

**UPAYA MENINGKATKAN GERAK MANIPULATIF DALAM  
PERMAINAN KASTI MELALUI PERMAINAN TARGET  
SISWA KELAS IV SD NEGERI JOMBOR LOR  
KABUPATEN SLEMAN TAHUN 2017**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



**Oleh :  
Alfani Muriza  
NIM: 15604227017**

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

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

### UPAYA MENINGKATKAN GERAK MANIPULATIF DALAM PERMAINAN KASTI MELALUI PERMAINAN TARGET SISWA KELAS IV SD NEGERI JOMBOR LOR KABUPATEN SLEMAN TAHUN 2017

Disusun oleh:

Alfani Muriza  
NIM 15604227017

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

Yogyakarta, Agustus 2017

Mengetahui,  
Ketua Program Studi



Dr. Subagyo, M.Pd  
NIP. 19561107 198203 1 002

Disetujui,  
Dosen Pembimbing,



Tri Ani Hastuti, S.Pd, M.Pd.  
NIP. 19720904 20112 2 001

**HALAMAN PENGESAHAN**

Tugas Akhir Skripsi




**UPAYA MENINGKATKAN GERAK MANIPULATIF DALAM  
PERMAINAN KASTI MELALUI PERMAINAN TARGET  
SISWA KELAS IV SD NEGERI JOMBOR LOR  
KABUPATEN SLEMAN TAHUN 2017**

Disusun oleh:

Alfani Muriza  
NIM 15604227017


Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program  
Studi PGSD Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri  
Yogyakarta  
Pada tanggal 18 Agustus 2017

**TIM PENGUJI**

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Tri Ani Hastuti, S.Pd, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		22/09 2017
Aris Fajar Pambudi, M.Or Sekretaris Penguji		26/9 2017
Drs. Sridadi, M.Pd Penguji 1		05/10 2017

Yogyakarta,..... Oktober 2017

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,

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

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alfani Muriza

NIM : 15604227017

Program Studi: S1 PGSD Penjas

Judul TAS : Upaya Meningkatkan Gerak Manipulatif Dalam Permainan  
Kasti Melalui Permainan Target Siswa Kelas IV SDN  
Jombor Lor Kabupaten Sleman Tahun 2017.

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

Yogyakarta, Agustus 2017

Yang menyatakan



Alfani Muriza

NIM: 15604227017

## **MOTTO**

1. *Winner never quit and quitters never win.* ( Vince Lombardi )
2. Siapa yang mencari akan mendapatkan. ( Alfani Muriza )

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah kupersembahkan karya ini untuk orang-orang yang kusayangi :

1. Kedua orang tuaku Bapak Faisal dan Ibu Sumaryaningsih.
2. Istriku tercinta Desy Tri Wahyuni yang selalu mendoakan dan mensupport setiap langkahku.
3. Kedua anakku Arundaya Putri Aldy dan Kirana Maharani Putri Aldy, kalianlah cahaya hidupku.

**UPAYA MENINGKATKAN GERAK MANIPULATIF DALAM  
PERMAINAN KASTI MELALUI PERMAINAN TARGET  
SISWA KELAS IV SD NEGERI JOMBOR LOR  
KABUPATEN SLEMAN TAHUN 2017**

Oleh  
Alfani Muriza  
NIM : 15604227017

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV SD Negeri Jombor Lor Kabupaten Sleman yang belum pernah dilakukan.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas, dengan 4 aspek setiap siklusnya yang terdiri dari perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*action*), observasi (*observing*), refleksi (*reflecting*). Subjek pada penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri Jombor Lor dengan jumlah 20 siswa yang terdiri dari 9 siswa putra dan 11 siswi putri. Instrumen yang digunakan yaitu tes ketrampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti.

