

**KETERAMPILAN DASAR BERMAIN *ROUNDERS* SISWA KELAS V
SD NEGERI SE GUGUS DONOHARJO
DI KECAMATAN NGAGLIK**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh:
Sudiro Husodo
NIM 15604227008

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

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan judul

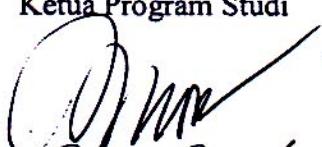
KETERAMPILAN DASAR BERMAIN ROUNDER SISWA KELAS V SD NEGERI SE GUGUS DONOHARJO DI KECAMATAN NGAGLIK

Disusun oleh:

Sudiro Husodo
NIM 15604227008

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

Mengetahui,
Ketua Program Studi


Bintaryo
NIP. 195810071982031003

Yogyakarta, Agustus 2017
Disetujui,
Dosen Pembimbing


AM.Bandung Utama MPd
Nip :196004101989031002

SURAT PERNYATAAN

Saya yang betanda tangan di bawah ini:

Nama : Sudiro Husodo

NIM : 15604227008

Program Studi : PGSD Penjas

Judul TAS : Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Kelas V

Sekolah Dasar Negeri Segugus Donoharjo Di Kecamatan
Ngaglik

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

Yogyakarta, 22 Agustus 2017
Yang menyatakan,



Sudiro Husodo
NIM. 15604227008

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

KETERAMPILAN DASAR BERMAIN ROUNDERS SISWA KELAS V SD NEGERI SEGUGUS DONO HARJO DI KECAMATAN NGAGLIK

Disusun oleh:

Sudiro Husodo
NIM 15604227008

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas

Pada tanggal 7 Desember 2017

TIM PENGUJI

Nama / Jabatan

AM.Bandi Utama, M.Pd
Ketua Penguji / Pembimbing

Heri Yogo Prayadi, M.Or
Sekretaris

Ngatman, M.Pd
Penguji

Tandatangan



Tanggal

11 - 1 - 2018

11 - 1 - 2018

10 - 1 - 2018

Yogyakarta, Januari 2018
Fakultas Ilmu Kolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



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

NIP.19640707 198812 1 001

MOTTO

Selesaikan apa yang telah kita mulai

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang selalu mencerahkan rahmat dan kasihNya, ku persembahkan skripsi ini untuk:

1. Orang tuaku tercinta, Mbok Saminem yang tiada henti mendoakanku
2. Istriku, Christiana Tri Astuti
3. Anakku, Theodorra Dita Anggie Suryani

**KETERAMPILAN DASAR BERMAIN *ROUNDERS* SISWA KELAS V
SEKOLAH DASAR NEGERI SEGUGUS DONOHARJO
DI KECAMATAN NGAGLIK**

Oleh:
Sudiro Husodo
NIM. 15604227008

ABSTRAK

Keterampilan melempar,menangkap,memukul dan kecepatan lari siswa kelas V SD N segugus Donoharjo dikecamatan Ngaglik belum pernah dilakukan penelitian. Permainan *rounders* merupakan olah raga yang termasuk dalam kurikulum pembelajaran kelas V sekolah dasar, sehingga penelitian keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V sekolah dasar sangat diperlukan untuk mengetahui menunjang proses pembelajaran dan pengembangan kemampuan siswa.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode tes .Subjek dari penelitian ini adalah Siswa Sekolah Dasar Negeri Segugus Donoharjo yang berjumlah 114 siswa. Sedangkan instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah tes keterampilan bermain *rounders* yang terdiri dari tes melempar bola, menangkap bola ,memukul bola ,dan tes kecepatan lari dengan tingkat validitas 0,413, dengan tingkat reliabilitas melempar 0,723,reliabilitas memukul 0,785,reliabilitas menangkap 0,765 dan reliabilitas lari 0,986.

Hasil penelitian keterampilan dasar bermain *rounders* terbagi atas: kategori “Sangat Tinggi,Tinggi,Sedang,Rendah,dan Sangat Rendah” .Hasil Penelitian dari 114 siswa diketahui 6,14% dalam kategori sangat tinggi, 22,81% Tinggi, 42,11% Sedang, 21,93% Rendah,dan 7,02% sangat rendah.Dalam kategori kelompok putra terbagi atas: kategori “Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang,Rendah,dan Sangat Rendah” .Hasil Penelitian dari 48 siswa diketahui 10,42% dalam kategori sangat tinggi, 14,58% Tinggi, 45,83% Sedang, 25,00% Rendah,dan 4,17% sangat rendah.dalam kelompok putri kategori “Sangat Tinggi,Tinggi,Sedang,Rendah,dan Sangat Rendah” .Hasil Penelitian dari 66 siswa diketahui 7,58% dalam kategori sangat tinggi, 22,73% Tinggi, 42,42% Sedang, 19,70% Rendah,dan 7,58% sangat rendah

Kata kunci: keterampilan dasar, *rounders*, kategori

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa, karena dengan Rahmat dan Kasih-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapat gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Keterampilan Dasar Bermain Rounders Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Segugus Donoharjo Di Kecamatan Ngaglik” dapat disusun sesuai harapan.Tugas Akhir Sekripsi 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. Bapak A.M Bandi Utama ,M.Pd selaku Dosen Pembimbing TAS yang telah banyak memberikan semangat,dorongan,dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr.Subagyo,M.Pd selaku Ketua Program Studi PGSD Penjas beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan terselesaiannya TAS ini.
3. Bapak Dr.Guntur,M.Pd.,selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah membantu dalam kelancaran proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Bapak Prof.Dr. Wawan S. Suherman,M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian.
5. Bapak Sriawan, M.Kes.,selaku Penasihat Akademik yang telah memberikan bimbingan dan dukungan selama menempuh kuliah.
6. Bapak Prof.Dr.Sutrisna Wibawa,M.Pd selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta,yang telah memberikan kesempatan belajar di UNY.
7. Ibu Sri Harini.S.Pd, selaku Kepala Sekolah SDN Donoharjo yang telah memberikan ijin untuk menempuh Program Kelanjutan Studi.
8. Bapak/ibu Kepala Sekolah Dasar Negeri segugus Donoharjo yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk melakukan penelitian.

9. Semua pihak,yang secara langsung maupun tidak langsung,yang tidak dapat disebutkan disini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Sekripsi ini.

Akhirnya ,semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak diatas menjadi berkat dalam kehidupan,dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi yang bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta,22 Agustus 2017
Penulis

Sudiro Husodo
NIM 15604227008

DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN LEMBAR PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Batasan Masalah.....	3
D. Rumusan Masalah	3
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	4
 BAB II. KAJIAN TEORI	
A. Deskripsi Teori	5
1. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.....	5
2. Hakikat Pembelajaran.....	7
3. Hakikat Kemampuan Dasar.....	8
4. Hakikat Permainanan Rounders	9
5. Hakikat Melempar Bola	13
6. Hakikat Memukul Bola	14
7. Hakikat Menangkap Bola	15
8. Hakikat Kecepatan Lari	17
9. Karakteristik Siswa Kelas V Sekolah Dasar	17
B. Penelitian yang Relevan	19
C. Kerangka Berpikir	20
 BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	21
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	21
C. Populasi	21
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	22
E. Teknik Analisis Data	24
 BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	27
B. Pembahasan	35

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	57
B. Keterbatasan Penelitian	57
C. Saran-Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

	halaman
Tabel 1. Kategori Keterampilan Dasar bermain <i>rounders</i>	24
Tabel 2. Diskripsi statistik Keterampilan Dasar Bermain Bola <i>Rounders</i> Siswa Kelas V SD Negeri se-Gugus Donoharjo	26
Tabel 3. Diskripsi Statistik Keterampilan Dasar Melempar Bola <i>Rounders</i> Siswa Kelas V SD Negeri se-Gugus Donoharjo	26
Tabel 4. Diskripsi Statistik Keterampilan Dasar Menangkap Bola <i>Rounders</i> Siswa Kelas V SD Negeri se-Gugus Donoharjo	27
Tabel 5. Diskripsi Statistik Keterampilan Dasar Memukul Bola <i>Rounders</i> Siswa Kelas V SD Negeri se-Gugus Donoharjo	27
Tabel 6. Diskripsi Statistik Kecepatan Lari 40 Meter	28
Tabel 7. Norma Penskoran Keterampilan Dasar Bermain <i>Rounders</i> Siswa Kelas V SD Negeri se-Gugus Donoharjo.....	28
Tabel 8. Norma Penskoran Keterampilan Dasar Melempar Bola <i>Rounders</i> Siswa Kelas V SD Negeri se-Gugus Donoharjo.....	30
Tabel 9. Norma Penskoran Keterampilan Dasar Menangkap Bola <i>Rounders</i> Siswa Kelas V SD Negeri se-Gugus Donoharjo.....	31
Tabel 10. Norma Penskoran Keterampilan Dasar Memukul Bola <i>Rounders</i> Siswa Kelas V SD Negeri se-Gugus Donoharjo.....	33
Tabel 11. Norma Penskoran Kecepatan Lari 40 Meter Siswa Kelas V SD Negeri se-Gugus Donoharjo.....	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Lapangan Rounders	10
Gambar 2.	Keterampilan Melempar Bola	14
Gambar 3.	Keterampilan Memukul Bola	15
Gambar 4.	Keterampilan Menangkap Bola Lambung.....	16
Gambar 5.	Keterampilan Menangkap Bola Datar	17
Gambar 6.	Keterampilan Menangkap Bola Menyususr Tanah	17

DAFTAR LAMPIRAN

halaman

Lampiran 1.	Instrumen Penilaian Keterampilan Melempar, Menangkap, Memukul dan kecepatan lari dan keterampilan dasar bermain <i>rounders</i>	61
Lampiran 2	Data Hasil Penelitian	67
Lampiran 3.	Dokumentasi Pelaksanaan Tes	71
Lampiran 4.	Surat ijin penelitian.....	75

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang diajarkan disekolah dasar memiliki peran untuk memberikan pengalaman kepada peserta didik untuk belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang dilaksanakan sebagai bagian dari pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, sportivitas, spiritual, sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangankualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Menurut Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (2006:70), tujuan pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan diantaranya adalah mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.

Ruang lingkup mata pelajaran penjasorkes disekolah dasar meliputi gerak dasar dalam permainan, kebugaran, senam lantai, gerak ritmik, dan penerapan budaya hidup sehat (KTSP, 2006). Ruang lingkup tersebut diajarkan

disekolahdasar dari kelas I sampai kelas VI dengan materi yang bervariasi. Salah satudiantaranya adalah materi permainan bola kecil. Permainan *rounders* termasuk dalam ruang lingkup gerak dasar permainan bola kecil dan diajarkan dikelas V sekolah dasar semester 1 dan 2.

Permaianan *rounders* merupakan permainan beregu menggunakan bola kecil yang dipukul menggunakan tongkatpemukul. Menurut Dadan Heryana dan Giri Verianti (2010:67-72), keterampilan dasar yang diperlukan dalam bermain *rounders* meliputi:melempar bola, memukul bola, menangkap bola dan kecepatan lari. Permainan ini menjadi semakin menarik apabila pemain menguasai kemampuan melempar bola, menangkap bola, memukul bola, dan kecepatan lari yang baik. Dalam pembelajaran penjas disekolah dasar, permainan *rounders* menjadi materi yang tidak hanya memberikan pengalaman gerak manipulative, akan tetapi juga melatih kerjasama dan sikap sportivitas.

Berdasarkan pengalaman penulis, keterampilan dasar melempar, menangkap, memukul bola dan berlari dalam permaianan *rounders* kelas V SD Negeri segugus Donoharjo tidak merata. Hal ini dikarenakan siswa tidak sungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran serta sarana yang kurang memadai, yaitu lapangan *rounders*. Selama ini pembelajaran permainan bola kecil dilaksanakan dihalaman sekolah, akan tetapi dengan ukuran yang lapangan yang disesuaikan dengan halaman. Rata-rata letak gedung yang membentuk huruf U, membuat pembelajaran permainan *rounders* berjalan tidak maksimal.

Dari uraian diatas, penulis mengadakan penelitian tentang keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri segugus Donoharjo. Keterampilan dasar bermain *rounders* yang akan penulis teliti adalah keterampilan melempar, menangkap, memukul *bolarounders* dan kecepatan lari.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan tersebut maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Tempat untuk bermain *rounders* kurang mendukung.
2. Belum diketahui keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri segugus Donoharjo di Kecamatan Ngaglik.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut di atas, dan untuk membatasi permasalahan agar lebih spesifik, maka dalam penelitian ini dibatasi pada “Keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri segugus Donoharjo di Kecamatan Ngaglik”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan pembatasan masalah tersebut diatas, rumusan masalahnya sebagai berikut, seberapa keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V siswa SD Negeri segugus Donoharjo di kecamatan Ngaglik?.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri segugus Donoharjo di Kecamatan Ngaglik.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis :
 - a. Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi satu informasi tentang upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain *rounders*.
 - b. Hasil penelitian ini menjadi referensi penelitian dan pengkajian lebih lanjut.
2. Secara praktis:
 - a. Bagi peserta didik dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam bermain *rounders*.
 - b. Bagi guru pendidikan jasmani dapat sebagai masukan untuk mengetahui keterampilan tingkat dasar bermain *rounders*.
 - c. Bagi sekolah dapat digunakan untuk meningkatkan prestasi sekolah dalam bidang pendidikan jasmani.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan

Ruang lingkup mata pelajaran penjasorkes di sekolah dasar meliputi permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas, dan kesehatan. Ruang lingkup tersebut diajarkan di sekolah dasar dari kelas I sampai kelas VI dengan materi yang bervariasi. Salah satu diantaranya adalah materi permainan bola kecil. Permainan *rounders* termasuk dalam ruang lingkup permainan dan olahraga diajarkan di kelas V sekolah dasar semester 1 dan 2.

Berdasarkan pada Kerangka Dasar dan Struktur Kurikulum Tingkat Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah (2006:254-255), Standar kompetensi penjasorkes kelas V semester 1 yaitu:

- a. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
- b. Mempraktikkan latihan dasar kebugaran jasmanian dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
- c. Mempraktikkan berbagai bentuk senam ketangkasan dengan kontrol yang baik, dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
- d. Mempraktikkan berbagai gerak dasar dalam gerak ritmik, dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
- e. Menerapkan budaya hidup sehat.

