembahkan yang terbaik (Penulis).

## **PERSEMBAHAN**

Aku persembahkan skripsi ini kepada yang telah memberikan bantuan serta dukungan baik moril maupun materiil, serta terima kasihku kepada:

1. (Alm) Theresia Widyastuti, istriku tercinta. Semangat bagi diriku untuk menyelesaikan pendidikan strata I.
2. Yulias Aditya Eko W dan Bernadeta Mirani R, anak-anakku yang kusayangi.

**PENINGKATAN EFEKTIFITAS BELAJAR LEMPAR CAKRAM  
DENGAN PENDEKATAN MEDIA ROTKRAM PADA SISWA  
KELAS V SD TIRTOMULYO KRETEK KECAMATAN  
BANTUL DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

**Oleh:  
Giyanta  
NIM. 15604227012**

**ABSTRAK**

Permasalahan penelitian adalah pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani khususnya dalam atletik lempar cakram tidak maksimal dan kurang efisien dari segi waktu karena keterbatasan alat. Penelitian ini bertujuan mengetahui hasil peningkatan efektifitas belajar lempar cakram dengan pendekatan media rotkram pada siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas. Subjek penelitian adalah siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul tahun pelajaran 2016/2017 sejumlah 22 siswa. Penelitian tindakan selama dua siklus, setiap siklus dengan dua kali pertemuan, setiap pertemuan selama 105 menit. Data yang diambil oleh peneliti dan kolaborator dengan menggunakan instrumen berupa lembar observasi pengamatan perkembangan siswa dan tes unjuk kerja siswa melakukan lempar cakram. Teknik analisis data yang digunakan secara berturutan dalam penelitian ini yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses pembelajaran atletik lempar cakram melalui pendekatan modifikasi media rotkram dapat meningkat. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan dari tiap siklus yang diberikan selama tindakan berlangsung. Peningkatan tersebut meliputi peningkatan keaktifan siswa dalam pembelajaran yang ditunjukkan dengan antusias siswa untuk mengikuti proses pembelajaran dan terlihat banyak siswa yang memperoleh kesempatan mencoba tugas yang diberikan guru dalam proses pembelajaran. Pembelajaran menjadi efektif dengan adanya hasil yang didapat atau tujuan proses pembelajaran tercapai. Peningkatan kreatifitas siswa yang ditunjukkan dengan adanya siswa yang menghasilkan ide baru untuk menyelesaikan tugas yang diberikan guru di dalam proses pembelajaran. Pembelajaran yang menyenangkan ditunjukkan dengan peningkatan motivasi dalam mengikuti proses pembelajaran dan siswa terlihat senang selama pembelajaran, sehingga tujuan pembelajaran dan hasil belajar siswa dapat meningkat serta peningkatan hasil tes keterampilan lempar cakram yang sebagian besar siswa telah memenuhi KKM (75).

**Kata kunci : *Efektivitas, Lempar Cakram, Siswa SD, Pendekatan, Rotkram.***

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur atas kehadiran Tuhan YME, atas segala limpahan rahmat dan hidayahnya, sehingga proses penyusunan skripsi yang berjudul “Peningkatan Efektifitas Belajar Lempar Cakram Dengan Pendekatan Media Rotkram Pada Siswa Kelas V SD Tirtomulyo Kretek Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta”, dapat tersusun dan terselesaikan. Skripsi ini di buat untuk sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Jasmani di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Keberhasilan penulis dalam penyusunan skripsi ini dapat terwujud berkat bantuan, bimbingan, masukan, dan kerjasama dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya, kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd., Rektor UNY yang telah mengizinkan penulis untuk kuliah di FIK UNY.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY yang telah memberikan ijin dalam pelaksanaan penelitian untuk penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Guntur, M.Pd., Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY atas segala kemudahan yang diberikan
4. Bapak Dr. Subagyo, M.Pd., Ketua Program Studi PGSD Penjas yang telah menyetujui dan mengizinkan pelaksanaan penelitian ini.
5. Bapak Sriawan, M.Kes., Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, masukan, dan pengarahan selama penyusunan skripsi ini.

6. Bapak. Dr. Subagyo, M.Pd., Dosen Penasehat Akademik yang telah membantu penulis dalam permasalahan akademik dan penyusunan skripsi.
7. Bapak/Ibu dosen yang telah memberikan bimbingan dan ilmu yang bermanfaat, serta seluruh staf karyawan FIK UNY yang telah memberikan pelayanan untuk kelancaran penulisan skripsi ini.
8. Ibu Titis Nur Widiningsih, M.Pd., selaku Kepala Sekolah SD Trimulyo Kretek Bantul, terima kasih atas dukungan dan bantuannya selama penelitian berlangsung.

Skripsi ini masih jauh dari sempurna. Saran dan masukan yang bersifat membangun, sangat penulis harapkan dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan penyusun pada khususnya.

Yogyakarta, 20 Juni 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

	halaman
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>MOTTO</b> .....	v
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II. KAJIAN TEORI</b>	
A. Deskripsi Teoritik.....	9
1. Hakikat Media Pembelajaran .....	9
2. Hakikat Atletik Lempar Cakram .....	13
3. Pengertian Rotkram (Rotan Cakram).....	20
4. Silabus Kelas V Sekolah Dasar Semester II.....	22
5. Karakteristik Anak di Sekolah Dasar .....	22
B. Penelitian yang Relevan .....	26
C. Kerangka Berpikir .....	28

<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	30
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	35
C. Subjek Penelitian .....	35
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	36
E. Sumber dan Jenis Data .....	37
F. Instrumen Penelitian.....	37
G. Analisis Data .....	44
H. Indikator Efektivitas Keberhasilan .....	47
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Proses Penelitian.....	48
B. Peningkatan Hasil Tes .....	64
C. Pembahasan .....	66
<b>BAB V. KESIMPULAN IMPLIKASI SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	67
B. Implikasi .....	68
C. Keterbatasan Penelitian .....	68
D. Saran .....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>70</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>73</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Karakteristik Media Rotkram (Rotan Cakram).....	20
Tabel 2. Jumlah Siswa Kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul Tahun Ajaran 2016/ 2017 .....	35
Tabel 3. Data Kolaborator .....	37
Tabel 4. Lembar Observasi Pengamatan Partisipasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Lempar Cakram .....	38
Tabel 5. Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak Lempar Cakram Menggunakan Modifikasi Media Rotkram .....	40
Tabel 6. Kriteria Penilaian Lempar Cakram .....	41
Tabel 7. Skor Alternatif Jawaban .....	43
Tabel 8. Angket Tanggapan Siswa Terhadap Proses Pembelajaran Lempar Cakram dengan Pendekatan Modifikasi Media Rotkram .....	43
Tabel 9. Hasil Tanggapan Siswa Terhadap Pembelajaran di Siklus Satu...	55
Tabel 10. Hasil Tanggapan Siswa Terhadap Pembelajaran di Siklus Dua ...	62
Tabel 11. Deskripsi Peningkatan Hasil Tes Keterampilan Lempar Cakram	64

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lapangan Lempar Cakram .....	14
Gambar 2. Posisi Awal Gerakan Berputar .....	15
Gambar 3. Gerakan Awal Sampai Akhir Memutar .....	16
Gambar 4. Posisi Kedua Kaki Dalam Lempar Cakram.....	16
Gambar 5. <i>Power Position</i> .....	17
Gambar 6. Pelepasan cakram dan pemulihan.....	18
Gambar 7. Cara Memegang Cakram .....	19
Gambar 8. Kegiatan Pengayaman Rotan.....	21
Gambar 9. Media Rotkram (Rotan Cakram) Telah Jadi dan Siap digunakan Dalam Kegiatan Pembelajaran Lempar Cakram.....	21
Gambar 10. Bagan Kerangka Berfikir.....	29
Gambar 11. Skema Siklus Penelitian .....	31
Gambar 12. Bagan Langkah Kegiatan Analisis Data .....	45

## DAFTAR LAMPIRAN

	halaman
Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Pelaksanaan Penelitian Kepada Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta ..	74
Lampiran 2. Surat Pengantar Permohonan Ijin Penelitian dari Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta...	75
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian dari Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Pemerintah Kabupaten Bantul.. .....	76
Lampiran 4. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Kegiatan Penelitian dari SD Kanggotan Tirtomulyo Kretek Bantul.....	77
Lampiran 5. Hasil Pelaksanaan <i>Pretest</i> keterampilan lempar cakram para siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul .....	78
Lampiran 6. Daftar Kehadiran Kolaborator .....	80
Lampiran 7. Daftar Kehadiran Siswa Kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul Dalam Proses Pembelajaran Lempar Cakram Dengan Pendekatan Media Rotkram .....	81
Lampiran 8. Hasil Observasi Perkembangan Siswa Proses Pembelajaran Ke-1 Siklus Satu. ....	82
Lampiran 9. Hasil Observasi Perkembangan Siswa Proses Pembelajaran Ke-2 Siklus Satu .....	83
Lampiran 10. Hasil Pelaksanaan <i>Posttest</i> Keterampilan Lempar Cakram Siklus Satu .....	84
Lampiran 11. Hasil Observasi Perkembangan Siswa Proses Pembelajaran Ke-1 Siklus Dua .....	86
Lampiran 12. Hasil Observasi Perkembangan Siswa Proses Pembelajaran Ke-2 Siklus Dua .....	87
Lampiran 13. Hasil Pelaksanaan <i>Posttest</i> Keterampilan Lempar Cakram Siklus Dua .....	88
Lampiran 14. Silabus Pembelajaran.....	90

Lampiran 15. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Lempar Cakram.....	91
Lampiran 16. Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan Penelitian.....	109

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Sekolah Dasar merupakan salah satu jenjang pendidikan yang salah satunya mengajarkan mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Berdasarkan salah satu tujuan di atas yaitu keterampilan gerak, maka di dalam pembelajaran dibutuhkan sarana dan prasarana Pendidikan Jasmani yang memadai agar dalam suatu program pengajaran berjalan sesuai dengan kurikulum.

Dalam dunia pendidikan tidak dapat terlepas dengan keadaan sarana dan prasarana. Keberadaannya sangat penting di dalam menunjang proses pembelajaran di sekolah. Bagi sekolah yang memiliki fasilitas Pendidikan Jasmani yang memadai akan menambah motivasi guru maupun siswa, karena bisa menunjang kelancaran pembelajaran Pendidikan Jasmani. Namun sebaliknya, jika sekolah-sekolah yang tidak memiliki fasilitas Pendidikan Jasmani yang layak dan memadai, bahkan sering kali harus mencari lahan kosong atau berdesak-desakan dengan beberapa sekolah lain untuk bisa menggunakan lahan yang ada. Belum lagi sarana yang mereka miliki juga sangat terbatas. Sehingga pelaksanaan Pendidikan Jasmani dari hari ke hari hanya begitu-begitu saja dan seringkali membosankan para siswa sendiri.

Salah satu kendala kurang lancarnya pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah-sekolah, adalah kurang memadainya sarana yang dimiliki oleh sekolah-sekolah tersebut. Disamping itu ketergantungan para guru Penjas pada

sarana yang standar serta pendekatan pembelajaran pada penyajian teknik-teknik dasar juga standar sesuai dengan kurikulum yang ditetapkan. Kedua hal tersebut menyebabkan pola pembelajaran yang kurang variatif dan cenderung membosankan siswa peserta didik.

Atletik merupakan aktifitas jasmani yang terdiri dari gerakan- gerakan dasar yang dinamis dan harmonis, yaitu jalan, lari, lompat, dan lempar. Menurut Eddy Purnomo (2011: 159), atletik cabang lempar cakram adalah salah satu nomor lomba dalam atletik yang menggunakan sebuah benda kayu yang berbentuk piring bersabuk besi, atau bahan lain yang bundar pipih yang dilemparkan. Dalam pembelajaran lempar cakram di Sekolah Dasar, seorang guru dapat menggunakan, memanfaatkan, mengembangkan atau bahkan memodifikasi sarana yang akan digunakan. Dalam situasi dan kondisi Sekolah Dasar dewasa ini, dimana ruang gerak para siswa untuk beraktivitas fisik semakin berkurang, apalagi untuk melakukan kegiatan olahraga kecabangan dengan pendekatan konvensional kiranya pemberian gerak dasar maupun gerak dasar dominan harus banyak dilakukan, seperti jalan, lari, lompat dan lempar.

Dengan upaya tersebut diharapkan siswa peserta didik akan memiliki pengalaman gerak yang banyak serta beragam, sehingga ia pun akan menjadi anak yang kaya gerak dan bisa membina serta menumbuhkan konsep-konsep gerak yang variatif. Pengembangan sarana Pendidikan Jasmani artinya melengkapi yang sudah ada dengan cara mengadakan, memperbanyak dan membuat alat-alat yang sederhana atau memodifikasi. Tujuannya adalah untuk

memberdayakan anak, agar bisa lebih banyak bergerak dalam situasi yang menarik dan gembira tanpa kehilangan esensi Pendidikan Jasmani itu sendiri.

Anak didik perlu dibekali dengan berbagai gerak dasar umum maupun gerak dasar dominan dari setiap cabang olahraga, maka alat apapun bisa dimanfaatkan agar siswa tetap memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran Pendidikan Jasmani, meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, dan akhirnya siswa diharapkan dapat melakukan pola gerak secara benar.

Sarana prasarana merupakan salah satu bagian yang strategis dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Dengan kata lain, lengkap dan tidak lengkapnya sarana prasarana pembelajaran turut mempengaruhi maksimal dan tidak maksimalnya ketercapaian tujuan pembelajaran. Sarana yang lengkap bisa memudahkan guru untuk mengejar target-target tertentu yang menjadi tujuan pembelajarannya. Begitu sebaliknya, sarana dan prasarana yang tidak lengkap akan menyulitkan bagi guru dalam mencapai target-target tujuan pembelajarannya.

Ini pula yang terjadi pada pembelajaran Lempar Cakram di kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul, Kondisi nyata di sekolah media cakram hanya tersedia 2 buah, 1 untuk putri dan 1 untuk putra. Sementara jumlah siswa kelas V di SD Tirtomulyo Kretek Bantul berjumlah 22 siswa. Dari gambaran tersebut dapat dipahami bahwa proses pembelajaran lempar cakram menjadi kurang efektif, dan akibatnya target pembelajaran menjadi rendah. Situasi dan kondisi ini sudah berjalan cukup lama dan sekolah sampai sekarang belum bisa

memenuhi sarana cakram tersebut sampai batas yang cukup memadai atau kondisi ideal, misalnya dengan perbandingan 1 : 2 (1 cakram untuk 2 siswa).

Sekolah mempunyai kebutuhan yang sangat banyak dan hampir semuanya mempunyai tingkat urgensi yang tinggi untuk dipenuhi oleh sekolah. Sehingga menuntut sekolah untuk menyediakan cakram sesuai dengan kondisi ideal, merupakan suatu yang tidak realistis dan lebih jauhnya bisa menimbulkan gejolak dan iklim yang tidak kondusif di sekolah.

Oleh karena itu perlu sebuah pemecahan masalah yang sederhana dan bisa dilakukan oleh guru. Melihat permasalahan di atas, maka satu pemikiran yang muncul adalah bahwa perlu adanya sebuah media alternatif modifikatif untuk mengganti alat cakram standar yang memang cukup mahal. Media alternatif modifikatif tersebut harus bersifat bisa mewakili karakteristik cakram, murah, banyak tersedia atau mudah di dapat.

Dari beberapa kriteria media alternatif untuk memodifikasi membuat cakram dengan mewakili dan mengacu pada karakteristik anak SD, peneliti mempunyai gagasan/ ide dengan memodifikasi membuat cakram dengan memanfaatkan media rotan. Dengan memanfaatkan rotan dalam membuat cakram yang disesuaikan ukurannya untuk anak SD, maka bisa dijadikan media alternatif modifikatif untuk mengganti cakram standar. Alat tersebut peneliti beri nama "Rotkram" (Rotan Cakram). Dari segi bentuk pembuatannya media rotan di bentuk menyerupai dan ada kemiripan dengan cakram standar. Media rotan dari segi ketersediaan dan harga, maka rotan sangat mudah sekali di dapat dan dapat diperoleh dengan harga yang terjangkau.

Berdasarkan beberapa permasalahan di atas yang tentu saja terkait dengan proses pembelajaran lempar cakram siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul, khususnya terkait dengan keterbatasan dari ketersediaan alat cakram untuk belajar siswa. Selain itu adanya upaya dari peneliti untuk mengembangkan membuat/ memodifikasi cakram dengan menggunakan dan memanfaatkan media rotan dalam penerapannya. Dari dasar uraian tersebut di atas maka penulis menentukan judul Penelitian Tindakan Kelas ini “Peningkatan Efektifitas Belajar Lempar Cakram Siswa Kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul Dengan Pendekatan Media Rotkram”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Lengkap dan tidak lengkapnya sarana prasarana pembelajaran turut mempengaruhi maksimal dan tidak maksimalnya ketercapaian tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani.
2. Pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani khususnya dalam atletik lempar cakram tidak maksimal dan kurang efisien dari segi waktu karena keterbatasan alat.
3. Salah satu kendala kurang lancarnya pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah-sekolah, adalah kurang memadainya sarana yang dimiliki oleh sekolah.
4. Pembelajaran Lempar Cakram di kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul, kondisi nyata di sekolah media cakram hanya tersedia 2 buah digunakan untuk pembelajaran sejumlah 22 siswa.

5. Keterbatasan media cakram mengakibatkan proses pembelajaran lempar cakram bagi siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul menjadi kurang efektif dan target pembelajaran menjadi rendah.
6. Belum adanya kegiatan pengembangan memodifikasi membuat cakram untuk mendukung kegiatan pembelajaran lempar cakram bagi siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berbagai permasalahan yang terkait dengan pembelajaran atletik di Sekolah Dasar sangat kompleks. Oleh karena itu agar pembahasan lebih terfokus dan dengan mempertimbangkan segala keterbatasan penulis, masalah dalam skripsi ini dibatasi pada “Peningkatan efektifitas belajar lempar cakram dengan pendekatan media rotkram pada siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta”.

### **D. Perumusan Masalah**

Dari latar belakang dan pembatasan masalah tersebut di atas maka rumusan penelitian yang diajukan adalah sebagai berikut:

Bagaimana peningkatan efektifitas belajar lempar cakram dengan pendekatan media rotkram pada siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta?

### **E. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari Penelitian Tindakan Kelas ini adalah untuk mengetahui hasil dari peningkatan efektifitas belajar lempar cakram dengan pendekatan

media rotkram pada siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta.

## 2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Mengetahui peningkatan aktivitas siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul dalam belajar lempar cakram dengan pendekatan penggunaan media Rotkram.
- b. Mengetahui peningkatan respon siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul terhadap pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan penggunaan media Rotkram.
- c. Mengetahui peningkatan hasil belajar lempar cakram yang dilakukan siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul setelah diberikan pendekatan dengan penggunaan media Rotkram.

## **F. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi siswa

- a. Siswa lebih semangat dan antusias dalam proses pembelajaran lempar cakram.
- b. Meningkatkan prestasi belajar siswa dalam pembelajaran atletik materi lempar cakram.

### 2. Bagi guru Penjasorkes

- a. Menambah pengalaman dalam penggunaan media belajar yang di modifikasi, juga membuat pengajaran lempar cakram menjadi lebih efektif.

b. Bisa mencoba membuat dan mengembangkan media modifikasi Rotkram dalam pembelajaran lempar cakram, apabila cakram tidak tersedia dalam jumlah yang memadai, dan bisa menjadi inspirasi pengetahuan untuk menemukan media modifikasi yang lainya dalam pembelajaran Penjasorkes materi lainnya.

### 3. Bagi sekolah

Adanya peningkatan kualitas pembelajaran dan pengajaran yang berakibat terhadap peningkatan kualitas siswa dan guru, sehingga pada akhirnya akan mampu meningkatkan kualitas sekolah secara keseluruhan.

## **BAB II KAJIAN TEORI**

### **A. Deskripsi Teoritik**

#### **1. Hakikat Media Pembelajaran**

##### a. Pengertian Media Pembelajaran

AECT (*Association of Education and Communication Technology*) dalam Azhar Arsyad (2002: 3), memberi batasan tentang media sebagai bentuk dan saluran yang digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi. Menurut Fleming dalam Azhar Arsyad (2002: 3), media menunjukkan fungsi atau perannya, yaitu mengatur hubungan yang efektif antara dua pihak utama dalam proses belajar – siswa dan isi pelajaran. Dapat dikatakan bahwa media sebagai perantara yang mengantar informasi antara sumber dan penerima.

Media pembelajaran secara umum adalah alat bantu proses belajar mengajar. Segala sesuatu yang dapat dipergunakan untuk merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan kemampuan atau ketrampilan belajar sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar. Batasan ini cukup luas dan mendalam mencakup pengertian sumber, lingkungan, manusia dan metode yang dimanfaatkan untuk tujuan pembelajaran/pelatihan (Ardi Kurniawan, 2013: 14).

Guru harus memiliki pengetahuan dan pemahaman yang cukup tentang media pembelajaran. Dikatakan oleh Hamalik dalam Azhar Arsyad (2002: 2), pengetahuan dan pemahaman tersebut, meliputi:

- 1) Media sebagai alat komunikasi guna lebih mengefektifkan proses belajar mengajar.
- 2) Fungsi media dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.
- 3) Seluk beluk proses belajar.
- 4) Hubungan antara metode mengajar dan media pendidikan.
- 5) Nilai atau manfaat media pendidikan dalam pembelajaran.
- 6) Pemilihan dan penggunaan media pendidikan
- 7) Berbagai jenis alat dan teknik media pendidikan.
- 8) Media pendidikan dalam setiap mata pelajaran.
- 9) Usaha inovasi dalam media pendidikan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat menyalurkan pesan, dapat merangsang pikiran, perasaan, dan kemauan peserta didik sehingga dapat mendorong terciptanya proses belajar pada diri peserta didik. Media pembelajaran sebagai komponen sumber belajar yang dapat merangsang siswa untuk belajar.