Beberapa siswa kelas IV SD Negeri Jombor Lor Kabupaten Sleman belum memiliki kemampuan koordinasi yang baik saat bermain bola kasti. Setelah dilakukan penelitian disimpulkan adanya peningkatan kemampuan gerak manipulatif dalam permainan kasti pada siswa kelas IV SD Negeri Jombor Lor, ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata unjuk kerja siswa. Nilai rata-rata siswa tersebut mengalami peningkatan dari siklus I yaitu sebesar 58,08 dengan rincian nilai lempar bola 56,25 nilai tangkap bola 70,05 dan nilai memukul bola 47,05 persentase ketuntasan klasikal 75 sebesar 0% (belum tuntas). Kemudian dilanjutkan ke siklus II nilai rata-rata siswa kembali mengalami peningkatan sebesar 81,25 dengan rincian nilai lempar bola 78,25 nilai tangkap bola 88,05 dan nilai memukul bola 77,0 persentase ketuntasan klasikal sebesar 90% (18 siswa tuntas) dan 10% (2 siswa belum tuntas). Hal ini menunjukkan bahwa target yang telah ditetapkan sebelumnya KKM 75 telah tercapai sehingga penelitian dihentikan pada siklus II. Kemampuan gerak manipulatif peserta didik meningkat ditandai dengan 90% peserta didik tuntas KKM.

*Kata kunci : kasti, gerak manipulatif, siswa kelas IV*

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “ Upaya Meningkatkan Gerak Manipulatif Dalam Permainan Kasti Melalui Permainan Target Siswa Kelas IV SDN Jombor Lor Kabupaten Sleman Tahun 2017 “ dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Tri Ani Hastuti, S.Pd., M.Pd selaku Dosen Pembimbing TAS yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Ibu Tri Ani Hastuti, S.Pd., M.Pd selaku Ketua Penguji, Bapak Aris Fajar Pambudi, M.Or selaku Sekretaris Penguji, dan Bapak Drs. Sridadi, M.Pd selaku Penguji 1 yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap TAS ini.
3. Bapak Dr. Guntur, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan 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 selesainya TAS ini.
4. Bapak Prof. Dr. Wawan S Suherman, M.Ed selaku Dekan Fakultas FIK yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi ini.

5. Ibu Sudalni, S.Pd.SD selaku Kepala SD Negeri Jombor Lor yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Para guru dan staf SD Negeri Jombor Lor yang telah memberi bantuan dalam proses pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

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

Yogyakarta, Agustus 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>MOTTO</b> .....	.v
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Batasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	5

### **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

A. Kajian Teori.....	6
B. Penelitian yang Relevan.....	26
C. Kerangka Berfikir.....	29

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	31
B. Subyek Penelitian.....	32
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
D. Tehnik Pengumpulan Data.....	33
E. Instrumen Penelitian.....	35
F. Analisis Data.....	40
G. Kriteria Keberhasilan Tindakan.....	41

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian.....	45
B. Pembahasan.....	54
C. Keterbatasan Penelitian.....	55

### **BAB V SIMPULAN DAN SARAN**

A. Simpulan.....	56
B. Saran.....	56

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>57</b>
----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>59</b>
----------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 . Instrumen Tes Penilaian Melempar Bola.....	35
Tabel 2. Instrumen Tes Penilaian Menangkap Bola.....	36
Tabel 3. Instrumen Tes Penilaian Memukul Bola.....	36
Tabel 4. Pedoman ketuntasan individu dalam persen.....	42
Tabel 5. Ketuntasan klasikal dalam persen.....	42
Tabel 6. Penilaian Aspek Melempar bola Siklus I.....	46
Tabel 7. Penilaian Aspek Menangkap bola Siklus I.....	47
Tabel 8. Penilaian Aspek Memukul bola Siklus I.....	47
Tabel 9. Hasil ketuntasan Gerak Manipulatif Siswa Siklus I.....	48
Tabel 10. Hasil ketuntasan klasikal kasti Siklus I.....	48
Tabel 11. Penilaian Aspek Melempar bola Siklus II.....	51
Tabel 12. Penilaian Aspek Menangkap bola Siklus II.....	52
Tabel 13 Penilaian Aspek Memukul bola Siklus II.....	52
Tabel 14 Hasil ketuntasan Gerak Manipulatif Siswa Siklus II.....	53
Tabel 15 Hasil Ketuntasan klasikal kasti Siklus II.....	53

