

**TINGKAT KEMAMPUAN MELEMPAR, MENANGKAP, DAN MEMUKUL  
BOLA KASTI KELAS V SD NEGERI WINONGKIDUL KECAMATAN  
GEBANG KABUPATEN PURWOREJO**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

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



Oleh:  
Kurnia Eko Saputro  
12604224044

**PROGRAM STUDI PGSD PENJAS  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2017**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT KEMAMPUAN MELEMPAR, MENANGKAP, DAN MEMUKUL  
BOLA KASTI KELAS V SD NEGERI WINONGKIDUL KECAMATAN  
GEBANG KABUPATEN PURWOREJO**

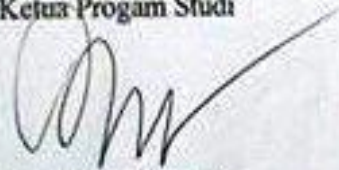
Disusun oleh:

Kurnia Eko Saputro  
NIM 12604224044

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk  
dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang  
bersangkutan.

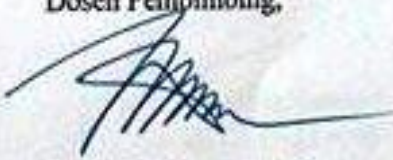
Yogyakarta, 13 Desember 2017

Mengetahui,  
Ketua Progam Studi



Dr. Subagyo, M.Pd  
NIP.19561107 198203 1 003

Disetujui,  
Dosen Pembimbing,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed  
NIP.19640707 198812 1 001

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kurnia Eko Saputro

NIM : 12604224044

Progam Studi : PGSD Penjas

Judul TAS : Tingkat Kemampuan Melempar, Menangkap, Dan Memukul  
Bola Kasti Kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan  
Gebang Kabupaten Purworejo

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

Yogyakarta, 13 Desember 2017  
Yang menyatakan,



Kurnia Eko Saputro  
NIM. 12604224044

## HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

### TINGKAT KEMAMPUAN MELEMPAR, MENANGKAP, DAN MEMUKUL BOLA KASTI KELAS V SD NEGERI WINONGKIDUL KECAMATAN GEBANG KABUPATEN PURWOREJO

Disusun oleh:

Kurnia Eko Saputro  
NIM 12604224044

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

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada Tanggal 8 Januari 2018

#### TIM PEGUJI

Nama/Jabatan

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

Ketua Penguji/Pembimbing

Riky Dwihandaka, M.Or.

Sekretaris

Drs. R. Sunardianta, M.Kes.

Penguji

Tanda Tangan



Tanggal

16/1/2018

15/1/2018

12/1/2018

Yogyakarta, 17 Januari 2018

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP 19640707 198812 1 001

## **MOTTO**

Dan barang siapa yang memberi kemudahan kepada orang lain, maka Allah  
akan memberikan kemudahan urusan dunia akhirat untuknya

(H.R.Bukhari)

Ilmu itu diperoleh dari lidah yang gemar bertanya serta akal yang suka berpikir

(Abdullah bin Abbas)

Pendidikan merupakan perlengkapan paling baik untuk hari tua

(Aristoteles)

### **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini kupersembahkan kepada kedua orang tua saya bapak Sularso dan ibu Siti Khasanah yang senantiasa membimbing, memotivasi, mendoakan dan mencintai saya dari kecil sampai seperti saat ini.

**TINGKAT KEMAMPUAN MELEMPAR, MENANGKAP, DAN MEMUKUL  
BOLA KASTI KELAS V SD NEGERI WINONGKIDUL KECAMATAN  
GEBANG KABUPATEN PURWOREJO**

Oleh  
Kurnia Eko Saputro  
12604224044

**ABSTRAK**

Permasalahan dalam penelitian ini berdasarkan hasil observasi tentang tingkat kemampuan dasar permainan kasti siswa kelas V yang masih bervariasi. Oleh karena itu perlu adanya pembuktian secara *empiris* dengan melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei. Subjek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo yang berjumlah 23 siswa. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran. Instrumen yang digunakan berupa tes kemampuan melempar bola, menangkap bola, dan memukul bola. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian ini berupa tingkat kemampuan melempar bola kasti pada siswa kelas V dengan kategori “sangat tinggi” sebanyak 3 siswa (13%), kategori “tinggi” sebanyak 7 siswa (30%), kategori “sedang” sebanyak 5 siswa (22%), kategori “rendah” sebanyak 8 siswa (35%), dan kategori “sangat rendah” sebanyak 0 siswa (0%). Tingkat kemampuan menangkap bola kasti pada siswa kelas V dengan kategori “sangat tinggi” sebanyak 1 siswa (4%), kategori “tinggi” sebanyak 9 siswa (39%), kategori “sedang” sebanyak 8 siswa (35%), kategori “rendah” sebanyak 3 siswa (13%), dan kategori “sangat rendah” sebanyak 2 siswa (9%). Tingkat kemampuan memukul bola kasti pada siswa kelas V dengan kategori “sangat tinggi” sebanyak 2 siswa (9%), kategori “tinggi” sebanyak 7 siswa (30%), kategori “sedang” sebanyak 8 siswa (35%), kategori “rendah” sebanyak 6 siswa (26%), dan kategori “sangat rendah” sebanyak 0 siswa (0%).

Kata kunci : kemampuan dasar, permainan kasti, dan siswa kelas V.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Tingkat Kemampuan Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed selaku Dosen Pembimbing TAS yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., Ricky Dwihandaka, M.Or., Drs. Raden Sunardianta, M.Kes., selaku Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap TAS ini.
3. Dr. Guntur, M.Pd. dan Dr. Subagyo, M.Pd. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Ketua Program Studi PGSD Penjas beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.
4. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.



5. Yulia Indrati S.Pd. selaku Kepala SD Negeri Winongkidul yang telah memberi izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Para guru dan staf SD Negeri yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Kepala Sekolah dan Guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Winongkidul yang telah memberikan izin dan membantu dalam kelancaran penelitian.
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 13 Desember 2017

Penulis,

Kurnia Eko Saputro

NIM 12604224044

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI</b>	
A. Kajian Teori .....	7
1. Hakikat Permainan Kasti .....	7
2. Gerak Dasar Permainan Kasti .....	11
3. Karakteristik Siswa Kelas V (Usia 6-12 Tahun) .....	18

4. Kemampuan Kasti yang Harus Dimiliki Siswa Kelas V Menurut Kurikulum 2013 .....	21
B. Kajian Penelitian yang Relevan.....	22
C. Kerangka Berpikir .....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	25
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	25
D. Definisi Operasional Variabel .....	26
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	27
F. Validitas dan Reliabilitas Instrument.....	33
G. Teknik Analisis Data.....	33
<b>BAB IV PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	35
B. Pembahasan.....	38
C. Keterbatasan Penelitian .....	39
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Simpulan.....	40
B. Implikasi .....	41
C. Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA .....	42
LAMPIRAN .....	44

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1 Nilai Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	33
Tabel 2 Norma Penilaian.....	34
Tabel 3 Deskripsi Kemampuan Melempar Bola Kasti .....	35
Tabel 4 Deskripsi Kemampuan Menangkap Bola Kasti .....	36
Tabel 5 Deskripsi Kemampuan Memukul Bola Kasti .....	37

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Melempar Bola Melambung .....	11
Gambar 2 Melempar Bola Menggelinding .....	12
Gambar 3 Melempar Bola Mendatar .....	13
Gambar 4 Menangkap Bola Melambung .....	15
Gambar 5 Menangkap Bola Menggelinding .....	15
Gambar 6 Memukul Bola Dari Atas .....	16
Gambar 7 Memukul Bola Mendatar .....	17
Gambar 8 Memukul Bola Dari Bawah.....	18
Gambar 9 Tes Melempar Bola .....	28
Gambar 10 Tes Menangkap Bola.....	30
Gambar 11 Tes Memukul Bola .....	31
Gambar 12 Histogram Kemampuan Melempar Bola Kasti .....	35
Gambar 13 Histogram Kemampuan Menangkap Bola Kasti.....	36
Gambar 14 Histogram Kemampuan Memukul Bola Kasti .....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian .....	45
Lampiran 2. Surat Keterangan Melakukan Penelitian .....	46
Lampiran 3. Sertifikat Pengujian Ban Ukur.....	47
Lampiran 4. Instrumen Penelitian .....	49
Lampiran 5. Data Penelitian.....	53
Lampiran 6. Rekapitulasi Hasil Penelitian.....	55
Lampiran 7. Dokumentasi .....	56

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menggariskan bahwa pendidikan nasional bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Dengan demikian, menjadi manusia yang sehat itu penting, maka dari itu sebagai upaya untuk mewujudkan tujuan tersebut Pemerintah Indonesia memasukkan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di dalam kurikulum sekolah.

Penjasorkes yang diajarkan di Sekolah Dasar memiliki peranan yang penting, karena sebagai proses pembinaan anak usia dini. Penjasorkes memberi kesempatan kepada anak untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar diarahkan untuk meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan perilaku psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar (Munarwan, 2010: 12).

Selain itu, Penjasorkes merupakan media untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Dalam hal ini pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan akan memberikan stimulus terhadap pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, serta keterampilan motorik anak. Perbedaan mata pelajaran pendidikan

jasmani, olahraga dan kesehatan dengan mata pelajaran yang lain terletak pada alat yang digunakan, dan gerak yang dilakukan secara terstruktur. Gerakan tersebut dirancang oleh guru dan diberikan dalam situasi yang tepat, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak.

Ruang lingkup pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah dasar terdiri atas permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri atau senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas, dan pendidikan kesehatan. Kompetensi inti kelas V salah satunya adalah menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak. Kompetensi dasar sebagai penjabaran dari kompetensi inti adalah mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional. Dengan demikian permainan bola kecil harus diajarkan di sekolah dasar. Salah satu permainan bola kecil yang diajarkan di kelas V SD adalah permainan kasti.

Srihati Waryati, dkk (1996: 102) menyatakan bahwa, kasti adalah suatu permainan di lapangan yang menggunakan bola kecil dan pemukul yang terbuat dari kayu. Permainan kasti dilakukan secara beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari 12 pemain. Permainan kasti pada umumnya sangat digemari karena permainan ini mudah dilakukan siswa kelas atas, serta dapat dimainkan secara bersama antara siswa laki-laki dan perempuan.



Kasti mengutamakan ketangkasan, kelincahan, kecepatan dan ketepatan. Selain sebagai salah satu cabang permainan bola kecil, kasti merupakan olahraga yang mengutamakan penguasaan taktik dan strategi bermain. Seorang pemukul dalam permainan kasti akan mendapatkan umpan bola dari pemain lawan. Ketangkasan dalam memukul bola diperlukan ketika mendapat giliran memukul, sedangkan regu penjaga harus memiliki ketangkasan dalam menangkap bola, ketepatan dalam mengumpan dan menembak pemain lawan.

Pemain kasti harus menguasai teknik dan peraturan dalam bermain kasti. Penguasaan gerak dasar dalam permainan kasti, sangat berkaitan erat dengan taktik dan strategi pertahanan dan penyerangan. Selain penguasaan gerak dasar, diperlukan juga kondisi fisik yang bagus untuk mengembangkan strategi dan taktik dalam bertahan dan menyerang sesuai dengan posisi dan situasi bermain. Selain itu, dalam situasi bermain diperlukan keterampilan khusus untuk dapat bermain dengan baik, seperti: melakukan pukulan, bergerak menangkap bola, ketepatan melempar, dan gerakan menghindari tembakan. Untuk dapat melakukan itu semua maka diperlukan koordinasi gerak yang baik. Dalam kurikulum pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah dasar, kasti merupakan salah satu materi yang diajarkan kepada siswa.