#### b. Fungsi Media Pembelajaran

Ardi Kurniawan (2013: 15), mengemukakan bahwa pemakaian media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan membawa pengaruh-pengaruh psikologis terhadap siswa. Penggunaan media pembelajaran pada tahap orientasi pembelajaran akan sangat membantu

keefektifan proses pembelajaran dan penyampaian pesan serta isi pelajaran.

Dijelaskan oleh Levie & Lentz dalam Azhar Arsyad (2002: 16), mengemukakan empat fungsi media pembelajaran, yaitu:

1) Fungsi atensi

Fungsi atensi media pembelajaran merupakan inti, yaitu menarik dan mengarahkan perhatian siswa untuk berkonsentrasi kepada isi pelajaran yang berkaitan dengan makna dari media pembelajaran yang ditampilkan atau menyertai materi pelajaran.

2) Fungsi Afektif

Fungsi afektif media pembelajaran dapat terlihat dari tingkat kenikmatan siswa ketika proses belajar.

3) Fungsi kognitif

Fungsi kognitif media pembelajaran terlihat dari temuan-temuan penelitian yang mengungkapkan bahwa media pembelajaran memperlancar pencapaian tujuan untuk memahami dan mengingat informasi atau pesan yang terkandung dalam media tersebut.

4) Fungsi kompensatoris

Fungsi kompensatoris media pembelajaran terlihat dari hasil penelitian bahwa media tersebut memberikan konteks untuk memahami teks membantu siswa yang lemah dalam membaca atau mengorganisasikan informasi dalam teks dan mengingatkannya kembali.

### c. Manfaat Penggunaan Media Pembelajaran

Media pembelajaran dapat bermanfaat dalam kegiatan pembelajaran di sekolah. Yusuf Bachtiar (2011: 22), menyatakan bahwa tujuan menggunakan media pembelajaran, adalah:

- 1) Mempermudah proses belajar-mengajar.
- 2) Meningkatkan efisiensi belajar-mengajar.
- 3) Menjaga relevansi dengan tujuan belajar.
- 4) Membantu konsentrasi siswa.
- 5) Media pembelajaran sebagai komponen sumber belajar yang dapat merangsang siswa untuk belajar.
- 6) Sebagai wahana fisik yang mengandung materi instruksional.
- 7) Sebagai teknologi pembawa informasi atau pesan instruksional.
- 8) Media pembelajaran merupakan segala sesuatu yang dapat merangsang proses belajar siswa.

Menurut Sudjana dan Rivai dalam Azhar Arsyad (2002: 25), mengemukakan manfaat media pembelajaran dalam proses belajar siswa, yaitu:

- 1) Pembelajaran akan lebih menarik perhatian siswa sehingga dapat menumbuhkan motivasi belajar.
- 2) Bahan pembelajaran akan lebih jelas maknanya sehingga dapat lebih dipahami oleh siswa dan memungkinkannya menguasai dan mencapai tujuan pembelajaran.

- 3) Metode mengajar akan lebih bervariasi, tidak semata-mata komunikasi verbal melalui penuturan kata-kata oleh guru.
- 4) Siswa dapat lebih banyak melakukan kegiatan belajar sebab tidak hanya mendengarkan uraian guru, tetapi juga aktivitas lain seperti mengamati, melakukan, mendemonstrasikan, memerankan, dan lain-lain.

## **2. Hakikat Atletik Lempar Cakram**

Ada beberapa hal mengenai lempar cakram yang akan diuraikan sebagai berikut :

### **a. Pengertian lempar cakram**

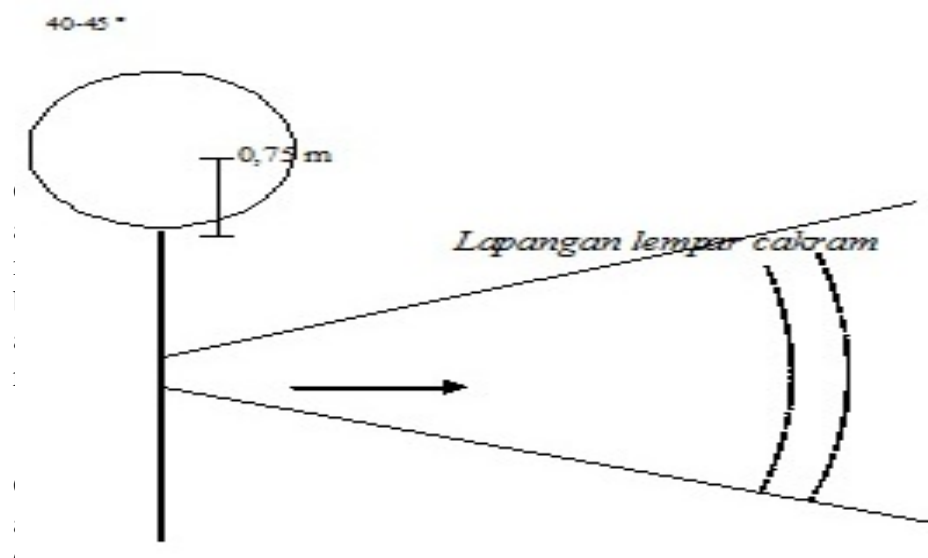
Untuk memahami pengertian lempar cakram, terlebih dahulu kita memahami pengertian lempar cakram. Lempar adalah olahraga dengan melempar (lembing, peluru, martil, cakram). Sedangkan cakram sebuah benda kayu yang berbentuk piring berbingkai sabuk besi. Jadi lempar cakram adalah salah satu nomor lomba dalam atletik yang menggunakan sebuah benda kayu yang berbentuk piring bersabuk besi, atau bahan lain yang bundar pipih yang dilemparkan (Sawal, 2012: 20).

Menurut Eddy Purnomo (2011: 159), karakteristik pelempar cakram yang baik adalah ia mempunyai tubuh yang tinggi, kuat dan memiliki kecepatan gerak, daya koordinasi yang baik serta mobilitas khusus. Seorang pelempar cakram juga harus mempunyai tingkat kekuatan maksimum dan kekuatan percepatan otot-otot pada waktu

bergerak, kekuatan lempar relatif bagi gerak percepatan akhir dari cakram.

Menurut *Rud Midgley, C.S.* (2000:18), cakram dibuat dari logam/licin, mempunyai daya rekat yang kuat pada bodi cakram atau bahan lain yang cocok. Beratnya berpusat ditengah, minimal 2 kg untuk pria, dan 1 kg untuk wanita.

Dijelaskan oleh Aden Sanjaya (2011: 55), lempar cakram adalah salah satu cabang olahraga atletik. Cakram yang dilempar berukuran garis tengah 220 mm dan berat 2 kg untuk laki-laki, 1 kg untuk perempuan. Lempar cakram diperlombakan sejak Olimpiade I tahun 1896 di Athena, Yunani.



ambar 1. Lapangan Lempar Cakram  
Sumber: Aden Sanjaya (2011: 55)

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa lempar cakram adalah salah satu nomor lomba dalam atletik yang menggunakan sebuah benda kayu yang berbentuk piring bersabuk besi, atau bahan lain

yang bundar pipih yang dilemparkan. Beratnya berpusat ditengah, minimal 2 kg untuk pria, dan 1 kg untuk wanita.

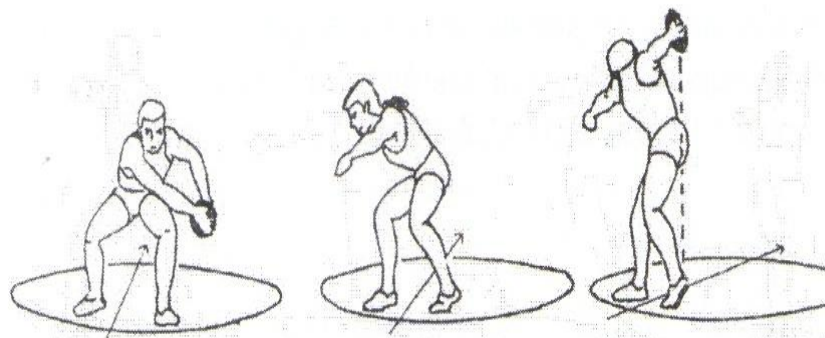
b. Teknik-teknik lempar cakram

Menurut Eddy Purnomo (2011: 164), teknik lempar cakram dengan putaran 1,5 bagi yang tidak kidal terdiri dari beberapa tahapan gerakan, yaitu:

1) Posisi awal dan gerakan awal

Pelempar berdiri pada tepi belakang lingkaran lempar, punggung menghadap kearah lempar, kedua kaki paralel, terpisah selebar bahu. Cakram berada pada tekukan sendi pertama, ruas jari-jari tangan yang diatur merata, ibu jari juga dilebarkan dan menyentuh pada cakram. Pergelangan tangan sedikit dibengkokkan, memungkinkan sisi atas cakram untuk menyentuh lengan bawah.

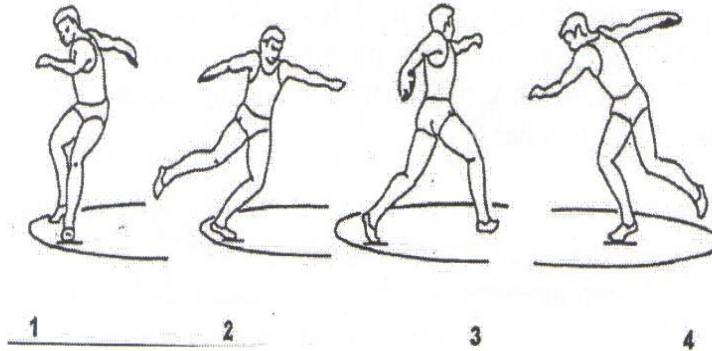
Awal gerakan berputar diawali dengan mengayunkan cakram kebelakang, parallel dengan tanah setinggi bahu. Pada titik akhir ayunan, cakram kira-kira berada diatas tumit kiri, tergantung pada daya mobilitas si pelempar.



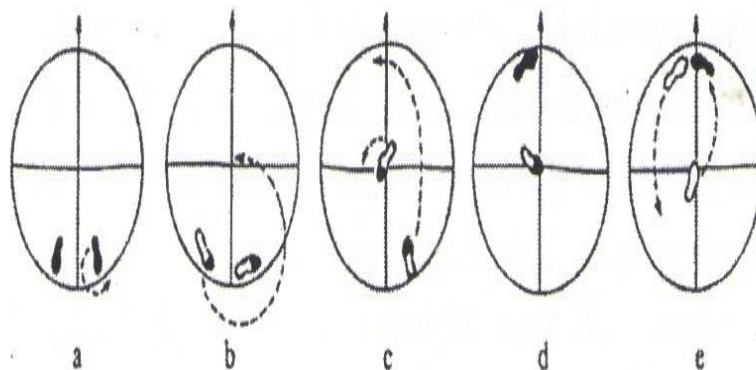
Gambar 2. Posisi Awal Gerakan Berputar  
Sumber: Eddy Purnomo (2011: 160)

## 2) Gerakan memutar (*rotation*)

Gerakan ini diawali dengan memutar lutut kiri keluar dan serentak menurunkan pusat massa tubuh dan berat. Berat badan dipindahkan ke kaki kiri. Pada waktu kaki kiri melanjutkan berputar pada telapak kaki, pada saat mencapai sudut yang tepat ke arah lemparan, kaki kanan yang ditebuk menolak dari tanah, bahu kiri dan lengan kanan harus ditahan dibelakang. Lengan kanan dengan cakram berada di belakang poros bahu.



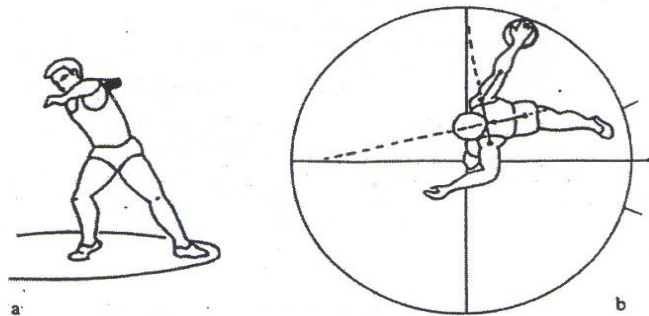
Gambar 3. Gerakan Awal Sampai Akhir Memutar  
Sumber: Eddy Purnomo (2011: 161)



Gambar 4. Posisi Kedua Kaki Dalam Lempar Cakram  
Sumber: Eddy Purnomo (2011: 162)

### 3) *Power Position*

*Power position* bila dilihat dari posisi badan bagian atas agak miring ke arah kaki kanan yang ditekuk kira-kira  $110^{\circ}$  -  $120^{\circ}$  dan paha kanan posisinya kira-kira besar sudutnya  $90^{\circ}$  dengan arah lemparan. Poros pinggang mengarah ke arah sektor lemparan, poros bahu diputar ke belakang  $90^{\circ}$  terhadapnya. Lengan lempar dengan cakram masih tetap dibelakang poros bahu, sehingga sudut dari lengan lempar menuju ke arah lemparan adalah lebih dari  $270^{\circ}$ . Lengan kiri ditahan di belakang dalam arah yang berlawanan.

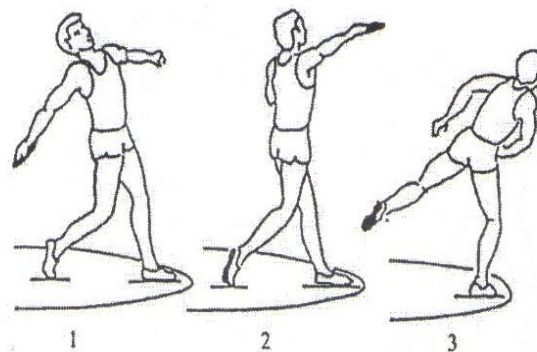


Gambar 5. *Power Position*  
Sumber: Eddy Purnomo (2011: 163)

### 4) Gerak pelepasan cakram (*delevery of discus*)

Gerak ini dimulai ketika kaki kanan menunjuk ke arah lemparan dengan suatu gerakan perpanjangan putaran dari sisi lemparan dan merupakan suatu rangkaian gerakan pada saat kaki, lutut, dan pinggang diluruskan secara berurutan. Dorongan kaki kanan ini bekerja melawan sisi kiri yang tetap (ditempat). Pinggang dibawa kedepan melawan bagian atas badan dan lengan lempar mula-mula tetap dibelakang untuk membentuk tegangan. Lengan lempar yang

mengikuti sekarang ada dibawah gerak putaran yang terbesar pada suatu sudut lebih dari  $180^{\circ}$  menuju kearah lemparan. Lepasnya cakram yang eksplosif dengan cara mengketapelkan cakram terjadi disisi kiri badan yang tetap (poros bahu – kaki kiri). Pengereman lengan kiri (*blocking*) dan tubuh ketika dada menghadap kearah lemparan menstransfer energi dari gerakan dari cakram.



Gambar 6. Pelepasan cakram dan pemulihan  
Sumber: Eddy Purnomo (2011: 164)

Teknik- teknik Lempar cakram menurut Aden Sanjaya (2011: 56), adalah:

#### 1) Cara memegang cakram

Untuk memudahkan memegangnya, cakram diletakkan pada telapak tangan kiri (bagi pelempar yang tidak kidal) sedangkan telapak tangan kanan diletakkan diatas tengah cakram, keempat jari agak jarang (terbuka) menutupi pinggiran cakram (ruas jari yang terakhir menutupi cakram) sedangkan ibu jari bebas.



Gambar 7. Cara Memegang Cakram  
Sumber: Aden Sanjaya (2011: 56)

2) Ada dua gaya dalam lempar cakram

a) Gaya samping

Sikap permulaan berdiri miring/menyamping kearah sasaran, sesaat akan memulai berputar lengan kanan diayun jauh ke belakang, sumbu putaran pada kaki kiri (telapak kaki bagian depan atau ujung) selama berputar lengan kanan selalu di belakang, pada posisi melempar badan merendah lengan kanan di belakang pandangan ke arah sasaran, setelah cakram lepas dari tangan kaki kanan melangkah ke depan berpijak dibekas telapak kaki kiri yang saat itu telah berayun ke belakang.

b) Gaya belakang

Sikap pertama berdiri membelakangi arah lemparan sesaat akan berputar lengan kanan diayun jauh ke belakang pandangan mulai melirik ke kiri, saat mulai berputar ujung telapak kaki kiri sebagai sumbu dan tolakan kaki kiri itu pula badan meluncur ke arah lemparan, kaki kanan secepatnya diayun memutar ke kiri untuk

berpijak, sesaat kaki kanan mendarat kaki kiri dengan cepat pula diayun ke kiri untuk berpijak dan terjadilah sikap lempar, setelah cakram lepas dari tangan kaki kanan segera diayun ke depan dan kaki kiri diayun ke belakang.

### 3. Pengertian Rotkram (Rotan Cakram)

Pembuatan media Rotkram dari segi bentuk menyerupai dan ada kemiripan dengan cakram standar. Bahan dasar rotan dari segi ketersediaan dan harga, maka rotan sangat mudah sekali di dapat dan dapat diperoleh dengan harga yang terjangkau. Penjelasan mengenai karakteristik dari media Rotkram dijelaskan pada tabel 1, berikut ini:

Tabel 1. Karakteristik Media Rotkram (Rotan Cakram)

No	Karakteristik	Keterangan
1	Tebal Rotkram	4 cm
2	Lebar Rotkram	14 cm
3	Garis Tengah Rotkram	7 cm
4	Berat Rotkram	95 gram

Pengembangan media pembelajaran lempar cakram berbentuk



Gambar 8. Kegiatan Pengayaman Rotan



Gambar 9. Media Rotkram (Rotan Cakram) Telah Jadi dan Siap digunakan Dalam Kegiatan Pembelajaran Lempar Cakram

#### **4. Silabus Kelas V Sekolah Dasar Semester II**

Dalam KTSP 2006 kelas V semester II, terdapat Standar Kompetensi yang berbunyi “Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya”. Dengan Kompetensi Dasar yang berbunyi “Mempraktikkan variasi teknik dasar atletik yang dimodifikasi, serta nilai semangat, sportivitas, kerjasama, percaya diri dan kejujuran”.

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, 2006:1). Silabus kegiatan pembelajaran atletik materi lempar cakram pada siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul, dijelaskan pada lampiran 1 proposal penelitian ini.

#### **5. Karakteristik Anak di Sekolah Dasar**

Usia tingkat Sekolah Dasar yaitu dari usia enam sampai dengan usia sekitar dua belas tahun. Usia tersebut merupakan masa akhir dari masa kanak-kanak. Biasanya karakteristik yang masih melekat pada diri para siswa Sekolah Dasar ini adalah menampilkan perbedaan-perbedaan individual dalam banyak hal, seperti perbedaan dalam intelegensi,

kemampuan dalam kognitif dan bahasa, perkembangan kepribadian dan perkembangan fisik anak.

Perkembangan aspek psikologi siswa Sekolah Dasar menurut Bloom (2009: 43), perkembangan psikologi siswa Sekolah Dasar meliputi 3 aspek, yaitu : aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik.

a. Perkembangan aspek kognitif siswa Sekolah Dasar

Proses perkembangan kognitif manusia sebenarnya mulai berlangsung semenjak ia dilahirkan. Menurut Jean Piaget, anak usia Sekolah Dasar tergolong pada tahap *concrete operational*. Pada fase ini kemampuan berfikirnya masih bersifat intuitif, yaitu berfikir dengan mengandalkan ilham. Dalam periode ini anak memperoleh tambahan kemampuan yang disebut *system of operations* (satuan langkah berpikir). Kemampuan satuan langkah berpikir ini berfaedah bagi anak untuk mengkoordinasikan pemikiran dan idenya dengan peristiwa tertentu ke dalam sistem pemikirannya sendiri. Anak sudah berkembang ke arah berpikir konkrit dan rasional.

Dalam *intelengensi operational* anak yang sedang berada dalam tahap *kongkret operational* terdapat sistem operasi kognitif yang meliputi:

- 1) *Conservation*, adalah kemampuan anak dalam memahami aspek-aspek kumulatif materi, seperti volume dan jumlah. Anak yang mampu mengenali sistem kuantitatif sebuah benda, akan tahu bahwa sistem kuantitatif benda tersebut tidak akan berubah secara sembarangan.

2) *Addition of classes* adalah kemampuan anak dalam memahami cara mengkombinasikan beberapa golongan benda yang dianggap berkelas lebih rendah, dan menghubungkannya dengan benda yang berkelas lebih tinggi.

3) *Multiplication of classes* yakni kemampuan yang melibatkan pengetahuan mengenai cara memperiahkan dimensi-dimensi benda untuk membentuk gabungan golongan benda.

b. Perkembangan aspek afektif siswa Sekolah Dasar.

Seperti dalam proses perkembangan lainnya, proses perkembangan afektif siswa juga berkaitan dengan proses belajar. Konsekuensinya, kualitas hasil perkembangan sosial siswa sangat bergantung kualitas proses belajar siswa tersebut, baik di lingkungan sekolah, keluarganya, maupun dilingkungan yang lebih luas. Ini artinya proses belajar sangat menentukan kemampuan siswa dalam bersikap dan berperilaku sosial yang selaras dengan norma moral, agama, tradisi, hukum dan norma yang berlaku di masyarakat.