Permainan *rounders* termasuk dalam standar kompetensi yang pertama yaitu mempraktikan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya. Standar kompetensi tersebut

dijabarkan dalam beberapa kompetensi dasar seperti yang tertulis pada Kerangka Dasar dan Struktur Kurikulum Tingkat Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah (2006:254-255):

- a. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar kedalam modifikasi permainan bola kecil, serta nilai kerjasama, sportifitas, dan kejujuran.
- b. Mempraktikkan variasi gerak dasar kedalam modifikasi permainan bola besar, serta nilai kerjasama, sportifitas, dan kejujuran.
- c. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar kedalam modifikasi atletik, serta nilai semangat, sportivitas, percaya diri dan kejujuran.

Materi permainan *rounders* dikelas V semester 1 dilanjutkan pada semester 2. Standar kompetensi pada semester 2 seperti yang tertulis pada Kerangka Dasar dan Struktur Kurikulum Tingkat Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah (2006:255-257) yaitu:

- a. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya
- b. Mempraktikkan latihan dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya, 8) Mempraktikkan berbagai bentuk senam dengan koordinasi yang baik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya
- c. Melakukan kombinasi berbagai gerak dasar dalam gerak berirama dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya
- d. Mempraktikan gerak dasar renang gaya punggung, dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya
- e. Mempraktikkan penjelajahan di lingkungan sekitar sekolah, dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya, dan
- f. Menerapkan budaya hidup sehat.

Permainan rounderstermasuk dalam standar kompetensi yang ke enam yaitu mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya. Melalui permainan *rounders* ini siswa diharapkan

dapat mempraktikkan variasi teknik dasar serta nilai kerjasama, sportivitas, dan kejujuran.

2. Hakikat pembelajaran

Pelaksanaan suatu pendidikan tidak lepas dari proses pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan yang ditetapkan. Menurut Gagne yang dikutip oleh Dimyati dan Mudjiono (2006:10), mendefinisikan belajar sebagai kegiatan yang kompleks. Setelah belajar orang memiliki keterampilan, pengetahuan, sikap dan nilai.

Menurut Piaget yang dikutip oleh Dimyati dan Mudjiono (2006:13), bahwa pengetahuan dibentuk oleh individu yang melakukan interaksi secara terus menerus dengan lingkungan. Pembelajaran terdiri dari empat langkah yaitu menentukan topik yang dipelajari, mengembangkan aktivitas kelas dengan topik tersebut, mengemukakan pertanyaan yang menunjang proses pemecahan masalah, dan menilai.

Dimyati dan Mudjiono (2006:) menjelaskan bahwa pembelajaran merupakan aktivitas pendidik atau guru secara terprogram agar peserta didik dapat belajar secara aktif dan lebih menekankan pada sumber belajar yang disediakan. Kegiatan belajar-mengajar merupakan tindakan pembelajaran guru di kelas dengan menggunakan bahan belajar. Wujud bahan belajar tersebut adalah berbagai bidang mata pelajaran di sekolah.

Menurut Aqib (2013: 66) menyatakan bahwa proses pembelajaran berjalan secara efektif dan efisien yang dimulai dari perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi.

Berdasarkan pendapat-pendapat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan proses interaksi antara peserta didik dan pendidik dengan menggunakan sumber belajar yang direncanakan dengan cermat dan dilaksanakan dengan baik untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditentukan.

3. Hakikat Kemampuan Dasar

Setiap manusia pada umumnya dibekali kemampuan dasar berupa gerak dalam kehidupan sehari-hari kemampuan gerak sangat dibutuhkan secara individu maupun secara berkelompok. Kemampuan gerak tersebut berkembang sesuai dengan tingkat usia, fisik, nutrisi tubuh dan pengalaman atau latihan gerak.

Menurut Schmid (1991) yang dikutip Amung ma'mun dan Yudha M. Saputra (1996/200 :76), kemampuan diartikan sebagai ciri individu yang diwariskan dan relatif abadi yang mendasari serta mendukung terbentuknya keterampilan. Sedangkan menurut Edwin Fleishman yang dikutip Yanuar Kiram (1992 : 11) kemampuan (*ability*) merupakan suatu kapasitas umum yang berkaitan dengan prestasi berbagai macam keterampilan.

Kemampuan diartikan sebagai suatu kecakapan ,atau kepandaian menyelesaikan sesuatu berdasarkan tujuan. Kemampuan dapat juga diartikan sebagai kesanggupan untuk bertindak bijaksana dalam menghadapi segala sesuatu. Sedangkan kata dasar memiliki arti bakat atau pembawaan sejak lahir (Depdiknas, 2005:238).

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar adalah suatu kecakapan atau bakat yang dimiliki seseorang dan dapat diasah dan dikembangkan.Kemampuan dasar tersebut sangat diperlukan seseorang untukmelakukan suatu hal, misalnya permainan dalam olahraga.Setiap permainan memiliki teknik dasar yang harus dikuasaiagar pemain dapat memainkan permainan tersebut dengan baik dan lancar.Begitu juga dalam permainan *rounders* yang memiliki beberapa teknik dasar yang harus dikuasai.Diantaranya adalah teknik melempar, memukul dan menangkap bola *rounders*.

4. Hakikat Permainan *Rounders*

a. Pengertian *Rounders*

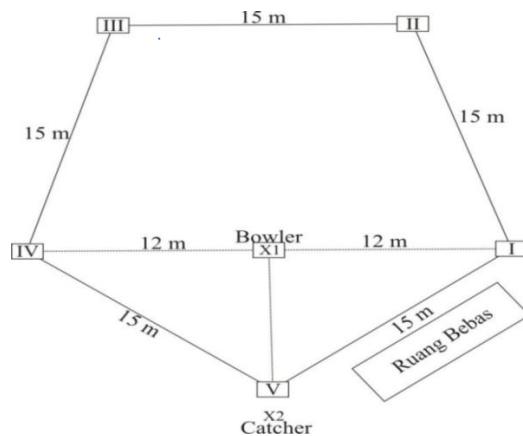
Rounders termasuk dalam permainan bola kecil karena menggunakan bola kecil. Permainan *rounders* dimainkan oleh dua regu, yaitu regu pemukul dan regu penjaga.Regu pemukul berusaha mendapatkan nilai dengan memukul bola kemudian berlari mengelilingi lapangan.Sebaliknya, regu penjaga berusaha menangkap bola serta mematikan regu pemukul.Regu yang banyak mengumpulkan nilai dalam permainan, regu itulah yang keluar sebagai pemenang.

Didalam permainan *rounders* terkandung nilai-nilai positif, utamanya bagi perkembangan jasmani.Permainanini juga melatih kejujuran ,kerjasama , dan tanggung jawab. Rounders dapat dimainkan oleh anak laki-laki maupun perempuan .Sehingga permainan ini cocok untuk dimainkan anak sekolah dasar.

b. Lapangan Rounders

Lapangan rounders berbentuk segi lima beraturan yang masing-masing sisinya berjarak 15m. Pada setiap sudut lapangan terdapat tempat hinggap yang disebut *base*. Terdapat lima tempat hinggap yakni tempat hinggap I, II, III, IV dan V. Tempat hinggap V sering disebut *home base*, sedangkan tempat untuk melambungkan bola disebut *pitcher base*.

Apabila digambarkan lapangan *rounders* akan tampak seperti gambar dibawah ini. (Dadan Heryana dan Giri verianti, Penjasorkes untuk SD/MI kelas V, 2010)



Gambar 1. Lapangan *rounders*

Sumber :Dadan Heryana dan Giri Verianti (2010)

Keterangan :

I – V :base 1 -5

X1 :*Bowler* (pelambung)

X2 :Penjaga belakang/penjaga *base* V

c. Peralatan permainan *Rounders*

Peralatan yang digunakan untuk bermain *rounders* antara lain sebagai berikut:

- 1) Pemukul, terbuat dari kayu berbentuk bulat panjang. Panjang pemukul sekitar 50-80cm dengan diameter 7cm. Bagian pegangan alat pemukul lebih kecil dibandingkan bagian ujung pemukul. Bagian pegangan diberi lekukan atau grip agar pegangan lebih kuat.



Gambar. Pemukul bola rounders

- 2) Bola. Terbuat bahan kulit atau karet. Ukuran bola dengan keliling 19 – 22cm, sedangkan berat bola 80-100 gram.



- 3) Tempat hinggap (*base*). Terbuat darisabut kelapa, berbentuk persegi dengan ukuran 37 cm X 37 cm dengan tebal 5 cm -12 cm, sedangkan untuk tempat pelambung (*pitcher*) adalah 40 cm X 80 cm.

- 4) Tiang bendera batas. Dipancangkan pada ujung garis perpanjangan dari garis garis lurus dari tiang hinggap V ke I, dan tiang hinggap V ke IV. Tinggi tiang bendera 1, 5m dari permukaan tanah
- 5) Garis pembatas. Dibuat menggunakan serbuk kapur, digunakan untuk menentukan sah tidaknya bola jatuh hasil pukulan

d. Peraturan Permainan *Rounders*

Permainan *rounders* dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri atas 12 pemain, yang masing-masing menggunakan nomor dada 1-12. Tiap pemain berhak melakukan pukulan sebanyak tiga kali. Setelah dapat memukul dengan baik, pemukul harus berlari menuju tiang hinggap berikutnya. Jika pukulan ke tiga tidak berhasil pemukul harus berlari menuju base berikutnya. Tiap pemukul akan mendapat nilai satu untuk atas *base-base* yang dilewatinya.

Setiap pemukul yang dapat kembali keruangan bebas tanpa pernah dimatikan oleh regu penjaga akan mendapat nilai 5 (lima). Jika pemukul dapat memukul dengan baik dan dapat melewati semua *base* kembali keruangan bebas atas pukulannya sendiri akan mendapat nilai 6 (enam). Nilai enam tersebut didapat karena melewati *5base* dan tambahan 1 point. Pemukul yang melakukan hal tersebut disebut *homerun*.

Dalam permainan *rounders*, penjaga mempunyai dua cara mematikan lawan, yaitu “Membakar dan men Tik”. Membakar *base* dengan cara menangkap bola dan menguasai *base* dengan diinjak sebelum pelari sampai ke *base*, sedangkan menTik adalah tindak lanjutan

setelah membakar kemudian menyentuhkan bola ke tubuh pelari sebelum menginjak *base*. Saat menTikkan bola, bola tidak boleh terlepas dari tangan.

Pergantian pemain dari regu pemukul menjadi penjaga dan sebaliknya jika terjadi:

- 1) Regu pemukul telah mati enam kali.
- 2) Regu penjaga berhasil menangkap bola yang dipukul oleh regu penjaga sebanyak 5 kali.
- 3) Alat pemukul terlepas dari tangan pemukul, dan dianggap oleh wasit membahayakan.

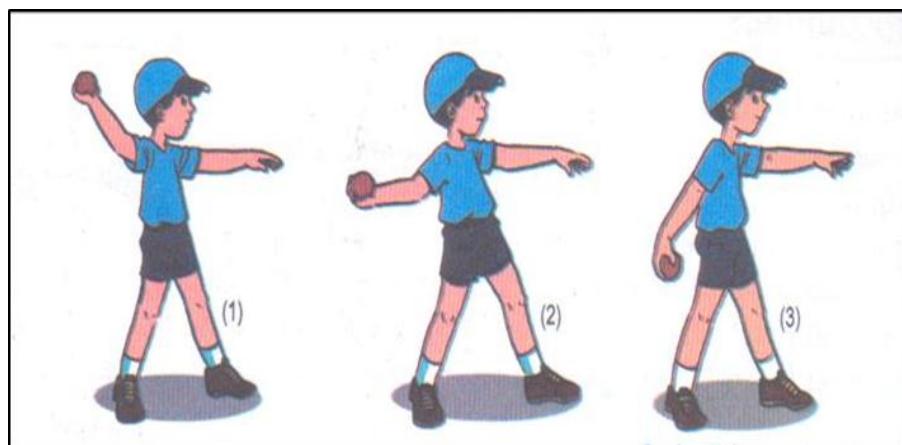
5. Hakikat Melempar Bola

Melempar bola adalah teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan *rounders*. Bagi regu penjaga kemampuan melempar bola ke rekan satu regu dengan tepat akan memudahkan ketika membakar *base* untuk mematikan pelari. Lemparan tidak tepat akan membuat teman kita kesulitan dalam menangkap bola. Akibatnya pelari dapat dengan leluasa masuk ke *base* dengan aman dan menghasilkan nilai. Jadi, kemampuan melempar bola sangat diperlukan dalam permainan *rounders*.

Beberapa teknik melempar bola menurut Dadan Heryana dan Giri Verianti (Pendidikan Jasmani Olah Raga Dan Kesehatan 2010 untuk siswa SD-MI KLAS V) adalah sebagai berikut:

a. Lemparan pemain lapangan

Lemparan untuk pemain lapangan dibagi menjadi tiga jenis, yaitu lemparan atas, lemparan datar, dan lemparan bawah. Cara melakukan dengan berdiri tegak, kaki yang berlawanan dengan tangan yang memegang bola berada didepan, sedangkan tangan yang memegang bola ditarik kebelakang sebagai awalan. Pada gerakan melempar, tangan yang memegang bola diayunkan kedepan untuk melempar bola. Berat badan dipindahkan kedepan dengan kaki yang berada di belakang melangkah kedepan.



Gambar 2. Melempar bola
Sumber : Dadan Heryana dan Giri Verianti (2010)

b. Melempar bagi pelambung

Cara melakukan dengan berdiri tegak, kaki berlawanan dengan tangan yang memegang bola berada di depan, kaki yang lain berada di belakang. Tangan yang tidak memegang bola berada didepan, sedangkan tangan yang memegang bola ditarik kebelakang sebagai awalan. Pada gerakan melempar, tangan yang memegang bola diayunkan ke depan

melalui bawah. Berat badan dipindahkan ke depan dengan kaki yang berada dibelakang melangkah kedepan.

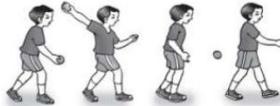
1. Bola dihempaskan menyusur tanah, posisi kaki ditekuk dan badan condong ke depan
2. Lengan pelempar memegang bola, kemudian tarik tangan ke belakang.
3. Ayunan tangan ke depan mengarah ke bawah dan lemparkan bola.

4) Teknik lemparan bola bagi pelambung (Pitcher)

Pitcher adalah pemain yang pertama dapat memukul kwan. Lemparannya yang keras dan cepat akan memukul pemukul sehingga ia dengan mudah dapat mematahkan regu pemukul.

Cara melakukannya adalah sebagai berikut:

1. berdiri tegak, salah satu kaki kanan berada di depan;
2. bola dipegang di samping paha kaki kanan;
3. condongkan badan ke depan;
4. putar lengan kanan yang memegang bola 360°;
5. bersamaan dengan itu lingkarkan kaki kiri ke depan, lepaskan bola saat bola berada di samping paha kaki kanan ikuti dengan lecutan pergelangan tangan



b. Teknik Menangkap Bola

Menangkap bola merupakan faktor penting keberhasilan sebuah regu. Teknik ini merupakan salah satu unsur yang penting dalam pertahanan. Dilihat dari datangnya bola, menangkap bola dapat dibedakan menjadi tiga macam, yaitu sebagai berikut.