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 01. Gerakan Melempar Bola dari Bawah.....	9
Gambar 02. Gerakan Melempar Bola dari Samping.....	10
Gambar 03. Gerakan Melempar Bola dari Atas.....	10
Gambar 04. Menangkap Bola dari Atas.....	11
Gambar 05. Menangkap Bola Mendatar dari Samping.....	12
Gambar 06. Menangkap Bola Rendah.....	12
Gambar 07. Menangkap Bola Menggelinding.....	13
Gambar 08. Pukulan dari Bawah.....	14
Gambar 09. Pukulan dari Samping.....	15
Gambar 10. Pukulan dari Atas.....	15
Gambar 11 lapangan permainan Bola Kasti.....	17
Gambar 12. Permainan Target Melempar pada sasaran.....	20
Gambar 13. Lemparan lebih kuat dengan ancang-ancang / awalan..	21
Gambar 14. Lomba menggusur bola.....	22
Gambar 15. Melempar dengan bola.....	22
Gambar 16. Lempar bola berayun.....	23
Gambar 17. Menjatuhkan sasaran.....	23
Gambar 18. Lempar karton sebagai sasaran.....	24
Gambar 19. Melempar bola kecil dengan sasaran bom air.....	24
Gambar 20 Siklus pada kegiatan PTK Suharsimi Arikunto.....	32
Gambar 21 Instrumen Tes Melempar Bola.....	38
Gambar 22 Instrumen Tes Menangkap Bola.....	39

Gambar 23 Instrumen Tes Memukul Bola.....	40
Gambar 24 Histogram Kemampuan Gerak Manipulatif Siklus I.....	49
Gambar 25 Histogram Kemampuan Gerak Manipulatif Siklus II.....	54

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian dari UNY.....	60
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian dari SDN Jombor Lor.....	61
Lampiran 3. Kartu Bimbingan.....	62
Lampiran 4. Surat Keterangan Pengujian Tera Meteran.....	63
Lampiran 5. Penilaian Aspek Lempar Bola Siklus 1.....	64
Lampiran 6. Penilaian Aspek Tangkap bola Siklus 1.....	65
Lampiran 7. Penilaian Aspek Memukul Bola Siklus 1.....	66
Lampiran 8. Hasil Ketuntasan Gerak Manipulatif Siklus 1.....	67
Lampiran 9. Penilaian Aspek Lempar Bola Siklus 2.....	68
Lampiran 10. Penilaian Aspek Tangkap Bola Siklus 2.....	69
Lampiran 11. Penilaian Aspek Memukul Bola Siklus 2.....	70
Lampiran 12. Hasil Ketuntasan Gerak Manipulatif Siklus 2.....	71
Lampiran 13. Rencana Program Pembelajaran.....	72
Lampiran 14. Dokumentasi Kegiatan.....	73

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Manipulatif merupakan keterampilan gerak kompleks yang akan dilewati oleh setiap anak selama masa perkembangannya, anak yang dalam masa pertumbuhan dan perkembangan sangat memerlukan kontrol yang terstruktur dari orang dewasa. Oleh karena itu, berbagai upaya pengawasan mutlak dilakukan untuk memperoleh hasil yang optimal dan sesuai harapan.

Perkembangan gerak manipulatif adalah suatu keterampilan memanipulasi obyek sambil bergerak. Kemampuan melempar, memukul dan menangkap bola menjadi salah satu kemampuan manipulatif yang sangat diperlukan pada masa perkembangan. Karena keterampilan ini dapat menopang terhadap kebutuhan gerak pada usia anak-anak, kemampuan manipulatif akan berkembang seiring dengan bertambahnya usia dan akan lebih cepat lagi apabila diiringi dengan rangkaian latihan. Hampir semua anak mampu untuk menguasai keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola tanpa harus berlatih. Namun masih perlu dipertanyakan sampai dimanakah tingkat keterampilan ini bisa berkembang jika tidak dilatih secara khusus.

Permainan Kasti termasuk dalam permainan bola kecil, permainan ini dilakukan secara beregu atau kelompok dan setiap regu terdiri dari 12 orang. Permainan ini mengutamakan kemampuan manipulatif, kemampuan manipulatif meliputi kemampuan melempar, memukul dan menangkap bola.

Setiap pemain harus memiliki kemampuan yang baik dalam melempar, memukul dan menangkap bola, serta kemampuan akurasi dalam ketepatan melempar sasaran. Dengan menggunakan kemampuan manipulatif dan akurasi maka regu penjaga akan dengan mudah mematikan regu pemukul.