Dalam pandangan Piaget, anak usia Sekolah Dasar memandang moral sebagai sebuah perpaduan yang terdiri atas otonomi moral (sebagai moral hak pribadi), realisme moral (sebagai kesepakatan sosial), dan resiprositas moral (sebagai aturan timbal balik). Pandangan tersebut sejalan dengan pendapat Kohlberg, bahwa anak seusia Sekolah Dasar sudah mulai memperhatikan ketaatan hukum dan memperhatikan pemuasan kebutuhan pribadi, serta memperhatikan “citra anak baik”.

c. Perkembangan aspek psikomotor siswa Sekolah Dasar.

Semua kapasitas bawaan merupakan modal dasar yang sangat penting bagi kelanjutan perkembangan anak. Proses pendidikan dan pengajaran (khususnya di Sekolah), merupakan pendukung yang berarti bagi perkembangan motor atau fisik anak, terutama dalam hal perolehan kecakapan-kecakapan psikomotor anak.

Ketika anak memasuki usia Sekolah Dasar perkembangan fisiknya mulai tampak benar-benar seimbang dan proporsional. Artinya, organ-organ jasmani tumbuh serasi dan tidak lebih panjang atau lebih pendek dari yang semestinya. Gerakan-gerakan organ anak juga menjadi lincah dan terarah seiring dengan munculnya keberanian mentalnya.

Keberanian kemampuan ini, disamping karena perkembangan kapasitas mental, juga disebabkan karena adanya keseimbangan dan keselarasan gerakan organ-organ tubuh anak. Namun patut dicatat bahwa, perkembangan kemampuan fisik anak itu kurang berarti dan tak bisa meluas menjadi keterampilan-keterampilan psikomotorik yang berfaedah, tanpa usaha pendidikan dan pengajaran. Gerakan-gerakan motorik siswa akan terus meningkatkan keanekaragaman, keseimbangan, dan kekuatannya seiring dengan perkembangannya usia anak.

Perkembangan psikomotorik pada usia Sekolah Dasar memang sudah dapat terkoordinasi dengan baik. Setiap gerakannya sudah selaras dengan kebutuhan atau minatnya. Masa ini ditandai dengan kelebihan

gerak atau aktivitas motorik yang lincah. Oleh karena itu, usia Sekolah Dasar merupakan masa yang ideal untuk belajar keterampilan.

## **B. Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Arwan alfiranto (2010) berjudul “Penerapan Metode Bermain Untuk Meningkatkan Pembelajaran Lempar Cakram Siswa Kelas V SD Negeri Gedongkuning Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran atletik lempar cakram siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Gedongkuning Yogyakarta melalui Pendekatan Dengan Metode Bermain. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam 2 siklus, setiap siklus 2 kali tatap muka dan setiap tatap muka dengan alokasi waktu 90 menit. Populasi dalam penelitian ini, yaitu seluruh siswa kelas V yang berjumlah 28 siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan naratif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses pembelajaran Atletik lempar cakram melalui pendekatan pembelajaran dengan metode bermain dapat meningkat. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan dari tiap siklus yang diberikan selama tindakan berlangsung. Peningkatan tersebut meliputi peningkatan keaktifan siswa dalam pembelajaran yang ditunjukkan dengan antusias siswa untuk mengikuti proses pembelajaran, peningkatan kreatifitas siswa yang ditunjukkan dengan adanya siswa yang bertanya dan pembelajaran yang menyenangkan ditunjukkan dengan motivasi dan siswa

nampak senang selama pembelajaran, sehingga tujuan pembelajaran dan hasil belajar siswa dapat meningkat. Skripsi FIK UNY.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Sawal (2012) yang berjudul “Upaya Meningkatkan Efektifitas Belajar Lempar Cakram Dengan Menggunakan Modifikasi Media Piring Plastik Siswa Kelas V SD Negeri Nglengking Minggir Sleman”. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam 2 siklus, setiap siklus 2 kali tatap muka dan setiap tatap muka dengan alokasi waktu 90 menit. Populasi dalam penelitian ini, yaitu seluruh siswa kelas V yang berjumlah 17 siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan naratif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses pembelajaran Atletik Lempar Cakram melalui pendekatan modifikasi media piring plastik dapat meningkat. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan dari tiap siklus yang diberikan selama tindakan berlangsung. Peningkatan tersebut meliputi peningkatan keaktifan siswa dalam pembelajaran yang ditunjukkan dengan antusias siswa untuk mengikuti proses pembelajaran dan terlihat banyak siswa yang memperoleh kesempatan mencoba tugas yang diberikan guru dalam proses pembelajaran. Pembelajaran menjadi efektif dengan adanya hasil yang didapat atau tujuan proses pembelajaran tercapai. Peningkatan kreatifitas siswa yang ditunjukkan dengan adanya siswa yang menghasilkan ide baru untuk menyelesaikan tugas yang diberikan guru di dalam proses pembelajaran. Pembelajaran yang menyenangkan ditunjukkan dengan peningkatan motivasi dalam mengikuti proses pembelajaran dan siswa

terlihat senang selama pembelajaran, sehingga tujuan pembelajaran dan hasil belajar siswa dapat meningkat serta peningkatan hasil tes keterampilan lempar cakram yang sebagian besar siswa telah memenuhi KKM (75).  
Skripsi FIK UNY.

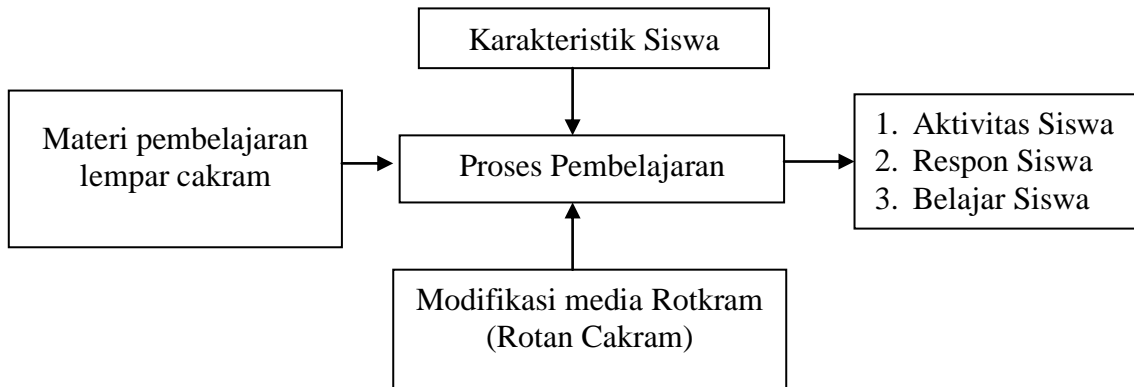
### **C. Kerangka Berpikir**

Sarana prasarana merupakan salah satu bagian yang strategis dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Dengan kata lain, lengkap dan tidak lengkapnya sarana prasarana pembelajaran turut mempengaruhi maksimal dan tidak maksimalnya ketercapaian tujuan pembelajaran. Sarana yang lengkap bisa memudahkan guru untuk mengejar target-target tertentu yang menjadi tujuan pembelajarannya. Begitu sebaliknya, sarana dan prasarana yang tidak lengkap akan menyulitkan bagi guru dalam mencapai target-target tujuan pembelajarannya. Sekolah mempunyai kebutuhan yang sangat banyak dan hampir semuanya mempunyai tingkat urgensi yang tinggi untuk dipenuhi oleh sekolah. Sehingga menuntut sekolah untuk menyediakan cakram sesuai dengan kondisi ideal, merupakan suatu yang tidak realistis dan lebih jauhnya bisa menimbulkan gejolak dan iklim yang tidak kondusif di sekolah.

Perlu adanya sebuah pemecahan masalah yang sederhana dan bisa dilakukan oleh guru. Melihat permasalahan di atas, maka satu pemikiran yang muncul adalah bahwa perlu adanya sebuah media alternatif modifikatif untuk mengganti cakram yang memang cukup mahal. Media alternatif modifikatif tersebut harus bersifat bisa mewakili karakteristik cakram, murah, banyak tersedia atau mudah di dapat. Dari beberapa kriteria media alternatif

modifikatif untuk mengganti cakram tersebut adalah pengembangan membuat alat cakram dengan memanfaatkan media rotan. Alat tersebut oleh peneliti di beri nama “Rotkram” (Rotan Cakram). Rotkram di buat dengan dasar dapat mewakili dan mengacu pada karakteristik anak SD. Dari segi bentuk Rotkram jelas ada kemiripan dengan bentuk cakram, sedangkan dari segi ketersediaan dan harga maka dalam mendapatkan rotan tidak terlalu sulit dan masih bisa di dapat dengan harga yang relatif terjangkau.

Dalam Penelitian Tindakan Kelas ini akan membahas tentang “Penerapan Modifikasi Alat Rotkram Dalam Kegiatan Untuk Meningkatkan Efektivitas Belajar Lempar Cakram Siswa Kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul”. Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat dijelaskan dalam suatu bagan kerangka berpikir sebagai berikut:



Gambar 10. Bagan Kerangka Berfikir

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

#### **1. Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* yang berfokus pada upaya untuk mengubah kondisi nyata yang ada sekarang ke arah yang diharapkan. Penelitian tindakan adalah proses guru mengkombinasikan praktek dan mengevaluasi secara bersamaan. Meningkatkan kesadaran atas teori personal, artikulasi sebuah pembagian nilai-nilai, mencoba strategi-strategi untuk memberikan nilai-nilai yang dieskpresikan pada praktik-praktik yang lebih konsisten. Dengan nilai-nilai pendidikan yang mendukung, merekam/mencatat pekerjaan dalam sebuah bentuk yang disediakan, agar dimengerti oleh guru-guru lain, dan kemudian membangun teori yang baru. Menurut Daryanto (2011: 26), penelitian tindakan terdiri dari 4 aspek pokok, yaitu perencanaan, tindakan, tahap pengamatan/ observasi, dan refleksi.

Dengan demikian penelitian tindakan kelas dalam penelitian ini adalah bentuk penelitian yang dilakukan oleh guru secara kolaborasi dalam proses pembelajaran guna memperbaiki keadaan ke arah yang lebih baik. Penelitian ini diharapkan dapat mengungkap berbagai informasi kualitatif dengan analisis yang teliti dan penuh makna. Seorang guru yang profesional tidak akan membiarkan masalah yang dihadapinya terus berlanjut. Oleh karena itu guru perlu melakukan tindakan untuk memecahkan masalah yang

dihadapinya agar proses pembelajaran berlangsung lancar, sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai secara efisien. Melalui pendekatan penelitian tindakan kelas ini permasalahan-permasalahan yang dirasakan dan ditemukan oleh guru dan siswa dapat dicarikan solusinya.

## 2. Desain Penelitian

Adapun desain penelitian yang dilakukan merupakan desain penelitian tindakan kelas. Menurut *Kemmis* dan *Mc. Taggart* yang dikutip Daryanto (2011:31) desain Penelitian Tindakan Kelas berupa putaran spiral yang dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 11. Skema Siklus Penelitian  
Sumber: Daryanto (2011: 31)

Dari tiap – tiap siklus terdiri dari 4 tahap. Adapun tahap – tahap tersebut adalah sebagai berikut :

### a. Perencanaan (*planning*)

Pada tahap perencanaan ini kegiatan yang dilakukan adalah menentukan fokus penelitian. Selanjutnya guru merencanakan dan

mengevaluasi pelaksanaan pembelajaran yang telah berlangsung sebelumnya, mendata kelemahan-kelemahannya, diidentifikasi, dan dianalisis kelayakannya untuk diatasi dengan Penelitian Tindakan Kelas.

Dalam tahap perencanaan, peneliti bersama kolaborator merencanakan skenario pembelajaran dan juga menyiapkan fasilitas pendukung untuk melaksanakan skenario tindakan tersebut. Secara rinci kegiatan yang dilakukan dalam tahap perencanaan adalah:

- 1) Peneliti membuat alat cakram dengan menggunakan bahan rotan. Rotan tersebut di anyam dan di desain sehingga menyerupai alat cakram.
- 2) Tujuan penelitian dan rencana tindakan disosialisasikan kepada kolaborator dan siswa. Peneliti dan kolaborator melakukan tukar pikiran untuk menyamakan persepsi dalam menggunakan pendekatan modifikasi media Rotkram dalam pembelajaran lempar cakram.
- 3) Peneliti di bantu kolaborator membuat skenario model pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media Rotkram.
- 4) Peneliti di bantu kolaborator menyiapkan fasilitas pembelajaran, lapangan/ tanah lapang, alat-alat untuk model-model pembelajaran, misal Rotkram.
- 5) Peneliti di bantu kolaborator membuat dan menyusun instrumen untuk melakukan monitoring pelaksanaan pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media Rotkram, melalui lembar observasi.

6) Peneliti di bantu kolaborator menentukan teknis pelaksanaan penelitian.

7) Peneliti di bantu kolaborator menyiapkan kegiatan refleksi.

b. Pelaksanaan (*action*)

Dalam tahap ini untuk mengatasi masalah-masalah yang telah terpilih, peneliti melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan strategi-strategi yang sesuai, dalam hal ini adalah melalui pendekatan modifikasi media Rotkram. Kolaborator mengamati dan membuat catatan-catatan mengenai jalannya pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media Rotkram.

Pelaksanaan tindakan pembelajaran direncanakan dalam 2 siklus. Setiap siklus dengan dua kali tatap muka pembelajaran. Setiap tatap muka pembelajaran dengan durasi jam pelajaran 3 X 35 menit. Penelitian ini diharapkan dalam 2 siklus terjadi peningkatan, karena adanya tindakan.

c. Pengamatan (*observation*)

Kolaborator mengamati, mencatat dan kemudian mendokumentasikan hal-hal yang terjadi selama tindakan berlangsung, dengan maksud untuk mengetahui kesesuaian antara pelaksanaan tindakan dengan rencana tindakan yang telah ditetapkan. Pengamatan yang dilakukan kolabolator memanfaatkan Lembar Observasi Siswa (LOS), catatan lapangan, dan dokumen.

d. Refleksi (*refleksion*)

Dalam tahap refleksi peneliti bersama kolaborator mendiskusikan hasil pengamatan yang telah dilakukan. Kelemahan dan kekurangan yang telah ditemukan pada siklus terdahulu dapat digunakan sebagai dasar penyusunan rencana tindakan pada siklus berikutnya, sehingga siklus selanjutnya akan menjadi lebih baik dari pada siklus sebelumnya.

Langkah-langkah penelitian tindakan secara keseluruhan berbentuk spiral. Setiap lingkaran pada spiral tersebut menggambarkan kegiatan yang utuh, yang dinamakan siklus, karena kalau hanya terdiri dari satu siklus belum berbentuk spiral. Maksudnya agar kekurangan pada siklus pertama dapat diperbaiki pada siklus-siklus berikutnya, sehingga terjadi peningkatan hasil belajar secara terus menerus. Adapun pengertian siklus disini adalah suatu putaran kegiatan yang terdiri dari perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Siklus akan terus berulang sampai tercapai ukuran keberhasilan yang diinginkan. Dalam penelitian tindakan kelas ini keberhasilan yang diinginkan adalah hasil proses belajar lempar cakram melalui pendekatan modifikasi media Rotkram meningkat sehingga KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yaitu: 75 (Tujuh puluh lima), dapat tercapai sesuai kurikulum KTSP 2006.

Menurut Departemen Pendidikan Nasional (2006: iii), indikator pencapaian kompetensi dasar ditandai oleh perubahan perilaku yang dapat diukur yang mencakup sikap, pengetahuan, dan keterampilan. Indikator dikembangkan sesuai dengan karakteristik peserta didik, mata pelajaran, satuan pendidikan, potensi daerah, dan dirumuskan dalam kata

kerja operasional yang terukur dan/atau dapat diobservasi. Indikator digunakan sebagai dasar untuk menyusun alat penilaian. Hasil penilaian dianalisis untuk menentukan tindak lanjut. Tindak lanjut berupa perbaikan proses pembelajaran berikutnya, program remedi bagi peserta didik yang pencapaian kompetensinya di bawah kriteria ketuntasan.

## **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

### **1. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SD Tirtomulyo, yang beralamat di desa Tirtomulyo, Kecamatan Kretek, Kabupaten Bantul, Propinsi Yogyakarta.

### **2. Waktu Penelitian**

Pelaksanaan penelitian akan dimulai dari bulan Mei 2017. Efektifitas waktu penelitian tindakan kelas ini sangat tergantung keaktifan siswa, guru serta kolaborator sehingga hasil yang diharapkan setiap siklus pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

## **C. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul, dengan jumlah siswa putri 10 siswa dan siswa putra 12 siswa, jadi jumlah total keseluruhan sebanyak 22 orang siswa.

Tabel 2. Jumlah Siswa Kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul Tahun Ajaran 2016/ 2017

Nama SD	Jumlah Siswa Kelas V		Jumlah Keseluruhan
	Putra	Putri	
SD Tirtomulyo Kretek Bantul	10 siswa	12 siswa	22 siswa

## **D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data**

### **1. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik tes dan teknik non tes. Penjelasannya adalah sebagai berikut:

- a. Teknik tes, berupa tes perbuatan yaitu tes unjuk kerja siswa dalam melakukan lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media Rotkram yang meliputi: *power position* dan gerakan pelepasan rotkram dalam bentuk lembar observasi (*score skill test*).
- b. Teknik non tes, berupa pengamatan kesungguhan belajar yang meliputi: minat, motivasi dan partisipasi siswa selama mengikuti proses pembelajaran.

### **2. Alat Pengumpulan Data**

Alat yang digunakan dalam pengumpulan data pada kegiatan penelitian ini dengan menggunakan:

- a. Lembar observasi kesungguhan partisipasi siswa dalam belajar.
- b. Lembar observasi unjuk kerja siswa dalam melakukan lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media Rotkram.
- c. Angket tanggapan siswa.

Cara penggunaan alat dalam kegiatan pengumpulan data adalah dengan:

- a. Kolaborator mengamati perkembangan partisipasi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran.
- b. Peneliti di bantu kolaborator menilai peningkatan hasil belajar siswa.
- c. Guru dibantu kolaborator membagikan angket tanggapan untuk siswa.

d. Siswa mengisi angket yang telah disediakan.

## E. Sumber dan Jenis Data

### 1. Sumber Data

Sumber data penelitian ini adalah siswa, guru, dan kolaborator dalam proses belajar mengajar. Penjelasan mengenai kolaborator seperti pada tabel 3 berikut ini:

Tabel 3. Data Kolaborator

<b>Nama Lengkap/ NIP</b>	<b>Unit Kerja</b>	<b>Pendidikan</b>
Suyatna, S.Pd.Jas. NIP. 19670601 198804 1 002	SD Tirtomulyo Bantul	S1 Pendidikan Olahraga UNY

### 2. Jenis Data

#### a. Data Kuantitatif

Data kuantitatif diperoleh dari hasil tes unjuk kerja siswa dalam melakukan lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media Rotkram, yang meliputi tahap persiapan, tahap gerakan, dan tahap akhir gerakan.

#### b. Data Kualitatif

Data kualitatif diperoleh dari hasil pengamatan tentang kesungguhan belajar siswa yang meliputi minat, motivasi, dan partisipasi siswa dalam pembelajaran.

## F. Instrumen Penelitian

Terdapat dua hal utama yang mempengaruhi kualitas hasil penelitian, yaitu kualitas instrumen penelitian dan kualitas pengumpulan data

(Sugiyono, 2008: 222). Instrumen dalam penelitian ini adalah pedoman observasi, lembar penilaian dan angket tanggapan siswa.

### 1. Perkembangan Siswa

Lembar pengamatan pembelajaran lempar cakram dengan menggunakan media modifikasi Rotkram. Itu merupakan sebagai instrumen untuk melihat perkembangan tingkat kemampuan para siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul dalam pembelajaran lempar cakram menggunakan media modifikasi Rotkram. Pedoman observasi berfungsi untuk melihat proses pembelajaran dan perkembangan para siswa terhadap guru sebagai pengajar dalam pendidikan jasmani ini. Bentuk pedoman observasi adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Lembar Observasi Pengamatan Partisipasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Lempar Cakram

No	NAMA SISWA	KRITERIA						JML SKOR	NA	KET
		PENGAMATAN SISWA								
		AKTIF			KREATIF					
1										
2										
3										
4										
5										
↓										
<b>SKOR MAXIMUM 6</b>										

Sumber: Sawal (2012: 48)

Catatan Kolaborator :

.....  
 .....  
 .....  
 .....

Rumus Penilaian :

$$\frac{\text{Jumlah Nilai Perolehan}}{\text{Skor Maximum}} \times 100 = \text{NA}$$

Kriteria Penilaian:

a. Aktif

- 1) Ada beberapa siswa yang mengajukan beberapa pertanyaan kepada guru tentang pembelajaran.
- 2) siswa berperan langsung dalam proses pembelajaran.
- 3) Terlihat beberapa siswa yang kelihatan menonjol.

b. Kreatif

- 1) Muncul kreatifitas siswa.
- 2) Siswa banyak mencoba praktek untuk melakukan.
- 3) Muncul ide-ide baru dari siswa untuk menyelesaikan tugas dari guru.

Prosedur Penilaian:

- a. Beri tanda *check list* (√) jika muncul / terjadi dari tiap item kriteria penilaian.
- b. Siswa mendapatkan skor 3 di setiap kriteria penilaian jika keseluruhan item penilaian muncul/ terjadi.
- c. Siswa mendapatkan skor 2 di setiap kriteria penilaian jika hanya ada 2 item penilaian yang muncul/ terjadi.
- d. Siswa mendapatkan skor 1 di setiap kriteria penilaian jika hanya ada 1 item penilaian yang muncul/ terjadi.
- e. Siswa mendapatkan skor 0 di setiap kriteria penilaian jika keseluruhan item penilaian tidak ada yang muncul/ terjadi.