Berdasarkan pengamatan ketika PPL, masih terdapat banyak siswa yang belum menguasai materi permainan bola kecil. Sehingga belum memahami peraturan secara menyeluruh, akibatnya permainan tidak berjalan dengan baik. Selain itu, beberapa siswa kesulitan untuk memukul bola, melempar bola dengan tepat, dan

menangkap bola. Sehingga masih banyak siswa yang terkesan pasif dalam jalannya pembelajaran. Padahal dalam pembelajaran sebenarnya guru sudah menentukan target dan tujuannya, seperti yang tertuang dalam indikator pencapaian. Akan tetapi faktanya belum tentu terpenuhi seperti yang ditargetkan.

Untuk menguasai kemampuan gerak dasar dan pemahaman yang baik tentang permainan kasti diperlukan latihan yang terencana, teratur, dan berkesinambungan. Kemampuan gerak dasar melempar, menangkap dan memukul harus dikuasai dengan baik dan benar, supaya permainan berjalan menarik dan menyenangkan. Indikator sederhana untuk melihat keterampilan siswa dalam bermain kasti adalah dengan melihat gerak dasar melempar, menangkap, dan memukul bola.

Berdasarkan masalah di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah berupa :

1. Tujuan pembelajaran Penjasorkes SD belum memenuhi target yang ditetapkan.
2. Materi permainan bola kecil belum dikuasai oleh peserta didik.
3. Siswa belum mampu melaksanakan permainan kasti sesuai tujuan pembelajaran.
4. Proses pembelajaran Penjasorkes belum mendorong siswa untuk berpartisipasi secara aktif.

5. Kemampuan dasar permainan kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo sangat bervariasi.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, permasalahan difokuskan pada pengkajian kemampuan dasar permainan kasti yang meliputi kemampuan melempar bola, menangkap bola, dan kemampuan memukul bola siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut.

1. Berapa tingkat kemampuan melempar bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo ?
2. Berapa tingkat kemampuan menangkap bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo ?
3. Berapa tingkat kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan :

1. Melempar bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo.

2. Menangkap bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo.
3. Memukul bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat yang besar :

1. Secara Teoritis :
  - a. Sebagai landasan ilmiah dan bahan pertimbangan dalam pengembangan pembelajaran Penjasorkes.
  - b. Dapat mengetahui hasil pembelajaran Penjasorkes bagi peserta didik.
  - c. Memberikan pengetahuan tentang pentingnya hasil pembelajaran, sehingga hasil pembelajaran dapat digunakan untuk meningkatkan prestasi belajar.
2. Secara Praktis :
  - a. Memberi bekal bagi guru Penjasorkes dalam pengembangan proses pembelajaran.
  - b. Sebagai bahan pertimbangan dalam menambah fasilitas dan alat olahraga untuk kelancaran pembelajaran.
  - c. Siswa sebagai subjek dari pembelajaran dapat memperoleh pengetahuan dan dapat meningkatkan keberhasilan belajar siswa.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Hakikat Permainan Kasti**

Permainan kasti adalah permainan yang menggunakan bola kecil dan pemukul yang terbuat dari kayu. Permainan kasti dilakukan secara beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari 12 pemain. Permainan kasti pada umumnya sangat digemari oleh siswa-siswa Sekolah Dasar karena permainan ini mudah dilakukan siswa-siswa pada kelas atas, dan dapat dimainkan secara bersama-sama antara laki-laki dan perempuan ataupun dimainkan khusus oleh laki-laki atau perempuan (Srihati Waryati, dkk 1996: 102).

Deni Kurniadi dan Sura Prapanca (2010: 3) menyatakan bahwa, permainan kasti merupakan salah satu permainan bola kecil karena menggunakan bola tenis lapangan. Permainan ini dimainkan oleh dua regu, yaitu regu pemukul dan regu penjaga. Regu pemukul berusaha mencari nilai dengan memukul bola dan dapat kembali ke ruang bebas dengan selamat sehingga mendapatkan nilai, sedangkan regu jaga berusaha secepatnya dapat mematikan lawan. Regu yang banyak mengumpulkan nilai lebih banyak, merekalah yang keluar sebagai pemenangnya.

Permainan kasti merupakan salah satu permainan bola kecil. Permainan ini dimainkan oleh 2 regu, yaitu regu pemukul dan regu penjaga. Setiap regu terdiri dari 12 pemain. Regu pemukul berusaha mendapatkan nilai dengan memukul bola kemudian berlari mengelilingi lapangan. Sebaliknya, regu penjaga berusaha

menangkap bola serta mematikan regu pemukul. Regu yang banyak mengumpulkan nilai menjadi pemenangnya. Permainan sederhana ini dapat dimainkan di lapangan yang tidak begitu luas berukuran panjang 65 meter dan lebar 30 meter (Syamsir Aziz 2003: 6).

Spesifikasi alat dan fasilitas pendukung yang dipergunakan dalam permainan kasti menurut Soemitro (1992: 84-86) di antaranya terdiri dari:

- a. Pemukul : Panjang 50-60 cm, diameter 3,5 - 4 cm, panjang pegangan 15-20 cm.
- b. Bola : Berat 70-80 gram, lingkaran bola 19-20 cm.
- c. Tiang pertolongan : 1 buah, panjang minimal 1,5 m dari permukaan tanah dan boleh dipasang bendera pada ujungnya.
- d. Tiang bebas : 2 buah, panjang minimal 1,5 m dari permukaan tanah dan boleh dipasang bendera pada ujungnya.
- e. Tiang bendera : 6 buah dengan ukuran yang sama dengan tiang bebas, dipasang bendera dengan warna yang berbeda dengan bendera tiang bebas dan tiang pertolongan.
- f. Lapangan : 30 X 65 m untuk ukuran lapangan terbesar, sedangkan untuk ukuran terkecil 30 X 50 m .

Dalam buku Penjasorkes KTSP SD (2006: 2-3) diatur bahwa jumlah pemain tiap regu dapat disesuaikan dengan keadaan di sekolah. Setiap regu akan ditunjuk satu anak untuk menjadi kapten regunya. Peraturan dalam permainan kasti di antaranya :

- a. Regu pemukul

- 1) Setiap pemain berhak memukul 1 kali.

- 2) Untuk pemain terakhir berhak memukul sebanyak 3 kali.
  - 3) Sesudah memukul pemain harus meletakkan alat pemukul di dalam ruang pemukul. Apabila alat itu berada di luar tempat yang ditentukan, pemain tersebut tidak dapat nilai, kecuali ia segera membetulkannya kembali.
- b. Regu penjaga, bertugas untuk
- 1) Mematikan lawan.
  - 2) Menangkap langsung bola yang dipukul.
  - 3) Membakar ruang bebas, jika ruang bebas kosong.
- c. Pelambung, bertugas untuk
- 1) Melambungkan bola secara wajar sesuai dengan permainan pemukul.
  - 2) Jika bola yang dilambungkan tidak terpukul, si pelambung harus mengulang lagi.
  - 3) Jika sampai 3 kali berturut-turut bola tidak terpukul, si pemukul dapat lari bebas ke tiang pemberhentian I.
  - 4) Menangkap langsung bola yang dipukul.
  - 5) Membakar ruang bebas, jika ruang bebas kosong.
- d. Pukulan benar, jika
- 1) Pukulan dinyatakan benar apabila bola yang dipukul melampaui garis pukul.
  - 2) Selain itu, saat dipukul bola tidak boleh mengenai tangan dan tidak boleh jatuh di ruang bebas.
- e. Penghitungan nilai
- 1) Jika pemain memukul bola lalu berlari ke pemberhentian I, II, III dan ruang bebas secara bertahap mendapat nilai 1.

- 2) Jika pukulan benar dan dapat kembali ke ruang bebas tanpa berhenti pada tiang-tiang pemberhentian mendapat nilai 2.
- 3) Regu penjaga mendapat nilai 1 apabila berhasil menangkap langsung bola yang dipukul, dalam artian bola tidak memantul ke tanah terlebih dahulu.
- 4) Pemenang adalah regu yang berhasil mengumpulkan nilai terbanyak.

f. Waktu permainan

- 1) Permainan ini berlangsung selama 2 babak.
- 2) Tiap babak berlangsung selama 30 menit dan tiap babak diselingi waktu istirahat selama 10 menit.

g. Pergantian tempat, terjadi apabila

- 1) Salah seorang regu pemukul terkena lemparan.
- 2) Bola ditangkap 3 kali berturut-turut oleh penjaga.
- 3) Alat pemukul lepas saat memukul.
- 4) Salah seorang regu pemukul memasuki ruang bebas melalui garis belakang.
- 5) Salah seorang regu pemukul keluar dari ruang bebas atau keluar dari batas lapangan.

Berdasarkan uraian di atas, permainan kasti merupakan salah satu permainan bola kecil yang dimainkan oleh dua regu. Setiap regu terdiri dari 12 pemain atau menyesuaikan dengan jumlah siswa yang ada. Regu pemukul bertugas memukul bola kemudian lari ke tiang hinggap dan kembali lagi ke ruang bebas. Regu penjaga bertugas melambungkan bola, menangkap bola dan mematikan lawan. Alat dan fasilitas berupa pemukul yang terbuat dari kayu, bola kasti atau bola tenis dan ukuran



lapangan yang menyesuaikan jumlah pemain. Tujuan permainan ini mendapatkan nilai sebanyak mungkin supaya menjadi pemenang.

## 2. Gerak Dasar Permainan Kasti

Ada tiga macam gerak dasar yang harus dipelajari dalam bermain kasti, yaitu melempar, menangkap dan memukul. Tingkat penguasaan gerak dasar masing-masing pemain akan menentukan jalannya permainan. Jika seluruh pemain memiliki gerak dasar yang baik maka permainan akan berjalan dengan menarik. Dalam hal ini akan dijelaskan cara melatih gerak dasar melempar, menangkap dan memukul.

### a. Melempar Bola

Melempar merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain kasti dan dilakukan oleh regu penjaga untuk memberi umpan kepada teman atau untuk mematikan lawan. Kamus Besar Bahasa Indonesia mendefinisikan bahwa melempar adalah membuang jauh-jauh. Ditambahkan oleh Masri'an dan Aminarni (2016: 15-17) bahwa melempar dalam permainan bola kasti dibagi menjadi tiga macam, yaitu :

#### 1) Melempar bola melambung

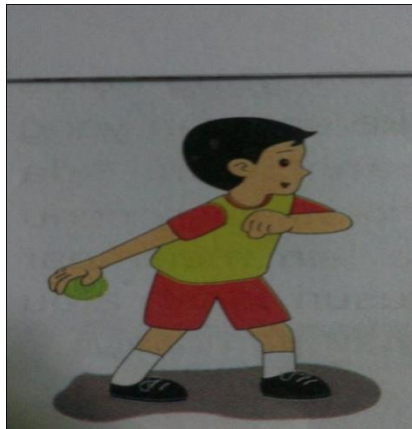


Gambar 1 Melempar Bola Melambung  
Masri'an dan Aminarni. (2016).