1) Teknik menangkap bola melambung

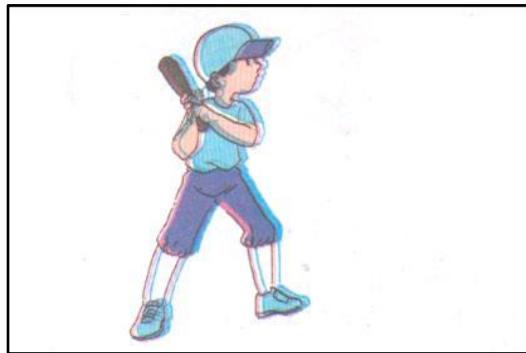
Cara melakukannya adalah sebagai berikut.

1. Ikut datangnya bola.
2. Menangkap bola dapat dilakukan dengan merapatan kedua tangan di depan dada.
3. Pada saat bola tertangkap, jari-jari segera ditutup dan cepat ditarik ke arah badan.

4

6. Hakikat Memukul Bola

Keterampilan memukul bola wajib dikuasai setiap pemain *rounders*. Pukulan yang baik menjadi awal sebuah permainan. Cara memukul bola *rounders* adalah dengan sikap awal berdiri menghadap kesamping dari bidang lambungan. Kedua kaki dibuka selebar bahu, lutut ditekuk dan punggung agak membungkuk. Tongkat pemukul dipegang kedua tangan, dengan tangan kiri pada ujung, sedangkan tangan kanan diatasnya. Posisi awal tongkat adalah ditarik kebelakang dengan kedua siku ditekuk. Ayunkan tongkat melewati depan dada kearah kebalikan dari posisi awal.



Gambar 3. Memukul bola
Sumber :Dadan Heryana dan Giri Verianti (2010)

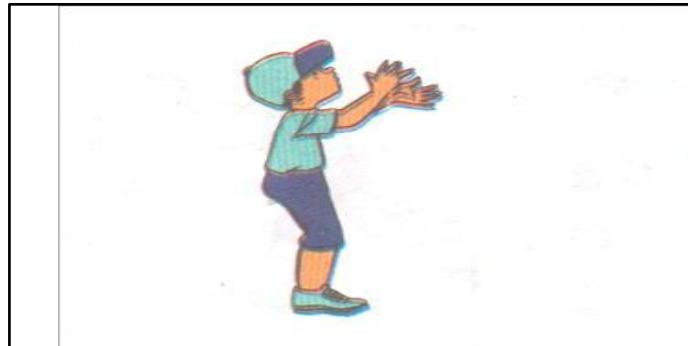
7. Hakikat Menangkap Bola

Kemampuan menangkap bola wajib dimiliki oleh pemain rounders .Saat hendak menangkap bola, pandangan harus mengarah ke pada arah bola yang akan ditangkap (datang). Ada tiga teknik menangkap bola, yaitu teknik menangkap bola lambung, menangkap bola datar, dan menangkap bola menyusur tanah.

a. Menangkap Bola Lambung

Cara melakukannya sebagai berikut:

- 1) Posisi awal :tubuh berdiri tegak, kedua tangan dijulurkan keatas. Ke dua telapak tangan digabungkan membentuk corong.
- 2) Tangkaplah bola yang datang dari atas, peganglah bola dengan baik menggunakan kedua telapak tangan. Kemudian tarik kedua tangan mengarah ke dada.

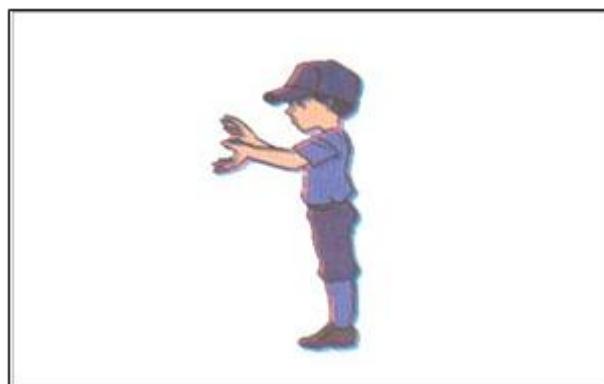


Gambar 4. Menangkap bola melambung
Sumber :Dadan Heryana dan Giri Verianti (2010)

b. Menangkap Bola Datar

Cara melakukannya sebagai berikut :

- 1) Posisi awal :tubuh berdiri tegak, kedua tangan dijulurkan kedepan sejajar dada, kedua telapak tangan digabungkan membentuk corong.
- 2) Tangkaplah bola yang datang dari depan. Peganglah bola dengan baik menggunakan kedua telapak tangan. Tarik kedua tangan kearah dada.



Gambar 5.Menangkap Bola Datar
Sumber :Dadan Heryana dan Giri Verianti (2010)

c. Menangkap Bola Menyusur Tanah

Cara melakukannya sebagai berikut:

- 1) Posisi awal :dengan sikap membungkuk, kedua lutut ditekuk, dan kedua lengan lurus kebawah.

2) Dengan sikap hampir berlutut, kemudian menangkap bola



Gambar 6.Menangkap Bola Menyusur Tanah
Sumber :Dadan Heryana dan Giri Verianti (2010)

8. Hakikat kecepatan lari

Kecepatan lari adalah kemampuan dasar yang harus dikuasai dalam permainan rounders. Bagi regu pemukul kemampuan berlari sangatlah berperan dalam mendapatkan poin bagi satu regu. Kecepatan berlari memudahkan ketika menguasai *base* dengan aman dan menghasilkan nilai. Menurut Nossek yang dikutip Suharjana,(2007:40) lari sprint adalah : kemampuan untuk menempuh jarak tertentu dengan waktu yang sesingkat-singkatnya.

9. Karakteristik Siswa Kelas V Sekolah Dasar

Anak besar merupakan anak usia sekolah dasar yaitu antara 6 tahun sampai 12 tahun (Tisnowati Tamat dan Moekarto Mirman, 2005 : 479). Pada fase ini, anak sudah berkembang baik fisik maupun rohaninya. Perkembangan fisik atas jasmani anak sangat berbeda antara satu dengan yang lain. Menurut Endang R Sukamti (2007:1-2) pertumbuhan adalah

proses yang ada pada diri seseorang yang bersifat kuantitatif ,atau peningkatan dalam ukuran.Perkembangan adalah proses perubahan kapasitas fungsional atau kemampuan kerja organ-organ tubuh kearah keadaan yang makin terorganisir.Hal ini disebabkan anatara lain oleh perbedaan gizi, lingkungan, kebiasaan hidup, lingkungan, perlakuan orang tua dan lain-lain. Perkembangan fisik anak sangat dipengaruhi oleh nutrisi, kesehatan dan aktivitas fisik (olahraga). Anak yang kurang berolahraga akan mengalami kelebihan berat badan atau kegemukan.

Anak usia sekolah dasar memiliki karakteristik yang berbeda-beda (Mulyani Sumantri dan Nana Syaodih, 2009:6. 3). Karakteristik anak usia sekolah dasar tersebut antara lain :

a. Anak senang bermain

Karakteristik ini menuntut guru SD untuk melaksanakan kegiatan pendidikan yang bermuatan permainan, lebih-lebih bagi siswa kelas bawah.Guru SD hendaknya merancang model pembelajaranyang memungkinkan adanya unsur permainan didalamnya.

b. Anak senang bergerak

Orang dewasa dapat duduk berjam-jam, sedangkan anak SD dapat duduk dengan tenang paling lama 30 menit. Oleh karena itu, guru hendaknya guru merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak berpindah tempat atau bergerak.

c. Anak senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung.

Anak akan lebih memahami sesuatu jika anak tersebut terlibat secara langsung dengan materi yang diajarkan guru.

- d. Anak senang bekerja dalam kelompok

Karakteristik ini membawa implikasi bahwa guru harus merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak untuk belajar dalam kelompok, bermain secara beregu.

Dari uraian di tersebut dapat disimpulkan bahwa pada usia sekolah dasar yaitu umur 6-12 tahun seorang anak akan lebih aktif bergerak, bermain dengan temannya dan melakukan aktifitas secara langsung. Dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani perlu memperhatikan dan menyesuaikan dengan perkembangan kondisi perkembangan anak sederhana ataupun praktis untuk dilaksanakan oleh siswa.

B. Penelitian yang Relevan

1. Penelitian Kurnia pamungkas (2015), yang berjudul: "Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Rounders Siswa Kelas V SD Negeri Ngadagan di Kecamatan Pituruh". Metode penelitian yang digunakan adalah metode survey, populasinya sebanyak 23 siswa. Hasil penelitian menunjukkan Tingkat Kemampuan Dasar bermain Rounders siswa kelas V SD Negeri Ngadagan 1siswa (4, 3%) dalam kategori sangat tinggi, 6 siswa (26, 1%) dalam kategori Tinggi, 8 siswa (34, 8%) dalam kategori sedang, 7 siswa dalam kategori rendah, dan 1 siswa (4, 3%) dalam kategori rendah.
2. Penelitian Suyitno (2015), yang berjudul: "Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Kippers Siswa Kelas IV Dan Kelas V SD Negeri Kradenan 2 Di

Kecamatan Srumbung''. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survey, populasinya sebanyak 50 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan memukul dan melempar siswa kelas IV dan kelas V SDNegeri Kradenan 2 Kecamatan Srumbung yang masuk kategori baik sekali sebanyak 3 siswa atau 6%, kategori baik sebanyak 13 siswa atau sebesar 26%, kategori sedang sebanyak 17 siswa atau 34%, kategori kurang sebanyak 13 siswa atau 26%, dan kategori kurang sekali sebanyak 4 siswa atau sebesar 8%.

3. Penelitian Dulzali (2013), yang berjudul: "Kemampuan Dasar Teknik Memukul dan Melempar Bola Pada Permainan *Rounders*siswa kelas V SD Ngargomulyo Dukun Magelang''. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survey, populasinya sebanyak 21 siswa yang terdiri dari siswa putra 11anak, dan siswa putri 10 anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan memukul dan melempar siswa kelas V Sd Ngargomulyo Dukun Kabupaten Magelang yang masuk kategori baik sekali sebanyak 6orang atau 28, 57%, kategori baik sebanyak 7 siswa atau sebesar 33, 33%, kategori sedang sebanyak 4siswa atau 19, 05%, kategori kurang sebanyak 1 siswa atau 4, 76%, dan kategori kurang sekali sebanyak 3 siswa atau sebesar 14, 29%.

C. Kerangka Berpikir

Rounders termasuk salah satu jenis permainan bola kecil. Permainan *rounders* termasuk dalam permainan beregu. Permainan ini menuntut

ketangkasan para pemainnya. Sesuai dengan karakteristik siswa kelas V sekolah dasar yang suka bermain dan bergerak. Untuk dapat memenangkan, satu regu dituntut untuk bekerjasama dengan baik. Untuk dapat bermain *rounders* diperlukan penguasaan teknik dan taktik yang tepat. Kemampuan melempar, menangkap, memukul, dan kecepatan berlari menjadi syarat setiap siswa untuk dapat bermain *rounders*. Namun, keadaan siswa yang ada di SD Negeri segugus Donoharjo belum sepenuhnya bisa melakukan berbagaimacam teknik tersebut. Sehingga permainan *rounders* belum berjalan secara maksimal.

Berdasarkan alasan-alasan tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri segugus Donoharjo. Menurut peneliti, hal tersebut perlu dibuktikan dengan penelitian mengenai keterampilan bermain *rounders*. Test kemampuan siswa dalam melempar, menangkap, memukul bola dan berlari digunakan untuk mengetahui kemampuan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri segugus Donoharjo.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Peneilitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode survei yang bertujuan untuk mengetahui keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se gugus Donoharjo. Data yang diperoleh dari test praktek dianalisa menggunakan teknik statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk prosentase.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional dari variabel penelitian ini adalah keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD se gugus Donoharjo tahun ajaran 2016/2017. Kemampuan dasar bermain *rounders* adalah kecakapan atau bakat yang telah dimiliki oleh siswa kelas V SD untuk bermain *rounders*. Keterampilan dasar bermain *rounders* meliputi keterampilan melempar, menangkap, memukul, dan lari 40 meter. Variabel tersebut akan di ukur dengan test melempar bola 10 kali dengan jumlah skor maksimal 50, test menangkap bola 10 kali dengan jumlah skor maksimal 10, tes memukul bola 10 kali dengan jumlah skor maksimal 10, dan test lari jarak 40 meter dengan hitungan detik dua digit dibelakang koma. .

C. Populasi

Menurut Suharsimi Arikunto (2006:130), populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Sampel merupakan bagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SD Negeri se

gugus Donoharjo, yang terdiri dari lima SD Negeri. Jumlah keseluruhan adalah 114 anak, terdiri dari 49 anak laki-laki, dan 65 anak perempuan

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen dapat dikatakan sebagai alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam suatu proses penelitian (Sumanto, 2014:111). Untuk dapat mengumpulkan data dengan teliti, maka diperlukan instrumen yang valid dan reliabel. Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid (dapat digunakan untuk mengukur apa saja yang akan diukur), sedangkan instrumen yang reliabel adalah instrumen yang dapat digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama akan menghasilkan data yang sama.

Untuk mengumpulkan data keterampilan dasar bermain rounders siswa kelas V SD Negeri segugus Donoharjo, penulis menggunakan instrumen kemampuan dasar bermain *rounders* yang terdiri dari melempar, memukul, dan menangkap bola yang pernah digunakan oleh Kurnia Pamungkas (2012) dengan judul “Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Rounders Siswa Kelas V SD Negeri Ngadagan Di Kecamatan Pituruh”. Dengan tingkat validitas 0,413 dan reliabilitas untuk melempar 0,723, reliabilitas memukul 0,785, reliabilitas menangkap 0,765, dan reliabilitas lari 0,986.

1. Tes Keterampilan Melempar Bola

- a. Tujuan :mengukur ketepatan melempar bola pada sasaran.

b. Tes keterampilan melempar bola dilakukan dengan tes melempar sasaran dengan jarak 6, 5 meter. Dengan nilai 1 untuk bagian terluar dan 5 untuk bagian paling dalam. Skor maksimal 50.