Program pembelajaran penjaga kelas IV di SD Negeri Jombor Lor menggunakan KTSP 2006. Adapun Kompetensi Dasarnya 1.1 Mempraktikkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana dengan peraturan yang di modifikasi, serta nilai kerja sama tim, sportivitas dan kejujuran. Berdasarkan KD tersebut ditetapkan bahwa permainan bola kecil adalah permainan Bola Kasti.

Siswa kelas IV SD Negeri Jombor Lor sering melakukan kegiatan permainan kasti, dalam permainan kasti terdapat berbagai permasalahan yang sering dihadapi, baik itu regu pemukul maupun regu penjaga, seperti kurangnya koordinasi siswa dalam kemampuan melempar bola. Saat pembelajaran bola kasti masih sering terlihat siswa melempar bola kadang tidak tepat sasaran, bola melenceng terlalu jauh dari target sasaran. Kurangnya koordinasi dalam menangkap bola, hal ini terlihat saat bola yang sudah menyentuh tangan sering jatuh ke tanah dan kurangnya koordinasi dalam memukul bola, berdasarkan pengamatan selama pembelajaran kasti bola yang dilambungkan sesuai dengan permintaan pemukul pada saat dipukul bola tidak mengenai tongkat pemukul.

Selama ini kompetensi dasar pembelajaran permainan bola kecil kelas IV khususnya permainan bola kasti belum tercapai, karena masih ada siswa

yang kesulitan dalam kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola maupun ketepatan dalam melempar sasaran contohnya saat mematikan lawan sehingga belum tercapainya KKM secara maksimal.

Jika permasalahan yang sering di hadapi ini tidak diperhatikan maka akan mengakibatkan kemampuan peserta didik dalam bermain kasti menjadi kurang variatif, selain itu anak-anak hanya akan bermain kasti secara sembarangan tanpa memperhatikan peraturan yang ada, sehingga dapat mengakibatkan anak-anak menjadi bosan ketika bermain. Dengan demikian guru akan berupaya dan akan terus berinovasi mencari cara agar dapat mengatasi masalah yang dihadapi oleh siswa kelas IV SD Negeri Jombor Lor sehingga nantinya mereka dapat bermain kasti dengan baik.

Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang ” **Upaya Meningkatkan Gerak Manipulatif Dalam Permainan Kasti Melalui Permainan Target Siswa Kelas IV SD Negeri Jombor lor kabupaten Sleman Tahun 2017**”.

## **B. Identifikasi masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, permasalahan yang ada dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Beberapa siswa belum memiliki kemampuan melempar bola dengan baik.
2. Beberapa siswa belum memiliki kemampuan menangkap bola dengan baik.
3. Beberapa siswa belum memiliki kemampuan memukul bola dengan baik.

4. Beberapa siswa belum memiliki koordinasi yang baik saat bermain bola kasti.

### **C. Batasan masalah**

Agar permasalahan yang ada dapat diatasi dengan sebaik baiknya dan pembahasan tidak menyimpang dari permasalahan yang ada, maka peneliti akan membatasi masalah yang akan diteliti, peneliti membatasi masalah tentang Upaya meningkatkan gerak manipulatif dalam permainan kasti melalui permainan target. Pada penelitian ini subjek yang digunakan adalah siswa kelas IV SD Negeri Jombor Lor Kabupaten Sleman Tahun 2017.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah yang telah di sampaikan di atas maka permasalahan nya dapat dirumuskan sebagai berikut : Apakah melalui permainan Target dapat meningkatkan gerak Manipulatif dalam permainan kasti siswa kelas IV SD Negeri Jombor Lor Kabupaten Sleman Tahun 2017 ? .

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan gerak manipulatif dalam permainan kasti melalui permainan Target siswa kelas IV SDN Jombor Lor Kabupaten Sleman .

## **F. Manfaat penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian tersebut, peneliti menjabarkan manfaat penelitian sebagai berikut :

### **1. Teoritis**

Sebagai sumbangan yang berguna bagi ilmu pendidikan terutama pembelajaran permainan bola kecil khususnya permainan bola Kasti.