**2. Lembar Penilaian *Pretest* Dan *Posttest* Lempar Cakram**

Lembar penilaian pembelajaran lempar cakram dengan menggunakan media modifikasi Rotkram. Itu merupakan sebagai instrumen untuk melihat hasil

akhir tingkat kemampuan dasar lempar cakram para siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul menggunakan media modifikasi Rotkram. Lembar penilaian berfungsi untuk melihat hasil akhir proses pembelajaran dan perkembangan para siswa terhadap pembelajaran lempar cakram menggunakan media modifikasi Rotkram. Bentuk pedoman penilaian adalah sebagai berikut :

Tabel 5. Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak Lempar Cakram Menggunakan Modifikasi Media Rotkram

No	NAMA SISWA	SKOR ASPEK YANG DINILAI										JML SKOR	NA
		n1					n2						
		POWER POSITION					GERAK PELEPASAN						
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5		
1													
2													
3													
4													
5													
↓													
<b>SKOR MAXIMUM 10</b>													

Sumber: Sawal (2012: 49)

Rumus Penilaian:

$$\frac{\text{Jumlah Nilai Perolehan}}{\text{Skor Maximum}} \times 100 = \text{NA}$$

Kriteria Penilaian:

a. *Power Position*

- 1) Badan bagian atas siswa terlihat agak miring kearah kaki kanan yang ditekuk
- 2) Paha kanan posisinya kira-kira besar sudutnya 90° dengan arah lemparan

- 3) Poros pinggang mengarah kearah sektor lemparan
  - 4) Lengan lempar dengan rotkram masih tetap dibelakang poros bahu
  - 5) Lengan kiri terlihat ditahan di belakang dalam arah yang berlawanan
- b. Gerak pelepasan rotkram
- 1) Kaki kanan menunjuk kearah lemparan dengan suatu gerakan
  - 2) Terlihat pinggang dibawa kedepan melawan bagian atas badan
  - 3) Koordinasi gerakan anggota tubuh
  - 4) Terlihat melakukan secara maksimal sesuai kemampuannya
  - 5) Lepasnya rotkram yang terlihat eksplosif

**Prosedur Penilaian**

- a. Siswa diberi skor 5 apabila dapat melakukan 5 item gerakan dengan benar.
- b. Siswa diberi skor 4 apabila dapat melakukan 4 item gerakan dengan benar.
- c. Siswa diberi skor 3 apabila dapat melakukan 3 item gerakan dengan benar.
- d. Siswa diberi skor 2 apabila dapat melakukan 2 item gerakan dengan benar.
- e. Siswa diberi skor 1 apabila dapat melakukan 1 item gerakan dengan benar.

**Tabel 6. Kriteria Penilaian Lempar Cakram**

<b>Kriteria Penilaian</b>	<b>Ketuntasan</b>	<b>Keterangan</b>
≥ 85	Sangat Baik	Tuntas (T)
75 – 84	Baik	Tuntas (T)
70 – 74	Sedang	Belum Tuntas (BT)
61 – 69	Kurang	Belum Tuntas (BT)
51 – 60	Sangat Kurang	Belum Tuntas (BT)

Ket :

Pedoman penilaian berdasarkan KKM di SD Tirtomulyo Kretek Bantul sebesar (75) dan ketuntasan klasikal pembelajaran sebesar 75 % dari total siswa tiap kelas.

a. Nilai Akhir Lempar Cakram (KKM 75)

N :  $n_1 + n_2$

Ket:

N : Nilai perolehan

$n_1$  : Nilai gerakan *power position*

$n_2$  : Nilai gerakan pelepasan cakram (*delevery of discus*)

Rumus :

$$\frac{\text{Jumlah Nilai Perolehan}}{\text{Skor Maksimum (10)}} \times 100 = \text{NA (Nilai Akhir)}$$

b. Ketuntasan Klasikal Proses Pembelajaran ( 75 % ).

Minimal sebesar 75 % dari total siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul masuk dalam penilaian lempar cakram dengan ketuntasan “baik” dan “sangat baik”.

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

Keterangan:

P : Persentase (%) ketuntasan klasikal

f : Frekuensi jumlah siswa kelas V yang masuk dalam penilaian lempar cakram dengan ketuntasan “baik” dan “sangat baik”.

N : Jumlah keseluruhan siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul

### 3. Tanggapan Siswa Terhadap Pembelajaran

Tabel di bawah merupakan rencana angket yang akan disiapkan untuk melihat pendapat siswa terhadap proses pembelajaran lempar cakram dengan menggunakan media modifikasi Rotkram. Angket akan digunakan pada akhir pembelajaran tiap siklus. Peneliti menyebarkan angket kepada siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul di setiap akhir pembelajaran tiap siklus. Peneliti mengumpulkan angket yang telah disebar pada siswa kelas V dan melakukan transkrip hasil pengisian angket.

Angket tanggapan siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul terhadap proses pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media Rotkram, keseluruhan ada sebanyak 15 butir berupa pernyataan positif dengan opsi pilihan jawaban “ya” dan “tidak”.

Tabel 7. Skor Alternatif Jawaban

Butir pernyataan	Alternatif Jawaban	
	Ya	Tidak
Positif	1	0

Keterangan:

Skor angket maksimal perolehan siswa: 15

Skor angket minimal perolehan siswa : 0

Gambaran mengenai angket tanggapan siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul terhadap proses pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media Rotkram, dijelaskan pada tabel 8 berikut ini:

Tabel 8. Angket Tanggapan Siswa Terhadap Proses Pembelajaran Lempar Cakram dengan Pendekatan Modifikasi Media Rotkram

No	Aspek	Pernyataan Tanggapan Siswa	Ya	Tidak
1	Aktif	1. Saya dapat mengikuti proses pembelajaran dengan aktif		
		2. Saya memperoleh kesempatan bertanya kepada guru		
		3. Saya dapat memahami penjelasan guru dan dapat mempraktekannya		
		4. Guru mengajar dengan aktif		
2	Kreatif	5. Banyak hal-hal baru yang saya temui		
		6. Saya dapat menghasilkan ide baru untuk menyelesaikan tugas		
		7. Menurut saya cara mengajar guru bervariasi/kreatif		

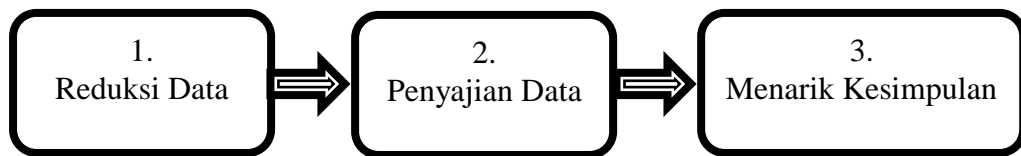
No	Aspek	Pernyataan Tanggapan Siswa	Ya	Tidak
		8. Saya banyak memperoleh kesempatan mencoba		
3	Efektif	9. Menurut saya semua teman dapat melakukan lempar cakram dengan menggunakan media modifikasi Rotkram		
		10 Saya dapat menyelesaikan tugas pembelajaran lempar cakram ini		
		11 Menurut saya guru berhasil mengajarkan lempar cakram dengan menggunakan media modifikasi Rotkram		
4	Menyenangkan	12 Saya merasa aktifitas jasmani ini terasa menyenangkan		
		13 Saya merasa waktu pembelajaran terasa pendek		
		14 Menurut saya, guru banyak memberikan gerakan lempar cakram dengan menggunakan media modifikasi Rotkram		
		15 Menurut saya guru simpatik/menyenangkan		

Sumber: Sawal (2012: 52)

### G. Analisis Data

Data yang telah diperoleh di lapangan kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara peneliti bersama kolaborator merefleksi hasil observasi terhadap proses pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru dan siswa di lapangan. Data kualitatif dalam catatan lapangan diolah menjadi kalimat-kalimat yang bermakna dan dianalisis secara kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan secara berturutan yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Langkah dalam kegiatan analisis data seperti pada gambar 3, berikut ini:



Gambar 14. Bagan Langkah Kegiatan Analisis Data

#### 1. Reduksi data

Reduksi data mencakup kegiatan mengikhtisarkan hasil pengumpulan data selengkap mungkin, dan memilah-milahkannya ke dalam satuan konsep tertentu, kategori tertentu, atau tema tertentu. Sebelum memaparkan data atau informasi yang diperoleh di lapangan, peneliti harus terlebih dahulu memilah data atau informasi yang diperoleh agar sesuai dan bisa menjawab rumusan masalah, sehingga bisa disimpulkan sesuai dengan rumusan masalah tersebut. Reduksi data dalam penelitian ini meliputi penyeleksian data melalui ringkasan atau uraian singkat dan pengolahan data ke dalam pola yang lebih terarah. Dengan demikian reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu dan mengorganisasi data dengan cara sedemikian rupa sehingga kesimpulan akhirnya dapat ditarik dan diverifikasi.

#### 2. Penyajian data

Penyajian data dilakukan dengan penyusunan sekumpulan informasi agar lebih mudah dipahami sehingga memungkinkan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Penyajian data dilakukan dalam

rangka mengorganisasikan data yang merupakan penyusunan informasi secara sistimatis dari hasil reduksi data mulai dari perencanaan tindakan, observasi dan refleksi pada masing-masing siklus.

### 3. Menarik kesimpulan

Peneliti memberikan makna, tafsiran, argumen, membandingkan data, dan mencari hubungan antara satu komponen dengan komponen yang lain, sehingga dapat ditarik sebuah kesimpulan untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah diajukan sebelumnya. Penarikan kesimpulan merupakan upaya pencarian makna data. Data yang terkumpul disajikan secara sistimatis dan perlu diberi makna.

Dalam PTK ini juga dilakukan teknis analisis data dengan melihat dampak dari pendekatan pembelajaran lempar cakram menggunakan modifikasi media Rotkram ini terhadap kondisi siswa selama proses belajar mengajar berlangsung, selanjutnya dicatat dalam Lembar Observasi Siswa (LOS), menganalisis dokumentasi foto, dan menganalisis hasil pengamatan penilaian tentang keterampilan siswa dalam kemampuan lempar cakram. Ketiga analisis data ini dilakukan dengan teliti dan cermat agar dapat ditarik kesimpulan dengan benar. Selain itu juga dilakukan analisis dengan cara membandingkan skor angket *pretest* dan skor *posttest*. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kemajuan belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran lempar cakram setelah mengikuti pembelajaran dengan metode pendekatan modifikasi media Rotkram.

## **H. Indikator Efektifitas Belajar**

Penelitian Tindakan Kelas ini adalah untuk mengukur sejauhmana efektivitas belajar lempar cakram dengan menggunakan media modifikasi Rotkram. Indikator dari efektivitas belajar adalah meningkatnya hasil belajar siswa yang dibuktikan dengan nilai siswa sesuai KKM “75” dan ketuntasan klasikal sebesar “75 %” dari total siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul. Dengan kata lain bahwa untuk melihat efektif tidaknya sebuah proses pembelajaran bisa dilihat dari pencapaian hasil pembelajarannya.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Proses Penelitian**

Proses penelitian tindakan di SD Tirtomulyo, yang beralamat di dusun Krajan, Tirtomulyo, Kretek, Bantul, Yogyakarta. Peneliti bersama kolaborator melakukan observasi terhadap proses pembelajaran Penjasorkes dalam upaya meningkatkan hasil belajar lempar cakram melalui pendekatan modifikasi media rotkram, yang dilakukan selama dua siklus. Siklus pertama dilaksanakan 2 kali pertemuan, siklus kedua dilaksanakan 2 kali pertemuan. Setiap akhir siklus dilaksanakan evaluasi proses pembelajaran lempar cakram.

#### **1. Siklus Satu, Pertemuan Ke-1**

##### **a. Tahap Perencanaan (*planning*)**

Dalam tahap perencanaan, peneliti bersama kolaborator merencanakan skenario pembelajaran dan juga menyiapkan fasilitas pendukung untuk melaksanakan skenario tindakan tersebut. Secara rinci kegiatan yang dilakukan dalam tahap perencanaan adalah:

- 1) Tujuan penelitian dan rencana tindakan disosialisasikan kepada kolaborator dan siswa. Peneliti, kolaborator dan siswa melakukan tukar pikiran untuk menyamakan persepsi dalam menggunakan pendekatan model-model pembelajaran lempar cakram dengan modifikasi media rotkram.
- 2) Membuat skenario model pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram.

- 3) Menyiapkan fasilitas pembelajaran, lapangan, alat-alat untuk model-model pembelajaran, rotkram.
- 4) Dalam penelitian ini dibuat dan disusun instrumen untuk melakukan monitoring pelaksanaan model pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram.
- 5) Menentukan teknis pelaksanaan penelitian.
- 6) Menyiapkan kegiatan refleksi.

**b. Tahap Pelaksanaan (*action*)**

Pertemuan ke-1, dilaksanakan pada hari Selasa, 30 Mei 2017, tiga jam pelajaran efektif (105 menit) dengan urutan kegiatan sebagai berikut:

- 1) Guru mengumpulkan siswa dengan cara dibariskan, salah satu anak diminta untuk memimpin berdoa, mengabsen siswa dalam hal ini jumlah siswa 22 masuk semua. Selanjutnya menyampaikan informasi di antaranya adalah: perlu diketahui oleh siswa kelas V bahwa sampai empat pertemuan ke depan jadwal mata pelajaran Penjasorkes adalah nomor lempar cakram, siswa diberi tugas membawa alat-alat yang diperlukan dan dihimbau untuk melakukan pembelajaran dengan sebaik-baiknya.
- 2) Guru memberikan *pretest* berupa keterampilan melakukan lempar cakram, dengan hasil :
  - a) Skor rata-rata kelas dari *pretest* keterampilan Lempar cakram adalah 62,72. Hal ini masih berada di bawah nilai kriteria

ketuntasan minimal. Kriteria ketuntasan minimal yang ditetapkan untuk mata pelajaran Penjasorkes di SD Tirtomulyo adalah (75).

- b) Skor tertinggi pada *pretest* lempar cakram adalah 90 dan skor terendah 50.
- c) Dari 22 siswa kelas V, yang masuk kategori “tuntas” sebanyak 3 siswa (13,63%). Sedangkan yang lain sebanyak 19 siswa (86,37%), masuk kategori “belum tuntas”. Data hasil *pretest* keseluruhan siswa kelas V terlampir.

Pada tahap pembelajaran ke-1 siklus satu ini, peneliti melaksanakan pembelajaran sesuai Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang telah disusun dan divalidasi dalam tahap perencanaan (RPP terlampir). Tindakan dalam pembelajaran pertama ini dilakukan dalam satu kali proses pembelajaran. Materi pembelajaran lempar cakram yang akan dipraktikkan di pembelajaran ke-1 ini dalam bentuk games dengan pendekatan modifikasi media rotkram dan pemberian tugas observasi dilakukan dengan cara pengamatan langsung terhadap perkembangan siswa, yang dilakukan oleh kolaborator.

### **c. Hasil Observasi Proses Pembelajaran Ke-1 Siklus Satu**

Perkembangan siswa

Skor rata-rata perkembangan belajar siswa dalam pertemuan ke-1 siklus satu materi keterampilan Lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram adalah 74,24. Dengan skor tertinggi siswa 100 dan skor

terendah siswa 33,33. Data penilaian perkembangan belajar keseluruhan siswa di pertemuan ke-1 siklus satu terlampir.

**d. Kesimpulan Hasil Observasi Proses Pembelajaran Ke-1 Siklus Satu.**

Hasil lembar observasi oleh kolaborator dan catatan peneliti menunjukkan bahwa siswa cukup berpartisipasi secara aktif. Sebagian besar siswa bergerak dan berpartisipasi secara aktif. Pembelajaran sudah cukup mampu mendorong kreatifitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran. Beberapa siswa kurang dapat menyelesaikan tugas yang diberikan guru dengan cukup baik. Disamping itu, suasana pembelajaran cukup menyenangkan, hal ini dibuktikan dengan siswa sebagian besar cukup bersemangat dalam proses pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram.

**e. Refleksi Proses Pembelajaran Ke-1 Siklus Satu**

Hasil refleksi pembelajaran ke-1 siklus satu menunjukkan siswa cukup berpartisipasi secara aktif mengikuti proses pembelajaran lempar cakram. Karena dalam pembelajaran ke-1, proses pembelajaran lebih banyak ke bermain yang mengarah ke dalam gerakan melakukan lempar, maka siswa sebagian besar cukup antusias dalam mengikuti proses pembelajaran. mendorong kreatifitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran. Beberapa siswa kurang dapat menyelesaikan tugas yang diberikan guru dengan cukup baik. Dengan demikian diperoleh kesimpulan bahwa sudah nampak adanya peningkatan efektivitas pembelajaran lempar cakram melalui pendekatan modifikasi media

rotkram, namun beberapa siswa belum dapat melakukan gerakan melempar dengan baik, sehingga hasil pembelajaran belum tercapai secara maksimal. Nilai positif yang dapat diperoleh dari proses pembelajaran pertama adalah siswa sudah cukup berpartisipasi secara aktif dan suasana pembelajaran sudah cukup menyenangkan.

Untuk itu diperlukan rancangan pembelajaran pada pertemuan ke-2 untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerakan lempar cakram secara benar, agar tujuan dan hasil belajar dapat tercapai, serta upaya untuk lebih meningkatkan keaktifan dan efektivitas siswa dan menciptakan pembelajaran yang lebih menyenangkan.

## **2. Siklus Satu, Pertemuan Ke-2**

Pertemuan ke-2, dilaksanakan pada hari Rabu, 31 Mei 2017, tiga jam pelajaran (105 menit). Dari hasil refleksi pada pertemuan ke-1 siklus satu diambil pokok permasalahan, yaitu siswa masih perlu ditingkatkan lagi kemampuan proses pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram. Urutan kegiatan Pertemuan ke-2 siklus satu sebagai berikut:

### **a. Perencanaan Pembelajaran Ke-2 Siklus Satu**

Berdasarkan hasil refleksi pada pembelajaran ke-1, maka dirancang tindakan pada pembelajaran ke-2 untuk memperbaiki pembelajaran selanjutnya. Hasil refleksi pembelajaran ke-1 sudah menunjukkan adanya peningkatan efektivitas pembelajaran walaupun belum maksimal, sehingga pada pembelajaran ke-2 ini sebagai pengembangan

pembelajaran yang telah berlangsung di pembelajaran ke-1 siklus satu. Setelah menemukan kekurangan pada pembelajaran ke-1 siklus satu, yaitu belum semua siswa dapat melakukan gerakan lempar cakram secara benar dan maksimal, kreatifitas siswa belum maksimal selama pembelajaran, dan upaya yang harus dilakukan agar pembelajaran lebih meningkat selanjutnya peneliti membuat rancangan pembelajaran untuk pertemuan ke-2 siklus satu.

#### **b. Implementasi Tindakan Pembelajaran Ke-2 Siklus Satu**

Pada tahap pembelajaran ke-2 ini, peneliti melaksanakan pembelajaran sesuai RPP yang telah disusun dan divalidasi dalam tahap perencanaan (RPP tercantum di lampiran). Materi pembelajaran lempar cakram yang akan dipraktikkan di pembelajaran ke-2 ini lebih mengarah ke praktek gerakan melempar cakram secara benar dengan pendekatan modifikasi media rotkram dan pemberian tugas observasi dilakukan dengan cara pengamatan langsung terhadap perkembangan siswa yang dilakukan oleh kolaborator.

#### **c. Pengamatan atau Observasi Pembelajaran Ke-2 Siklus Satu**

Perkembangan siswa

Skor rata-rata perkembangan belajar siswa di pertemuan ke-2 siklus satu materi keterampilan lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram adalah 79,54. Dengan skor tertinggi siswa 100 dan skor terendah siswa 50. Data penilaian perkembangan belajar keseluruhan siswa di pertemuan ke-2 siklus satu terlampir.

#### **d. *Posttest* Lempar Cakram Siklus Satu**

Dalam pertemuan ke-2 siklus satu juga dilaksanakan *posttest*, karena dalam penelitian ini di setiap akhir pembelajaran setiap siklus diadakan penilaian. *Posttest* di siklus satu berupa keterampilan melakukan lempar cakram, dengan hasil :

- 1) Skor rata-rata kelas dari *posttest* di siklus satu keterampilan Lempar cakram adalah 70,45. Hal ini masih berada di bawah nilai kriteria ketuntasan minimal. Kriteria ketuntasan minimal yang ditetapkan untuk mata pelajaran Penjasorkes di SD Tirtomulyo adalah (75). Tetapi sudah ada peningkatan hasil dibandingkan dengan hasil *pretest* awal.
- 2) Skor tertinggi pada *posttest* siklus satu adalah 90 dan skor terendah 60.
- 3) Dari 22 siswa kelas V SD Tirtomulyo, yang masuk kategori “tuntas” sebanyak 8 siswa (36,36%). Sedangkan yang lain sebanyak 14 siswa (63,64%), masuk kategori “belum tuntas”. Data hasil *posttest* siklus satu keseluruhan semua siswa terlampir.