Cara melempar bola melambung adalah sebagai berikut :

- a) Genggam bola pada telapak tangan kanan atau kiri.
- b) Salah satu kaki ke depan, kebalikan dengan tangan yang memegang bola. Bila melempar menggunakan tangan kanan maka kaki kiri yang berada di depan, begitupun sebaliknya.
- c) Ketika akan melempar, badan sedikit condong ke belakang dan berat badan bertumpu pada kaki yang ada di depan.
- d) Bola diayun melalui atas kepala dan beri dorongan yang kuat, tenaga berasal dari tangan dan pinggang.
- e) Arahkan bola tinggi jauh ke depan.
- f) Untuk menghasilkan lemparan yang jauh, gunakan awalan beberapa langkah.

2) Melempar bola bawah atau menggelinding

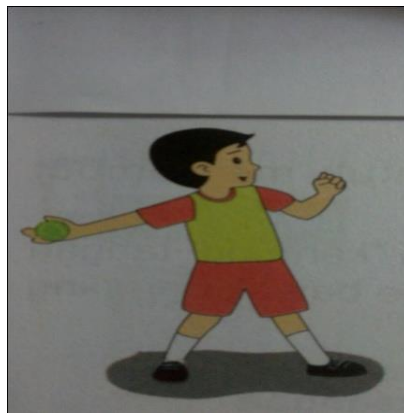


Gambar 2 Melempar Bola Menggelinding  
Masri'an dan Aminarni. (2016).

Cara melempar bola bawah atau menggelinding adalah sebagai berikut :

- a) Genggam bola pada telapak tangan kanan atau kiri.

- b) Salah satu kaki ke depan, kebalikan dengan tangan yang memegang bola. Bila melempar menggunakan tangan kanan maka kaki kiri yang berada di depan, begitupun sebaliknya.
  - c) Ketika akan melempar, posisi badan sedikit membungkuk, dan berat badan bertumpu pada kaki yang berada di belakang.
  - d) Bola diayun dari bawah dengan memberikan ayunan yang kuat dari tangan yang melakukan lemparan, diiringi perpindahan berat badan ke kaki depan.
  - e) Arah bola rendah ke depan dan menyusur tanah atau menggelinding.
- 3) Melempar bola mendatar



Gambar 3 Melempar Bola Mendatar  
Masri'an dan Aminarni. (2016).

Cara melempar bola mendatar adalah sebagai berikut :

- a) Genggam bola pada telapak tangan kanan atau kiri.
- b) Salah satu kaki ke depan, kebalikan dengan tangan yang memegang bola. Bila melempar menggunakan tangan kanan maka kaki kiri yang berada di depan, begitupun sebaliknya.

- c) Ketika akan melempar posisikan badan sedikit condong ke belakang dan berat badan bertumpu pada kaki yang berada di belakang.
- d) Bola diayun melewati samping kepala, siku ditekuk dan lakukan ayunan yang kuat dari pinggang.
- e) Arah bola ke depan lurus dan datar.

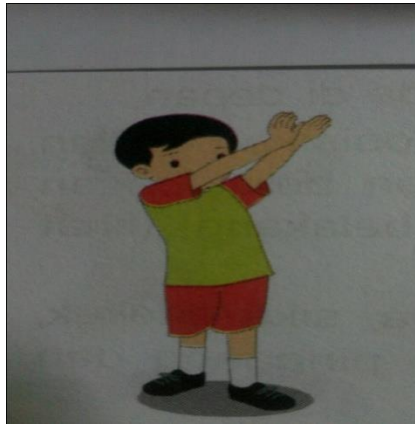
#### b. Menangkap Bola

Menangkap bola merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh regu penjaga agar dapat menguasai bola dengan menggunakan tangan dari hasil pukulan lawan atau lemparan teman. Menangkap bola dalam permainan kasti merupakan teknik yang harus dikuasai pemain regu penjaga, terutama untuk memperoleh nilai “tangkap bola” dari pukulan lawan. Srihati Waryati dkk, (1993: 116) menyatakan bahwa berdasarkan tinggi rendahnya bola, teknik menangkap bola dibedakan menjadi:

- 1) Menangkap bola melambung tinggi
- 2) Menangkap bola mendatar (setinggi dada)
- 3) Menangkap bola rendah
- 4) Menangkap bola bergulir di tanah
- 5) Menangkap bola di samping badan
- 6) Menangkap bola bagi pemain penjaga belakang

Cara menangkap bola dari berbagai arah dalam permainan kasti perlu dikuasai oleh pemain menurut Masri'an dan Aminarni (2016: 18-19), di antaranya :

- 1) Menangkap bola melambung dengan dua tangan



Gambar 4 Menangkap Bola Melambung  
Masri'an dan Aminarni. (2016).

Cara menangkap bola melambung dengan dua tangan adalah sebagai berikut :

- a) Berdiri tegak dan perhatikan arah datangnya bola.
- b) Jari-jari tangan dibuka dan ditekuk sampai membentuk setengah lingkaran.
- c) Rapatkan kedua pergelangan tangan sehingga membentuk seperti kantung.
- d) Kaki bergerak melangkah untuk menyambut datangnya bola.
- e) Setelah bola mendekat, arahkan tangan ke atas untuk menangkap bola.

2) Menangkap bola bawah atau menggelinging



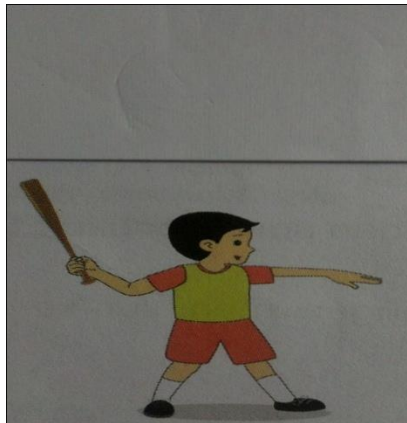
Gambar 5 Menangkap Bola Menggelinging  
Masri'an dan Aminarni. (2016).

Cara menangkap bola bawah atau menggelinding adalah sebagai berikut :

- a) Badan membungkuk dan kedua kaki dibuka sejajar selebar bahu, atau dapat melakukannya dalam posisi jongkok dengan salah satu lutut menempel di lantai.
  - b) Kedua tangan membentuk cekungan menyambut datangnya bola.
  - c) Pandangan mengarah ke bola.
  - d) Setelah tertangkap, rapatkan jari-jari tangan dan tarik ke arah samping atas.
- c. Memukul Bola

Awalan dari permainan kasti adalah memukul bola. Bola dinyatakan hidup apabila bola berhasil dipukul dengan pukulan yang sah dan masuk ke dalam lapangan. Pemain yang mendapat giliran memukul memiliki kesempatan memukul satu kali, kecuali pemain terakhir yang berhak mendapatkan kesempatan memukul sebanyak tiga kali. Masri'an dan Aminarni (2016: 20-21) menyatakan bahwa memukul dalam permainan bola kasti dibagi menjadi tiga macam, yaitu :

- 1) Pukulan dari atas

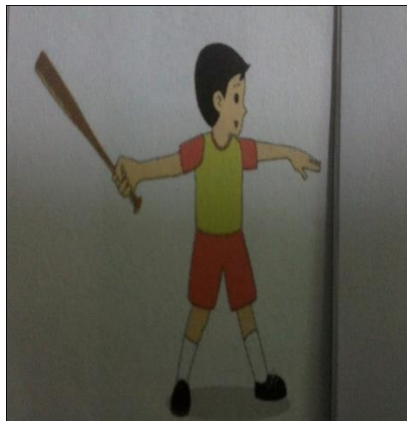


Gambar 6 Memukul Bola Dari Atas  
Masri'an dan Aminarni. (2016).

Cara melakukan pukulan dari atas, adalah sebagai berikut :

- a) Pegang pemukul dengan tangan kanan.
- b) Tarik pemukul ke samping dengan posisi pemukul berdiri.
- c) Kaki kanan berada di belakang dan kaki kiri di depan, serta berat badan bertumpu pada kaki kanan.
- d) Tangan kiri lurus ke depan sebagai tanda permintaan tingginya lemparan bola dari pelambung.
- e) Ketika bola datang, pukul dengan keras supaya bola menjauh.

## 2) Pukulan mendatar



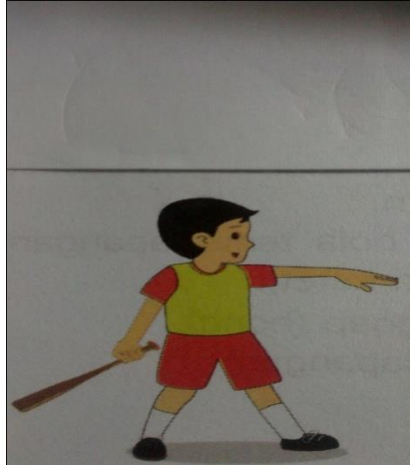
Gambar 7 Memukul Bola Mendatar  
Masri'an dan Aminarni. (2016).

Cara melakukan pukulan mendatar, adalah sebagai berikut :

- a) Pegang pemukul dengan tangan kanan lalu tarik pemukul ke samping.
- b) Kedua kaki dibuka sejajar dan selebar bahu.
- c) Badan sedikit condong ke kanan dan berat badan ada di kaki kanan.
- d) Tangan kiri sebagai tanda permintaan tingginya lemparan bola dari pelambung.

e) Ketika bola datang, pukul bola dengan keras supaya bola menjauh.

3) Pukulan dari bawah



Gambar 8 Memukul Bola Dari Bawah  
Masri'an dan Aminarni. (2016).

Cara melakukan pukulan dari bawah, adalah sebagai berikut :

- a) Pegang pemukul dengan tangan kanan lalu tarik pemukul ke samping bawah.
- b) Kaki kanan berada di belakang dan kaki kiri di depan, serta berat badan bertumpu pada kaki kanan.
- c) Tangan kiri lurus ke depan sebagai tanda permintaan tingginya lemparan bola dari pelambung.
- d) Ketika bola datang, pukul bola dengan keras supaya bola melambung jauh.

3. Karakteristik Siswa Kelas V (Usia 6-12 Tahun)

Sutari Imam Barnadib (1989: 85-87) menyatakan bahwa karakteristik anak tingkat sekolah dasar (umur 6-12 tahun) adalah sebagai berikut :

- a. Pada usia ini anak mengalami perkembangan jasmani yang pesat.



- b. Pada tingkat ini anak sudah mempunyai teman akrab yang sebaya.
- c. Anak pada usia ini sudah menguasai bahasa dan menyatakan bahasa dengan perasaan seninya.
- d. Sifatnya biasanya pemberani, tak gentar menghadapi suatu bahaya.
- e. Perubahan sikap mulai nampak pada usia sembilan tahunan.
- f. Anak sudah mulai mempunyai perhatian pada suatu pekerjaan.

Rita Eka Izzaty, dkk (2008: 105-113) menyatakan bahwa karakteristik siswa pada masa kanak-kanak akhir (usia 6-11 tahun) adalah sebagai berikut:

a. Perkembangan Fisik

Pertumbuhan fisik cenderung lebih stabil. Anak menjadi lebih tinggi, lebih berat, lebih kuat, serta belajar berbagai keterampilan. Keterampilan gerak mengalami kemajuan pesat, semakin lancar dan lebih terkoordinasi. Kegiatan fisik sangat perlu untuk mengembangkan kestabilan tubuh dan kestabilan gerak, serta melatih koordinasi untuk menyempurnakan berbagai keterampilan.

b. Perkembangan Kognitif

Kemampuan berfikir ditandai dengan aktivitas-aktivitas mental seperti mengingat, memahami dan memecahkan masalah. Pengalaman hidupnya memberikan andil dalam mempertajam konsep. Anak mampu mengelompokkan benda-benda yang berbeda.

c. Perkembangan Bahasa

Kemampuan bahasa anak akan terus berkembang. Anak akan bertambah kemampuannya dalam memahami dan menginterpretasikan komunikasi lisan dan

tulisan. Perkembangan bahasa nampak pada perbendaharaan kata dan tata bahasa. Anak bicara lebih terkendali dan terseleksi.