2. Tes Menangkap Bola

a. Tujuan: Mengukur ketrampilan siswa menangkap bola.
b. Tes menangkap bola dilakukan dengan cara memantulkan bola kesasaran kemudian sisiwa berusaha menangkap bola . Dengan nilai 1 ketika bola tertangkap ,dan nilai 0 jika bola lepas. skor maksimal 10

3. Tes Memukul Bola

a. Tujuan :Mengukur ketrampilan memukul bola rounders
b. Tes keterampilan memukul bola dilakukan dengan cara bola dilemparkan dengan ketinggian antara lutut dan bahu, testee berusaha untuk memukulnya. Dengan nilai 1 jika bola terpukul, dan nilai nol jika bola lepas. Skor maksimal 10

4. Tes lari 40 meter

a. Tujuan :Mengukur kecepatan
b. Tes kecepatan lari dilakukan dengan jarak 40 meter, dicatat waktu tempuhnya. dicatat waktu dalam detik dan dihitung sampai dua digit dibelakang koma.

E. Teknik Analisis Data

Hasil penelitian menggunakan skala Likert disajikan dalam 5 norma penilaian yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Pengkategorian berdasarkan \bar{X} (rata-rata) dan standar deviasi (SD) adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Kategori Keterampilan Dasar Bermain Rounders

No	Kelas Interval	Norma Penilaian
1	$\bar{X} + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
2	$\bar{X} + 0,5 SD < X \leq \bar{X} + 1,5 SD$	Tinggi
3	$\bar{X} - 0,5 SD < X \leq \bar{X} + 0,5 SD$	Sedang
4	$\bar{X} - 1,5 SD < X \leq \bar{X} - 0,5 SD$	Rendah
5	$X \leq \bar{X} - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Sumber: Kurnia pamungkas (2015)

Keterangan :

SD : standar deviasi

\bar{X} : rata-rata

Setelah diketahui tingkat kemampuan dasar bermain *rounders*, masing-masing kategori dapat ditentukan besar persentase dari tiap kategori penilaian. Menurut AnasSudijono (2014: 43), untuk memperoleh angka prosentase digunakan rumus:

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

Keterangan:

P = persentase

F =

N = jumlah total frekuensi

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian di SD Negeri Donoharjo, yang beralamatkan di kecamatan Ngaglik, Sleman.

2. Populasi Penelitian

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V Sd Negeri se gugus Donoharjo, yang terdiri dari lima SD Negeri. Jumlah keseluruhan adalah 114 anak, terdiri dari 48 anak laki-laki dan 66 anak perempuan.

3. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 18 April 2017 di SD Negeri Donoharjo, pada tanggal 29 April 2017 di SD Negeri Brengasan 2, pada tanggal 2 Mei 2017 di SD Negeri Brengasan 1, pada tanggal 10 Mei 2017 di SD Negeri Banteran I, dan pada tanggal 19 Mei 2017 di SD Negeri Rejondani.

4. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Data dalam penelitian ini, keterampilan dasar bermain *rounders* terdiri atas melempar, memukul, menangkap bola, dan lari 40 m. Deskripsi data keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Hasil penghitungan data keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo menghasilkan rerata sebesar 50,00, *median* = 50,29, *modus* = 33,50, dan *standar deviasi* = 6,99. Adapun skor terkecil sebesar

33,50 dan skor terbesar sebesar 69,32. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Deskripsi Statistik Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo

Statistik	
<i>N</i>	114
<i>Mean</i>	50,00
<i>Median</i>	50,28
<i>Mode</i>	33,50
<i>Std. Deviation</i>	6,99
<i>Minimum</i>	33,50
<i>Maximum</i>	69,32

a. Melempar

Hasil penghitungan data melempar *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo *mean* sebesar 32,80, *median* = 33,00, *modus* = 32,00, dan *standar deviasi* = 3,34. Adapun skor terkecil sebesar 23,00 dan skor terbesar sebesar 44,00. Hasil selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Statistik Melempar *Rounders*

Statistik	
<i>N</i>	114
<i>Mean</i>	32,79
<i>Median</i>	33,00
<i>Mode</i>	32,00
<i>Std. Deviation</i>	3,34
<i>Minimum</i>	23,00
<i>Maximum</i>	40,00

b. Menangkap

Hasil penghitungan data menangkap *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo *mean* sebesar 7,44, *median* = 7,00, *modus* = 7,00, dan *standar deviasi* = 1,15. Adapun skor terkecil sebesar 5,00 dan skor terbesar sebesar 10,00.

Hasil selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Statistik Menangkap *Rounders*

Statistik	
<i>N</i>	114
<i>Mean</i>	7,43
<i>Median</i>	7,00
<i>Mode</i>	7,00
<i>Std, Deviation</i>	1,15
<i>Minimum</i>	5,00
<i>Maximum</i>	10,00

c. Memukul

Hasil penghitungan data memukul *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo *mean* sebesar 7,04, *median* = 7,00, *modus* = 7,00, dan *standar deviasi* = 0,93. Adapun skor terkecil sebesar 5,00 dan skor terbesar sebesar 9,00.

Hasil selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Statistik Memukul *Rounders*

Statistik	
<i>N</i>	114
<i>Mean</i>	7,03
<i>Median</i>	7,00
<i>Mode</i>	7,00
<i>Std, Deviation</i>	0,93
<i>Minimum</i>	5,00
<i>Maximum</i>	9,00

d. Lari 40 m

Hasil penghitungan data lari 40 m *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo *mean* sebesar 7,60, *median* = 7,70, *modus* = 6,80, dan *standar deviasi* = 0,66. Adapun skor terkecil sebesar 6,20 dan skor terbesar sebesar 9,71.

Hasil selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Statistik Lari 40 M

Statistik	
<i>N</i>	114
<i>Mean</i>	7,60
<i>Median</i>	7,70
<i>Mode</i>	6,80 ^a
<i>Std, Deviation</i>	0,66
<i>Minimum</i>	6,20
<i>Maximum</i>	9,71

a. Siswa Putra

Hasil penghitungan data keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo menghasilkan rerata sebesar 54,22, *median* = 50,05, *modus* = 39,04, dan *standar deviasi* = 5,75. Adapun skor terkecil sebesar 39,04 dan skor terbesar sebesar 69,32. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Deskripsi Statistik Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putra

Statistik	
<i>N</i>	48
<i>Mean</i>	54.22
<i>Median</i>	54.04
<i>Mode</i>	39.04 ^a
<i>Std, Deviation</i>	5.74
<i>Minimum</i>	39.04
<i>Maximum</i>	69.32

1) Melempar

Hasil penghitungan data melempar *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo *mean* sebesar 33,44, *median* = 34,00, *modus* = 32,00, dan *standar deviasi* = 3,01. Adapun skor terkecil sebesar 25,00 dan skor terbesar sebesar 40,00. Hasil selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Statistik Melempar *Rounders* Siswa Putra

Statistik	
<i>N</i>	48
<i>Mean</i>	33.43
<i>Median</i>	34.00
<i>Mode</i>	32.00 ^a
<i>Std, Deviation</i>	3.01
<i>Minimum</i>	25.00
<i>Maximum</i>	40.00

2) Menangkap

Hasil penghitungan data menangkap *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo *mean* sebesar 7,81, *median* = 8,00, *modus* = 7,00, dan *standar deviasi* = 1,19. Adapun skor terkecil sebesar 6,00 dan skor terbesar sebesar 10,00.

Hasil selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Statistik Menangkap *Rounders* Siswa Putra

Statistik	
<i>N</i>	48
<i>Mean</i>	7.81
<i>Median</i>	8.00
<i>Mode</i>	7.00 ^a
<i>Std, Deviation</i>	1.19
<i>Minimum</i>	6.00
<i>Maximum</i>	10.00

3) Memukul

Hasil penghitungan data memukul *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo *mean* sebesar 7,46, *median* = 7,50, *modus* = 8,00, dan *standar deviasi* = 0,79. Adapun skor terkecil sebesar 5,00 dan skor terbesar sebesar 9,00.

Hasil selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Statistik Memukul *Rounders* Siswa Putra

Statistik	
<i>N</i>	48
<i>Mean</i>	7.45
<i>Median</i>	7.50
<i>Mode</i>	8.00
<i>Std, Deviation</i>	0,79
<i>Minimum</i>	5.00
<i>Maximum</i>	9.00

4) Lari 40 m

Hasil penghitungan data lari 40 m *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo *mean* sebesar 7,13, *median* = 7,20, *modus* = 6,80, dan *standar deviasi* = 0,53. Adapun skor terkecil sebesar 6,20 dan skor terbesar sebesar 8,90.

Hasil selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Statistik Lari 40 M Siswa Putra

Statistik	
<i>N</i>	48
<i>Mean</i>	7.12
<i>Median</i>	7.20
<i>Mode</i>	6.80
<i>Std, Deviation</i>	0.53
<i>Minimum</i>	6.20
<i>Maximum</i>	8.90

b. Siswa Putri

Hasil penghitungan data keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo menghasilkan rerata sebesar 46,93, *median* = 47,22, *modus* = 33,50, dan *standar deviasi* = 6,21. Adapun skor terkecil sebesar 33,50 dan skor terbesar sebesar 62,20. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Deskripsi Statistik Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putri

Statistik	
<i>N</i>	66
<i>Mean</i>	46.92
<i>Median</i>	47.22
<i>Mode</i>	33.50 ^a
<i>Std, Deviation</i>	6.21
<i>Minimum</i>	33.50
<i>Maximum</i>	62.20

1) Melempar

Hasil penghitungan data melempar *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo *mean* sebesar 32,33, *median* = 33,00, *modus* = 32,00, dan *standar deviasi* = 3,51. Adapun skor terkecil sebesar 23,00 dan skor terbesar sebesar 40,00. Hasil selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Statistik Melempar *Rounders* Siswa Putri

Statistik	
<i>N</i>	66
<i>Mean</i>	32.33
<i>Median</i>	32.00
<i>Mode</i>	32.00
<i>Std, Deviation</i>	3.51
<i>Minimum</i>	23.00
<i>Maximum</i>	40.00

2) Menangkap

Hasil penghitungan data menangkap *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo *mean* sebesar 7,17, *median* = 7,00, *modus* = 7,00, dan *standar deviasi* = 1,05. Adapun skor terkecil sebesar 5,00 dan skor terbesar sebesar 10,00.

Hasil selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Statistik Menangkap *Rounders* Siswa Putri

Statistik	
<i>N</i>	66
<i>Mean</i>	7.16
<i>Median</i>	7.00
<i>Mode</i>	7.00
<i>Std, Deviation</i>	1.05
<i>Minimum</i>	5.00
<i>Maximum</i>	10.00

3) Memukul

Hasil penghitungan data memukul *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo *mean* sebesar 6,73, *median* = 7,00, *modus* = 7,00, dan *standar deviasi* = 0,93. Adapun skor terkecil sebesar 5,00 dan skor terbesar sebesar 9,00.

Hasil selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Statistik Memukul *Rounders* Siswa Putri

Statistik	
<i>N</i>	48
<i>Mean</i>	6.72
<i>Median</i>	7.00
<i>Mode</i>	7.00
<i>Std, Deviation</i>	0.90
<i>Minimum</i>	5.00
<i>Maximum</i>	9.00

4) Lari 40 m

Hasil penghitungan data lari 40 m *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo *mean* sebesar 7,94, *median* = 7,90, *modus* = 7,70, dan *standar deviasi* = 0,52. Adapun skor terkecil sebesar 6,80 dan skor terbesar sebesar 9,71.

Hasil selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Statistik Lari 40 M Siswa Putri

Statistik	
<i>N</i>	48
<i>Mean</i>	7.94
<i>Median</i>	7.90
<i>Mode</i>	7.70 ^a
<i>Std, Deviation</i>	0.52
<i>Minimum</i>	6.80
<i>Maximum</i>	9.71

5. Hasil Penelitian

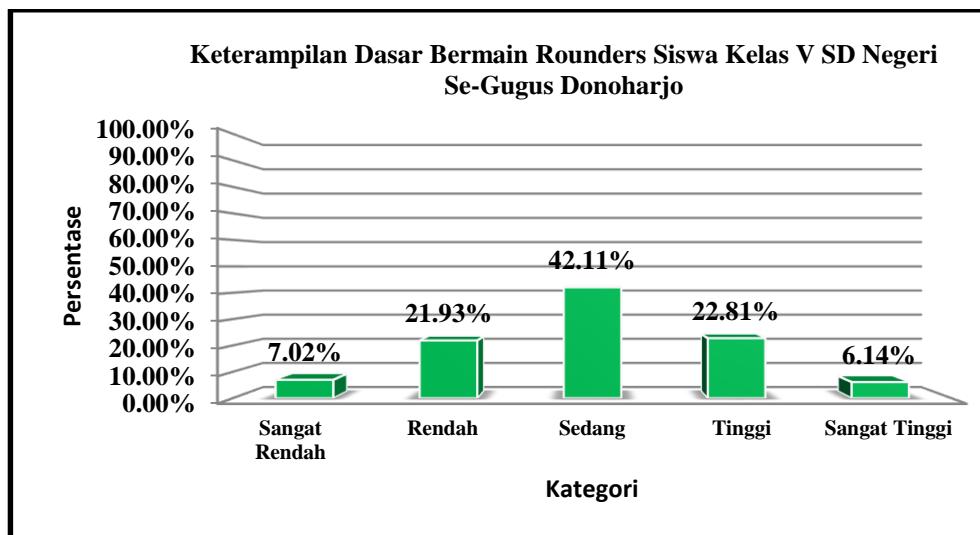
Secara terperinci, hasil penghitungan keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo, sebagai berikut:

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Norma Peskoran Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$60,50 < X$	Sangat Tinggi	7	6,14%
2	$53,50 < X \leq 60,50$	Tinggi	26	22,81%
3	$46,50 < X \leq 53,50$	Sedang	48	42,11%
4	$39,50 < X \leq 46,50$	Rendah	25	21,93%
5	$X \leq 39,50$	Sangat Rendah	8	7,02%
Jumlah			114	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 7,02% (8 siswa), kategori “rendah” sebesar 21,93% (25 siswa), kategori “sedang” sebesar 42,11% (48 siswa), kategori “tinggi” sebesar 22,81% (26 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 6,14% (7 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 50,00, keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