#### **e. Hasil Angket Tanggapan Siswa Terhadap Pembelajaran Lempar Cakram Siklus Satu.**

Dalam setiap akhir pembelajaran tiap siklus, siswa diberikan angket sebagai tanggapan para siswa tentang proses pembelajaran yang telah berlangsung. Angket digunakan pada akhir pembelajaran tiap siklus. Hasil angket tanggapan siswa terhadap proses pembelajaran di siklus satu, adalah sebagai berikut :

Tabel 9. Hasil Tanggapan Siswa Terhadap Pembelajaran di Siklus Satu

No	Aspek	Pernyataan Tanggapan Siswa	Ya		Tidak	
1	Aktif	1. Saya dapat mengikuti proses pembelajaran dengan aktif.	12	70,58%	5	29,42%
		2. Saya memperoleh kesempatan bertanya kepada guru.	11	64,70%	6	35,30%
		3. Saya dapat memahami penjelasan guru dan dapat mempraktekannya.	14	82,35%	3	17,65%
		4. Guru mengajar dengan aktif.	17	100%	-	-
2	Kreatif	5. Banyak hal-hal baru yang saya temui.	11	64,70%	6	35,30%
		6. Saya dapat menghasilkan ide baru untuk menyelesaikan tugas pembelajaran.	8	47,05%	9	52,95%
		7. Menurut saya cara mengajar guru bervariasi/kreatif.	14	82,35%	3	17,65%
		8. Saya banyak memperoleh kesempatan mencoba.	14	82,35%	3	17,65%
3	Efektif	9. Menurut saya semua siswa dapat melakukan lempar cakram.	10	58,82%	7	41,18%
		10. Saya dapat menyelesaikan tugas pembelajaran lempar cakram ini	12	70,58%	5	29,42%
		11. Menurut saya guru berhasil mengajarkan lempar cakram dengan pendekatan rotkram	13	76,47%	4	23,53%
4	Menyenangkan	12. Saya merasa aktifitas jasmani ini terasa menyenangkan	15	88,23%	2	11,77%
		13. Saya merasa waktu pembelajaran terasa pendek	11	64,70%	6	35,30%
		14. Menurut saya, guru banyak memberikan gerakan lempar cakram dengan cara bermain	12	70,58%	5	29,42%
		15. Menurut saya guru simpatik/menyenangkan	17	100%	-	-
			X		Y	
Persentase Keseluruhan 22 siswa =			71,08%		28,92%	

**f. Kesimpulan Hasil Observasi Proses Pembelajaran Ke-2 Siklus Satu.**

Hasil lembar observasi oleh kolaborator dan catatan peneliti menunjukkan bahwa siswa sudah cukup baik dalam berpartisipasi secara aktif. Sebagian siswa bergerak dan berpartisipasi secara aktif. Pembelajaran sudah cukup mampu mendorong kreatifitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran. Sebagian siswa dapat menyelesaikan tugas yang diberikan guru dengan cukup baik. Disamping itu, suasana pembelajaran sudah menyenangkan, hal ini dibuktikan dengan sebagian siswa bersemangat dalam proses pembelajaran, bersungguh-sungguh dalam mengikuti proses pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram dan sudah timbul dari siswa rasa bertanggung jawab dalam melaksanakan tugas dari guru.

**g. Refleksi Pembelajaran Ke-2 Siklus Satu**

Hasil refleksi pembelajaran ke-2 menunjukkan telah adanya partisipasi cukup aktif dan kreativitas dari siswa dalam kegiatan inti pembelajaran. Hampir seluruh siswa nampak senang selama pembelajaran dan seluruh siswa dapat melakukan gerakan lempar cakram dengan cukup baik.

**3. Siklus Dua, pertemuan ke-1**

Siklus dua pertemuan ke-1, dilaksanakan pada hari Kamis, 1 Juni 2017, tiga jam pelajaran efektif (105 menit). Dari hasil refleksi pada pertemuan ke-2 siklus satu diambil pokok permasalahan, yaitu siswa masih perlu ditingkatkan lagi kemampuan proses pembelajaran lempar cakram dengan

pendekatan modifikasi media rotkram. Urutan kegiatan Pertemuan ke-1 siklus dua sebagai berikut:

**a. Perencanaan Pembelajaran Ke-1 Siklus Dua**

Berdasarkan hasil refleksi pada pembelajaran kedua siklus kesatu, maka dirancang tindakan pada pembelajaran ke-1 pada siklus kedua untuk memperbaiki pembelajaran selanjutnya. Hasil refleksi siklus satu sudah menunjukkan adanya peningkatan efektivitas pembelajaran walaupun belum maksimal, sehingga pada pembelajaran ke-1 siklus dua ini sebagai pengembangan pembelajaran yang telah berlangsung di siklus kesatu. Setelah menemukan kekurangan pada siklus kesatu, yaitu belum semua siswa dapat melakukan gerakan lempar cakram secara maksimal, kreatifitas siswa belum maksimal selama pembelajaran, dan upaya yang harus dilakukan agar pembelajaran lebih meningkat, selanjutnya peneliti membuat rancangan pembelajaran pada pembelajaran ke-1 di siklus kedua.

**b. Implementasi Tindakan Pembelajaran Ke-1 Siklus Dua**

Pada tahap pembelajaran ke-3 ini, peneliti melaksanakan pembelajaran sesuai RPP yang telah disusun dan divalidasi dalam tahap perencanaan (RPP terlampir). Tindakan dalam pembelajaran ke-1 ini dilakukan dalam satu kali proses pembelajaran. Materi pembelajaran lempar cakram yang akan dipraktikkan di pembelajaran ke-1 lebih mengarah ke praktek gerakan lempar cakram secara benar dengan metode bermain dengan pendekatan modifikasi media rotkram.

Pemberian tugas observasi dilakukan dengan cara pengamatan langsung terhadap proses pembelajaran ke-1 dalam hal perkembangan siswa yang dilakukan oleh kolaborator.

#### **c. Pengamatan atau Observasi Pembelajaran ke-1 Siklus Dua**

Perkembangan siswa

Skor rata-rata perkembangan belajar siswa di pertemuan ke-1 siklus dua, materi keterampilan Lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram adalah 83,33. Dengan skor tertinggi siswa 100 dan skor terendah siswa 66,67. Data penilaian perkembangan belajar keseluruhan siswa di pertemuan ke-1 siklus dua terlampir.

#### **d. Kesimpulan Hasil Observasi Proses Pembelajaran Ke-1 Siklus Dua**

Hasil lembar observasi oleh kolaborator dan catatan peneliti menunjukkan bahwa siswa sudah berpartisipasi secara aktif. Sebagian besar siswa bergerak dan berpartisipasi secara aktif. Pembelajaran mampu mendorong kreatifitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran. Beberapa siswa sudah dapat menyelesaikan tugas yang diberikan guru dengan baik. Disamping itu, suasana pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram sudah menyenangkan, hal ini dibuktikan dengan siswa sebagian besar bersemangat dalam proses pembelajaran, bersungguh-sungguh dan sebagian besar siswa bertanggung jawab dalam melaksanakan tugas dari guru.

#### **e. Refleksi Pembelajaran Ke-1 Siklus Dua**

Hasil refleksi pembelajaran ke-1 siklus dua menunjukkan siswa aktif dan kreatif dalam mengikuti proses pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram. Sebagian besar siswa berani untuk melakukan gerakan melempar cakram. Dengan demikian diperoleh kesimpulan bahwa sudah nampak adanya peningkatan efektivitas pembelajaran lempar cakram melalui pendekatan modifikasi media rotkram di pembelajaran ke-1 ini. Nilai positif yang dapat diperoleh dari proses pembelajaran ke-1 adalah keberanian dari siswa untuk melakukan gerakan lempar cakram, walau beberapa siswa belum dapat melakukan dengan baik.

Untuk itu diperlukan rancangan pembelajaran selanjutnya, yaitu pembelajaran ke-2 di siklus kedua untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan keterampilan gerakan lempar cakram secara benar, agar tujuan dan hasil belajar dapat tercapai, serta upaya untuk lebih meningkatkan keaktifan dan efektivitas siswa dan menciptakan pembelajaran yang lebih menyenangkan.

#### **4. Siklus Dua, Pertemuan Ke-2**

Pertemuan ke-2 siklus dua, dilaksanakan pada hari Jumat 2 Juni 2017, satu kali tatap muka dengan tiga jam pelajaran efektif (105 menit). Dari hasil refleksi pada pertemuan ke-1 siklus dua diambil pokok permasalahan, yaitu sudah menunjukkan adanya peningkatan efektivitas pembelajaran walaupun belum maksimal, sehingga pada pembelajaran ke-2 ini sebagai

penyempurnaan proses pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram yang telah berlangsung di pembelajaran ke-1. Urutan kegiatan Pertemuan ke-2 siklus dua sebagai berikut:

**a. Perencanaan Pembelajaran Ke-4 Siklus Dua**

Berdasarkan hasil refleksi pada pembelajaran ke-1, maka dirancang tindakan pada pembelajaran ke-2 untuk memperbaiki pembelajaran selanjutnya. Hasil refleksi pembelajaran ke-1, sudah menunjukkan adanya peningkatan efektivitas pembelajaran walaupun belum maksimal, sehingga pada pembelajaran ke-2 ini sebagai penyempurnaan pembelajaran yang telah berlangsung di pembelajaran ke-1.

Setelah menemukan kekurangan pada pembelajaran ke-1 siklus dua, yaitu sudah menunjukkan adanya peningkatan efektivitas pembelajaran walaupun belum maksimal, selanjutnya peneliti membuat rancangan pembelajaran untuk pertemuan ke-2 siklus dua.

**b. Implementasi Tindakan Pembelajaran Ke-2 Siklus Dua**

Pada tahap pembelajaran ke-2 ini, peneliti melaksanakan pembelajaran sesuai RPP yang telah disusun dan divalidasi dalam tahap perencanaan (RPP tercantum di lampiran). Materi pembelajaran lempar cakram yang akan dipraktikkan di pembelajaran ke-2 ini lebih mengarah ke praktek gerakan melempar cakram sebenarnya secara benar dengan pendekatan modifikasi media rotkram dan pemberian tugas observasi dilakukan dengan cara pengamatan langsung terhadap proses pembelajaran ke-2 dalam hal perkembangan siswa yang dilakukan oleh kolaborator.

**c. Pengamatan atau Observasi Pembelajaran Ke-2 Siklus Dua**

Skor rata-rata perkembangan belajar siswa di pertemuan ke-2 siklus dua materi keterampilan lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram adalah 84,84. Dengan skor tertinggi siswa 100 dan skor terendah siswa 66,67. Penilaian perkembangan belajar keseluruhan siswa di pertemuan ke-2 siklus dua terlampir.

**d. *Posttest* Lempar Cakram Siklus Dua**

Dalam pertemuan ke-2 siklus dua juga dilaksanakan *posttest*, karena dalam penelitian ini di setiap akhir pembelajaran setiap siklus diadakan penilaian. *Posttest* di siklus dua berupa penilaian keterampilan melakukan lempar cakram, dengan hasil :

- 1) Skor rata-rata kelas dari *posttest* di siklus dua keterampilan Lempar cakram adalah 80,45. Hal ini telah sesuai dengan nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (75) yang ditetapkan untuk mata pelajaran Penjasorkes di SD Tirtomulyo. Ada peningkatan hasil dibandingkan dengan hasil *pretest* Siklus satu.
- 2) Skor tertinggi pada *posttest* siklus dua adalah 90 dan skor terendah 100.
- 3) Dari 22 siswa kelas V, yang masuk kategori “tuntas” sebanyak 17 siswa (77,27%). Sedangkan yang lain sebanyak 5 siswa (22,73%), masuk kategori “belum tuntas”. Data hasil *posttest* siklus dua secara keseluruhan semua siswa terlampir.

**e. Hasil Angket Tanggapan Siswa Terhadap Pembelajaran Lempar Cakram di Siklus Dua.**

Dalam setiap akhir pembelajaran tiap siklus, siswa diberikan angket sebagai tanggapan para siswa tentang proses pembelajaran yang telah berlangsung. Angket digunakan pada akhir pembelajaran tiap siklus. Hasil angket tanggapan siswa terhadap proses pembelajaran di siklus dua, adalah sebagai berikut :

Tabel 10. Hasil Tanggapan Siswa Terhadap Pembelajaran di Siklus Dua

No	Aspek	Pernyataan Tanggapan Siswa	Ya		Tidak	
1	Aktif	1. Saya dapat mengikuti proses pembelajaran dengan aktif.	14	82,35%	3	17,65%
		2. Saya memperoleh kesempatan bertanya kepada guru.	13	76,47%	4	23,53%
		3. Saya dapat memahami penjelasan guru dan dapat mempraktekannya.	15	88,23%	2	11,77%
		4. Guru mengajar dengan aktif.	17	100%	-	-
2	Kreatif	5. Banyak hal-hal baru yang saya temui.	13	76,47%	4	23,53%
		6. Saya dapat menghasilkan ide baru untuk menyelesaikan tugas pembelajaran.	11	64,70%	6	35,30%
		7. Menurut saya cara mengajar guru bervariasi/kreatif.	15	88,23%	2	11,77%
		8. Saya banyak memperoleh kesempatan mencoba.	14	82,35%	3	17,65%
3	Efektif	9. Menurut saya semua siswa dapat melakukan lempar cakram.	12	70,58%	5	29,42%
		10. Saya dapat menyelesaikan tugas pembelajaran lempar cakram ini	14	82,35%	3	17,65%
		11. Menurut saya guru berhasil mengajarkan lempar cakram dengan pendekatan rotkram	15	88,23%	2	11,77%
4	Menyenangkan	12. Saya merasa aktifitas jasmani ini terasa menyenangkan	17	100%	-	-

No	Aspek	Pernyataan Tanggapan Siswa	Ya		Tidak	
		13.Saya merasa waktu pembelajaran terasa pendek	15	88,23%	2	11,77%
		14.Menurut saya, guru banyak memberikan gerakan lempar cakram dengan cara bermain.	14	82,35%	3	17,65%
		15.Menurut saya guru simpatik/menyenangkan	17	100%	-	-
			X		Y	
Persentase Keseluruhan 22 siswa =			76,82%		23,18%	

#### f. Kesimpulan Hasil Observasi Proses Pembelajaran Ke-2 Siklus Dua.

Hasil lembar observasi oleh kolaborator dan catatan peneliti menunjukkan bahwa siswa sudah baik dalam berpartisipasi secara aktif. Hampir seluruh siswa bergerak dan berpartisipasi secara aktif. Pembelajaran dengan pendekatan modifikasi media rotkram sudah mampu mendorong kreatifitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran. Hampir seluruh siswa dapat menyelesaikan tugas yang diberikan guru dengan cukup baik. Disamping itu, suasana pembelajaran sudah menyenangkan, hal ini dibuktikan dengan seluruh siswa bersemangat dalam proses pembelajaran, bersungguh-sungguh dalam mengikuti proses pembelajaran dan seluruh siswa bertanggung jawab dalam melaksanakan tugas dari guru.

#### g. Refleksi Pembelajaran Ke-2 Siklus Dua

Hasil refleksi pembelajaran ke-2 siklus dua menunjukkan telah adanya partisipasi aktif dan kreativitas dari siswa dalam kegiatan inti pembelajaran. Saat kegiatan penutup ada beberapa siswa yang

mengajukan pertanyaan, “Pak, kapan olahraga lempar cakram lagi?”, hampir seluruh siswa nampak senang selama pembelajaran dan seluruh siswa dapat melakukan keterampilan lempar cakram dengan baik

Dengan demikian diperoleh kesimpulan bahwa sudah nampak adanya peningkatan efektivitas pembelajaran lempar cakram melalui pendekatan modifikasi media rotkram pada siklus dua pembelajaran ke-2. Hasil dari pembelajaran ke-2 ini, siswa dapat melakukan lempar cakram dengan baik, siswa menyatakan bahwa pembelajaran menyenangkan, keaktifan dan efektivitas siswa telah nampak, sehingga efektivitas pembelajaran telah tercapai.

## B. Peningkatan Hasil Tes

Peningkatan hasil tes selama adanya perlakuan dalam kedua siklus, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 11. Deskripsi Peningkatan Hasil Tes Keterampilan Lempar Cakram

No	Nama	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i> Siklus Satu		<i>Posttest</i> Siklus Dua	
		NA	KET	NA	KET	NA	KET
1	Annang Wijayanto	80	T	90	T	90	T
2	Aprilian Aji Gunawan	60	BT	70	BT	80	T
3	Elsani Devinta Putri	60	BT	60	BT	70	BT
4	Ferdy Cahya Purnama	60	BT	80	T	80	T
5	Istiana Rahmawati	70	BT	70	BT	80	T
6	Iwang Bagus Novita	50	BT	60	BT	70	BT
7	Juan Roman Riquelme	60	BT	60	BT	80	T
8	Kaila Narulita Putri	60	BT	60	BT	70	BT
9	Nurromah Dwi Kurnia	50	BT	60	BT	80	T
10	Ocvilya Ramadhani	50	BT	60	BT	80	T
11	Rahma Isnaini M	60	BT	60	BT	70	BT
12	Sapri Zulviandra	70	BT	80	T	90	T
13	Septiana S	50	BT	60	BT	80	T
14	Siska Artikasari Dewi	70	BT	80	T	80	T
15	Wahyu Dani Saputra	60	BT	80	T	80	T

No	Nama	Pretest		Postest Siklus Satu		Postest Siklus Dua	
		NA	KET	NA	KET	NA	KET
16	Yoga Dwi Putra	80	T	90	T	90	T
17	Agustin Putri Pratiwi	50	BT	60	BT	70	BT
18	Agustinus A	90	T	90	T	100	T
19	Alfin Hadi Santosa	60	BT	70	BT	80	T
20	Andhika Riyan R	60	BT	60	BT	80	T
21	Anggea Tri Laksono	60	BT	70	BT	80	T
22	Defina Fauzia I	70	BT	80	T	90	T
		<b>T</b>	<b>BT</b>	<b>T</b>	<b>BT</b>	<b>T</b>	<b>BT</b>
	Keseluruhan 22 siswa	3 siswa	19 siswa	8 siswa	14 siswa	17 siswa	5 siswa
	22 siswa = 100%	13,63%	86,37%	36,36%	63,64%	77,27%	22,73%
	Rata-rata	<b>62,72</b>		<b>70,45</b>		<b>80,45</b>	
	Nilai Tertinggi	<b>90</b>		<b>90</b>		<b>90</b>	
	Nilai Terendah	<b>50</b>		<b>60</b>		<b>70</b>	
	Persentase ketuntasan klasikal	<b>13,63%</b>		<b>36,36%</b>		<b>77,27%</b>	

Dari hasil tes yang telah dicapai siswa pada tes awal, siklus satu, dan siklus dua, sangat jelas sekali kemajuan yang dicapai. Pada penilaian akhir siklus satu perolehan skor rata-rata kelas yaitu 70,45 belum mencapai tingkat KKM, yaitu (75) dan ketuntasan klasikal sebesar 75% dari total siswa dalam kelas. Pada penilaian akhir siklus dua mengalami peningkatan skor rata-rata kelas secara signifikan yaitu 80,45. Dengan demikian tindakan proses pembelajaran keterampilan lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram yang diberikan pada siswa SD Tirtomulyo Kretek Bantul, dapat dikatakan berhasil.

Setelah dilakukan evaluasi terhadap tindakan kelas yang telah dilaksanakan selama dua siklus, dapat dilaporkan segi-segi penelitian yang dapat mencapai tujuan yang diinginkan dan segi-segi lain yang dianggap kurang memenuhi harapan. Tindakan yang telah menunjukkan hasil sesuai

dengan harapan kiranya dapat dijadikan sebagai bahan acuan untuk proses pembelajaran selanjutnya. Sedangkan tindakan yang kurang berhasil diharapkan menjadi bahan telaah untuk perbaikan dan penyempurnaan.

### **C. Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa efektivitas pembelajaran lempar cakram melalui metode pendekatan modifikasi media rotkram meningkat.

Peningkatan efektivitas tersebut diantaranya :

1. Perhatian siswa untuk mengikuti pembelajaran meningkat dibandingkan dalam pembelajaran sebelumnya, kesungguhan dan kemauan siswa untuk melakukan lempar cakram meningkat, serta adanya motivasi guru kepada siswa selama pembelajaran sehingga siswa termotivasi pula untuk aktif di dalam pembelajaran.
2. Adanya komunikasi dan interaksi siswa dengan guru saat tanya jawab, siswa selalu ingin mencoba gerakan hingga benar. Hal ini merupakan bukti bahwa nampak hal- hal baru dalam pembelajaran, dimana siswa berani mengemukakan pendapatnya dan mengembangkan keingintahuannya terhadap pembelajaran lempar cakram.
3. Adanya peningkatan perkembangan lempar cakram siswa dibandingkan pada pembelajaran sebelumnya.
4. Siswa nampak senang dan antusias untuk mengikuti pembelajaran dan merasa jika jam Pendidikan Jasmani terlalu pendek. Hal ini sangat berbeda dari biasanya, terutama apabila akan mengikuti pembelajaran atletik nomor lempar cakram, siswa kurang merespon dengan positif.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dalam bab sebelumnya, maka kesimpulan yang dapat diambil bahwa pembelajaran Pendidikan Jasmani yang dilakukan melalui pendekatan dengan modifikasi media rotkram dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran lempar cakram siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul. Hal ini dapat dilihat dari beberapa indikator ketercapaian dalam setiap aspek yaitu adanya peningkatan keaktifan siswa, kesungguhan, dan ketertarikan siswa selama pembelajaran berlangsung.

Proses pembelajaran lempar cakram dengan modifikasi media rotkram berdasarkan nilai KKM (75) dan ketuntasan klasikal sebesar 75% dari total siswa dalam kelas di SD Tirtomulyo Kretek Bantul. Peningkatan hasil pembelajaran dapat dilihat dari hasil *pretest* awal, *posttest* siklus satu dan *posttest* siklus dua. Dari hasil tes yang telah dicapai siswa pada *pretest* awal, *posttest* siklus satu, dan *posttest* siklus dua, sangat jelas sekali kemajuan yang dicapai.

Peningkatan proses pembelajaran siswa selama pembelajaran dengan adanya komunikasi dan interaksi guru dengan siswa selama pembelajaran untuk mengemukakan pendapatnya, refleksi terhadap pembelajaran yang bermakna dengan mengevaluasi apa yang telah dilakukan. Siswa juga menyatakan pembelajaran lempar cakram dengan modifikasi media rotkram terasa menyenangkan, yang ditunjukkan dengan siswa nampak senang, bersemangat, dan antusias mengikuti pembelajaran. Suasana pembelajaran

yang menyenangkan juga dapat memotivasi siswa untuk mengikuti pembelajaran, sehingga hasil belajar siswa meningkat. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan hasil perkembangan keterampilan lempar cakram siswa.