#### d. Perkembangan Moral

Perkembangan moral ditandai dengan kemampuan anak untuk memahami aturan, norma, dan etika yang berlaku di masyarakat. Perkembangan moral terlihat dari perilaku moralnya di masyarakat yang menunjukkan kesesuaian dengan nilai dan norma di masyarakat. Perilaku moral banyak dipengaruhi oleh pola asuh orang tua serta perilaku moral dari orang-orang disekitarnya.

#### e. Perkembangan Emosi

Emosi memainkan peran yang sangat penting dalam kehidupan anak. Akibat dari emosi ini juga dirasakan oleh fisik anak terutama bila emosi itu kuat dan berulang-ulang. Sering dan kuatnya emosi anak akan merugikan penyesuaian sosial anak.

#### f. Perkembangan Sosial

Ciri yang membedakan manusia dengan makhluk lainnya adalah ciri sosialnya. Sejak lahir anak dipengaruhi oleh lingkungan social dimana ia berada secara terus menerus. Orang-orang di sekitarnya yang banyak mempengaruhi perilaku sosialnya. Sejak permulaan hidupnya kehidupan sosial dan emosi selalu terlibat setiap kali anak berhubungan dengan orang lain.

Rita Eka Izzaty, dkk (2008: 116-117) menyatakan bahwa ciri khas pada anak masa kelas atas sekolah dasar adalah sebagai berikut:

- 1) Perhatiannya tertuju pada kehidupan praktis sehari-hari.

- 2) Ingin tahu, ingin belajar dan realistis.
- 3) Timbul minat kepada pelajaran-pelajaran khusus.
- 4) Anak memandang nilai sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasi belajarnya di sekolah.
- 5) Anak suka membentuk kelompok sebaya untuk bermain bersama, mereka membuat peraturan sendiri dalam kelompoknya.

Siti Rahayu (2006: 176) menyatakan bahwa karakteristik anak usia sekolah dasar dilihat dari perkembangan jasmani dan psikomotorik adalah sebagai berikut.

a. Perkembangan Jasmani

- 1) Kedaan jasmani anak menjadi lebih stabil dan lebih kuat.
- 2) Kekuatan badan dan tangan pada anak laki-laki bertambah dengan pesat.
- 3) Pada umumnya ada hubungan yang tetap dalam perkembangan tulang dan jaringan.
- 4) Sampai umur 12 tahun anak akan bertambah panjang 1-6 cm tiap tahunnya.
- 5) Pada umur 10 tahun anak laki-laki agak lebih besar sedikit dari pada anak perempuan, sesudah itu maka anak perempuan lebihunggul dalam panjang badan, tetapi sesudah  $\pm 15$  tahun anak laki-laki mengejanya dan tetap unggul dari pada anak perempuan.

b. Perkembangan Psikomotorik

- 1) Keseimbangan relatif berkembang dengan baik.
- 2) Koordinasi antara mata dengan tangan (visio-motorik) berkembang dengan baik.
- 3) Ada perubahan dalam sifat dan frekuensi motorik kasar dan halus.
- 4) Kecakapan motorik makin disesuaikan dengan keleluasaan lingkungan.
- 5) Gerakan motorik lebih tergantung dari pada aturan formal dan aturan yang telah ditentukan dan bersifat kurang spontan.

4. Kemampuan Kasti yang Harus Dimiliki Siswa Kelas V Menurut Kurikulum 2013

Kemampuan dasar yang harus dimiliki dalam bermain kasti diantaranya menangkap bola, ketepatan dalam melempar, dan melakukan pukulan. Dalam pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah dasar, kasti merupakan salah satu jenis permainan bola kecil yang dapat diajarkan kepada siswa. Hal ini tertuang dalam kompetensi inti kelas V yang berupa menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam

karya yang estetik, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak. Kemudian salah satu kompetensi dasarnya adalah mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional.

Berikut ini adalah indikator pencapaian dalam permainan kasti dan kriteria ketuntasan minimal mata pelajaran Penjasorkes.

a. Materi Ajar

1) Permainan Kasti

b. Indikator Pencapaian

- 1) Melambungkan bola ke berbagai arah dan kecepatan.
- 2) Melempar bola ke berbagai arah dan kecepatan.
- 3) Menangkap bola dari berbagai arah dan kecepatan.
- 4) Memukul objek yang dilambungkan, dilemparkan dari berbagai arah dan jarak.
- 5) Mendemonstrasikan cara bermain dengan peraturan yang sudah dimodifikasi.

c. Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) 75

**B. Kajian Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang relevan artinya penelitian yang sesuai dengan topik yang akan diteliti, sehingga dapat dijadikan bahan memperkuat kajian teori.

1. Penelitian Dody Herlambang (2010), yang berjudul: “Perbedaan Kemampuan Melempar Bola Kasti Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Di Pedesaan Dengan Sekolah Dasar Di Perkotaan”. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei,

subjek populasinya 45 siswa SD pedesaan dan 75 siswa SD perkotaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kemampuan melempar bola kasti antara siswa kelas VI SD pedesaan dengan siswa kelas VI SD perkotaan. Kemampuan melempar siswa kelas VI SD pedesaan ternyata lebih baik dibandingkan dengan kemampuan melempar siswa kelas VI SD perkotaan.

2. Penelitian Sumirah (2010), yang berjudul: " Kemampuan Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Punukan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo". Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei, populasinya sebanyak 35 siswa yang terdiri dari 21 siswa putra dan 14 siswa putri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan melempar bola kasti untuk siswa kelas IV dan V SD Negeri Punukan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo termasuk dalam kategori baik 70 %, kategori sedang 30 %, dan kategori kurang 0 %.
3. Desi Ambarwati (2010), yang berjudul: "Kemampuan Dasar Bermain Kasti Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri I Paseban Bayat Klaten". Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei, populasinya sebanyak 48 siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan kemampuan gerak dasar bermain kasti siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Paseban Bayat Klaten termasuk dalam kategori sangat rendah 6,25%, kategori rendah 22,92%, kategori sedang 37,50%, kategori tinggi 27,08%, dan kategori sangat tinggi 6,25%.

### **C. Kerangka Berpikir**

Kasti merupakan salah satu jenis permainan bola kecil, dan termasuk permainan beregu. Permainan kasti bertujuan untuk memberi rasa gembira dan melatih ketangkasan para pemainnya. Dalam bermain kasti, satu regu harus saling bekerja sama. Selain itu, para pemain harus menguasai gerak dasar bermain kasti dan mengetahui peraturan permainan kasti. Gerak dasar dalam bermain kasti di antaranya melempar, menangkap dan memukul bola.

Berdasarkan observasi, masih terdapat banyak siswa yang belum menguasai materi permainan bola kecil. Sehingga belum memahami peraturan secara menyeluruh, akibatnya permainan tidak berjalan dengan baik. Selain itu, beberapa siswa kesulitan untuk memukul bola, melempar bola dengan tepat, dan menangkap bola. Sehingga masih banyak siswa yang terkesan pasif dalam jalannya pembelajaran.

Untuk membuktikannya perlu dilakukan penelitian secara ilmiah. Penelitian ini untuk mengukur kemampuan dasar permainan kasti. Tes yang akan digunakan berupa instrumen melempar, menangkap, dan memukul bola. Hal ini perlu dilakukan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan melempar, menangkap dan bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo. Hasil tes kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti tersebut dapat digunakan sebagai bahan evaluasi untuk merencanakan pembelajaran.

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode survei yang bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo. Dalam penelitian ini, peneliti ingin memperoleh gambaran tentang tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti. Kemudian data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

##### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini akan dilaksanakan pada hari kamis 5 Oktober 2017 pukul 7:00 - selesai, dan bertempat di lapangan SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo. Penelitian dilakukan pada jam pelajaran olahraga pada kelas tersebut.

##### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

Sugiyono (2015: 80) menyatakan bahwa, populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel jenuh. Sugiyono (2015: 85) mengatakan bahwa, sampel jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Berdasarkan pengertian tersebut maka

subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo, sebanyak 23 siswa, putra 13 dan putri 10.

#### **D. Definisi Operasional Variabel**

Variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut (Sugiyono, 2012: 38). Adapun variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Kemampuan melempar adalah suatu gerakan siswa SD kelas V untuk menyalurkan tenaga pada suatu benda yang menghasilkan daya pada benda tersebut dengan memiliki kekuatan ke depan/ ke atas. Tes lemparan siswa dengan menggunakan lemparan atas ke arah sasaran dengan jarak 10 meter yang dilakukan sebanyak 10 kali lemparan, yang diukur dengan tes kemampuan melempar bola kasti.
2. Kemampuan menangkap adalah suatu usaha yang dilakukan oleh siswa SD kelas V untuk menguasai bola dengan menggunakan tangan. Dengan cara menangkap bola yang diumpankan oleh teman saling berhadapan pada jarak 5 meter yang dilakukan sebanyak 10 kali menangkap bola. Berapa kali bola kasti yang dapat ditangkap siswa dari 10 kali kesempatan adalah sebagai skor tes menangkap bola kasti, yang diukur dengan tes kemampuan menangkap bola kasti.
3. Kemampuan memukul adalah suatu gerakan yang kompleks dengan koordinasi dan pengamatan untuk mengambil keputusan memukul yang dilakukan oleh siswa SD kelas V. Tes memukul bola kasti sebanyak 10 kali kesempatan dengan cara diberi umpan dari jarak 5m menggunakan lemparan bawah. Hasil pukulan yang



dipakai sebagai skor tes adalah berapa kali testi mampu memukul bola kasti dengan benar, yang diukur dengan tes kemampuan memukul bola kasti.

## **E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

### **1. Instrumen Penelitian**

Suharsimi Arikunto (2006: 160), menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Sugiyono (2008: 267) menambahkan bahwa, instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid (dapat digunakan untuk mengukur apa yang akan diukur), sedang instrumen yang reliabilitas adalah instrumen yang jika digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama akan menghasilkan data yang sama. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk mengukur kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan kasti.