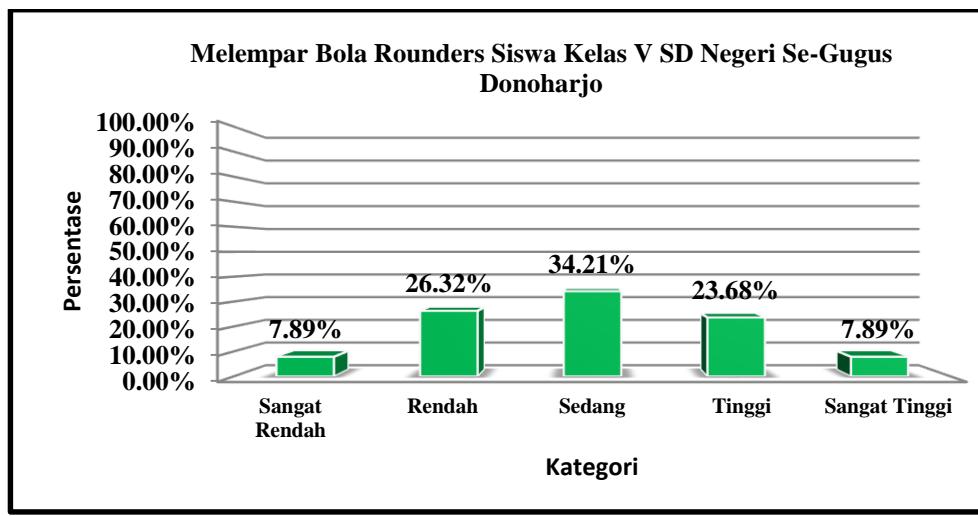
a. Melempar Bola

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data melempar bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Peskoran Melempar Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$37,81 < X$	Sangat Tinggi	9	7,89%
2	$34,47 < X \leq 37,81$	Tinggi	27	23,68%
3	$31,13 < X \leq 34,47$	Sedang	39	34,21%
4	$27,78 < X \leq 31,13$	Rendah	30	26,32%
5	$X \leq 27,78$	Sangat Rendah	9	7,89%
Jumlah			114	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data melempar bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Melempar Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa melempar bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 7,89% (9 siswa), kategori “rendah” sebesar 26,32% (39 siswa), kategori “sedang” sebesar 34,21% (39 siswa), kategori “tinggi” sebesar 23,68% (27 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 7,89% (9 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 32,79, melempar bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

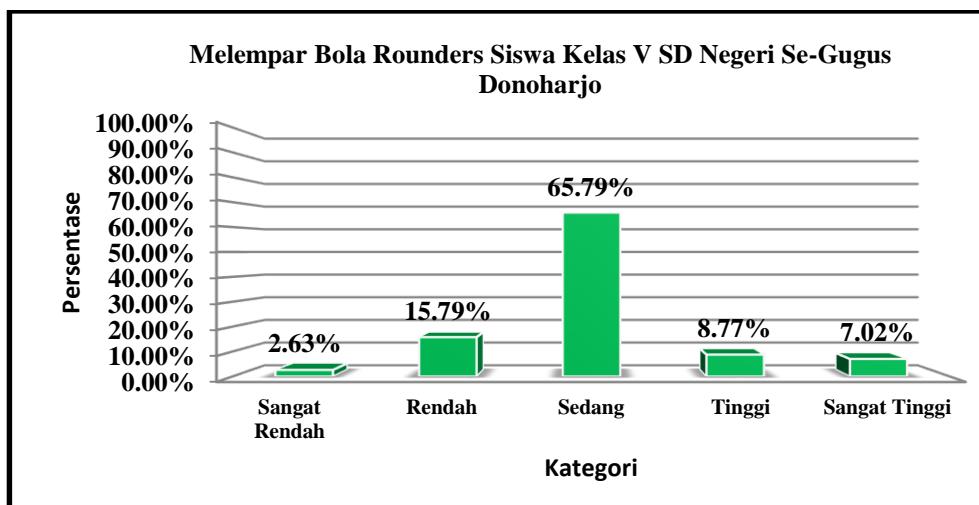
b. Menangkap Bola

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data menangkap bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Peskoran Menangkap Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$9,17 < X$	Sangat Tinggi	8	7,02%
2	$8,01 < X \leq 9,17$	Tinggi	10	8,77%
3	$6,86 < X \leq 8,00$	Sedang	75	65,79%
4	$5,71 < X \leq 6,86$	Rendah	18	15,79%
5	$X \leq 5,71$	Sangat Rendah	3	2,63%
Jumlah			114	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data menangkap bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Menangkap Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa menangkap bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 2,63% (3 siswa), kategori “rendah” sebesar 15,79% (18 siswa), kategori “sedang” sebesar 65,79% (75 siswa), kategori “tinggi” sebesar 8,77% (10 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 8,77% (10 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 7,44, menangkap bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

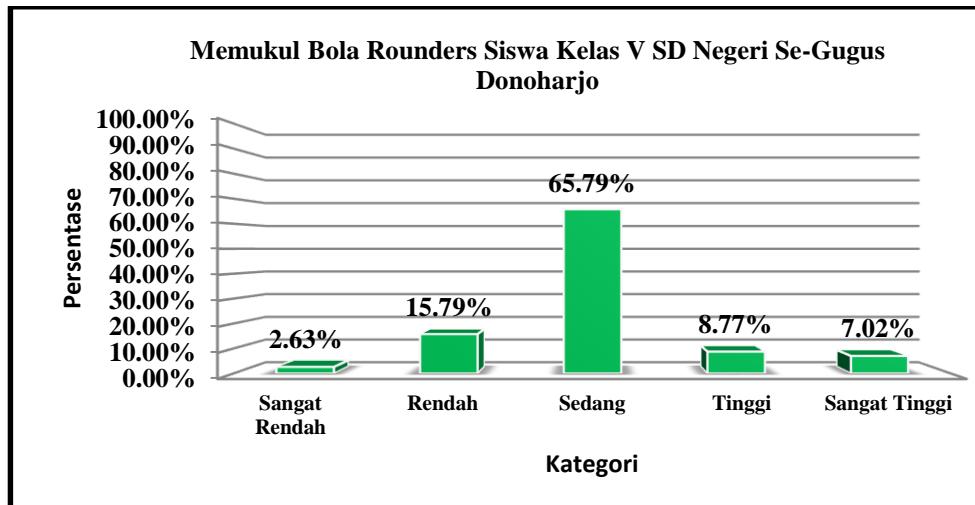
c. Memukul Bola

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data memukul bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Peskoran Memukul Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-gugus Donoharjo

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$8,43 < X$	Sangat Tinggi	5	4,39%
2	$7,50 < X \leq 8,43$	Tinggi	28	24,56%
3	$6,57 < X \leq 7,50$	Sedang	55	48,25%
4	$5,66 < X \leq 6,57$	Rendah	18	15,79%
5	$X \leq 5,66$	Sangat Rendah	8	7,02%
Jumlah			114	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data memukul bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Memukul Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa memukul bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 7,02% (8 siswa), kategori “rendah” sebesar 15,79% (18 siswa), kategori “sedang” sebesar 48,25% (55 siswa), kategori “tinggi” sebesar 24,56% (28 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 4,39% (5 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 7,04, memukul bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

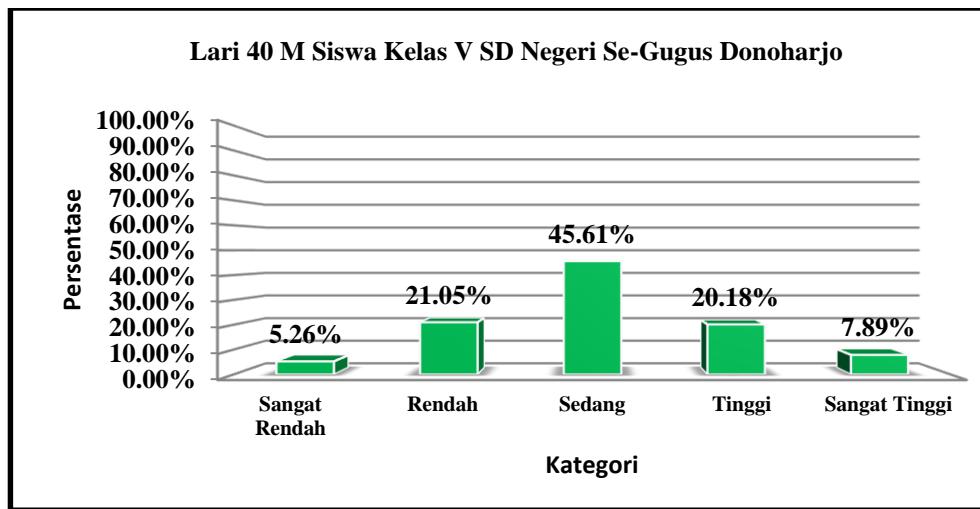
d. Lari 40 m

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data lari 40 m siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Peskoran Lari 40 M Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$8,59 < X$	Sangat Rendah	6	5,26%
2	$7,93 < X \leq 8,59$	Rendah	24	21,05%
3	$7,27 < X \leq 7,93$	Sedang	52	45,61%
4	$6,61 < X \leq 7,27$	Tinggi	23	20,18%
5	$X \leq 6,61$	Sangat Tinggi	9	7,89%
Jumlah			114	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data lari 40 m siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Lari 40 M Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa lari 40 m siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 5,26% (6 siswa), kategori “rendah” sebesar 21,05% (24 siswa), kategori “sedang” sebesar 45,61% (52 siswa), kategori “tinggi” sebesar 20,18% (23 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 7,89% (9 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 7,60, lari 40 m siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

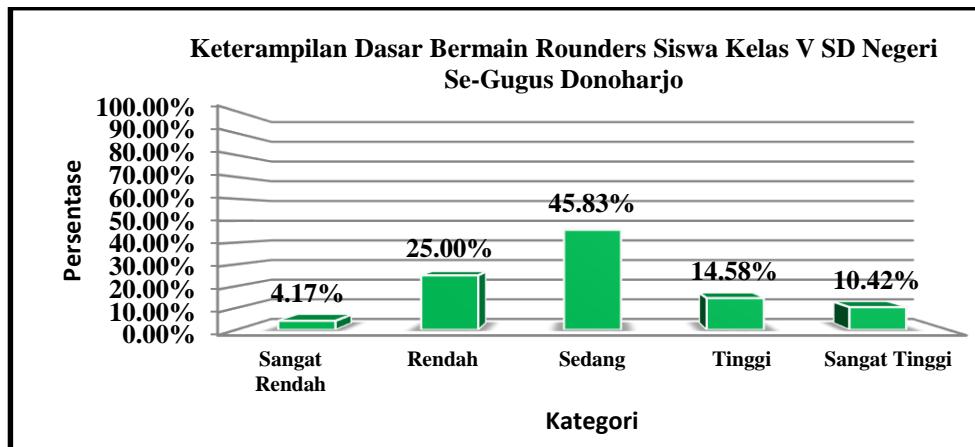
a. Siswa Putra

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Norma Peskoran Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$62,84 < X$	Sangat Tinggi	5	10,42%
2	$57,09 < X \leq 62,84$	Tinggi	7	14,58%
3	$51,35 < X \leq 57,09$	Sedang	22	45,83%
4	$45,61 < X \leq 51,35$	Rendah	12	25,00%
5	$X \leq 45,61$	Sangat Rendah	2	4,17%
Jumlah			48	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putra

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,17% (2 siswa), kategori “rendah” sebesar 25,00% (12 siswa), kategori “sedang” sebesar 45,83% (22 siswa), kategori “tinggi” sebesar 14,58% (7 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 10,42% (5 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 54,22, keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

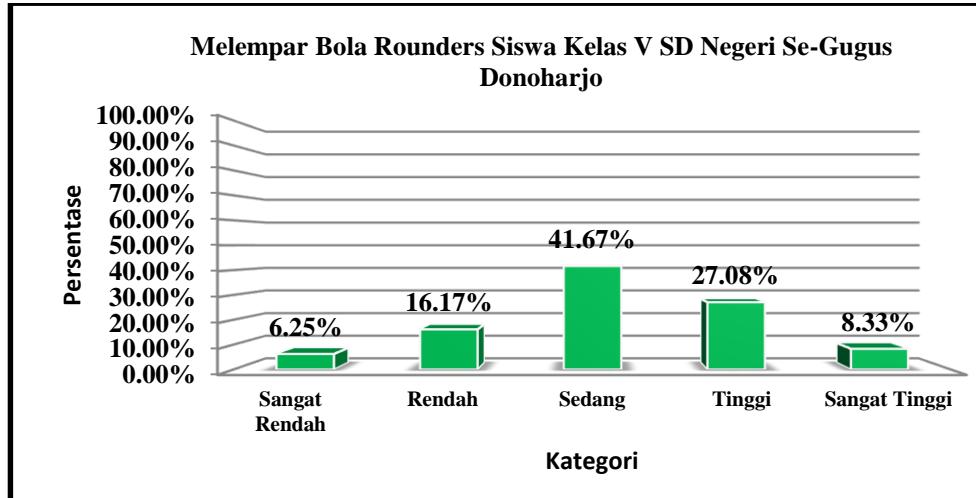
1) Melempar Bola

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data melempar bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Peskoran Melempar Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putra

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$37,95 < X$	Sangat Tinggi	4	8,33%
2	$34,94 < X \leq 37,95$	Tinggi	13	27,08%
3	$31,93 < X \leq 34,94$	Sedang	20	41,67%
4	$28,92 < X \leq 31,93$	Rendah	8	16,17%
5	$X \leq 28,92$	Sangat Rendah	3	6,25%
Jumlah			48	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data melempar bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Melempar Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putra

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa melempar bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 6,25% (3 siswa), kategori “rendah” sebesar 16,17% (8 siswa), kategori “sedang” sebesar 41,67% (20 siswa), kategori “tinggi” sebesar 27,08% (13 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 8,33% (4 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 33,44, melempar bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

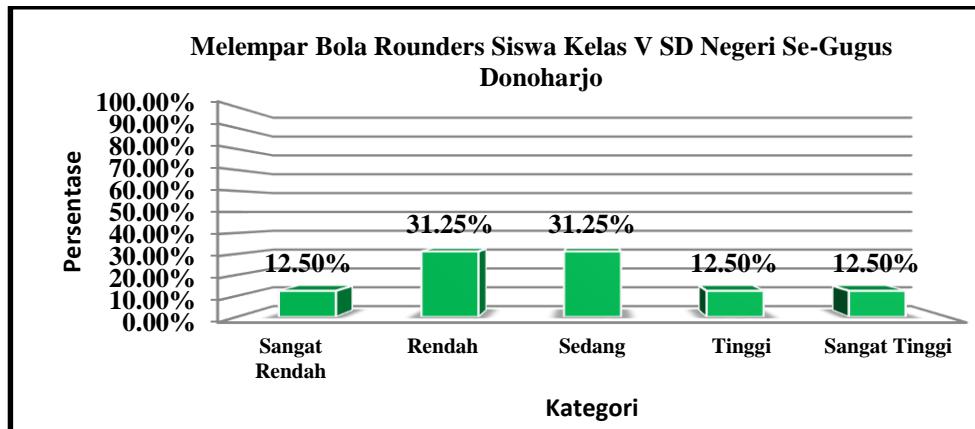
2) Menangkap Bola

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data menangkap bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Peskoran Menangkap Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putra