## **B. Implikasi**

Pendekatan pembelajaran dengan memodifikasi alat perlu ditumbuhkembangkan dalam merencanakan pembelajaran dengan memperhatikan materi pelajaran, karakteristik siswa, cuaca, dan sarana prasarana yang tersedia. Disamping itu, materi pembelajaran pendidikan jasmani yang terdapat dalam kurikulum dirancang dan dilaksanakan dengan tetap mengacu pada kebutuhan siswa baik fisik maupun mental.

## **C. Keterbatasan Penelitian**

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala ketentuan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan di sini antara lain :

1. Peneliti tidak menganalisis kemampuan kognitif, afektif, psikomotor, dan kondisi kesehatan tiap siswa secara lebih mendalam.
2. Peneliti tidak melakukan triangulasi kepada Kepala Sekolah dan Pengawas TK/SD Kecamatan Kretek Kabupaten Bantul.

## **D. Saran**

1. Diperlukan penelitian pada pembelajaran atletik dengan materi pembelajaran yang lain dan tetap memperhatikan faktor- faktor yang terkait dengan pembelajaran atletik.

2. Pembudayaan beraktivitas jasmani para siswa perlu dukungan dari berbagai pihak, diantaranya orang tua, penyelenggara pendidikan (Kepala Sekolah dan guru).
3. Pendekatan pembelajaran dengan memodifikasi media perlu ditumbuhkembangkan untuk pembelajaran lainnya agar para peneliti lebih tertarik untuk mengembangkan kreativitasnya untuk menciptakan inovasi dalam pembelajaran.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aden Sanjaya. (2011). "Atletik Lempar Cakram". *http://sekolahdasar.atwiki. /page Pendidikan % 20 Jasmani*. Diakses pada tanggal 12 Maret 2017.
- Agus Mahendra. (2007). *Hakikat Pendidikan Jasmani*. Diambil dari: [www.google.com](http://www.google.com), tersedia pada : <http://pojokpenjas.wordpress.com/2007/11/12/hakikat-pendidikan-jasmani/>. Diakses pada tanggal 10 Januari 2017.
- Aip Syarifuddin, (1990). *Belajar Aktif Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SMP*, Diambil dari [www.google.com](http://www.google.com). Tersedia pada: [www.topskor.co.id/index.php?option=com\\_content&view=article&id=304%3Apengertian-penjas-dan-olahraga&catid=19%3Asport-wiki&Itemid=46](http://www.topskor.co.id/index.php?option=com_content&view=article&id=304%3Apengertian-penjas-dan-olahraga&catid=19%3Asport-wiki&Itemid=46)). Diakses pada tanggal 22 Februari 2017.
- Anonim (2007). "Pendidikan Jasmani". *http://sekolahdasar.atwiki. /page Pendidikan % 20 Jasmani*. Diakses pada tanggal 6 Maret 2017.
- Ardi Kurniawan. (2013). *Hakikat Media Pembelajaran*. Tersedia pada: <http://xpresiriau.com/artikel-tulisan-pendidikan/media-pembelajaran-siswa-sekolah-dasar/>). Diakses pada tanggal 27 Januari 2017.
- Arwan alfiranto. (2010). Penerapan Metode Bermain Untuk Meningkatkan Pembelajaran Lempar Cakram Siswa Kelas V SD Negeri Gedongkuning Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Azhar Arsyad. (2002). *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Bloom. (2009). *Karakteristik Siswa Sekolah Dasar*. Diambil dari: [www.yahoo.com](http://www.yahoo.com) tersedia pada: <http://xpresiriau.com/artikel-tulisan-pendidikan/karakteristik-siswa-sekolah-dasar/>. Diakses pada tanggal 3 Januari 2017.
- BSNP. (2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud
- Daryanto. (2011). *Penelitian Tindakan Kelas dan Penelitian Tindakan Sekolah*. Yogyakarta: CV Gava Media.
- Depdiknas. (2006). *Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI (Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)*. Jakarta: Depdiknas.
- Eddy Purnomo. (2011). *Dasar - Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta : Alfabedia.

- Mochamad Djumidar, A.W. (2004). *Gerak-gerak Dasar Atletik dalam Bermain*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Pedoman Penulisan Tugas Akhir. (2011). Universitas Negeri Yogyakarta.
- Mohamad Surya. (2004). *Psikologi pembelajaran & pengajaran*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Helmy Firmansyah. (2009). “*Hubungan Motivasi Berprestasi Siswa dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani*.” *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. (Volume 6, No. 1). Hlm. 41-42.
- <http://id.wikipedia.org/wiki/Kesehatan>
- <http://aadesanjaya.blogspot.com/2011/09/lempar-cakram-sejarah-teknik-peraturan.html>
- Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. *Volume 7, Nomor 1, April 2010*. Yogyakarta: FIK-UNY, jl. Kolombo 1.
- Majalah Ilmiah Olahraga. *Volume 11, April 2005, TH. XI, No.1*. Yogyakarta: FIK-UNY, jl. Kolombo 1.
- Karakteristik Siswa Sekolah Dasar. (2007) Diambil dari: [www.yahoo.com](http://www.yahoo.com) tersedia pada: <http://xpresiriau.com/artikel-tulisan-pendidikan/karakteristik-siswa-sekolah-dasar/>. Diakses pada tanggal 10 Januari 2017.
- Pardjono, dkk. (2007). *Panduan Penelitian Tindakan Kelas*. Lembaga Penelitian. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rud Midgley, cs. (2000). *Ensiklopedi Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Sawal. (2012). Upaya Meningkatkan Efektifitas Belajar Lempar Cakram Dengan Menggunakan Modifikasi Media Piring Plastik Siswa Kelas V SD Negeri Nglengking Minggir Sleman. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI. (2007).
- Sudrajat. (2008). “*Pengertian Pendekatan, Strategi, Metode, Teknik, Taktik dan Model Pembelajaran*”. <http://akhmadsudrajad.wordpress.com/2008/09/12/pengertian-pendekatan-strategi-metode-teknik>
- Sugiyono. (2008 ). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Sukintaka. (1992). *Teori Bermain*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Syaifullah. (2008). *Peningkatan Efektifitas Pembelajaran Lempar Cakram Siswa Kelas VIII C Sekolah Menengah Pertama Moyudan Sleman Melalui Aktifitas Luar Kelas*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

Yusuf Bachtiar. (2011). *Hakikat Media Pembelajaran*. Tersedia pada: website: <http://xpresiriau.com/artikel-tulisan-media-pembelajaran-siswa-SD/>. Diakses pada tanggal 27 Januari 2017.

# LAMPIRAN

**Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Pelaksanaan Penelitian Kepada Dekan  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta**

Lamp : 1 bendel Proposal penelitian.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada :  
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta.

Diberitahukan dengan hormat bahwa untuk keperluan penelitian, wawancara dan pengambilan data dalam rangka melengkapi tugas AKHIR SEKRIPSI kami mohon Bapak Dekan berkenan membuat surat izin penelitian bagi :


Nama Mahasiswa : GIYANTA  
NIM : 15604227012  
Program Studi : SI PGSD PENJAS . PKS  
Judul : PENINGKATAN EFEKTIFITAS BELAJAR  
LEMPAR CAKRAM DENGAN PENDEKATAN  
MEDIA ROTKRAM

Pelaksanaan pengambilan data

Waktu / Bulan : JUNI 2017 s.d AGUSTUS 2017  
Obyek/Tempat&Alamat : S.D.TIRTOMULYO KRETEK BANTUL


Atas perhatian, bantuan dan terkabulnya permohonan ini, diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 5-6-2017  
Yang mengajukan


  
GIYANTA  
NIM. 15604227012

Mengetahui:

Kaprodi .....

  
Dr. SUBAGYO, M. Pd  
NIP. 195611071982031003

Dosen Pembimbing

  
Drs. SRIAWAN, M. Kes  
NIP. 195808201987031003

**Lampiran 2. Surat Pengantar Permohonan Ijin Penelitian dari Dekan  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta**

**Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian dari Badan Perencanaan Pembangunan  
Daerah Pemerintah Kabupaten Bantul**

**Lampiran 4. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Kegiatan Penelitian  
dari SD Kanggotan Tirtomulyo Kretek Bantul**

**Lampiran 5. Hasil Pelaksanaan *Pretest* keterampilan lempar cakram para siswa kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul.**

Waktu Pelaksanaan : Selasa, 16 Mei 2017.

Tempat : Lapangan Tirtomulyo Kretek Bantul..

Peserta : 22 Siswa ( 12 putra dan 10 putri )

No	SUBYEK		SKOR ASPEK YANG DINILAI		JML SKOR	NA
			n1	n2		
			POWER POSITION	GERAK PELEPASAN		
1	Annang Wijayanto	L	4	4	8	<b>80</b>
2	Aprilian Aji Gunawan	L	3	3	6	<b>60</b>
3	Elsani Devinta Putri	P	3	3	6	<b>60</b>
4	Ferdy Cahya Purnama	L	3	3	6	<b>60</b>
5	Istiana Rahmawati	P	3	4	7	<b>70</b>
6	Iwang Bagus Novita	L	2	3	5	<b>50</b>
7	Juan Roman Riquelme	L	3	3	6	<b>60</b>
8	Kaila Narulita Putri	P	3	3	6	<b>60</b>
9	Nurromah Dwi Kurnia	P	3	2	5	<b>50</b>
10	Ocvilya Ramadhani	P	3	2	5	<b>50</b>
11	Rahma Isnaini Mardhiyah	P	3	3	6	<b>60</b>
12	Sapri Zulviandra	L	3	4	7	<b>70</b>
13	Septiana Sulistyaningsih	P	3	2	5	<b>50</b>
14	Siska Artikasari Dewi	P	4	3	7	<b>70</b>
15	Wahyu Dani Saputra	L	3	3	6	<b>60</b>
16	Yoga Dwi Putra	L	4	4	8	<b>80</b>
17	Agustin Putri Pratiwi	P	3	2	5	<b>50</b>
18	Agustinus Afiandika Dwi Ariyanto	L	4	5	9	<b>90</b>
19	Alfin Hadi Santosa	L	3	3	6	<b>60</b>
20	Andhika Riyan Ramawijaya	L	3	3	6	<b>60</b>
21	Anggea Tri Laksono	L	3	3	6	<b>60</b>
22	Defina Fauzia Ismiarani	P	3	4	7	<b>70</b>
<b>SKOR MAXIMUM 10</b>						
<b>RUMUS PENILAIAN : <math>\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}</math></b>						
Nilai Tertinggi : 90 Nilai Terendah : 50 Nilai Rata-Rata : 62,72						
<b>KETERANGAN PENSKORAN</b>		<b>KRITERIA KETUNTASAN</b>		<b>JUMLAH</b>	<b>( % )</b>	
≥ 85 (Sangat Baik)		Tuntas (T)		1 siswa	4,54 %	
75 – 84 (Baik)		Tuntas (T)		2 siswa	9,09 %	
70 – 74 (Cukup Baik)		Belum Tuntas (BT)		4 siswa	18,18 %	
61 – 69 (Cukup)		Belum Tuntas (BT)		0 siswa	0 %	
51 - 60 (Kurang)		Belum Tuntas (BT)		10 siswa	45,46 %	
≤ 50 (Sangat Kurang)		Belum Tuntas (BT)		5 siswa	22,73 %	
<b>JUMLAH KESELURUHAN =</b>				<b>22 siswa</b>	<b>100 %</b>	

Keterangan :

Penilaian *pretest* keterampilan dasar lempar cakram para siswa kelas V, berdasarkan KKM Pejasorkes di SD Tirtomulyo Kretek Bantul sebesar 75. Dengan berdasar nilai KKM, guru Penjas membuat kriteria penilaian hasil lempar cakram siswa.

## Lampiran 6. Daftar Kehadiran Kolaborator

NAMA KOLABORATOR	KEHADIRAN			
	Pertemuan ke-1 siklus satu	Pertemuan ke-2 siklus satu	Pertemuan ke-1 siklus dua	Pertemuan ke-2 siklus dua
	30 Mei 2017	31 Mei 2017	1 Juni 2017	2 Juni 2017
Suyatna, S.Pd.Jas.				

Kretek, 6 Juni 2017  
Kepala Sekolah

**TITIS NUR WIDININGSIH, M.Pd.**  
**NIP. 19671223 199103 2 004**

**Lampiran 7. Daftar Kehadiran Siswa Kelas V SD Tirtomulyo Kretek Bantul  
Dalam Proses Pembelajaran Lempar Cakram Dengan  
Pendekatan Media Rotkram**

No	NAMA SISWA KELAS V		KEHADIRAN SISWA			
			SIKLUS SATU PERTEMUAN KE-1	SIKLUS SATU PERTEMUAN KE-1	SIKLUS DUA PERTEMUAN KE-1	SIKLUS DUA PERTEMUAN KE-2
			30 Mei 2017	31 Mei 2017	1 Juni 2017	2 Juni 2017
1	Annang Wijayanto	L	√	√	√	√
2	Aprilian Aji Gunawan	L	√	√	√	√
3	Elsani Devinta Putri	P	√	√	√	√
4	Ferdy Cahya Purnama	L	√	√	√	√
5	Istiana Rahmawati	P	√	√	√	√
6	Iwang Bagus Novita	L	√	√	√	√
7	Juan Roman Riquelme	L	√	√	√	√
8	Kaila Narulita Putri	P	√	√	√	√
9	Nurromah Dwi Kurnia	P	√	√	√	√
10	Ocvilya Ramadhani	P	√	√	√	√
11	Rahma Isnaini Mardhiyah	P	√	√	√	√
12	Sapri Zulviandra	L	√	√	√	√
13	Septiana Sulistyaningsih	P	√	√	√	√
14	Siska Artikasari Dewi	P	√	√	√	√
15	Wahyu Dani Saputra	L	√	√	√	√
16	Yoga Dwi Putra	L	√	√	√	√
17	Agustin Putri Pratiwi	P	√	√	√	√
18	Agustinus Afiandika Dwi A	L	√	√	√	√
19	Alfin Hadi Santosa	L	√	√	√	√
20	Andhika Riyan Ramawijaya	L	√	√	√	√
21	Anggea Tri Laksono	L	√	√	√	√
22	Defina Fauzia Ismiarani	P	√	√	√	√

Kretek, 6 Juni 2017  
Kepala Sekolah

**TITIS NUR WIDININGSIH, M.Pd.**  
**NIP. 19671223 199103 2 004**

**Lampiran 8. Hasil Observasi Perkembangan Siswa Proses Pembelajaran Ke-1 Siklus Satu**

Hari/ tanggal : Selasa/ 30 Mei 2017  
 Siklus : Satu / Pembelajaran Ke-1  
 Nama Obsever : Suyatna, S.Pd.Jas

No	NAMA SISWA		KRITERIA PENGAMATAN SISWA		JML SKOR	NA	KET
			AKTIF	KREATIF			
1	Annang Wijayanto	L	3	3	6	100	
2	Aprilian Aji Gunawan	L	3	3	6	100	
3	Elsani Devinta Putri	P	2	2	4	66,67	
4	Ferdy Cahya Purnama	L	2	2	4	66,67	
5	Istiana Rahmawati	P	3	2	5	83,33	
6	Iwang Bagus Novita	L	2	2	4	66,67	
7	Juan Roman Riquelme	L	2	2	4	66,67	
8	Kaila Narulita Putri	P	2	2	4	66,67	
9	Nurromah Dwi Kurnia	P	1	2	3	50	
10	Ocvilya Ramadhani	P	1	1	2	33,33	
11	Rahma Isnaini Mardhiyah	P	3	3	6	100	
12	Sapri Zulviandra	L	2	2	4	66,67	
13	Septiana Sulistyaningsih	P	1	2	3	50	
14	Siska Artikasari Dewi	P	2	2	4	66,67	
15	Wahyu Dani Saputra	L	2	2	4	66,67	
16	Yoga Dwi Putra	L	3	2	5	83,33	
17	Agustin Putri Pratiwi	P	3	2	5	83,33	
18	Agustinus Afiandika Dwi A	L	3	3	6	100	
19	Alfin Hadi Santosa	L	3	3	6	100	
20	Andhika Riyan Ramawijaya	L	2	2	4	66,67	
21	Anggea Tri Laksono	L	2	2	4	66,67	
22	Defina Fauzia Ismiarani	P	3	2	5	83,33	
<b>SKOR MAXIMUM 6</b>							
<b>RUMUS PENILAIAN : <math>\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}</math></b>							
Nilai Tertinggi : 100 Nilai Terendah : 33,33 Nilai Rata-Rata : 74,24							

Catatan Kolaborator:  
 Sebagian siswa cukup aktif dalam mengikuti proses pembelajaran.

**Lampiran 9. Hasil Observasi Perkembangan Siswa Proses Pembelajaran Ke-2 Siklus Satu**

Hari/ tanggal : Rabu/ 31 Mei 2017  
 Siklus : Satu / Pembelajaran Ke-2  
 Nama Obsever : Suyatna, S.Pd.Jas

No	NAMA SISWA		KRITERIA PENGAMATAN SISWA		JML SKOR	NA	KET
			AKTIF	KREATIF			
1	Annang Wijayanto	L	3	3	6	100	
2	Aprilian Aji Gunawan	L	3	3	6	100	
3	Elsani Devinta Putri	P	3	2	5	83,33	
4	Ferdy Cahya Purnama	L	2	2	4	66,67	
5	Istiana Rahmawati	P	3	2	5	83,33	
6	Iwang Bagus Novita	L	2	2	4	66,67	
7	Juan Roman Riquelme	L	3	2	5	83,33	
8	Kaila Narulita Putri	P	3	2	5	83,33	
9	Nurromah Dwi Kurnia	P	2	2	4	66,67	
10	Ocvilya Ramadhani	P	1	2	3	50	
11	Rahma Isnaini Mardhiyah	P	3	3	6	100	
12	Sapri Zulviandra	L	2	2	4	66,67	
13	Septiana Sulistyaningsih	P	2	2	4	66,67	
14	Siska Artikasari Dewi	P	2	2	4	66,67	
15	Wahyu Dani Saputra	L	2	2	4	66,67	
16	Yoga Dwi Putra	L	3	3	6	100	
17	Agustin Putri Pratiwi	P	3	2	5	83,33	
18	Agustinus Afiandika Dwi A	L	3	3	6	100	
19	Alfin Hadi Santosa	L	3	3	6	100	
20	Andhika Riyan Ramawijaya	L	2	2	4	66,67	
21	Anggea Tri Laksono	L	2	2	4	66,67	
22	Defina Fauzia Ismiarani	P	3	2	5	83,33	
<b>SKOR MAXIMUM 6</b>							
<b>RUMUS PENILAIAN : <math>\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}</math></b>							
Nilai Tertinggi : 100 Nilai Terendah : 50 Nilai Rata-Rata : 79,54							

Catatan Kolaborator:

Terjadi peningkatan tentang perkembangan belajar anak dalam lempar cakram

**Lampiran 10. Hasil Pelaksanaan *Posttest* Keterampilan Lempar Cakram  
Siklus Satu**

Waktu Pelaksanaan : Rabu/ 31 Mei 2017  
 Tempat : Lapangan Tirtomulyo Kretek Bantul..  
 Peserta : 22 Siswa ( 12 putra dan 10 putri )

No	SUBYEK		SKOR ASPEK YANG DINILAI		JML SKOR	NA
			n1	n2		
			POWER POSITION	GERAK PELEPASAN		
1	Annang Wijayanto	L	4	5	9	<b>90</b>
2	Aprilian Aji Gunawan	L	3	4	7	<b>70</b>
3	Elsani Devinta Putri	P	3	3	6	<b>60</b>
4	Ferdy Cahya Purnama	L	4	4	8	<b>80</b>
5	Istiana Rahmawati	P	3	4	7	<b>70</b>
6	Iwang Bagus Novita	L	3	3	6	<b>60</b>
7	Juan Roman Riquelme	L	3	3	6	<b>60</b>
8	Kaila Narulita Putri	P	3	3	6	<b>60</b>
9	Nurromah Dwi Kurnia	P	4	2	6	<b>60</b>
10	Ocvilya Ramadhani	P	3	3	6	<b>60</b>
11	Rahma Isnaini Mardhiyah	P	3	3	6	<b>60</b>
12	Sapri Zulviandra	L	4	4	8	<b>80</b>
13	Septiana Sulistyaningsih	P	3	3	6	<b>60</b>
14	Siska Artikasari Dewi	P	4	4	8	<b>80</b>
15	Wahyu Dani Saputra	L	4	4	8	<b>80</b>
16	Yoga Dwi Putra	L	5	4	9	<b>90</b>
17	Agustin Putri Pratiwi	P	3	3	6	<b>60</b>
18	Agustinus Afiandika Dwi Ariyanto	L	4	5	9	<b>90</b>
19	Alfin Hadi Santosa	L	3	4	7	<b>70</b>
20	Andhika Riyan Ramawijaya	L	3	3	6	<b>60</b>
21	Anggea Tri Laksono	L	4	3	7	<b>70</b>
22	Defina Fauzia Ismiarani	P	3	5	8	<b>80</b>
<b>SKOR MAXIMUM 10</b>						
<b>RUMUS PENILAIAN : <math>\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}</math></b>						
Nilai Tertinggi : 90 Nilai Terendah : 60 Nilai Rata-Rata : 70,45						
<b>KETERANGAN PENSKORAN</b>		<b>KRITERIA KETUNTASAN</b>		<b>JUMLAH</b>	<b>( % )</b>	
≥ 85 (Sangat Baik)		Tuntas (T)		3 siswa	13,64 %	
75 – 84 (Baik)		Tuntas (T)		5 siswa	22,72 %	
70 – 74 (Cukup Baik)		Belum Tuntas (BT)		4 siswa	18,18 %	
61 – 69 (Cukup)		Belum Tuntas (BT)		0 siswa	0 %	
51 - 60 (Kurang)		Belum Tuntas (BT)		10 siswa	45,46 %	
≤ 50 (Sangat Kurang)		Belum Tuntas (BT)		0 siswa	0 %	
<b>JUMLAH KESELURUHAN =</b>				<b>22 siswa</b>	<b>100 %</b>	

Keterangan :

Penilaian *posttest* siklus satu keterampilan lempar cakram para siswa kelas V, berdasarkan KKM Pejasorkes di SD Tirtomulyo Kretek Bantul sebesar 75. Dengan berdasar nilai KKM, guru Penjas membuat kriteria penilaian hasil lempar cakram siswa.