#### **a. Tes Melempar Bola Kasti**

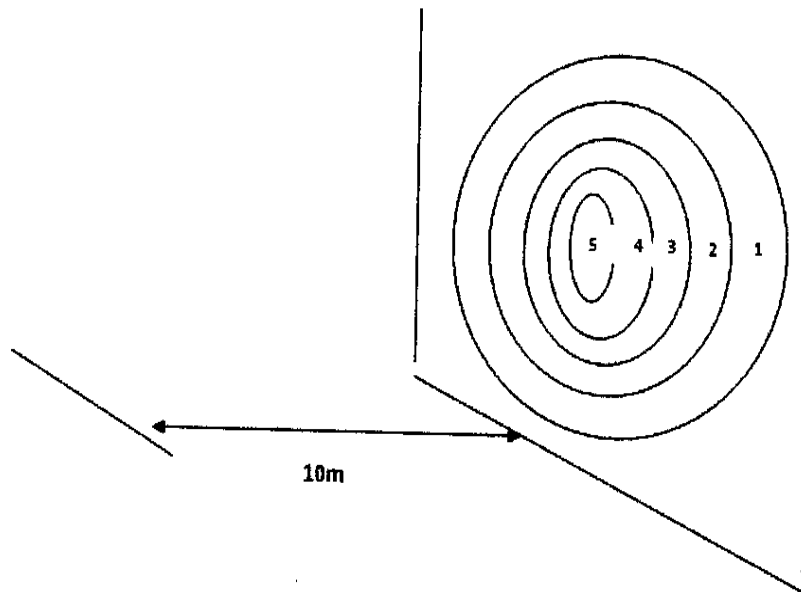
- 1) Tujuan: Mengukur kemampuan melempar bola terhadap sasaran.
- 2) Peralatan: Sasaran terdiri lima bentuk lingkaran memusat dan digambar pada dinding dengan cat atau kapur. Lingkaran tengah berdiameter 18 cm, lingkaran berikutnya 38 cm, lingkaran berikutnya 56 cm, lingkaran berikutnya 74 cm, dan paling luar berdiameter 90 cm. Garis lingkaran paling luar pada bagian bawah setinggi 50 cm dari lantai. Lemparan dilakukan dari garis batas dengan jarak sasaran 10 m.

3) Peraturan:

- a) Lemparan dilakukan dari belakang garis batas.
- b) Boleh melakukan awalan.
- c) Bola yang tidak mengenai daerah sasaran maka lemparan diulangi.
- d) Kesempatan melempar sebanyak 10 kali.

4) Penilaian:

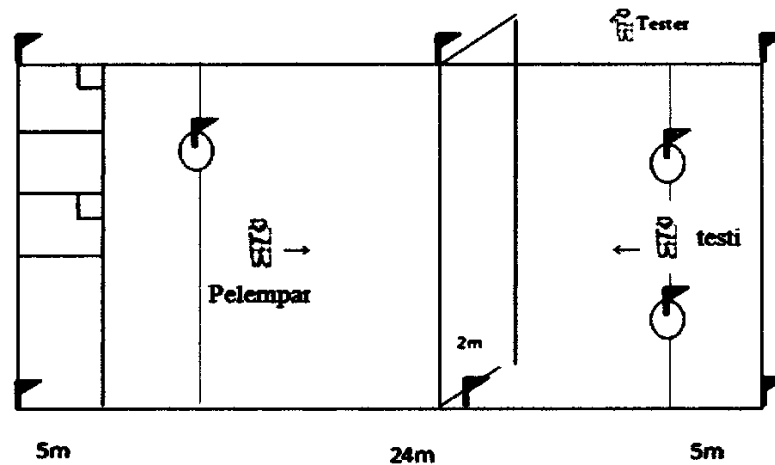
- a) Bola pada sasaran lingkaran tengah diberi nilai “5”.
- b) Lingkaran berikutnya “4”, berikutnya “3”, lingkaran berikutnya “2”, dan lingkaran paling luar “1”.
- c) Bola yang tepat mengenai garis diberi nilai pada lingkaran yang nilainya tinggi.
- d) Maksimum skor adalah 50 point.



Gambar 9 Tes Melempar Bola  
Syaeful Arif. (2013).

b. Tes Menangkap Bola Kasti

- 1) Tujuan: Mengukur kemampuan menangkap bola lambung.
- 2) Peralatan: Lapangan yang standar, bagian belakang lapangan dibuat daerah untuk menangkap, tali yang diikat dengan dua tonggak dengan tinggi 2 meter, bola kasti.
- 3) Pelaksanaan: Testi berdiri di tengah-tengah antara honk 2 dan 3. Pelempar berdiri di tempat petak lemparan, dan melempar bola kepada testi. Lemparan harus melewati tali setinggi 2 meter. Pelempar harus melempar dengan kecepatan yang teratur. Testi mendapat 10 kali kesempatan menangkap bola.
- 4) Peraturan:
  - a) Bola yang dilempar tidak layak pada daerah tangkapan tidak dihitung.
  - b) Bola harus dilempar melambung membentuk lengkungan/busur dan melewati garis batas atas.
  - c) Jumlah lemparan yang baik dan melambung 10 kali.
  - d) Pemain harus dapat menangkap bola dengan baik, kemudian bola dilempar ke luar.
- 5) Penilaian:
  - a) Testi tidak dapat menangkap lemparan bola, maka dinilai "0".
  - b) Testi hampir bisa menangkap bola (bola sudah menyentuh/mengenai tangan tetapi bola jatuh/lepas), maka dinilai "1".
  - c) Testi dapat menangkap bola dengan baik (menggunakan kedua tangan), maka dinilai "2".
  - d) Maksimum skor adalah 20 point.



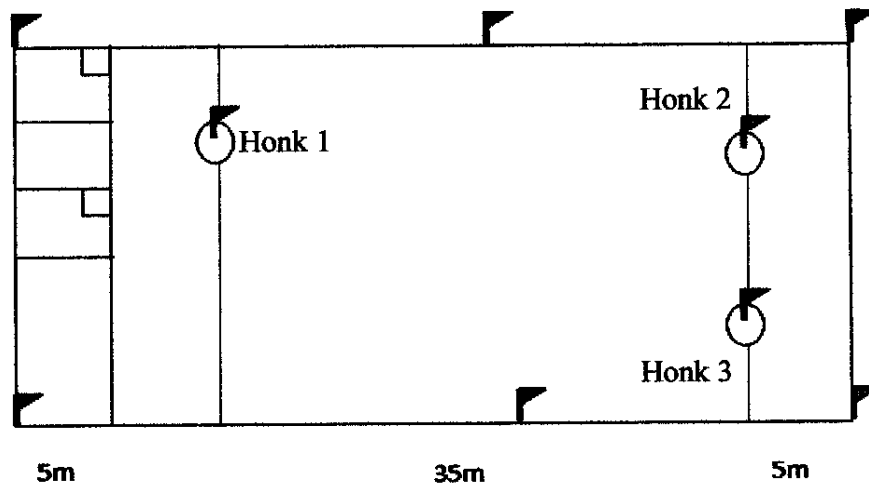
Gambar 10 Tes Menangkap Bola  
Syaeful Arif. (2013).

c. Tes Memukul Bola Kasti

- 1) Tujuan: Mengukur kemampuan memukul bola kasti.
- 2) Peralatan: Lapangan yang standar, yang ditandai dengan posisi honk pada tempatnya, bola, dan pemukul.
- 3) Pelaksanaan: Testi menempatkan diri pada daerah pemukul. Testi bersiap untuk memukul bola yang dilambungkan oleh testor. Testi mendapat kesempatan memukul sebanyak 10 kali. Setiap pukulan tidak terarah pada satu bagian lapangan saja. Pukulan harus masuk lapangan melewati garis honk 2 dan 3, atau garis honk 1.
- 4) Peraturan: Pengumpan memberi lemparan sesuai dengan permintaan pemukul. Bola yang diumpankan jauh dari jangkauan pemukul maka tidak dihitung sebagai percobaan pukulan. Bola yang diumpankan sesuai permintaan pemukul, akan tetapi tidak dipukul maka dihitung sebagai pukulan tidak kena.

5) Penilaian:

- a) Bola yang dipukul tidak melewati garis batas honk 1 mendapatkan nilai “1”.
- b) Bola yang dipukul melewati garis batas honk 1 namun bola tidak melewati garis batas honk 2 dan 3 maka dinilai “2”.
- c) Bola yang dipukul melewati garis batas honk 1 dan juga bola melewati garis batas honk 2 dan 3 maka dinilai “3”.
- d) Jumlah skor maksimal 30 poin.



Gambar 11 Tes Memukul Bola  
Syaeful Arif. (2013).

## 2. Teknik Pengumpulan Data

### a. Tes Melempar Bola Kasti

- 1) Sebelum melaksanakan seluruh item tes, siswa dibariskan untuk dipresensi dan melakukan pemanasan.
- 2) Melakukan pengenalan, menyampaikan tujuan dan memberi gambaran mengenai tes yang akan dilakukan.

- 3) Untuk tes melempar bola kasti, siswa akan melakukan tes secara bergantian sesuai dengan urutan nomor presensi.
- 4) Yang nantinya bertugas memanggil siswa adalah rekan peneliti yang berdiri di dekat tembok sasaran untuk sekaligus mencatat hasil lemparan.
- 5) Peneliti berdiri di samping garis batas untuk mengawasi batas melempar, sekaligus memberi aba-aba lemparan.
- 6) Siswa yang sudah melakukan lemparan akan di tempatkan terpisah dengan yang belum melakukan lemparan.

b. Tes Menangkap Bola Kasti

- 1) Siswa dibariskan dengan rapi dan diberi arahan jalannya pengetesan.
- 2) Rekan peneliti bertugas memanggil siswa, dan mencatat skor.
- 3) Nomor presensi 1 menempatkan diri, nomor presensi 2 menjadi pelempar.
- 4) Peneliti memberi aba-aba lemparan, menentukan sah tidaknya lemparan, dan memberikan informasi skor tangkapan untuk dicatat.
- 5) Jika sudah 10 kali dilakukan lemparan, maka nomor presensi 2 menjadi testi dan nomor presensi 3 menjadi pelempar, begitupun seterusnya.

c. Tes Memukul Bola Kasti

- 1) Siswa dibariskan dengan rapi dan diberi arahan jalannya pengetesan.
- 2) Rekan peneliti bertugas memanggil siswa, mengamati jantuhnya pukulan bola, kemudian mencatat skornya.
- 3) Nomor presensi 1 menempatkan diri, nomor presensi 2 menjadi pengumpan.

- 4) Peneliti memberi aba-aba untuk pengumpan, dan menentukan sah tidaknya umpan dan pukulan.
- 5) Jika sudah 10 kali kesempatan memukul, maka nomor presensi 2 menjadi pemukul dan nomor presensi 3 menjadi pengumpan, begitupun seterusnya.
- 6) Usai melaksanakan tes, siswa dibariskan dan dipimpin pendinginan.
- 7) Memberikan sedikit kesimpulan dan mengucapkan terimakasih.

#### **F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen melempar bola, menangkap bola dan memukul bola kasti yang dikembangkan oleh Syaeful Arif. Instrumen ini cukup handal karena memiliki validitas dan reliabilitas seperti disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1 Nilai Validitas dan Reliabilitas Instrumen

<b>Instrumen</b>	<b>Validitas</b>	<b>Reliabilitas</b>
Melempar Bola	0,971	0,991
Menangkap Bola	0,983	0,991
Memukul Bola	0,992	0,991

Sumber: Syaeful Arif (2013: 30)

#### **G. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Sugiyono (2012: 147) menyatakan bahwa, teknik analisis data statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan mendeskripsikan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya, tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.