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$9,61 < X$	Sangat Tinggi	6	12,50%
2	$8,41 < X \leq 9,61$	Tinggi	6	12,50%
3	$7,21 < X \leq 8,41$	Sedang	15	31,25%
4	$6,01 < X \leq 7,21$	Rendah	15	31,25%
5	$X \leq 6,01$	Sangat Rendah	6	12,50%
Jumlah			48	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data menangkap bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Menangkap Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putra

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa menangkap bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 12,50% (6 siswa), kategori “rendah” sebesar 31,25% (15 siswa), kategori “sedang” sebesar 31,25% (15 siswa), kategori “tinggi” sebesar 12,50% (6 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 12,50% (6 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 7,81, menangkap bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

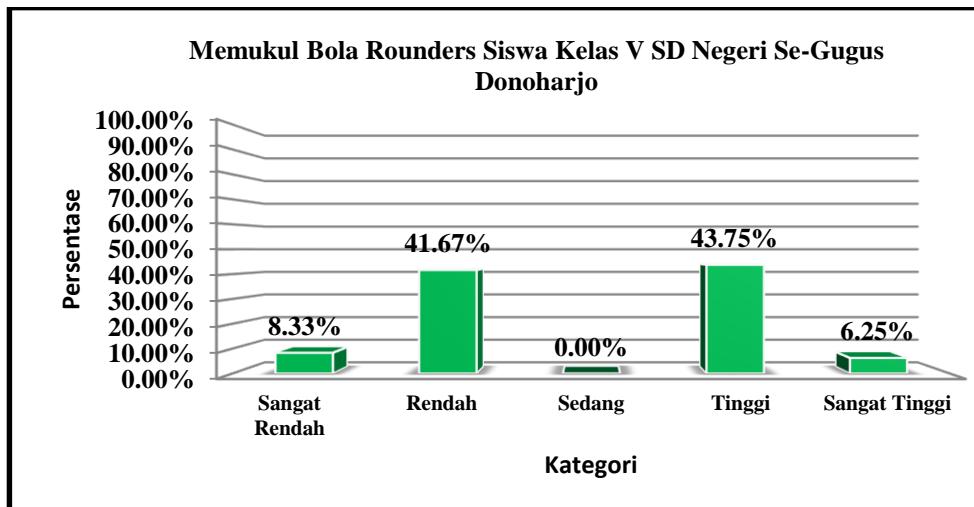
3) Memukul Bola

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data memukul bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Peskoran Memukul Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putra

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$8,66 < X$	Sangat Tinggi	3	6,25%
2	$7,86 < X \leq 8,66$	Tinggi	21	43,75%
3	$7,06 < X \leq 7,86$	Sedang	0	0%
4	$6,26 < X \leq 7,06$	Rendah	20	41,67%
5	$X \leq 6,26$	Sangat Rendah	4	8,33%
Jumlah			48	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data memukul bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Memukul Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putra

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa memukul bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 8,33% (4 siswa), kategori “rendah” sebesar 41,67% (20 siswa), kategori “sedang” sebesar 0% (0 siswa), kategori “tinggi” sebesar 43,75% (21 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 6,25% (3 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 7,46, memukul bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

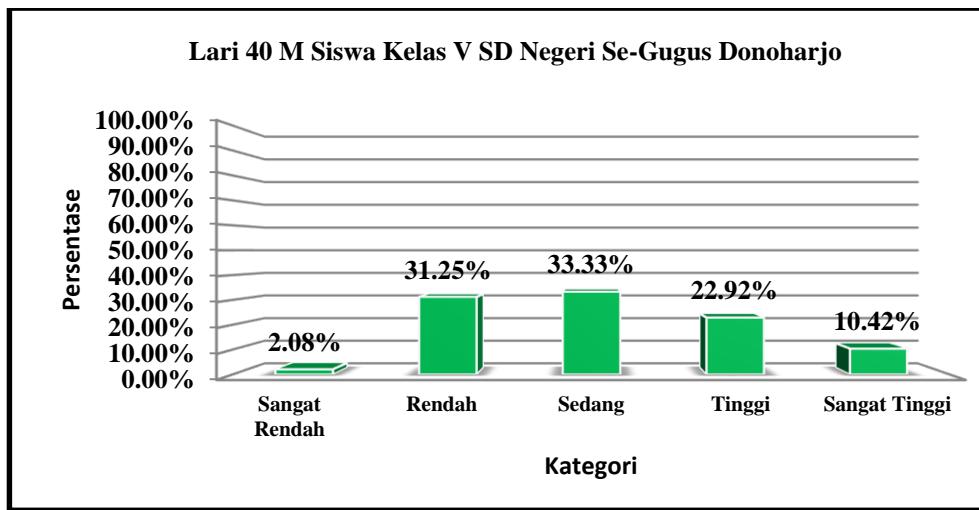
4) Lari 40 m

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data lari 40 m siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Peskoran Lari 40 M Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putra

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$7,93 < X$	Sangat Rendah	1	2,08%
2	$7,39 < X \leq 7,93$	Rendah	15	31,25%
3	$6,86 < X \leq 7,39$	Sedang	16	33,33%
4	$6,33 < X \leq 6,86$	Tinggi	11	22,92%
5	$X \leq 6,33$	Sangat Tinggi	5	10,42%
Jumlah			48	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data lari 40 m siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Lari 40 M Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putra

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa lari 40 m siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 2,08% (1 siswa), kategori “rendah” sebesar 31,25% (15 siswa), kategori “sedang” sebesar 33,33% (16 siswa), kategori “tinggi” sebesar 22,91% (11 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 10,42% (5 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 7,13, lari 40 m siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

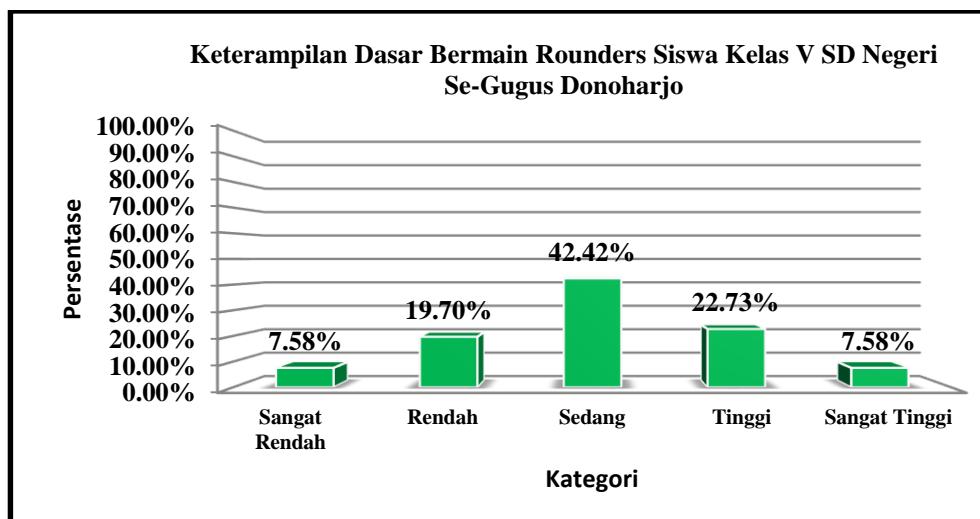
b. Siswa Putri

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Norma Peskoran Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$56,24 < X$	Sangat Tinggi	5	7,58%
2	$50,03 < X \leq 56,24$	Tinggi	15	22,73%
3	$43,82 < X \leq 50,03$	Sedang	28	42,42%
4	$37,61 < X \leq 43,82$	Rendah	13	19,70%
5	$X \leq 37,61$	Sangat Rendah	5	7,58%
Jumlah			66	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putri

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 7,58% (5 siswa), kategori “rendah” sebesar 19,70% (13 siswa), kategori “sedang” sebesar 42,42% (28 siswa), kategori “tinggi” sebesar 22,73% (15 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 7,58% (5 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 46,93, keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

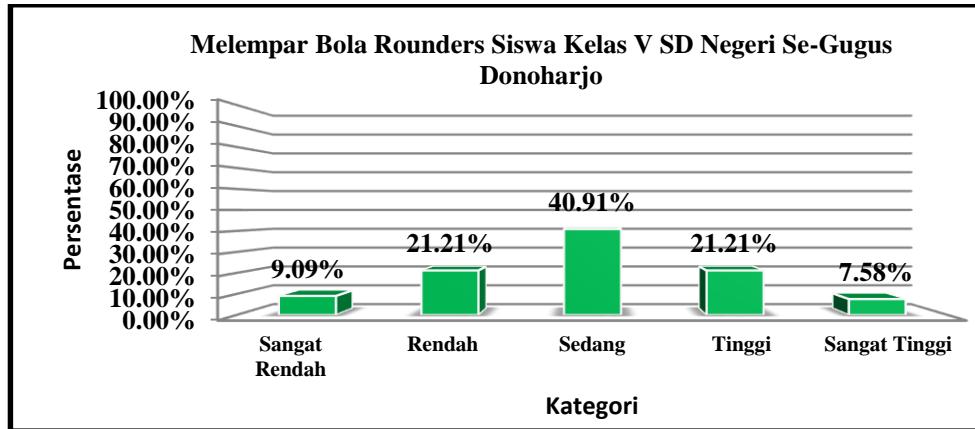
1) Melempar Bola

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data melempar bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Peskoran Melempar Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$37,60 < X$	Sangat Tinggi	5	7,58%
2	$34,09 < X \leq 37,60$	Tinggi	14	21,21%
3	$30,58 < X \leq 34,09$	Sedang	27	40,91%
4	$27,06 < X \leq 30,58$	Rendah	14	21,21%
5	$X \leq 27,06$	Sangat Rendah	6	9,09%
Jumlah			66	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data melempar bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Melempar Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putri

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa melempar bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 9,09% (6 siswa), kategori “rendah” sebesar 21,21% (14 siswa), kategori “sedang” sebesar 40,91% (27 siswa), kategori “tinggi” sebesar 21,21% (14 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 7,58% (4 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 32,33, melempar bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

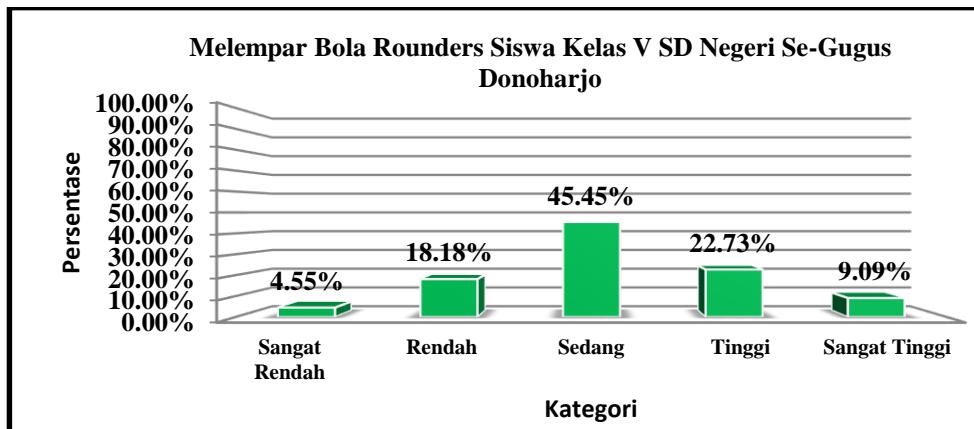
2) Menangkap Bola

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data menangkap bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Peskoran Menangkap Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$8,74 < X$	Sangat Tinggi	6	9,09%
2	$7,69 < X \leq 8,74$	Tinggi	15	22,73%
3	$6,64 < X \leq 7,69$	Sedang	30	45,45%
4	$5,59 < X \leq 6,64$	Rendah	12	18,18%
5	$X \leq 5,59$	Sangat Rendah	3	4,55%
Jumlah			66	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data menangkap bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Menangkap Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putri

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa menangkap bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,55% (3 siswa), kategori “rendah” sebesar 18,18% (12 siswa), kategori “sedang” sebesar 45,45% (30 siswa), kategori “tinggi” sebesar 22,73% (15 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 9,09% (6 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 7,17, menangkap bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

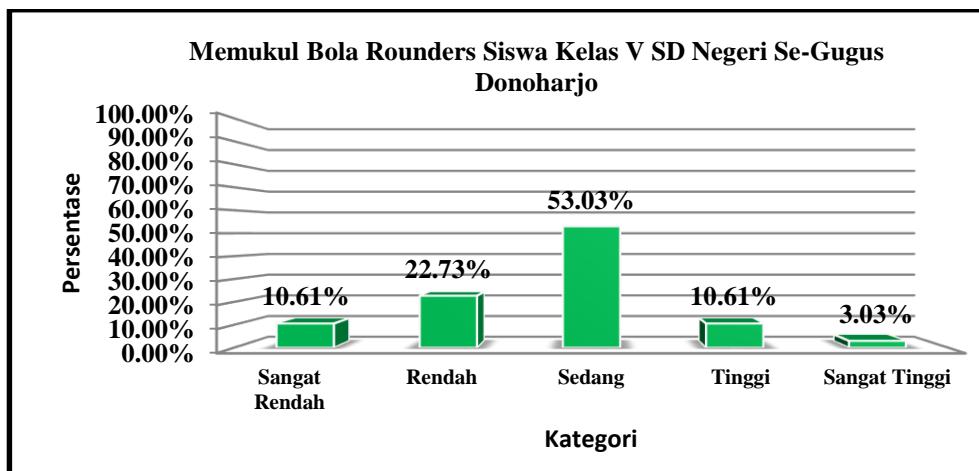
3) Memukul Bola

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data memukul bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Peskoran Memukul Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$8,08 < X$	Sangat Tinggi	2	3,03%
2	$7,18 < X \leq 8,08$	Tinggi	7	10,61%
3	$6,28 < X \leq 7,18$	Sedang	35	53,03%
4	$5,37 < X \leq 6,28$	Rendah	15	22,73%
5	$X \leq 5,37$	Sangat Rendah	7	10,61%
Jumlah			66	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data memukul bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Memukul Bola *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putri

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa memukul bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 10,61% (7 siswa), kategori “rendah” sebesar 22,73% (15 siswa), kategori “sedang” sebesar 53,03% (35 siswa), kategori “tinggi” sebesar 10,61% (7 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 3,03% (2 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 6,73, memukul bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