**Lampiran 11. Hasil Observasi Perkembangan Siswa Proses Pembelajaran Ke-1 Siklus Dua**

Hari/ tanggal : Kamis/ 1 Juni 2017  
 Siklus : Dua / Pembelajaran Ke-1  
 Nama Obsever : Suyatna, S.Pd.Jas

No	NAMA SISWA		KRITERIA PENGAMATAN SISWA		JML SKOR	NA	KET
			AKTIF	KREATIF			
1	Annang Wijayanto	L	3	3	6	100	
2	Aprilian Aji Gunawan	L	3	3	6	100	
3	Elsani Devinta Putri	P	3	2	5	83,33	
4	Ferdy Cahya Purnama	L	2	2	4	66,67	
5	Istiana Rahmawati	P	3	2	5	83,33	
6	Iwang Bagus Novita	L	2	2	4	66,67	
7	Juan Roman Riquelme	L	3	2	5	83,33	
8	Kaila Narulita Putri	P	3	2	5	83,33	
9	Nurromah Dwi Kurnia	P	2	2	4	66,67	
10	Ocvilya Ramadhani	P	2	2	4	66,67	
11	Rahma Isnaini Mardhiyah	P	3	3	6	100	
12	Sapri Zulviandra	L	2	3	5	83,33	
13	Septiana Sulistyaningsih	P	2	2	4	66,67	
14	Siska Artikasari Dewi	P	2	2	4	66,67	
15	Wahyu Dani Saputra	L	3	2	5	83,33	
16	Yoga Dwi Putra	L	3	3	6	100	
17	Agustin Putri Pratiwi	P	3	2	5	83,33	
18	Agustinus Afiandika Dwi A	L	3	3	6	100	
19	Alfin Hadi Santosa	L	3	3	6	100	
20	Andhika Riyan Ramawijaya	L	2	2	4	66,67	
21	Anggea Tri Laksono	L	3	3	6	100	
22	Defina Fauzia Ismiarani	P	3	2	5	83,33	
<b>SKOR MAXIMUM 6</b>							
<b>RUMUS PENILAIAN : <math>\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}</math></b>							
Nilai Tertinggi : 100 Nilai Terendah : 66,67 Nilai Rata-Rata : 83,33							

Catatan Kolaborator:

Antusias siswa terhadap proses pembelajaran lempar cakram meningkat.

**Lampiran 12. Hasil Observasi Perkembangan Siswa Proses Pembelajaran Ke-2 Siklus Dua**

Hari/ tanggal : Jumat/ 2 Juni 2017  
 Siklus : Dua / Pembelajaran Ke-2  
 Nama Obsever : Suyatna, S.Pd.Jas

No	NAMA SISWA		KRITERIA PENGAMATAN SISWA		JML SKOR	NA	KET
			AKTIF	KREATIF			
1	Annang Wijayanto	L	3	3	6	100	
2	Aprilian Aji Gunawan	L	3	3	6	100	
3	Elsani Devinta Putri	P	3	2	5	83,33	
4	Ferdy Cahya Purnama	L	2	2	4	66,67	
5	Istiana Rahmawati	P	3	2	5	83,33	
6	Iwang Bagus Novita	L	2	3	5	83,33	
7	Juan Roman Riquelme	L	3	2	5	83,33	
8	Kaila Narulita Putri	P	3	2	5	83,33	
9	Nurromah Dwi Kurnia	P	2	2	4	66,67	
10	Ocvilya Ramadhani	P	2	2	4	66,67	
11	Rahma Isnaini Mardhiyah	P	3	3	6	100	
12	Sapri Zulviandra	L	2	3	5	83,33	
13	Septiana Sulistyaningsih	P	3	2	5	83,33	
14	Siska Artikasari Dewi	P	2	2	4	66,67	
15	Wahyu Dani Saputra	L	3	2	5	83,33	
16	Yoga Dwi Putra	L	3	3	6	100	
17	Agustin Putri Pratiwi	P	3	2	5	83,33	
18	Agustinus Afiandika Dwi A	L	3	3	6	100	
19	Alfin Hadi Santosa	L	3	3	6	100	
20	Andhika Riyan Ramawijaya	L	2	2	4	66,67	
21	Anggea Tri Laksono	L	3	3	6	100	
22	Defina Fauzia Ismiarani	P	3	2	5	83,33	
<b>SKOR MAXIMUM 6</b>							
<b>RUMUS PENILAIAN : <math>\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}</math></b>							
Nilai Tertinggi : 100 Nilai Terendah : 66,67 Nilai Rata-Rata : 84,84							

Catatan Kolaborator:

Terjadi peningkatan hasil proses pembelajaran, dengan pengembangan hasil dari pertemuan sebelumnya dan telah sesuai indikator keberhasilan.

**Lampiran 13. Hasil Pelaksanaan *Posttest* Keterampilan Lempar Cakram  
Siklus Dua**

Waktu Pelaksanaan : Jumat/ 2 Juni 2017  
 Tempat : Lapangan Tirtomulyo Kretek Bantul..  
 Peserta : 22 Siswa ( 12 putra dan 10 putri )

No	SUBYEK		SKOR ASPEK YANG DINILAI		JML SKOR	NA
			n1	n2		
			POWER POSITION	GERAK PELEPASAN		
1	Annang Wijayanto	L	4	5	9	90
2	Aprilian Aji Gunawan	L	4	4	8	80
3	Elsani Devinta Putri	P	4	3	7	70
4	Ferdy Cahya Purnama	L	4	4	8	80
5	Istiana Rahmawati	P	3	5	8	80
6	Iwang Bagus Novita	L	3	4	7	70
7	Juan Roman Riquelme	L	4	4	8	80
8	Kaila Narulita Putri	P	3	4	7	70
9	Nurromah Dwi Kurnia	P	4	4	8	80
10	Ocvilya Ramadhani	P	4	4	8	80
11	Rahma Isnaini Mardhiyah	P	4	3	7	70
12	Sapri Zulviandra	L	4	5	9	90
13	Septiana Sulistyaningsih	P	4	4	8	80
14	Siska Artikasari Dewi	P	4	4	8	80
15	Wahyu Dani Saputra	L	4	4	8	80
16	Yoga Dwi Putra	L	5	4	9	90
17	Agustin Putri Pratiwi	P	3	4	7	70
18	Agustinus Afiandika Dwi Ariyanto	L	5	5	10	100
19	Alfin Hadi Santosa	L	4	4	8	80
20	Andhika Riyan Ramawijaya	L	3	5	8	80
21	Anggea Tri Laksono	L	4	4	8	80
22	Defina Fauzia Ismiarani	P	5	4	9	90
<b>SKOR MAXIMUM 10</b>						
<b>RUMUS PENILAIAN : <math>\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}</math></b>						
Nilai Tertinggi : 90 Nilai Terendah : 70 Nilai Rata-Rata : 80,45						
KETERANGAN PENSKORAN		KRITERIA KETUNTASAN	JUMLAH	( % )		
≥ 85 (Sangat Baik)		Tuntas (T)	5 siswa	22,73 %		
75 – 84 (Baik)		Tuntas (T)	12 siswa	54,54 %		
70 – 74 (Cukup Baik)		Belum Tuntas (BT)	5 siswa	22,73 %		
61 – 69 (Cukup)		Belum Tuntas (BT)	0 siswa	0 %		
51 - 60 (Kurang)		Belum Tuntas (BT)	0 siswa	0 %		
≤ 50 (Sangat Kurang)		Belum Tuntas (BT)	0 siswa	0 %		
<b>JUMLAH KESELURUHAN =</b>			<b>22 siswa</b>	<b>100 %</b>		

Keterangan :

Penilaian *posttest* siklus dua keterampilan lempar cakram para siswa kelas V, berdasarkan KKM Pejasorkes di SD Tirtomulyo Kretek Bantul sebesar 75. Dengan berdasar nilai KKM, guru Penjas membuat kriteria penilaian hasil lempar cakram siswa.

## Lampiran 14. Silabus Pembelajaran

### SILABUS PEMBELAJARAN

<b>Nama Sekolah</b>	<b>: SD Tirtomulyo Kretek Bantul</b>
<b>Bidang studi</b>	<b>: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan</b>
<b>Kelas / Semester</b>	<b>: V / II</b>
<b>Tahun Ajaran</b>	<b>: 2017 / 2018</b>
<b>Standar Kompetensi</b>	<b>: 2. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.</b>

<b>No. Dokumen</b>	<b>:</b>	PG 1. PJOK. KELAS V. SILABUS SEMESTER II
<b>No. Revisi</b>	<b>:</b>	-
<b>Tanggal berlaku</b>	<b>:</b>	30 Mei 2017 – 2 Juni 2017

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Nilai Budaya Dan Karakter Bangsa	Kewirausahaan/ Ekonomi Kreatif	Gagasan Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber Belajar
						Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
2.3 Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi atletik, serta nilai semangat, seportivitas, percaya diri dan kejujuran	2.3.1 Atletik (Keterampilan Lempar Cakram)	1. Disiplin 2. Kerja keras 3. Kreatif 4. Demokratif 5. Rasa Ingin tahu 6. Cinta tanah air 7. Bersahabat 8. Menghargai prestasi 9. Gemar membaca 10. Peduli lingkungan 11. Peduli sosial 12. Tanggung jawab	1. Berorientasi tugas dan hasil. 2. Berani mengambil resiko. 3. Percaya diri. 4. Keorisinilan. 5. Berorientasi ke masa depan	1. Pemahaman dasar-dasar atletik. 2. Pemahaman cara melakukan gerak dasar atletik lempar cakram. 3. Peningkatan efektifitas pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media Rotkram.	Peningkatan siswa: 1. Aktivitas siswa 2. Respon siswa 3. Belajar siswa	1. Tes pengamatan 2. Tes praktek	1. Tes keterampilan 2. Praktek individu 3. Demonstrasi	1. Lembar observasi pengamatan siswa. 2. Lembar penilaian keterampilan lempar cakram. 3. Angket tanggapan siswa.	12 X 35 menit (4 X pert)	1. Buku pegangan Penjasorkes kelas V 2. Diktat atletik 3. Lapangan 4. Kun / pembatas 5. Peluit 6. Stopwatch 7. Kapur/ gamping putih 8. Rotkram

Mengetahui,  
Kepala Sekolah SD Tirtomulyo Kretek Bantul

Kretek, 29 Mei 2017  
Pratikan/ Guru Mata Pelajaran Penjasorkes

**TITIS NUR WIDININGSIH, M.Pd.**  
NIP. 19671223 199103 2 004

**GIYANTA**  
NIM. 15604227012

## Lampiran 15. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Lempar Cakram

### 1. Pertemuan ke-1 Siklus Satu

No. Dokumen	:	PG 2. PJOK. KELAS V. RPP SEMESTER II
No. Revisi	:	-
Tanggal berlaku	:	30 Mei 2017

### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ( RPP )

Sekolah	:	SD Tirtomulyo Kretek Bantul
Mata Pelajaran	:	Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	:	( V )/ II ( Dua )
Pertemuan ke	:	1 Siklus Satu ( Selasa, 18 Juli 2017 )
Alokasi Waktu	:	3 X 35 menit ( 105 menit )

**Standar Kompetensi :** 1. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya

**Kompetensi Dasar :** 1.2 Mempraktikkan gerak dasar atletik sederhana, serta nilai semangat, percaya diri dan disiplin\*\*)

#### A. Tujuan Pembelajaran:

- Siswa dapat melakukan dan memahami dasar-dasar atletik
- Siswa dapat memahami cara melakukan atletik lempar cakram
- Meningkatkan efektifitas pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram

#### ❖ Karakter siswa yang diharapkan :

- ❖ *Disiplin, Kerja keras, Kreatif, Demokratif, Rasa Ingin tahu, Cinta tanah air, Bersahabat, Menghargai prestasi, Gemar membaca, Peduli lingkungan, Peduli sosial, Tanggung jawab*

#### B. Materi Ajar (Materi Pokok):

- Keterampilan Lempar Cakram

#### C. Metode Pembelajaran:

- Ceramah
- Demonstrasi
- Bermain
- Pendekatan pembelajaran dengan modifikasi media pembelajaran
- Praktek

## D. Langkah-langkah Pembelajaran

### ▪ Kegiatan Awal:

- Siswa dibariskan menjadi empat barisan
- Berdoa
- Mengecek kehadiran siswa
- Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
- Apersepsi ( tentang pembelajaran lempar cakram )
- Melakukan gerakan pemanasan/ *stretching* statis dinamis
- Melakukan gerakan pemanasan dalam bentuk bermain yang berorientasi pada kegiatan inti

Bermain bintang beralih: Siswa di bagi menjadi lima kelompok, yang masing masing kelompok menempati pos, dari masing-masing pos salah satu berada ditengah yang merupakan pos terlarang kelompok yang menempati pos itu mendapat hukuman melakukan gerakan baris lurus dengan jarak tertentu, memegang rotkram dan berusaha dilempar/diterbangkan. Setelah dilempar, piring berusaha dikejar untuk diambil, dilakukan 3 kali. Sedangkan untuk melakukan perpindahan pos harus menunggu aba-aba dari guru.

### ▪ Kegiatan Inti:

#### 1) *Pretest* lempar cakram

Dalam kegiatan *pretest*,:

- ☞ Siswa melakukan tes keterampilan lempar cakram.
- ☞ Guru melibatkan peserta didik secara aktif dalam kegiatan tes; dan
- ☞ Guru memfasilitasi peserta didik melakukan tes keterampilan lempar cakram.

#### 2) *Eksplorasi*

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Siswa dapat melakukan dan memahami keterampilan lempar cakram
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

#### 3) *Elaborasi*

Dalam kegiatan elaborasi,:

- ☞ Siswa melakukan kegiatan bermain I.

Siswa di bagi menjadi beberapa kelompok. Berlomba dengan teman satu kelompoknya. Setiap anak mendapat 1 rotkram. Dalam satu kelompok berlomba, melempar rotkram dari garis start dan lemparan piring harus melewati garis finish. Setelah dilempar, terdengar bunyi peluit segera lari untuk mengambil rotkram yang tadi dilemparnya, untuk dibawa pulang kembali ke garis start. Siswa yang terakhir kembali ke garis start, mendapat hukuman. Hukuman disesuaikan atas

kesepakatan awal (perlombaan diulang, dengan sasaran belajar melempar cakram dengan media rotkram),

- ☞ Guru memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar;
- ☞ Siswa Mempraktekkan keterampilan lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram.
- ☞ Guru memberi kesempatan siswa untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut;

#### 4) *Konfirmasi*

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- ☞ Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- ☞ Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan.

#### ▪ **Kegiatan Penutup :**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- ☞ Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan dan teknik dalam Atletik/ lempar cakram.
- ☞ Penenangan dalam bentuk bernyanyi bersama
- ☞ Berdoa dan siswa dibubarkan

### E. Alat dan Sumber Belajar:

- Buku Penjaskes kls. 5
- Lapangan
- Peluit
- Torong sebagai batas lapangan
- Rotkram

### F. Penilaian Perkembangan Siswa

No	NAMA SISWA	KRITERIA PENGAMATAN SISWA						JML SKOR	NA	KET
		AKTIF			KREATIF					
		1	2	3	1	2	3			
1										
2										
3										
4										
5										
↓										
<b>SKOR MAXIMUM 6</b>										

Catatan Kolaborator :

.....  
.....  
.....  
.....

Rumus Penilaian :

$$\frac{\text{Jumlah Nilai Perolehan}}{\text{Skor Maximum}} \times 100 = \text{NA}$$

Kriteria Penilaian:

a. Aktif

- 1) Ada beberapa siswa yang mengajukan beberapa pertanyaan kepada guru tentang pembelajaran.
- 2) siswa berperan langsung dalam proses pembelajaran.
- 3) Terlihat beberapa siswa yang kelihatan menonjol.

b. Kreatif

- 1) Muncul kreatifitas siswa.
- 2) Siswa banyak mencoba praktek untuk melakukan.
- 3) Muncul ide-ide baru dari siswa untuk menyelesaikan tugas dari guru.

Prosedur Penilaian:

- a. Beri tanda *check list* (√) jika muncul / terjadi dari tiap item kriteria penilaian.
- b. Siswa mendapatkan skor 3 di setiap kriteria penilaian jika keseluruhan item penilaian muncul/ terjadi.
- c. Siswa mendapatkan skor 2 di setiap kriteria penilaian jika hanya ada 2 item penilaian yang muncul/ terjadi.
- d. Siswa mendapatkan skor 1 di setiap kriteria penilaian jika hanya ada 1 item penilaian yang muncul/ terjadi.
- e. Siswa mendapatkan skor 0 di setiap kriteria penilaian jika keseluruhan item penilaian tidak ada yang muncul/ terjadi.

Mengetahui  
Kepala Sekolah SD Tirtomulyo Kretek Bantul

Kretek, 29 Mei 2017  
Peneliti

**TITIS NUR WIDININGSIH, M.Pd.**  
NIP. 19671223 199103 2 004

**GIYANTA**  
NIM. 15604227012

2. Pertemuan ke-2 Siklus Satu	No. Dokumen	:	PG 2. PJOK. KELAS V. RPP SEMESTER II
	No. Revisi	:	-
	Tanggal berlaku	:	31 Mei 2017

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
( RPP )**

<b>Sekolah</b>	<b>: SD Tirtomulyo Kretek Bantul</b>
<b>Mata Pelajaran</b>	<b>: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan</b>
<b>Kelas/Semester</b>	<b>: ( V )/ II ( Dua )</b>
<b>Pertemuan ke</b>	<b>: 2 Siklus Satu ( Selasa, 25 Juli 2017 )</b>
<b>Alokasi Waktu</b>	<b>: 3 X 35 menit ( 105 menit )</b>

**Standar Kompetensi : 1.** Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya

**Kompetensi Dasar : 1.2** Mempraktikkan gerak dasar atletik sederhana, serta nilai semangat, percaya diri dan disiplin\*\*) )

**A. Tujuan Pembelajaran:**

- Siswa dapat melakukan dan memahami dasar-dasar atletik
- Siswa dapat memahami cara melakukan atletik lempar cakram
- Meningkatkan efektifitas pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram

**❖ Karakter siswa yang diharapkan :**

- ❖ *Disiplin, Kerja keras, Kreatif, Demokratif, Rasa Ingin tahu, Cinta tanah air, Bersahabat, Menghargai prestasi, Gemar membaca, Peduli lingkungan, Peduli sosial, Tanggung jawab*

**B. Materi Ajar (Materi Pokok):**

- Keterampilan Lempar Cakram

**C. Metode Pembelajaran:**

- Ceramah
- Demonstrasi
- Bermain
- Pendekatan pembelajaran dengan modifikasi media pembelajaran
- Praktek

## D. Langkah-langkah Pembelajaran

### ▪ Kegiatan Awal:

- Siswa dibariskan menjadi empat barisan
- Berdoa
- Mengecek kehadiran siswa
- Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
- Apersepsi ( tentang pembelajaran lempar cakram )
- Melakukan gerakan pemanasan/ *stretching* statis dinamis
- Melakukan gerakan pemanasan dalam bentuk bermain yang berorientasi pada kegiatan inti :

#### Permainan Piring beranting

Cara permainan: anak di bagi menjadi beberapa kelompok, disesuaikan dengan jumlah siswa. Anak dalam satu kelompok baris berbanjar lurus ke belakang dengan posisi berdiri agak jongkok, posisi kedua kaki kangkang. Anak yang baris di depan memegang rotkram, memberikan rotkram ke belakang satu persatu melalui teman dengan cara yang sama, melewati kedua kaki sampai terakhir posisi rotkram di pegang anak yang baris dibelakang. Anak yang di belakang tersebut, setelah mendapat rotkram lari ke depan. Agar permainan tersebut lebih menarik dibuat semacam perlombaan antar kelompok.

### ▪ Kegiatan Inti:

#### 1) *Eksplorasi*

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Siswa dapat melakukan dan memahami keterampilan lempar cakram
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

#### 2) *Elaborasi*

Dalam kegiatan elaborasi,:

- ☞ Siswa melakukan kegiatan bermain II.  
Tahap persiapan, menggantung simpai/ban bekas, digunakan sebagai media sasaran lemparan. Siswa di bagi menjadi beberapa kelompok. Berlomba dengan teman satu kelompoknya. Setiap anak mendapat 5 rotkram (5 kali kesempatan melempar). Dalam satu kelompok berlomba, melempar rotkram dari garis start, dengan sasaran masuk/melewati di tengah-tengah lingkaran simpai/ban bekas yang digantung. Anak yang berhasil paling banyak masuk/ melewati sasaran sebagai pemenangnya, (perlombaan diulang, dengan sasaran anak belajar melempar cakram dengan media rotkram).
- ☞ Siswa belajar keterampilan melempar cakram, dengan arahan dan bimbingan guru penjas (tujuan ke teknik).