Pengkategorian tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti disusun dengan 5 kategori penilaian, yaitu “sangat tinggi”, “tinggi”, “sedang”, “rendah”, dan “sangat rendah”. Untuk pengkategorianannya dengan menggunakan acuan 5 batas norma, sebagai berikut:

Tabel 2 Norma Penilaian

Kategori	Rentang Skor
Sangat Tinggi	$X \geq M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	$M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	$M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	$M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	$X < M - 1,5 \text{ SD}$

Sumber : B. Syarifudin (2010: 113)

Keterangan :

X : Nilai

M : Median = Rata-rata

SD : Standar Deviasi

Setelah diketahui tingkat kemampuan memukul, melempar dan menangkap bola kasti masing-masing testi, maka akan dapat ditentukan besar persentase dari tiap kategori penilaian tersebut. B. Syarifudin (2010: 112) menyatakan bahwa, cara mengubah skor/nilai ke dalam bentuk persentase, yaitu dengan rumus:

$$\% = \frac{\sum X}{\sum \text{Maks}} X \quad 100$$

Keterangan:

$\sum X$  : Skor X hitung

$\sum \text{Maks}$  : Skor maksimal ideal



## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Deskripsi Hasil Penelitian

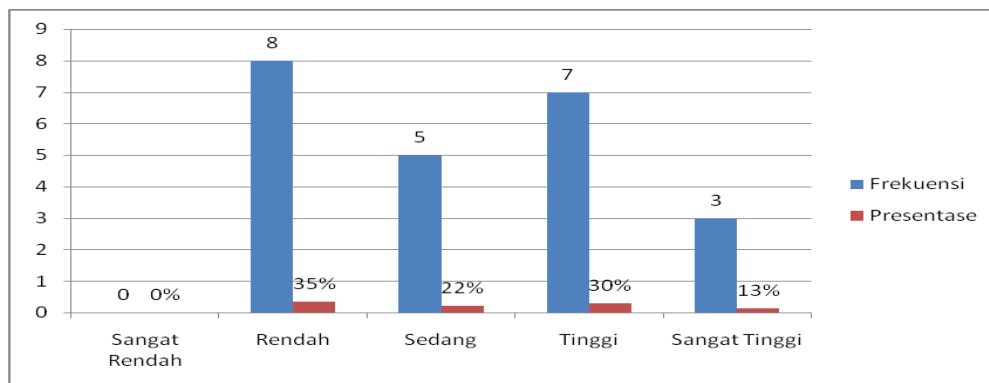
#### 1. Kemampuan Melempar Bola Kasti Kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo

Terdapat 3 anak yang mendapatkan skor lebih dari atau sama dengan 31, sehingga masuk dalam kategori “sangat tinggi”. Kemudian untuk kategori “tinggi” terdapat 7 anak, dengan perolehan skor 27 sampai 30. Kategori “sedang” terdapat 5 anak, dengan perolehan skor 23 sampai 26. Sementara itu sisanya 8 anak masuk kategori “rendah”, dengan perolehan skor 19 sampai 22.

Tabel 3 Deskripsi Kemampuan Melempar Bola Kasti

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	$X \geq 31$	3	13
Tinggi	$27 \leq X < 31$	7	30
Sedang	$23 \leq X < 27$	5	22
Rendah	$19 \leq X < 23$	8	35
Sangat Rendah	$X < 19$	0	0
Jumlah		23	100%

Gambar 12 Histogram Kemampuan Melempar Bola Kasti



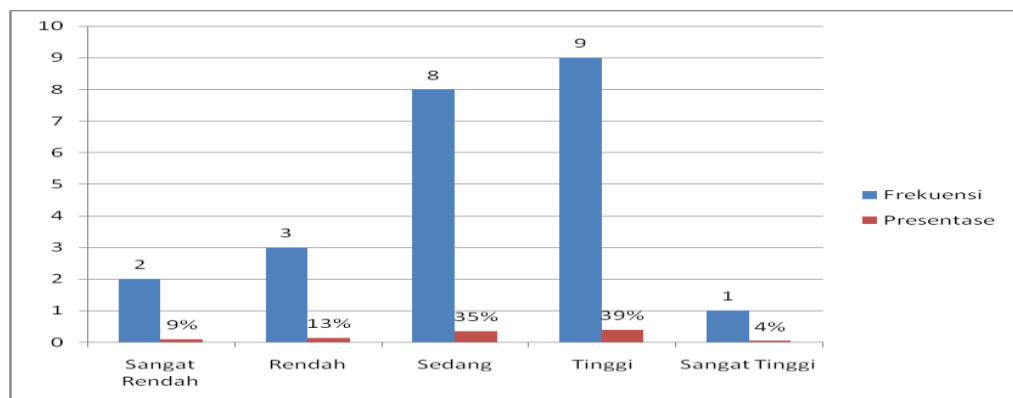
2. Kemampuan Menangkap Bola Kasti Kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo

Terdapat 1 anak yang mendapatkan skor lebih dari atau sama dengan 19, sehingga masuk dalam kategori “sangat tinggi”. Kemudian yang terbanyak masuk dalam kategori “tinggi”, yaitu terdapat 9 anak dengan perolehan skor 15 sampai 18. Untuk kategori “sedang” terdapat 8 anak, dengan dengan perolehan skor 11 sampai 14. Lalu 3 anak masuk kategori “rendah”, dengan dengan perolehan skor 7 sampai 10. Sisanya 2 anak masuk kategori “sangat rendah”, dengan perolehan skor kurang dari 7.

Tabel 4 Deskripsi Kemampuan Menangkap Bola Kasti

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	$X \geq 19$	1	4
Tinggi	$15 \leq X < 19$	9	39
Sedang	$11 \leq X < 15$	8	35
Rendah	$7 \leq X < 11$	3	13
Sangat Rendah	$X < 7$	2	9
Jumlah		23	100%

Gambar 13 Histogram Kemampuan Menangkap Bola Kasti



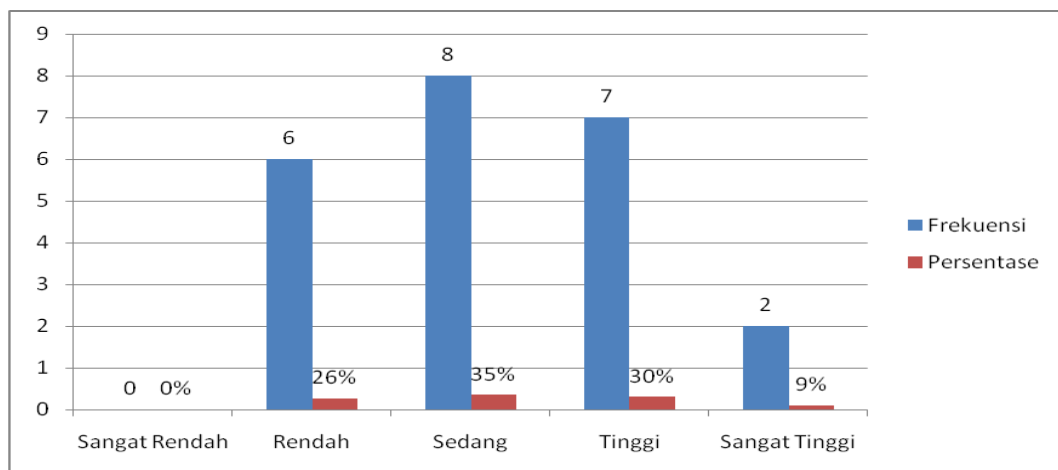
3. Kemampuan Memukul Bola Kasti Kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo

Terdapat 2 anak yang mendapatkan skor lebih dari atau sama dengan 15, sehingga masuk dalam kategori “sangat tinggi”. Kemudian untuk kategori “tinggi” terdapat 7 anak, dengan perolehan skor 12 sampai 14. Frekuensi terbanyak pada kategori “sedang”, yaitu terdapat 8 anak dengan dengan perolehan skor 8 sampai 12. Sementara itu sisanya 6 anak masuk kategori “rendah”, dengan dengan perolehan skor 7 sampai 5.

Tabel 5 Deskripsi Kemampuan Memukul Bola Kasti

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	$X \geq 15$	2	9
Tinggi	$12 \leq X < 15$	7	30
Sedang	$8 \leq X < 12$	8	35
Rendah	$5 \leq X < 8$	6	26
Sangat Rendah	$X < 5$	0	0
Jumlah		23	100%

Gambar 14 Histogram Kemampuan Memukul Bola Kasti



## **B. Pembahasan**

Permainan kasti adalah salah satu jenis permainan bola kecil yang diajarkan di Sekolah Dasar. Permainan kasti dilakukan secara beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari 12 pemain. Teknik-teknik dasar permainan kasti meliputi: melempar bola, menangkap bola, memukul bola dan gerakan menghindari lemparan bola lawan.

Kemampuan atau keterampilan siswa dalam bermain kasti dapat dilihat dari tingkat kemampuan siswa dalam memukul, melempar, dan menangkap bola kasti. Dalam penelitian ini kemampuan melempar bola merupakan gambaran ketepatan siswa dalam melempar bola ke sasaran yang telah ditentukan. Kemudian kemampuan menangkap bola merupakan gambaran kemampuan siswa dalam menangkap bola yang dilempar oleh testor. Sedangkan kemampuan memukul bola merupakan gambaran kemampuan siswa dalam memukul bola dengan menggunakan pemukul kasti.

Hasil penelitian menunjukkan, bahwa :

1. Kemampuan melempar bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo menunjukkan sebagian besar berkategori “rendah”, dengan sebaran persentasenya, sangat rendah 0%, rendah 34,8%, sedang 21,7%, tinggi 30,4%, sangat tinggi 13,0%. Terdapat 8 dari 23 anak yang memperoleh skor melempar bola antara 19 sampai 22, sehingga sebagian besar berkategori “rendah”.

2. Kemampuan menangkap bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo menunjukkan sebagian besar berkategori “tinggi”, dengan sebaran persentasenya, sangat rendah 8,7%, rendah 13%, sedang 34,8%, tinggi 39,1%, sangat tinggi 4,3%. Terdapat 9 dari 23 anak yang memperoleh skor menangkap bola antara 15 sampai 18, sehingga sebagian besar berkategori “tinggi”.
3. Kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo menunjukkan sebagian besar berkategori “sedang”, dengan sebaran persentasenya, sangat rendah 0%, rendah 26,1%, sedang 34,8%, tinggi 30,4%, sangat tinggi 8,7%. Terdapat 8 dari 23 anak yang memperoleh skor memukul bola antara 8 sampai 11, sehingga sebagian besar berkategori “tinggi”.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini telah dilakukan dengan sebaik-baiknya, namun masih dirasakan adanya keterbatasan dan kelemahan yang tidak dapat dihindari antara lain:

1. Pengambilan data dilakukan satu kali, sehingga kurang dapat menggambarkan keadaan yang sesungguhnya.
2. Penelitian ini hanya mengukur tentang kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti, tanpa mengamati proses bermain yang sebenarnya.
3. Tingkat pengamatan testor dalam memberikan skor tes melempar bola kasti tidak seratus persen akurat, karena memungkinkan kesalahan dalam mengamati perkenaan bola pada sasaran.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Kesimpulan penelitian ini sesuai dengan permasalahan dan hasil penelitian, yaitu:

1. Tingkat kemampuan melempar bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo menunjukkan kategori “sangat tinggi” sebanyak 3 siswa (13%), kategori “tinggi” sebanyak 7 siswa (30%), kategori “sedang” sebanyak 5 siswa (22%), kategori “rendah” sebanyak 8 siswa (35%), dan kategori “sangat rendah” sebanyak 0 siswa (0%).
2. Tingkat kemampuan menangkap bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo menunjukkan kategori “sangat tinggi” sebanyak 1 siswa (4%), kategori “tinggi” sebanyak 9 siswa (39%), kategori “sedang” sebanyak 8 siswa (35%), kategori “rendah” sebanyak 3 siswa (13%), dan kategori “sangat rendah” sebanyak 2 siswa (9%).
3. Tingkat kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo menunjukkan kategori “sangat tinggi” sebanyak 2 siswa (9%), kategori “tinggi” sebanyak 7 siswa (30%), kategori “sedang” sebanyak 8 siswa (35%), kategori “rendah” sebanyak 6 siswa (26%), dan kategori “sangat rendah” sebanyak 0 siswa (0%).