### **2. Praktis**

- a. Sebagai masukan bagi guru untuk memperbaiki proses pembelajaran kasti.
- b. Membantu siswa meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif dalam permainan kasti.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Kajian Teori**

#### **1. Pengertian Gerak Manipulatif**

Gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori yaitu : gerak lokomotor, gerak nonlokomotor dan gerak manipulatif. Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra (2000:20). Gerak lokomotor adalah gerak memindah tubuh dari satu tempat ketempat lain, seperti berjalan, berlari, dan meluncur. Gerak nonlokomotor adalah gerak tanpa memindah tempat, seperti mengayun, menekuk, mengangkat dan mendarat. Gerak manipulatif adalah suatu keterampilan memanipulasi obyek sambil bergerak, kemampuan melempar, menangkap dan memukul menjadi salah satu kemampuan manipulatif yang sangat diperlukan pada masa perkembangan.

Gerak manipulatif melibatkan tindakan mengontrol suatu obyek dengan tangan dan kaki, ada dua klasifikasi keterampilan dari gerak manipulatif yaitu reseptif dan propulsif. Keterampilan reseptif adalah keterampilan menerima suatu obyek seperti menangkap, dan keterampilan propulsif memiliki ciri pengerahan kekuatan seperti memukul, melempar, memantul dan menendang.

Keterampilan gerak manipulatif merupakan dasar-dasar berbagai keterampilan permainan ( *game skill* ), gerakan yang memerlukan tenaga seperti melempar, memukul, dan menendang serta gerakan menerima obyek seperti menangkap merupakan keterampilan yang penting yang dapat

diajarkan dengan menggunakan berbagai jenis bola. (Abdulkadir Ateng, 1993. *Pendidikan Olahraga*. Jakarta: IKIP Jakarta.)

Keterampilan gerak manipulatif terutama melempar, menangkap dan memukul bola kecil sangat bermanfaat dalam permainan bola kecil khususnya permainan bola kasti. (Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra 1999).

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa gerak manipulatif merupakan dasar-dasar berbagai keterampilan permainan, dan bermanfaat dalam permainan kasti terutama untuk kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola.

## **2. Pengertian Permainan Bola kasti**

Permainan Bola kasti menurut Syamsir Aziz (2003:6.18) merupakan salah satu permainan bola kecil, permainan bola kasti ini dimainkan oleh 2 regu yaitu: regu pemukul dan regu penjaga, setiap regu terdiri dari 12 pemain. Regu pemukul berusaha mendapatkan nilai dengan memukul bola kemudian berlari mengelilingi lapangan, Sebaliknya regu penjaga berusaha menangkap bola serta mematikan regu pemukul. Regu yang banyak mengumpulkan nilai menjadi pemenangnya.

Permainan sederhana ini dapat dimainkan di lapangan yang tidak begitu luas berukuran panjang 60 meter dan lebar 30 meter, spesifikasi alat dan fasilitas pendukung yang dipergunakan dalam permainan Bola Kasti :

- a) Bola kasti (berat bola 70-85 gram, keliling bola 19-21 cm, warna bola orange atau merah, bahan luar bola dari karet, bahan isi bola dari sabut kelapa atau tali goni).

- b) Kayu pemukul (bahan kayu pemukul kayu serat memanjang, panjang pemukul 50-60 cm, pegangan 15-20 cm, garis tengah 3 cm, bidang pemukul: garis tengah 5 cm).
- c) Nomor dada (bahan: kain dengan warna dasar putih, ukuran 25 x25 cm, tali 30 cm pada keempat sudut).
- d) Tiang hinggap (bahan: terbuat dari besi, kayu, bambu), tinggi tiang hinggap 1,5 meter dari tanah.
- e) Papan tulis untuk pencatat skor nilai.
- f) Kapur/tali, bendera kecil untuk membuat garis batas lapangan.

Menurut Supriyanti (2009: 8-18), agar bisa bermain bola kasti dengan baik, maka harus bisa menguasai ketrampilan gerakan, seperti keterampilan gerakan melempar, menangkap, memukul bola dan ketrampilan melakukan gerakan lari atau berjalan. Ada beberapa macam ketrampilan yang harus dikuasai dalam permainan kasti, diantaranya adalah :

#### 1) Melempar Bola

Pemain kasti yang baik harus pandai melakukan lemparan bola. Pada dasarnya melempar bola dapat dibedakan menjadi tiga macam, yaitu lemparan bawah, lemparan samping, dan lemparan atas.