- ☞ Guru memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar;
- ☞ Siswa Mempraktekkan keterampilan lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram.
- ☞ Guru memberi kesempatan siswa untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut;

### 1) *Konfirmasi*

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- a. Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- b. Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan.

### 2) *Posttest Siklus Satu*

Dalam kegiatan *posttest*;

- a. Siswa melakukan tes keterampilan lempar cakram siklus satu.
- b. Guru melibatkan peserta didik secara aktif dalam kegiatan tes; dan
- c. Guru memfasilitasi peserta didik melakukan tes keterampilan lempar cakram.

### ▪ **Kegiatan Penutup :**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- a. Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- b. Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan dan tehnik dalam Atletik/ lempar cakram.
- c. Penenangan dalam bentuk permainan tepuk punokawan.
- d. Pemberian angket tanggapan siswa dalam pembelajaran siklus satu
- e. Berdoa dan dibubarkan

### **E. Alat dan Sumber Belajar:**

- Buku Penjaskes kls. 5
- Lapangan
- Peluit
- Torong sebagai batas lapangan
- Simpai/ ban bekas
- Rotkram

## F. Penilaian Perkembangan Siswa:

No	NAMA SISWA	KRITERIA PENGAMATAN SISWA						JML SKOR	NA	KET
		AKTIF			KREATIF					
		1	2	3	1	2	3			
1										
2										
3										
4										
5										
↓										
<b>SKOR MAXIMUM 6</b>										

Catatan Kolaborator :

.....

.....

.....

.....

Rumus Penilaian :

$$\frac{\text{Jumlah Nilai Perolehan}}{\text{Skor Maximum}} \times 100 = \text{NA}$$

Kriteria Penilaian:

a. Aktif

- 1) Ada beberapa siswa yang mengajukan beberapa pertanyaan kepada guru tentang pembelajaran.
- 2) siswa berperan langsung dalam proses pembelajaran.
- 3) Terlihat beberapa siswa yang kelihatan menonjol.

b. Kreatif

- 1) Muncul kreatifitas siswa.
- 2) Siswa banyak mencoba praktek untuk melakukan.
- 3) Muncul ide-ide baru dari siswa untuk menyelesaikan tugas dari guru.

Prosedur Penilaian:

- a. Beri tanda *check list* (√) jika muncul / terjadi dari tiap item kriteria penilaian.
- b. Siswa mendapatkan skor 3 di setiap kriteria penilaian jika keseluruhan item penilaian muncul/ terjadi.
- c. Siswa mendapatkan skor 2 di setiap kriteria penilaian jika hanya ada 2 item penilaian yang muncul/ terjadi.
- d. Siswa mendapatkan skor 1 di setiap kriteria penilaian jika hanya ada 1 item penilaian yang muncul/ terjadi.
- e. Siswa mendapatkan skor 0 di setiap kriteria penilaian jika keseluruhan item penilaian tidak ada yang muncul/ terjadi.

**G. Penilaian Unjuk Kerja Siswa (Tes Lempar Cakram):**

No	NAMA SISWA	SKOR ASPEK YANG DINILAI										JML SKOR	NA	
		n1					n2							
		POWER POSITION					GERAK PELEPASAN							
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5			
1														
2														
3														
↓														
<b>SKOR MAXIMUM 10</b>														

Rumus Penilaian:

$$\frac{\text{Jumlah Nilai Perolehan}}{\text{Skor Maximum}} \times 100 = \text{NA}$$

Kriteria Penilaian:

a. *Power Position*

- 1) Badan bagian atas siswa terlihat agak miring kearah kaki kanan yang ditekuk
- 2) Paha kanan posisinya kira-kira besar sudutnya 90° dengan arah lemparan
- 3) Poros pinggang mengarah kearah sektor lemparan
- 4) Lengan lempar dengan rotkram masih tetap dibelakang poros bahu
- 5) Lengan kiri terlihat ditahan di belakang dalam arah yang berlawanan

b. Gerak pelepasan rotkram

- 1) Kaki kanan menunjuk kearah lemparan dengan suatu gerakan
- 2) Terlihat pinggang dibawa kedepan melawan bagian atas badan
- 3) Koordinasi gerakan anggota tubuh
- 4) Terlihat melakukan secara maksimal sesuai kemampuannya
- 5) Lepasnya rotkram yang terlihat eksplosif

Prosedur Penilaian

- a. Siswa diberi skor 5 apabila dapat melakukan 5 item gerakan dengan benar.
- b. Siswa diberi skor 4 apabila dapat melakukan 4 item gerakan dengan benar.
- c. Siswa diberi skor 3 apabila dapat melakukan 3 item gerakan dengan benar.
- d. Siswa diberi skor 2 apabila dapat melakukan 2 item gerakan dengan benar.
- e. Siswa diberi skor 1 apabila dapat melakukan 1 item gerakan dengan benar.

Mengetahui  
Kepala Sekolah SD Tirtomulyo Kretek Bantul

Kretek, 29 Mei 2017  
Peneliti

**TITIS NUR WIDININGSIH, M.Pd.**  
NIP. 19671223 199103 2 004

**GIYANTA**  
NIM. 15604227012

3. Pertemuan ke-1 Siklus Dua	No. Dokumen	:	PG 2. PJOK. KELAS V. RPP SEMESTER II
	No. Revisi	:	-
	Tanggal berlaku	:	1 Juni 2017

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
( RPP )**

<b>Sekolah</b>	<b>: SD Tirtomulyo Kretek Bantul</b>
<b>Mata Pelajaran</b>	<b>: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan</b>
<b>Kelas/Semester</b>	<b>: ( V )/ II ( Dua )</b>
<b>Pertemuan ke</b>	<b>: 1 Siklus Dua (Selasa, 1 Agustus 2017)</b>
<b>Alokasi Waktu</b>	<b>: 3 X 35 menit (105 menit)</b>

**Standar Kompetensi : 1.** Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya

**Kompetensi Dasar : 1.2** Mempraktikkan gerak dasar atletik sederhana, serta nilai semangat, percaya diri dan disiplin\*\*)

**A. Tujuan Pembelajaran:**

- Siswa dapat melakukan dan memahami dasar-dasar atletik
- Siswa dapat memahami cara melakukan atletik lempar cakram
- Meningkatkan efektifitas pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram

**❖ Karakter siswa yang diharapkan :**

*❖ Disiplin, Kerja keras, Kreatif, Demokratif, Rasa Ingin tahu, Cinta tanah air, Bersahabat, Menghargai prestasi, Gemar membaca, Peduli lingkungan, Peduli sosial, Tanggung jawab*

**B. Materi Ajar (Materi Pokok):**

- Keterampilan Lempar Cakram

**C. Metode Pembelajaran:**

- Ceramah
- Demonstrasi
- Bermain
- Pendekatan dengan modifikasi media pembelajaran
- Praktek

## D. Langkah-langkah Pembelajaran

### ▪ Kegiatan Awal:

- Siswa dibariskan menjadi empat barisan
- Berdoa
- Mengecek kehadiran siswa
- Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
- Apersepsi ( tentang pembelajaran lempar cakram )
- Melakukan gerakan pemanasan/ *stretching* statis dinamis
- Melakukan gerakan pemanasan dalam bentuk bermain yang berorientasi pada kegiatan inti :

#### Permainan Modifikasi sepak sekong

Cara permainan: Peraturan dan cara bermain sama seperti bermain sepak sekong, yang dimodifikasi hanya dalam hal pengundian untuk menentukan siapa yang jadi sekong. Dalam permainan sepak sekong, pengundian biasanya dengan melempar gacuk/ pecahan genteng dari garis start menuju ke lingkaran permainan sepak sekong. Anak yang lemparannya paling jauh dari sasaran lingkaran tempat sekong, maka dia yang jadi. Dalam pembelajaran ini, pengundian dimodifikasi dalam hal gacuk yang dilempar, diganti medianya menggunakan rotkram.

### ▪ Kegiatan Inti:

#### a. Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

1. Siswa dapat melakukan dan memahami keterampilan lempar cakram
2. melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
3. memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

#### b. Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,:

1. Siswa melakukan pengulangan kegiatan bermain II ( pembelajaran ke-2 siklus satu).

Tahap persiapan, menggantung simpai/ban bekas, digunakan sebagai media sasaran lemparan. Siswa di bagi menjadi beberapa kelompok. Berlomba dengan teman satu kelompoknya. Setiap anak mendapat 5 rotkram. Dalam satu kelompok berlomba, melempar rotkram dari garis start, dengan sasaran masuk/melewati di tengah-tengah lingkaran simpai/ban bekas yang digantung. Anak yang berhasil paling banyak masuk/ melewati. Yang membedakan dalam pembelajaran ini, media sasaran (simpai/ban bekas) dibuat agak jauh atau digantung lebih tinggi (sasaran ditingkatkan kesulitannya).

2. Siswa melakukan kegiatan bermain III

Tahap persiapan, Menaruh botol plastik bekas kosong, digunakan sebagai media sasaran lemparan untuk berusaha dijatuhkan. Siswa di

bagi menjadi beberapa kelompok. Berlomba dengan teman satu kelompoknya. Setiap anak mendapat 5 rotkram. Dalam satu kelompok berlomba, melempar rotkram dari garis start, dengan sasaran, rotkram mengenai botol bekas sehingga jatuh. Anak yang berhasil paling banyak menjatuhkan sasaran sebagai pemenangnya (perlombaan diulang, dengan sasaran anak belajar melempar cakram dengan media rotkram).

3. Siswa belajar keterampilan melempar cakram, dengan arahan dan bimbingan guru penjas (arahan ke gerakan teknik melempar cakram).
4. Guru memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar.
5. Siswa Mempraktekkan keterampilan lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram.
6. Guru memberi kesempatan siswa untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut.

**c. Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

1. Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
2. Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan.

▪ **Kegiatan Penutup :**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- a. Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- b. Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan dan teknik dalam Atletik/ lempar cakram.
- c. Penenangan dalam bentuk permainan tradisional ndoro-ndoroan.
- d. Berdoa dan siswa dibubarkan

**E. Alat dan Sumber Belajar:**

- Buku Penjaskes kls. 5
- Lapangan
- Peluit
- Torong sebagai batas lapangan
- Rotkram
- Botol plastik

F. Penilaian Perkembangan Siswa:

No	NAMA SISWA	KRITERIA PENGAMATAN SISWA						JML SKOR	NA	KET
		AKTIF			KREATIF					
		1	2	3	1	2	3			
1										
2										
3										
↓										
<b>SKOR MAXIMUM 6</b>										

Catatan Kolaborator :

.....  
 .....

Rumus Penilaian :

$$\frac{\text{Jumlah Nilai Perolehan}}{\text{Skor Maximum}} \times 100 = \text{NA}$$

Kriteria Penilaian:

a. Aktif

- 1) Ada beberapa siswa yang mengajukan beberapa pertanyaan kepada guru tentang pembelajaran.
- 2) siswa berperan langsung dalam proses pembelajaran.
- 3) Terlihat beberapa siswa yang kelihatan menonjol.

b. Kreatif

- 1) Muncul kreatifitas siswa.
- 2) Siswa banyak mencoba praktek untuk melakukan.
- 3) Muncul ide-ide baru dari siswa untuk menyelesaikan tugas dari guru.

Prosedur Penilaian:

- a. Beri tanda *check list* (√) jika muncul / terjadi dari tiap item kriteria penilaian.
- b. Siswa mendapatkan skor 3 di setiap kriteria penilaian jika keseluruhan item penilaian muncul/ terjadi.
- c. Siswa mendapatkan skor 2 di setiap kriteria penilaian jika hanya ada 2 item penilaian yang muncul/ terjadi.
- d. Siswa mendapatkan skor 1 di setiap kriteria penilaian jika hanya ada 1 item penilaian yang muncul/ terjadi.
- e. Siswa mendapatkan skor 0 di setiap kriteria penilaian jika keseluruhan item penilaian tidak ada yang muncul/ terjadi.

Mengetahui  
 Kepala Sekolah SD Tirtomulyo Kretek Bantul

Kretek, 29 Mei 2017  
 Peneliti

**TITIS NUR WIDININGSIH, M.Pd.**  
**NIP. 19671223 199103 2 004**

**GIYANTA**  
**NIM. 15604227012**

4. Pertemuan ke-2 Siklus Dua	No. Dokumen	:	PG 2. PJOK. KELAS V. RPP SEMESTER II
	No. Revisi	:	-
	Tanggal berlaku	:	2 Juni 2017

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
( RPP )**

<b>Sekolah</b>	<b>: SD Tirtomulyo Kretek Bantul</b>
<b>Mata Pelajaran</b>	<b>: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan</b>
<b>Kelas/Semester</b>	<b>: ( V )/ II ( Dua )</b>
<b>Pertemuan ke</b>	<b>: 2 Siklus Dua (Selasa, 8 Agustus 2017)</b>
<b>Alokasi Waktu</b>	<b>: 3 X 35 menit (105 menit)</b>

**Standar Kompetensi : 1.** Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya

**Kompetensi Dasar : 1.2** Mempraktikkan gerak dasar atletik sederhana, serta nilai semangat, percaya diri dan disiplin\*\*)

**A. Tujuan Pembelajaran:**

- Siswa dapat melakukan dan memahami dasar-dasar atletik
- Siswa dapat memahami cara melakukan atletik lempar cakram
- Meningkatkan efektifitas pembelajaran lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram

**❖ Karakter siswa yang diharapkan :**

- ❖ *Disiplin, Kerja keras, Kreatif, Demokratif, Rasa Ingin tahu, Cinta tanah air, Bersahabat, Menghargai prestasi, Gemar membaca, Peduli lingkungan, Peduli sosial, Tanggung jawab*

**B. Materi Ajar (Materi Pokok):**

- Keterampilan Lempar Cakram

**C. Metode Pembelajaran:**

- Ceramah
- Demonstrasi
- Bermain
- Pendekatan pembelajaran dengan modifikasi media pembelajaran
- Praktek

## D. Langkah-langkah Pembelajaran

### ▪ Kegiatan Awal:

- Siswa dibariskan menjadi empat barisan
- Berdoa
- Mengecek kehadiran siswa
- Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
- Apersepsi ( tentang pembelajaran lempar cakram )
- Melakukan gerakan pemanasan/ *stretching* statis dinamis
- Melakukan gerakan pemanasan dalam bentuk bermain yang berorientasi pada kegiatan inti :

Berlomba melempar rotkram

Cara bermain : siswa di bagi menjadi beberapa kelompok. Berlomba dengan teman satu kelompoknya. Setiap anak mendapat 1 rotkram. Dalam satu kelompok berlomba, melempar rotkram dari garis start dan lemparan piring harus melewati garis finish. Setelah dilempar, terdengar bunyi peluit segera lari untuk mengambil rotkram yang tadi dilemparnya, untuk dibawa pulang kembali ke garis start. Siswa yang terakhir kembali ke garis start, mendapat hukuman. Hukuman disesuaikan atas kesepakatan awal.

### ▪ Kegiatan Inti:

#### 1) *Eksplorasi*

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Siswa dapat melakukan dan memahami keterampilan lempar cakram
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

#### 2) *Elaborasi*

Dalam kegiatan elaborasi,:

- ☞ Siswa melakukan pengulangan kegiatan bermain III ( pembelajaran ke-3 siklus dua).

Tahap persiapan, Menaruh botol plastik bekas kosong, digunakan sebagai media sasaran lemparan untuk berusaha dijatuhkan. Siswa di bagi menjadi beberapa kelompok. Berlomba dengan teman satu kelompoknya. Setiap anak mendapat 5 rotkram. Dalam satu kelompok berlomba, melempar rotkram dari garis start, dengan sasaran, rotkram mengenai botol bekas sehingga jatuh. Anak yang berhasil paling banyak menjatuhkan sasaran sebagai pemenangnya (perlombaan diulang, dengan sasaran anak belajar melempar cakram dengan media rotkram). Yang membedakan dalam pembelajaran ini, media sasaran (botol bekas) di taruh agak jauh (sasaran ditingkatkan kesulitannya). Perlombaan diulang, dengan sasaran anak belajar melempar cakram dengan media rotkram.

- ☞ Siswa belajar keterampilan melempar cakram, dengan arahan dan bimbingan guru penjas (tujuan ke teknik).
- ☞ Guru memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar;
- ☞ Siswa Mempraktekkan keterampilan lempar cakram dengan pendekatan modifikasi media rotkram.
- ☞ Guru memberi kesempatan siswa untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut;

### 3) *Konfirmasi*

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- a. Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- b. Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan.

### 4) *Posttest Siklus Dua*

Dalam kegiatan *posttest* ,:

- a. Siswa melakukan tes keterampilan lempar cakram siklus dua.
- b. Guru melibatkan peserta didik secara aktif dalam kegiatan tes; dan
- c. Guru memfasilitasi peserta didik melakukan tes keterampilan lempar cakram.

#### ▪ **Kegiatan Penutup :**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- a. Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- b. Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan dan tehnik dalam Atletik/ lempar cakram.
- c. Evaluasi hasil tes
- d. Penenangan dalam bentuk permainan “sedang apa sedang apa”.
- e. Pemberian angket tanggapan siswa dalam pembelajaran siklus dua.
- f. Berdoa dan dibubarkan

### **E. Alat dan Sumber Belajar:**

- Buku Penjaskes kls. 5
- Lapangan
- Peluit
- Torong sebagai batas lapangan
- Simpai/ ban bekas
- Rotkram

## F. Penilaian Perkembangan Siswa:

No	NAMA SISWA	KRITERIA PENGAMATAN SISWA						JML SKOR	NA	KET
		AKTIF			KREATIF					
		1	2	3	1	2	3			
1										
2										
3										
4										
5										
↓										
<b>SKOR MAXIMUM 6</b>										

Catatan Kolaborator :

.....  
 .....  
 .....  
 .....

Rumus Penilaian :

$$\frac{\text{Jumlah Nilai Perolehan}}{\text{Skor Maximum}} \times 100 = \text{NA}$$

Kriteria Penilaian:

a. Aktif

- 1) Ada beberapa siswa yang mengajukan beberapa pertanyaan kepada guru tentang pembelajaran.
- 2) siswa berperan langsung dalam proses pembelajaran.
- 3) Terlihat beberapa siswa yang kelihatan menonjol.

b. Kreatif

- 1) Muncul kreatifitas siswa.
- 2) Siswa banyak mencoba praktek untuk melakukan.
- 3) Muncul ide-ide baru dari siswa untuk menyelesaikan tugas dari guru.

Prosedur Penilaian:

- a. Beri tanda *check list* (√) jika muncul / terjadi dari tiap item kriteria penilaian.
- b. Siswa mendapatkan skor 3 di setiap kriteria penilaian jika keseluruhan item penilaian muncul/ terjadi.
- c. Siswa mendapatkan skor 2 di setiap kriteria penilaian jika hanya ada 2 item penilaian yang muncul/ terjadi.
- d. Siswa mendapatkan skor 1 di setiap kriteria penilaian jika hanya ada 1 item penilaian yang muncul/ terjadi.
- e. Siswa mendapatkan skor 0 di setiap kriteria penilaian jika keseluruhan item penilaian tidak ada yang muncul/ terjadi.

**G. Penilaian Unjuk Kerja Siswa (Tes Lempar Cakram):**

No	NAMA SISWA	KRITERIA PENGAMATAN SISWA						JML SKOR	NA	KET
		AKTIF			KREATIF					
		1	2	3	1	2	3			
1										
2										
3										
↓										
<b>SKOR MAXIMUM 6</b>										

Catatan Kolaborator :

.....  
 .....

Rumus Penilaian :

$$\frac{\text{Jumlah Nilai Perolehan}}{\text{Skor Maximum}} \times 100 = \text{NA}$$

Kriteria Penilaian:

a. Aktif

- 1) Ada beberapa siswa yang mengajukan beberapa pertanyaan kepada guru tentang pembelajaran.
- 2) siswa berperan langsung dalam proses pembelajaran.
- 3) Terlihat beberapa siswa yang kelihatan menonjol.

b. Kreatif

- 1) Muncul kreatifitas siswa.
- 2) Siswa banyak mencoba praktek untuk melakukan.
- 3) Muncul ide-ide baru dari siswa untuk menyelesaikan tugas dari guru.

Prosedur Penilaian:

- a. Beri tanda *check list* (√) jika muncul / terjadi dari tiap item kriteria penilaian.
- b. Siswa mendapatkan skor 3 di setiap kriteria penilaian jika keseluruhan item penilaian muncul/ terjadi.
- c. Siswa mendapatkan skor 2 di setiap kriteria penilaian jika hanya ada 2 item penilaian yang muncul/ terjadi.
- d. Siswa mendapatkan skor 1 di setiap kriteria penilaian jika hanya ada 1 item penilaian yang muncul/ terjadi.
- e. Siswa mendapatkan skor 0 di setiap kriteria penilaian jika keseluruhan item penilaian tidak ada yang muncul/ terjadi.

Mengetahui  
 Kepala Sekolah SD Tirtomulyo Kretek Bantul

Kretek, 29 Mei 2017  
 Peneliti

**TITIS NUR WIDININGSIH, M.Pd.**  
**NIP. 19671223 199103 2 004**

**GIYANTA**  
**NIM. 15604227012**

## Lampiran 16. Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan Penelitian

### A. Lokasi pelaksanaan kegiatan penelitian



### B. Permohonan ijin pelaksanaan kegiatan penelitian kepada Kepala Sekolah SD Tirtomulyo Kretek Bantul



### C. Peneliti dan kolaborator melakukan tukar pikiran untuk menyamakan persepsi menggunakan pendekatan media rotkrum dalam pembelajaran lempar cakram



#### D. Alat kegiatan pembelajaran



#### E. Proses pelaksanaan pembelajaran





F. Pengamatan oleh kolaborator



G. Tes unjuk kerja lempar cakram



## H. Kegiatan evaluasi dan refleksi