## **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka implikasi dari penelitian tersebut berupa bukti secara ilmiah mengenai kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti. Sehingga dapat dijadikan acuan dalam menyusun dan melaksanakan proses pembelajaran. Serta mampu menjadikan peserta didik lebih paham akan permainan kasti, dan mendapat hasil yang maksimal dari proses pembelajaran yang telah diajarkan.

## **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1. Kepada pihak sekolah, sekolah diharapkan menyediakan sarana dan prasarana yang memadai supaya guru mampu mengajar Penjasorkes dengan maksimal dan sesuai dengan kebutuhan siswa.
2. Kepada guru Penjasorkes, hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman dalam melaksanakan proses pembelajaran permainan bola kecil, sehingga dalam melaksanakan pembelajaran memperhatikan tahapan-tahapan yang harus dilalui.
3. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengembangkan penelitian yang sejenis.

## DAFTAR PUSTAKA

- B. Syarifudin. (2010). *Panduan TA Keperawatan dan Kebidanan Dengan SPSS*. Yogyakarta: Grafindo Litera Media.
- Deni Kurniadi dan Sura Prapanca. (2010). BSE. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SD/MI Kelas V*. Jakarta. Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional.
- Desi Ambarwati. (2010). Kemampuan Dasar Bermain Kasti Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri 1 Paseban Bayat Klaten. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Dody Herlambang. (2010). Perbedaan Kemampuan Melempar Bola Kasti Siswa Kelas VI SD Pedesaan dengan SD Di Perkotaan. *Skripsi*. Yogyakarta: Prodi PJKR FIK UNY.
- KTSP. (2006). *Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI Penjasorkes*. Jakarta : Erlangga.
- Masri'an dan Aminarni. (2016). *Penjasorkes*. Jakarta: Erlangga.
- Munarwan. (2010). *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan*. Yogyakarta: DISPORA kota Yogyakarta.
- Rita Eka Izzaty, dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Siti Rahayu. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Soemitro. (1992). *Permainan Kecil*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Srihati Waryati, dkk. (1993). *Materi Pokok Pendidikan Permainan Kecil*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Srihati Waryati, dkk. (1996). *Pendidikan Permainan Kecil*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat Pendidikan Guru dan Tenaga Teknis, Bagian Proyek Peningkatan Mutu Guru, Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SD Setara D-II.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.



- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfa Beta.
- Sugiyono. (2008). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sumirah. (2010). Kemampuan Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Punukan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo. *Skripsi*. Yogyakarta: Prodi PJKR FIK UNY.
- Sutari Imam Barnadib. (1989). *Pengantar Ilmu Pendidikan Sistematis*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Syaeful Arif. (2013). Kemampuan Memukul Bola, Menangkap Bola dan Ketepatan Melempar Bola Dalam Permainan Kasti Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 1 Arenan Kecamatan Kaligondang Kabupaten Purbalingga. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Syamsir Aziz. (2005). *Pembelajaran Permainan Kecil*. Jakarta: Dirjen Dikdasmen

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541  
Email : humas\_fik@uny.ac.id Website : fik.uny.ac.id

Nomor : 887.d/UN.34.16/PP/2017.

28 September 2017.

Lamp. : 1Eks

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada Yth.

Kepala Sekolah SD Negeri Winong Kidul

Jln. Winong Kidul Rt.01 Rw. 04 Gebang Purworejo.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Kurnia Eko Saputro  
NIM : 12604221044  
Program Studi : PGSD Penjas  
Dosen Pembimbing : Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP : 196407071988121001  
Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 4 S.d 6 Oktober 2017.  
Tempat/Objek : SD Negeri Winong Kidul  
Judul Skripsi : Tingkat Kemampuan Melempar, Menangkap dan Memukul Bola Kasti Kelas V SD Winong Kidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kaprodi PGSD Penjas
2. Pembimbing TAS.
3. Mahasiswa ybs.

## Lampiran 2. Surat Keterangan Melakukan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN PURWOREJO**  
**DINAS PENDIDIKAN, KEPEMUDAAN DAN OLAH RAGA**  
**UPT DIKPORA KECAMATAN GEBANG**  
Alamat : JL. Winong Kidul, Rt 01/Rw 4, Winong Kidul, Gebang,  
Kabupaten Purworejo, Jawa Tengah 54191

### SURAT KETERANGAN

Nomor : 422.1/99/2017

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **YULIA INDRATI, S.Pd.SD**  
NIP : 19650716 198808 2 001  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SD Negeri Winong Kidul

Menerangkan bahwa :

Nama : **KURNIA EKO SAPUTRO**  
NIM : 12604224044  
Prodi : PGSD Penjas  
Fakultas : Ilmu keolahragaan/UNY


Telah melakukan penelitian untuk melengkapi penulisan skripsi dengan judul  
“TINGKAT KEMAMPUAN MELEMPAR, MENANGKAP DAN MEMUKUL  
BOLA KASTI KELAS V SD NEGERI WINONG KIDUL, KECAMATAN  
GEBANG, KABUPATEN PURWOREJO”.

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.



**YULIA INDRATI, S.Pd.SD**  
**NIP.19650716 198808 2 001**

### Lampiran 3. Sertifikat Pengujian Ban Ukur



**PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA**  
**DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN**  
**UPT METROLOGI LEGAL**

Jl. Sisingamangaraja 21 C Yogyakarta. Kode pos 555122 Telp. (0274) .....  
 sms : 085643491009 EMAIL : metrologilegal@jogjakota.go.id

---

**SERTIFIKAT PENGUJIAN**  
**VERIFICATION CERTIFICATE**

**Nomor : 2239 / MET / UP - 379 / X/2017**  
 Number

No. Order	: 000415
Diterima tgl	: 02 Oktober 2017

**ALAT**  
*Equipment*

Nama : Ukuran Panjang  
*Name*

Kapasitas : 30 meter  
*Capacity*

Tipe/Model :  
*Type/Model*

Nomor Seri :  
*Serial number*

Merek/Buatan : HOLY  
*Brand / Made in*

Daya Baca : 2 mm  
*Readability*

**PEMILIK**  
*Owner*

Nama : Kurnia Eko Saputro  
*Name*

Alamat : Mlaran, Gebang, Purworejo  
*Address*

**METODE, STANDART, TELUSURAN**  
*Method, Standard, Traceability*

Metode : SK DJ PDN No. 32 / PDN / KEP / 3 / 2010  
*Method*

Standard : Meter kuning standar 1 meter  
*Standard*

Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045-IDN  
*Traceability*

**TANGGAL PENGUJIAN** : 02 Oktober 2017  
*Date of Verified*

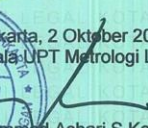
**LOKASI PENGUJIAN** : Kantor UPT Metrologi Legal Kota Yogyakarta  
*Location of Verified*

**KONDISI LINGKUNGAN PENGUJIAN** : Suhu : 30°C ±3°C ; Kelembaban : 55% ± 3%  
*Environment condition of Verified*

**HASIL** : Lihat sebaliknya  
*Result*

**DISARANKAN UNTUK DIUJI ULANG** : 29 September 2018  
*Reverification*

Yogyakarta, 2 Oktober 2017  
 Ptt. Kepala UPT Metrologi Legal

  
 Mohammad Ashari, S.Kom  
 NIP. 19630126.198202.1.001



Halaman 1 dari 2 Halaman

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA UPT METROLOGI LEGAL KOTA YOGYAKARTA



**LAMPIAN SERTIFIKAT PENGUJIAN**  
ATTACHMENT OF CALIBRATION CERTIFICATE

**I. DATA PENGUJIAN**

*Verification data*

1. Referensi : Kurnia Eko Saputro

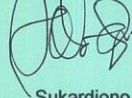
2. Diuji ulang oleh : Sukardjono , 19591010 198203 1 023  
*Verified by*

**II. HASIL**

*Result*

Nominal (cm)	Nilai Sebenarnya (cm)
1000	1000,0
2000	2000,0
3000	3000,0

Penerima Penyelia



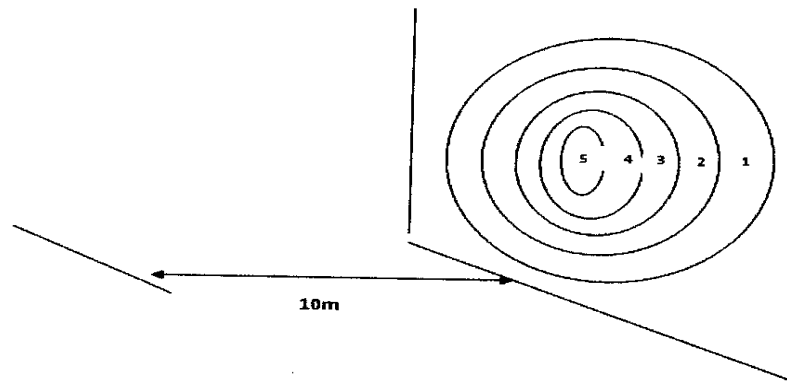
Sukardjono

NIP.19591010 198203 1 023

#### **Lampiran 4. Instrumen Penelitian**

##### **a. Tes Melempar Bola Kasti**

- 1) Tujuan: Mengukur kemampuan melempar bola terhadap sasaran.
- 2) Peralatan: Sasaran terdiri lima bentuk lingkaran memusat dan digambar pada dinding dengan cat atau kapur. Lingkaran tengah berdiameter 18 cm, lingkaran berikutnya 38 cm, lingkaran berikutnya 56 cm, lingkaran berikutnya 74 cm, dan paling luar berdiameter 90 cm. Garis lingkaran paling luar pada bagian bawah setinggi 50 cm dari lantai. Lemparan dilakukan dari garis batas dengan jarak sasaran 10 m.
- 3) Peraturan:
  - a) Lemparan dilakukan dari belakang garis batas.
  - b) Boleh melakukan awalan.
  - c) Bola yang tidak mengenai daerah sasaran maka lemparan diulangi.
  - d) Kesempatan melempar sebanyak 10 kali.
- 4) Penilaian:
  - a) Bola pada sasaran lingkaran tengah diberi nilai “5”.
  - b) Lingkaran berikutnya “4”, berikutnya “3”, lingkaran berikutnya “2”, dan lingkaran paling luar “1”.
  - c) Bola yang tepat mengenai garis diberi nilai pada lingkaran yang nilainya tinggi.
  - d) Maksimum skor adalah 50 point.



Gambar 9 Tes Melempar Bola  
Syaeful Arif. (2013).