##### a) Melempar bola dari Bawah

Cara memegang bola dengan baik yaitu bola dipegang dengan jari-jari tangan diantara ruas-ruas jari dan ditahan oleh ibu jari dan kelingking. Saat melakukan lemparan bola, pandangan harus ke sasaran. Selanjutnya, bila melemparkan dengan tangan kanan, maka kaki kiri berada didepan,

sedangkan kaki kanan berada dibelakang. Lalu lengan kanan ditarik ke belakang dan selanjutnya ayunkan lengan kanan yang memegang bola ke depan. Untuk menghasilkan lemparan yang baik, maka harus berlatih cara melempar bola dengan serius dan dilakukan secara berulang-ulang.



Gambar 01. Gerakan Melempar Bola dari Bawah  
Supriyanti. (2009)

#### b) Melempar Bola dari Samping

Cara melempar bola dari samping hampir sama dengan cara melempar bola dari bawah. Bedanya hanya lengan mengayun dengan cara membengkokkan siku ke bagian luar sehingga bola dilemparkan secara mendatar.



Gambar 02. Gerakan Melempar Bola dari Samping  
Supriyanti. (2009)

c) Melempar Bola dari Atas

Cara melempar bola dari atas tidak jauh berbeda dengan kedua gerakan di atas. Adapun yang membedakan adalah pada saat bola diayunkan ke belakang, bola diayun melewati atas kepala dan dilemparkan melalui samping kepala.



Gambar 03. Gerakan Melempar Bola dari Atas  
Supriyanti. (2009)

## 2) Menangkap Bola

Keterampilan gerak berikutnya yang harus bisa dikuasai dalam permainan kasti adalah ketrampilan menangkap bola. Cara melakukan penangkapan bola yang baik tergantung dari cara kita, terutama posisi badan dan posisi tangan pada saat akan menangkap bola yang datang. Kita harus melihat arah bola datang. Apakah bola itu melambung, bola lurus ke arah badan, bola melengkung, bola rendah ataupun bola menggelinding menyusuri tanah. Berikut ini beberapa cara menangkap bola :

### a) Menangkap Bola lambung

Apabila arah bola melambung, maka untuk menangkap bola tersebut posisi kedua tangan berada di atas. Kedua tangan hampir seluruhnya menghadap ke arah datangnya bola, kedua ibu jari dan telunjuk saling berdekatan.



Gambar 04. Menangkap Bola dari Atas  
Supriyanti. (2009)

### b) Menangkap Bola mendatar

Untuk menangkap bola yang datangnya lurus dan mendatar, maka kedua tangan dijulurkan ke depan dan badan sedikit diluruskan. Namun, jika

datangnya bola mendatar tersebut berada di samping badan, maka lengan dijulurkan ke samping.



Gambar 05. Menangkap Bola Mendatar dari Samping  
Supriyanti. (2009)

c) Menangkap Bola menggulir tanah

Menangkap bola yang datangnya menggulir dengan cara berjongkok yaitu kaki kanan ditekuk ke depan dan kiri kebelakang. Posisi ke dua tangan agak rapat membentuk sebuah kantong.



Gambar 06. Menangkap Bola Rendah  
Supriyanti. (2009)

d) Menangkap bola rendah

Apabila datang bola rendah, maka untuk menangkapnya posisi tangan hampir sama dengan datangnya bola mendarat. Hanya kedua lutut agak ditekuk agar badan merendah.

e) Menangkap bola menggelinding

Cara menangkap bola yang datangnya menggelinding atau menyusuri tanah adalah merupakan bagian yang terpenting dalam permainan kasti. Dengan cara badan dibungkukkan ke depan dan kedua lutut di tekuk serta kedua lengan diluruskan ke bawah. Atau dapat juga dilakukan dengan sikap salah satu lutut ber tumpu pada tanah dan kedua lengan diluruskan ke bawah mendekati tanah.