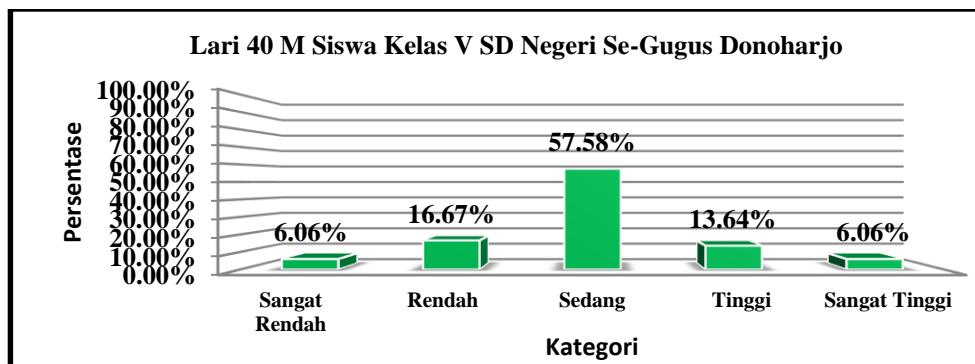
4) Lari 40 m

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data lari 40 m siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Peskoran Lari 40 M Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$8,72 < X$	Sangat Rendah	4	6,06%
2	$8,20 < X \leq 8,72$	Rendah	11	16,67%
3	$7,69 < X \leq 8,20$	Sedang	38	57,58%
4	$7,17 < X \leq 7,69$	Tinggi	9	13,64%
5	$X \leq 7,17$	Sangat Tinggi	4	6,06%
Jumlah			66	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data lari 40 m siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo tampak pada gambar berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Lari 40 M Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Donoharjo Siswa Putri

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa lari 40 m siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 6,06% (4 siswa), kategori “rendah” sebesar 16,67% (11 siswa), kategori “sedang” sebesar 57,58% (38 siswa), kategori “tinggi” sebesar 13,64% (9 siswa), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 6,06% (4 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 7,94, lari 40 m siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo masuk dalam kategori “sedang”.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori sedang. Keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo paling banyak yaitu pada kategori sedang yaitu sebesar 42,11% atau ada 48 siswa, diikuti kategori tinggi yaitu terdapat 26 siswa dari 114 siswa atau sebesar 22,81%, berikutnya yaitu 21,93% atau 25 siswa dari 114 siswa mempunyai keterampilan dasar bermain *rounders* rendah. Hal tersebut dikarenakan kekmampuan siswa yang tidak merata dan siswa tidak sungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran, serta sarana dan prasarana yang kurang memadai, yaitu lapangan *rounders* tidak terlalu luas. Selama ini pembelajaran permainan bola kecil dilaksanakan di halaman sekolah, akan tetapi dengan ukuran yang lapangan yang disesuaikan dengan halaman. Rata-rata letak gedung yang membentuk huruf U, membuat pembelajaran permainan *rounders* berjalan tidak maksimal. Pada saat permainan *rounders* guru juga tidak memberikan contoh bagaimana cara memukul, melempar, atau menangkap dalam permainan *rounders*.

Keunggulan dari pembelajaran *rounders* adalah bahwa materi ini dilakukan beregu, dapat dilakukan oleh semua siswa baik putra dan putri, dan peralatan yang digunakan cukup sederhana dan mudah didapat. Selain itu *rounders*, juga tidak membutuhkan lapangan yang terlalu luas. Permainan *rounders* juga sering dimainkan oleh anak-anak di waktu senggang setelah pulang

sekolah. Dalam KTSP (Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan) pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan 2006 permainan *rounders* merupakan salah satu bagian kegiatan pokok yang wajib diajarkan di sekolah. Alokasi waktu pembelajaran *rounders* untuk kelas V hanya 8x35 menit dalam satu semester, artinya dalam satu semester pembelajaran *rounders* hanya 4 kali pertemuan dalam satu semester. Agar permainan dapat dilakukan dengan kompak, setiap anggota regu harus disiplin pada aturan yang ditetapkan. Selain itu harus dilakukan dengan toleransi dan kerja sama yang tinggi agar kompak.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa melempar bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori sedang. Melempar merupakan hal utama dalam permainan *rounders*, yaitu pada waktu regunya menjaga regu lapangan. Apabila setiap anggota regu dapat melempar dengan kecepatan yang cukup besar dan ketepatan baik, maka regu tersebut akan menjadi regu yang kuat dalam pertahanan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa menangkap bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori sedang. Menangkap bola merupakan faktor penentu keberhasilan sebuah regu. Teknik ini merupakan salah satu unsur yang penting dalam pertahanan. Jika dapat menangkap bola dengan baik, maka kesempatan untuk mematikan lawan lebih besar

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa memukul bola *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori sedang. Memukul bola dalam permainan *rounders* merupakan faktor utama untuk

mendapatkan nilai. Oleh karena itu, teknik memukul hendaklah mendapat perhatian yang sungguh-sungguh. Untuk dapat menjadi seorang pemukul yang baik, pelajarilah teknik memukul secara keseluruhan, yaitu mulai dari cara memegang pemukul sampai akhir ayunan. Memukul bola merupakan teknik dasar dalam permainan *rounders*, pukulan yang baik akan mendapatkan kesempatan mendapatkan skor atau nilai.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa lari 40 m siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori sedang. Kecepatan lari dalam permainan *rounders* merupakan faktor penentu untuk memperoleh poin atau skor bagi regu pemukul, dan bagi penjaga untuk segera menguasai *base*.

Melempar, menangkap, memukul, dan kecepatan berlari merupakan keterampilan dasar yang wajib dikuasai untuk dapat bermain *rounders* dengan baik. Melempar bola dalam permainan *rounders* bertujuan untuk memberikan operan kepada teman satu tim atau kepada penjaga base supaya dapat mematikan lawan.

BAB V **KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa: keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri se-gugus Donoharjo berada pada kategori sangat rendah sebesar 7,02%, rendah sebesar 21,93%, sedang sebesar 42,11%, tinggi sebesar 22,81% dan sangat tinggi sebesar 6,14%. Dalam kategori kelompok putra terbagi atas: kategori “Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah, dan Sangat Rendah” .Hasil Penelitian dari 48 siswa diketahui 10,42% dalam kategori sangat tinggi, 14,58% Tinggi, 45,83% Sedang, 25,00% Rendah, dan 4,17% sangat rendah.dalam kelompok putri kategori “Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah, dan Sangat Rendah” .Hasil Penelitian dari 66 siswa diketahui 7,58% dalam kategori sangat tinggi, 22,73% Tinggi, 42,42% Sedang, 19,70% Rendah, dan 7,58% sangat rendah

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, penelitian memiliki implikasi, yaitu bagi guru dan siswa agar lebih meningkatkan keterampilan dasar bermain *rounders* siswa.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan sebaik mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian yaitu:

1. Tidak tertutup kemungkinan para siswa kurang bersungguh-sungguh dalam melakukan tes.
2. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang dapat mempengaruhi kemampuan keterampilan dasar bermain *rounders* siswa, yaitu faktor psikologis atau kematangan mental.

3. Kesadaran peneliti, bahwa masih kurangnya pengetahuan, biaya dan waktu untuk penelitian.

D. Saran-saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi guru, hendaknya memperhatikan keterampilan dasar bermain *rounders* siswa agar lebih meningkat dan selalu memotivasi siswa untuk giat berlatih.
2. Bagi siswa agar menambah latihan-latihan lain yang mendukung dalam mengembangkan keterampilan dasar bermain *rounders* siswa.
3. Bagi peneliti selanjutnya, seyogyanya menambah variabel penelitian untuk mendapatkan hasil yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Wakhid, A. N . (2015). *Faktor-Faktor Pendukung Kelancaran Pembelajaran PJOK di MTs Darul Muhammadiyah Galur* (Skripsi). Yogyakarta :Prodi PJKR FIK UNY.
- Ma'mun, A. (2000). Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak. Jakarta: Depdikbud.
- Sudijono,A. (2014). Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Pamungkas, K. (2013). Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Rounders Siswa kelas V SD Negeri Ngadaan di Kecamatan Pituruh. Skripsi. Yogyakarta:Prodi PJKR FIK UNY.
- Depdiknas. (2005). Kamus Umum Bahasa Indonesia. Jakarta Depdiknas.
- Mudjiono, Dimyati (2006). Belajardan Pembelajaran. Jakarta :PT Asdi Mahasatya
- Sumantri, M dan Nana Syaodih. (2009). Perkembangan PesertaDidik. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Arikunto, S. (2006). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta:PT Asdi Mahasatya.
- Sumanto. (2014). Teoridan Aplikasi Metode Penelitian. Yogyakarta: Center of Academic Publishing Services.
- Supardi dan Suryono. (2010). BSE: Penjasorkes untuk SD/MI Kelas V. Jakarta: Pusat Perbukuan KementerianPendidikan Nasional.
- Tim Bina Karya Guru. (2005). Pendidikan Jasmani untuk Sekolah Dasar Kelas V. Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama.
- Tamat, T dan Moekato Mirman. (2005). Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Kiram, Y. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud

Lampiran-lampiran

Lampiran 1.Instrumen penilaian

1.Tes Ketepatan Melempar Bola

a.Tujuan : Mengukur ketepatan melempar bola *rounders* terhadap sasaran

b.Peralatan : Sasaran dinding bergambar lingkaran dengan berbagai varian ukuran, kapur, bola *rounders*.

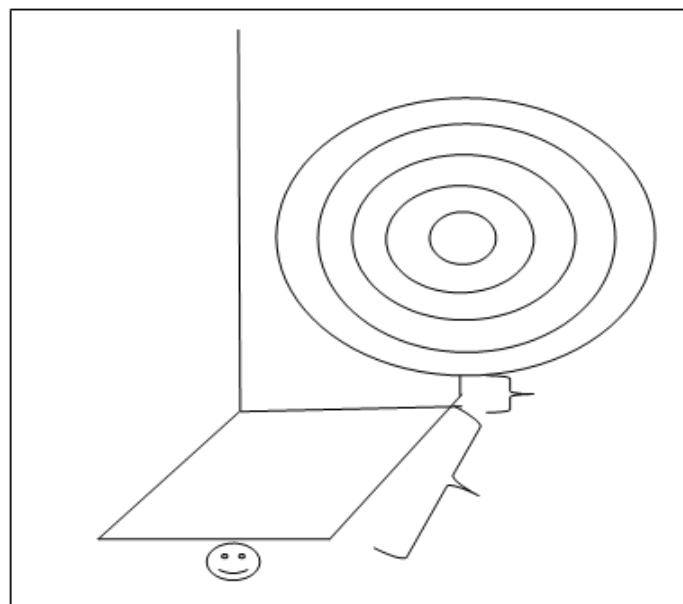
c.Pelaksanaan : Testee melakukan lemparan bola kearah sasaran. Sasaran terdiri dari lingkaran dengan berbagai varian ukuran yang memusat kecil. Ukuran lingkaran terkecil dengan diameter 18cm, lingkaran berikutnya berdiameter 38 cm, lingkaran berikutnya 56 cm, lingkaran berikutnya berdiameter 74 cm, dan lingkaran terluar dengan diameter 90 cm. Garis lingkaran terluar di pasang 0,5 m dari lantai. Jarak lempar ke sasaran adalah 6,5 m.

d.Peraturan:

- 1.Lemparan dilakukan dengan kedua kaki tetap berada di belakang garis batas lemparan.

- 2.Setiap testee mendapat kesempatan 10 kali

Berikut kami sajikan gambar sasaran untuk melakukan tes ketepatan melempar.



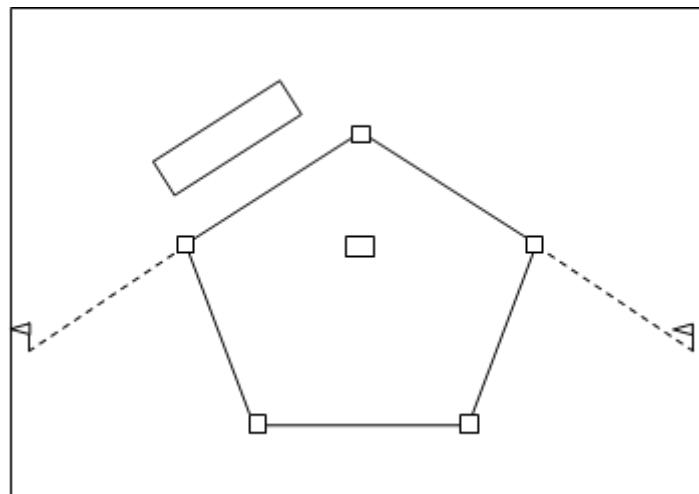
Gambar 7. Target tes Ketepatan Melempar Bola

Sumber : Kurnia Pamungkas (2015)

3. Penilaian : Bola mengenai pada sasaran lingkaran tengah diberikan nilai 5, bola pada lingkaran berikutnya diberi nilai 4, bola pada lingkaran berikutnya diberi nilai 3, bola pada lingkaran berikutnya diberi nilai 2, sedangkan bola pada lingkaran yang terluar dengan nilai 1. Apabila bola tidak mengenai sasaran dengan nilai 0. Bola yang tepat pada garis lingkaran diberi nilai dengan angka tertinggi. Skor adalah jumlah angka yang dibuat dari jumlah lemparan. Catatlah skor pada formulir. Angka maksimal adalah 50 point.

3.Tes Memukul Bola

- a.Tujuan : Mengetahui kemampuan memukul bola *rounders*
- b.Peralatan : Lapangan *rounders*, bola, pemukul rounder
- c.Pelaksanaan : Testee berdiri ditempat pemukul. Kemudian *testee* memukul bola yang yang dilemparkan oleh pelambung.
- d.Peraturan :
- 1.Testee melakukan pukulan ditempat pemukul.
 - 2.Kesempatan memukul 10 kali.
- e.Penilaian : Bola yang berhasil dipukul secara benar mendapat nilai 1. Bola yang tidak berhasil dipukul atau bola yang berhasil dipukul tetapi tidak berada di daerah pukulan mendapat nilai 0.Skor maksimal adalah 10.