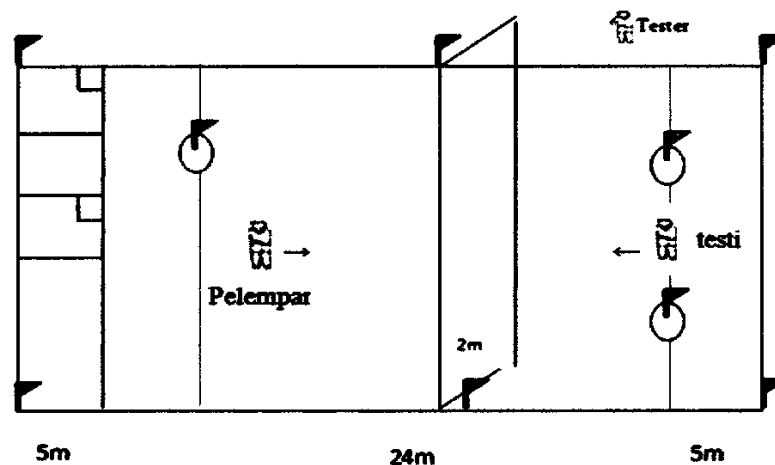
b. Tes Menangkap Bola Kasti

- 1) Tujuan: Mengukur kemampuan menangkap bola lambung.
- 2) Peralatan: Lapangan yang standar, bagian belakang lapangan dibuat daerah untuk menangkap, tali yang diikat dengan dua tonggak dengan tinggi 2 meter, bola kasti.
- 3) Pelaksanaan: Testi berdiri di tengah-tengah antara honk 2 dan 3. Pelempar berdiri di tempat petak lemparan, dan melempar bola kepada testi. Lemparan harus melewati tali setinggi 2 meter. Pelempar harus melempar dengan kecepatan yang teratur. Testi mendapat 10 kali kesempatan menangkap bola.
- 4) Peraturan:
  - a) Bola yang dilempar tidak layak pada daerah tangkapan tidak dihitung.
  - b) Bola harus dilempar melambung membentuk lengkungan/busur dan melewati garis batas atas.
  - c) Jumlah lemparan yang baik dan melambung 10 kali.
  - d) Pemain harus dapat menangkap bola dengan baik, kemudian bola dilempar ke luar.



5) Penilaian:

- a) Testi tidak dapat menangkap lemparan bola, maka dinilai “0”.
- b) Testi hampir bisa menangkap bola (bola sudah menyentuh/mengenai tangan tetapi bola jatuh/lepas), maka dinilai “1”.
- c) Testi dapat menangkap bola dengan baik (menggunakan kedua tangan), maka dinilai “2”.
- d) Maksimum skor adalah 20 point.



Gambar 10 Tes Menangkap Bola  
Syaeful Arif. (2013).

c. Tes Memukul Bola Kasti

- 1) Tujuan: Mengukur kemampuan memukul bola kasti.
- 2) Peralatan: Lapangan yang standar, yang ditandai dengan posisi honk pada tempatnya, bola, dan pemukul.
- 3) Pelaksanaan: Testi menempatkan diri pada daerah pemukul. Testi bersiap untuk memukul bola yang dilambungkan oleh testor. Testi mendapat kesempatan

memukul sebanyak 10 kali. Setiap pukulan tidak terarah pada satu bagian lapangan saja. Pukulan harus masuk lapangan melewati garis honk 2 dan 3, atau garis honk 1.

4) Peraturan: Pengumpaan memberi lemparan sesuai dengan permintaan pemukul.

Bola yang diumpankan jauh dari jangkauan pemukul maka tidak dihitung sebagai percobaan pukulan. Bola yang diumpankan sesuai permintaan pemukul, akan tetapi tidak dipukul maka dihitung sebagai pukulan tidak kena.

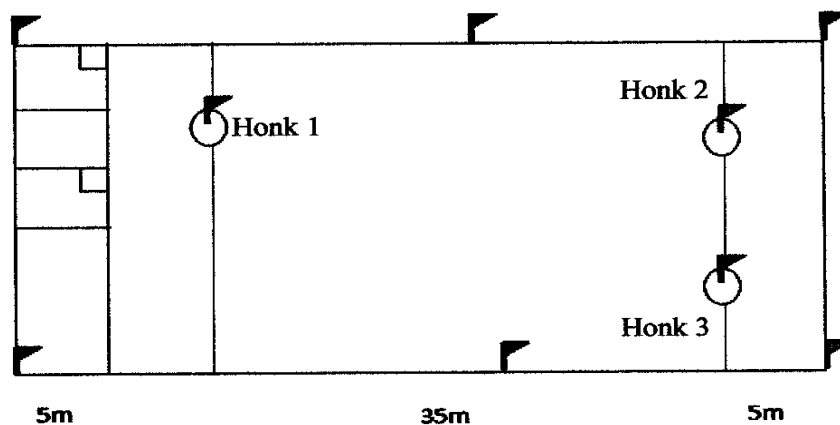
5) Penilaian:

a) Bola yang dipukul tidak melewati garis batas honk 1 mendapatkan nilai “1”.

b) Bola yang dipukul melewati garis batas honk 1 namun bola tidak melewati garis batas honk 2 dan 3 maka dinilai “2”.

c) Bola yang dipukul melewati garis batas honk 1 dan juga bola melewati garis batas honk 2 dan 3 maka dinilai “3”.

d) Jumlah skor maksimal 30 poin.



Gambar 11 Tes Memukul Bola  
Syaeful Arif. (2013).

## Lampiran 5. Data Penelitian

NO	NAMA	Melempar Bola Kasti										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Ilham Widiyanto	2	2	3	5	0	1	2	3	3	4	25
2	Adinda Rahmania	2	2	0	1	2	4	3	2	3	1	20
3	Ahmad Alawi	4	3	2	0	4	1	4	4	5	2	29
4	Achmad Nur Cahyo	2	4	0	3	5	4	3	4	2	4	31
5	Amandita Alfiana P.	0	2	2	4	1	2	3	2	2	2	20
6	Aprilia Risky	0	2	2	4	1	2	4	2	2	3	22
7	Bagas Yoga Pradana	2	2	0	3	2	2	4	4	4	5	28
8	Falina Febiyanti	0	2	1	4	2	2	1	2	4	2	20
9	Farel Febyansyah	4	4	2	2	2	2	2	5	2	2	27
10	M. Faisal Akbar	2	2	3	2	2	4	2	3	2	2	24
11	M. Ikfi Munawar	2	2	2	0	2	4	4	2	4	5	27
12	M. Nur Fajri	2	4	2	2	1	3	4	2	4	3	27
13	M. Rafli Muarif	4	3	2	2	3	2	5	4	4	4	33
14	M. Rifal Saputra	2	2	2	1	2	3	5	5	2	2	26
15	Naylia Hanidatus S.	0	2	2	1	2	3	3	2	3	2	20
16	Risalati Choiriyah	0	2	2	2	1	3	3	2	3	2	20
17	Seno Adi Wibowo	2	2	3	5	2	2	4	2	4	4	30
18	Shofiyatul Mufawiqoh	1	2	2	3	2	2	1	2	2	3	20
19	Ulfatnu Zahro	0	2	3	2	2	3	3	2	1	2	20
20	Zahwanaya Anggraini	2	2	2	0	2	4	2	2	4	3	23
21	Nur Shidiq	2	2	1	2	4	4	2	5	3	4	29
22	Zaidan Nabil Wiguna	4	5	4	4	2	2	2	4	2	2	31
23	Redita Celia Cahya P.	2	2	1	2	4	3	2	2	4	2	24

NO	NAMA	Menangkap Bola Kasti										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Ilham Widiyanto	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	19
2	Adinda Rahmania	2	1	0	2	2	1	1	2	1	2	14
3	Ahmad Alawi	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	18
4	Achmad Nur Cahyo	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	18
5	Amandita Alfiana P.	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	6
6	Aprilia Risky	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	13
7	Bagas Yoga Pradana	1	2	1	1	2	1	1	1	1	0	11
8	Falina Febiyanti	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	11
9	Farel Febyansyah	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	16
10	M. Faisal Akbar	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	16
11	M. Ikfi Munawar	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	12
12	M. Nur Fajri	1	1	1	2	0	2	2	0	2	1	12
13	M. Rafli Muarif	1	1	2	1	1	1	1	0	1	1	10
14	M. Rifal Saputra	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	18
15	Naylia Hanidatus S.	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	5
16	Risalati Choiriyah	2	1	1	0	1	1	1	1	0	0	8
17	Seno Adi Wibowo	1	2	2	1	1	1	1	0	0	1	10
18	Shofiyatul Mufawiqoh	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	17
19	Ulfatnu Zahro	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	17
20	Zahwanaya Anggraini	2	2	2	2	1	0	1	1	2	1	14
21	Nur Shidiq	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	17
22	Zaidan Nabil Wiguna	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	16
23	Redita Celia Cahya P.	1	2	0	1	0	2	1	2	2	1	12

NO	NAMA	Memukul Bola Kasti										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Ilham Widiyanto	2	1	0	2	1	1	2	0	1	1	11
2	Adinda Rahmania	2	1	2	2	2	0	2	1	1	1	14
3	Ahmad Alawi	2	2	0	2	3	2	1	2	2	1	17
4	Achmad Nur Cahyo	0	1	2	2	2	2	0	1	0	0	10
5	Amandita Alfiana P.	0	1	2	1	0	0	0	0	1	0	5
6	Aprilia Risky	1	1	1	2	1	1	2	2	2	0	13
7	Bagas Yoga Pradana	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	16
8	Falina Febiyanti	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	12
9	Farel Febyansyah	0	0	1	1	2	2	2	2	1	2	13
10	M. Faisal Akbar	1	1	1	2	1	0	1	2	1	2	12
11	M. Ikfi Munawar	1	1	1	2	0	1	0	1	1	0	8
12	M. Nur Fajri	0	0	1	0	0	0	2	2	1	0	6
13	M. Rafli Muarif	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	13
14	M. Rifal Saputra	0	2	0	1	1	1	2	2	1	1	11
15	Naylia Hanidatus S.	0	1	0	1	0	1	0	1	2	0	6
16	Rislati Choiriyah	0	0	2	1	1	2	2	1	0	1	10
17	Seno Adi Wibowo	0	2	0	1	2	1	1	0	1	0	8
18	Shofiyatul Mufawiqoh	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	6
19	Ulfatnu Zahro	0	2	1	1	1	2	0	0	1	1	9
20	Zahwanaya Anggraini	2	1	1	0	1	1	1	0	1	1	9
21	Nur Shidiq	0	1	2	2	2	1	2	1	1	0	12
22	Zaidan Nabil Wiguna	0	0	0	1	2	0	2	2	0	0	7
23	Redita Celia Cahya P.	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	5

## Lampiran 6. Rekapitulasi Hasil Penelitian

Kemampuan Melempar Bola Kasti Kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan  
Gebang Kabupaten Purworejo

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	$X \geq 31$	3	13
Tinggi	$27 \leq X < 31$	7	30
Sedang	$23 \leq X < 27$	5	22
Rendah	$19 \leq X < 23$	8	35
Sangat Rendah	$X < 19$	0	0
Jumlah		23	100%

Kemampuan Menangkap Bola Kasti Kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan  
Gebang Kabupaten Purworejo

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	$X \geq 19$	1	4
Tinggi	$15 \leq X < 19$	9	39
Sedang	$11 \leq X < 15$	8	35
Rendah	$7 \leq X < 11$	3	13
Sangat Rendah	$X < 7$	2	9
Jumlah		23	100%

Kemampuan Memukul Bola Kasti Kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan  
Gebang Kabupaten Purworejo

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	$X \geq 15$	2	9
Tinggi	$12 \leq X < 15$	7	30
Sedang	$8 \leq X < 12$	8	35
Rendah	$5 \leq X < 8$	6	26
Sangat Rendah	$X < 5$	0	0
Jumlah		23	100%



## Lampiran 7. Dokumentasi



Perkenalan



Penjelasan Detail Tes



Pemanasan



Pelaksanaan Tes Melempar Bola





Pelaksanaan Tes Menangkap Bola



Pelaksanaan Tes Memukul Bola





Alat Ukur Panjang