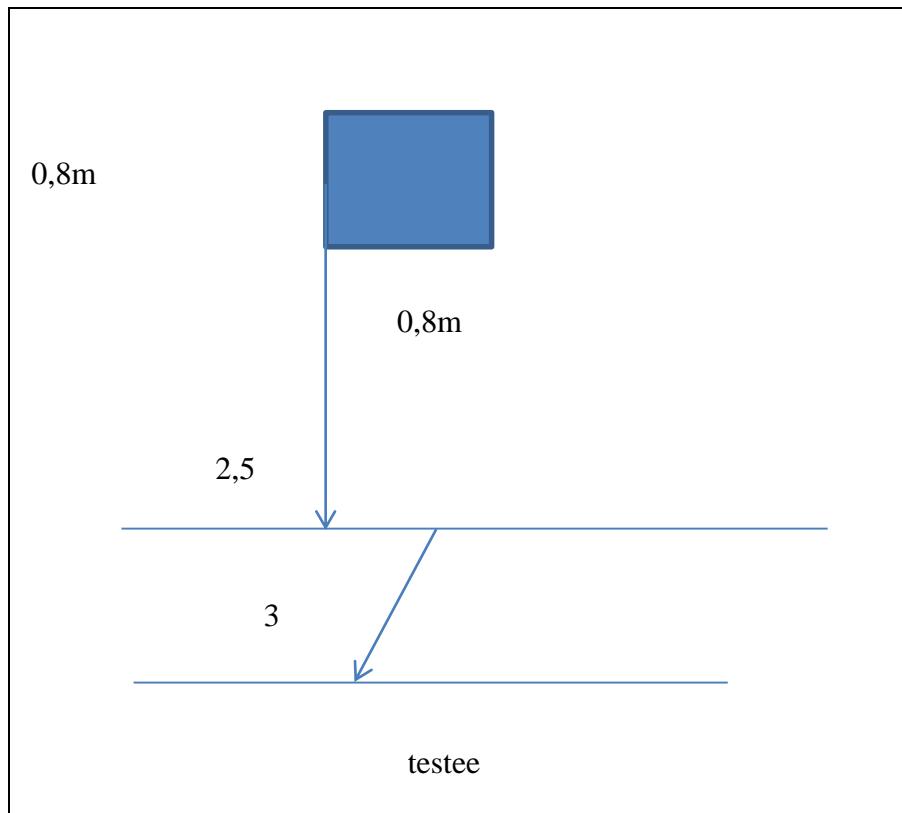


Gambar 8.Tes Memukul bola

Sumber : Kurnia Pamungkas (2013)

4. Tes Menangkap Bola

- a.Tujuan : Mengukur keterampilan menangkap bola pantulan yang dilemparkan *testee* ke tembok.
- b.Peralatan : Lapangan yang menghadap ke tembok, kotak sasaran yang ditempelkan di tembok .Garis batas sebagai jarak antara *testee* dengan tembok.
- c.Pelaksanaan : *Testee* berdiri di belakang garis batas, *testee* melemparkan bola kearah sasaran kemudian berusaha menangkap bola yang memantul dari bidang sasaran. *Testee* melakukan sebanyak 10 kali.





Gambar 9.Tes Menangkap bola

Sumber: Kurnia Pamungkas (2013)

d) Peraturan :

1. *Testee* harus berada di belakang garis saat melakukan lemparan.

2. Lemparan bola bawah harus masuk pada bidang sasaran.

3. *Testee* harus dapat menangkap bola pantulan.

4. *Testee* melakukan 10 kali lemparan benar,mengenai bidang sasaran.

e. Penilaian : Skor adalah jumlah seluruh bola yang tertangkap dari lemparan bola yang benar. Setiap bola yang tertangkap mendapat nilai 1, dan nilai 0 untuk yang tidak tertangkap. Skor maksimal adalah 10.

4. Tes kecepatan lari

a) Tujuan : Mengukur kecepatan berlari dalam jarak 40m

b) Peralatan : lintasan lari ,peluit, stop watch

c) Pelaksanaan: *Testee* berdiri di belakang garis start, *teste* berlari kearah garis finish. *Testee* melakukan sebanyak satu kali

d) Peraturan

1. *Teste* berada dibelakang garis start

2. *Teste* berlari setelah aba aba diberikan

3. *Teste* melakukan sebanyak satu kali

e) Penilaian

1. Penilaian dikategorikan dalam Lima klasifikasi yaitu: sangat baik, baik, sedang, rendah, dan sangat rendah .

Umur 6 s/d 9 tahun		Nilai	Umur 10 s/d 12 tahun	
Putra	Putri		Putra	Putri
sd- 5.5 detik	sd – 5.8 detik	5	sd- 6.3 detik	Sd – 6.7 detik
5.6 – 6.1 detik	5.9 – 6.6 detik	4	6.4 – 6.9 detik	6.8 – 7.5 detik
6.2 – 6.9 detik	6.7 – 7.8 detik	3	7.0 – 7.7 detik	7.6 – 8.3 detik
7.0 – 8.6 detik	7.9 – 9.2 detik	2	7.8 – 8.8 detik	8.4 – 9.6 detik
8.7 – dst	9.3 – dst	1	8.9 – dst	9.7 – dst

Lampiran 2. Data Hasil Penilaian

NO	SCORE								Total Score (50 + 10 z)	
	Melempar		Menangkap		Memukul		Lari 40 m			
	X1	T Score	X2	T Score	X3	T Score	X4	T Score		
1	32	47.612	7	46.194	7	49.623	6.72	63.278	51.677	
2	34	53.596	7	46.194	8	60.369	7.62	49.799	52.489	
3	31	44.62	7	46.194	8	60.369	7.54	50.997	50.545	
4	33	50.604	6	37.517	8	60.369	7.46	52.195	50.171	
5	34	53.596	7	46.194	7	49.623	7.85	46.354	48.942	
6	33	50.604	7	46.194	7	49.623	7.96	44.707	47.782	
7	32	47.612	5	28.839	6	38.877	7.76	47.702	40.758	
8	29	38.636	6	37.517	7	49.623	7.42	52.794	44.642	
9	34	53.596	8	54.872	8	60.369	6.45	67.322	59.039	
10	37	62.571	6	37.517	7	49.623	8.76	32.726	45.609	
11	31	44.62	7	46.194	7	49.623	8.47	37.069	44.376	
12	31	44.62	7	46.194	5	28.131	7.87	46.055	41.250	
13	32	47.612	7	46.194	6	38.877	9.24	25.537	39.555	
14	31	44.62	8	54.872	6	38.877	8,72	33.325	42.923	
15	34	53.596	6	37.517	8	60.369	7.25	55.340	51.705	
16	33	50.604	7	46.194	7	49.623	7.75	47.852	48.568	
17	32	47.612	7	46.194	7	49.623	7.68	48.900	48.082	
18	33	50.604	8	54.872	7	49.623	7.77	47.553	50.663	
19	32	47.612	8	54.872	7	49.623	8.45	37.368	47.369	
20	36	59.579	7	46.194	7	49.623	7.86	46.205	50.400	
21	39	68.555	9	63.549	8	60.369	6.2	71.066	65.885	
22	27	32.652	6	37.517	6	38.877	8.5	36.620	36.416	

23	36	59.579	8	54.872	7	49.623	8.9	30.629	48.676
24	27	32.652	8	54.872	7	49.623	8.45	37.368	43.629
25	27	32.652	6	37.517	6	38.877	8.4	38.117	36.791
26	34	53.596	8	54.872	7	49.623	8.38	38.417	49.127
27	38	65.563	7	46.194	8	60.369	6.5	66.573	59.675
28	30	41.628	10	72.226	7	49.623	7.35	53.843	54.330
29	30	41.628	10	72.226	7	49.623	8.82	31.827	48.826
30	31	44.62	7	46.194	5	28.131	9.71	18.498	34.361
31	31	44.62	10	72.226	8	60.369	7.74	48.002	56.304
32	35	56.587	7	46.194	7	49.623	7.2	56.089	52.123
No	Score								Total Score
	Melempar		Menangkap		Memukul		Lari 40 M		
	X1	T Score	X2	T Score	X3	T Score	X4	T Score	
33	30	41.628	6	37.517	6	38.877	7.7	48.601	41.656
34	30	41.628	6	37.517	5	28.131	7.9	45.606	38.220
35	32	47.612	7	46.194	6	38.877	8.3	39.615	43.074
36	32	47.612	8	54.872	7	49.623	7.4	53.094	51.300
37	31	44.62	8	54.872	7	49.623	7.1	57.587	51.675
38	32	47.612	7	46.194	8	60.369	7.5	51.596	51.443
39	34	53.596	8	54.872	8	60.369	7.6	50.099	54.734
40	36	59.579	7	46.194	7	49.623	6.8	62.080	54.369
41	40	71.547	9	63.549	9	71.114	6.2	71.066	69.319
42	37	62.571	9	63.549	9	71.114	6.6	65.075	65.577
43	30	41.628	7	46.194	6	38.877	8.7	33.624	40.081
44	30	41.628	6	37.517	7	49.623	8.5	36.620	41.347
45	32	47.612	7	46.194	8	60.369	7.8	47.103	50.319
46	35	56.587	7	46.194	7	49.623	7.7	48.601	50.251
47	35	56.587	6	37.517	7	49.623	7.4	53.094	49.205
48	31	44.62	6	37.517	6	38.877	8.1	42.610	40.906
49	36	59.579	7	46.194	7	49.623	7.7	48.601	50.999
50	36	59.579	8	54.872	7	49.623	6.8	62.080	56.538
51	35	56.587	7	46.194	5	28.131	7.7	48.601	44.878
52	34	53.596	8	54.872	8	60.369	7.2	56.089	56.231
53	38	65.563	7	46.194	8	60.369	7.6	50.099	55.556
54	33	50.604	7	46.194	7	49.623	7.1	57.587	51.002
55	34	53.596	8	54.872	7	49.623	6.3	69.568	56.915
56	31	44.62	7	46.194	6	38.877	7.7	48.601	44.573

57	29	38.636	7	46.194	7	49.623	7.4	53.094	46.887	
58	28	35.644	7	46.194	7	49.623	7.7	48.601	45.016	
59	36	59.579	7	46.194	7	49.623	8.1	42.610	49.502	
60	34	53.596	6	37.517	8	60.369	8.2	41.113	48.148	
61	31	44.62	6	37.517	5	28.131	6.9	60.582	42.713	
62	32	47.612	7	46.194	6	38.877	8	44.108	44.198	
63	32	47.612	8	54.872	7	49.623	6.8	62.080	53.547	
64	31	44.62	8	54.872	8	60.369	6.7	63.578	55.859	
65	32	47.612	7	46.194	8	60.369	7.9	45.606	49.945	
66	34	53.596	8	54.872	8	60.369	8.3	39.615	52.113	
No	Score								Total Score	
	Melempar		Menangkap		Memukul		Lari 40 M			
	X1	T Score	X2	T Score	X3	T Score	X4	T Score		
67	38	65.563	7	46.194	7	49.623	8.2	41.113	50.623	
68	40	71.547	9	63.549	9	71.114	8.1	42.610	62.205	
69	37	62.571	9	63.549	9	71.114	7.9	45.606	60.710	
70	30	41.628	8	54.872	6	38.877	6.8	62.080	49.364	
71	32	47.612	6	37.517	7	49.623	8.2	41.113	43.966	
72	32	47.612	7	46.194	8	60.369	6.3	69.568	55.936	
73	35	56.587	7	46.194	7	49.623	7.8	47.103	49.877	
74	35	56.587	6	37.517	8	60.369	6.9	60.582	53.764	
75	32	47.612	6	37.517	6	38.877	6.8	62.080	46.521	
76	36	59.579	7	46.194	7	49.623	7.6	50.099	51.374	
77	36	59.579	8	54.872	7	49.623	7.3	54.592	54.666	
78	35	56.587	7	46.194	5	28.131	7.9	45.606	44.130	
79	36	59.579	8	54.872	8	60.369	7.2	56.089	57.727	
80	38	65.563	7	46.194	8	60.369	7.8	47.103	54.807	
81	33	50.604	8	54.872	7	49.623	7.1	57.587	53.171	
82	34	53.596	8	54.872	8	60.369	6.5	66.573	58.852	
83	33	50.604	7	46.194	6	38.877	8	44.108	44.946	
84	29	38.636	7	46.194	7	49.623	7.8	47.103	45.389	
85	28	35.644	8	54.872	7	49.623	7.7	48.601	47.185	
86	27	32.652	6	37.517	6	38.877	7.7	48.601	39.412	
87	37	62.571	8	54.872	7	49.623	8.1	42.610	52.419	
88	27	32.652	8	54.872	7	49.623	7.8	47.103	46.062	
89	27	32.652	6	37.517	6	38.877	7.8	47.103	39.037	
90	34	53.596	8	54.872	7	49.623	6.9	60.582	54.668	

91	38	65.563	7	46.194	8	60.369	6.8	62.080	58.551	
92	30	41.628	10	72.226	7	49.623	7.6	50.099	53.394	
93	35	56.587	10	72.226	7	49.623	7.6	50.099	57.134	
94	31	44.62	7	46.194	5	28.131	7.8	47.103	41.512	
95	31	44.62	10	72.226	8	60.369	7.4	53.094	57.577	
96	36	59.579	10	72.226	9	71.114	7.3	54.592	64.378	
97	35	56.587	9	63.549	7	49.623	7.5	51.596	55.339	
98	31	44.62	8	54.872	7	49.623	6.8	62.080	52.799	
99	28	35.644	5	28.839	5	28.131	7.9	45.606	34.555	
no	Score								Total Score	
	Melempar		Menangkap		Memukul		Lari 40 M			
	X1	T Score	X2	T Score	X3	T Score	X4	T Score		
100	30	41.628	9	63.549	8	60.369	8	44.108	52.413	
101	28	35.644	9	63.549	7	49.623	8.2	41.113	47.482	
102	32	47.612	7	46.194	7	49.623	7.2	56.089	49.879	
103	27	32.652	9	63.549	7	49.623	6.9	60.582	51.602	
104	40	71.547	8	54.872	8	60.369	7.4	53.094	59.970	
105	23	20.685	5	28.839	6	38.877	7.9	45.606	33.502	
106	25	26.668	8	54.872	7	49.623	7.3	54.592	46.439	
107	33	50.604	10	72.226	7	49.623	7	59.085	57.884	
108	36	59.579	8	54.872	7	49.623	8.3	39.615	50.922	
109	34	53.596	8	54.872	6	38.877	8.2	41.113	47.114	
110	32	47.612	7	46.194	7	49.623	7.9	45.606	47.259	
111	33	50.604	7	46.194	7	49.623	7.3	54.592	50.253	
112	35	56.587	7	46.194	7	49.623	7.4	53.094	51.375	
113	36	59.579	7	46.194	8	60.369	6.8	62.080	57.056	
114	37	62.571	9	63.549	8	60.369	6.3	69.568	64.014	

Lampiran 3 Dokumentasi tes keterampilan

Melempar bola



Menangkap bola



Memukul bola



Lari 40 Meter



SD BANTERAN I

Melempar bola



Menangkap bola



Memukul bola



Lari 40 Meter



SD BRENGOSAN 2

Melempar bola



Menengkap bola



Memukul bola



Lari 40 Meter

SD N Brengosan 1

Melempar bola



Menangkap bola



Memukul bola



Lari 40 meter



Lampiran 4.Lampiran surat penelitian