Gambar 07. Menangkap Bola Menggelinding  
Supriyanti. (2009)

3) Memukul Bola

Gerakan dasar berikutnya adalah ketrampilan memukul bola. Seorang pemain kasti harus bisa menguasai cara memukul yang baik, agar pukulanya sesuai yang diinginkan. Cara memegang kayu pemukul bola kasti cukup

menggunakan satu tangan. Adapun cara memukul bola kasti bisa dilakukan dengan tiga cara, yaitu :

a) Pukulan dari Bawah

Pukulan seperti ini dilakukan jika bola melambung agak rendah dan pemukul melakukan pukulan, sehingga bola melambung ke atas. Pukulan seperti ini kurang menguntungkan karena mudah ditangkap oleh lawan akan tetapi sangat mudah dilakukan.



Gambar 08. Pukulan dari Bawah  
Supriyanti. (2009)

b) Pukulan Mendatar

Pukulan bola mendatar akan menghasilkan bola mendatar dan keras, Caranya dengan mengayunkan kayu pemukul lurus ke depan. Pukulan seperti ini apabila masih pemula agak susah dilakukan, namun apabila sudah pandai menguasai pukulan semacam ini, maka pukulan akan sangat keras dan bolanya akan jatuh pada jarak yang jauh sekali.



Gambar 09. Pukulan dari Samping  
Supriyanti. (2009)

c) Pukulan dari Atas

Pukulan seperti ini akan menghasilkan bola pukulan ke bawah, cara pukulan semacam ini biasanya dilakukan agar bola sulit ditangkap dan sang pemukul akan selamat sampai ke tiang hinggap. Untuk bisa melakukan pukulan dengan baik perlu melakukan latihan secara rutin baik itu cara memegang pemukul kayu, cara mengayun pemukul ataupun cara melakukan pukulan dengan tepat.



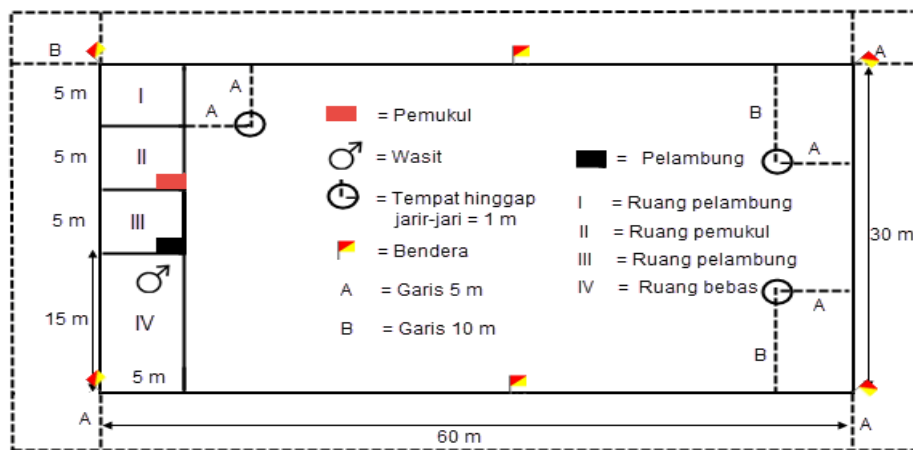
Gambar 10. Pukulan dari Atas  
Supriyanti. (2009)

#### 4) Gerakan Berjalan, Berlari, dan Menghindar.

Dalam permainan bola kasti, ketrampilan gerakan seperti berlari, berjalan, ataupun menghindar sangat diperlukan. Untuk itu para pemain kasti sebelum melakukan permainan harus terlebih dahulu melakukan pemanasan, seperti lari kecil ataupun gerakan kecil lainnya. Di samping itu, gerakan menghindar dalam permainan kasti sangat berperan penting, sebab bila tidak memiliki ketrampilan menghindar, maka akan mudah sekali dimatikan lawan. Untuk itu pada setiap pemain kasti perlu diperkenalkan teknik dasar permainan seperti jalan, lari, melempar, menangkap dan memukul bola kasti. Dengan mengenalkan tehnik dasar semacam itu, maka pemain secara otomatis sudah menguasai gerak dasar permainan kasti.

Menurut Deni Kurniadi dan Suro Prapanca (2010:3), permainan kasti merupakan salah satu Permainan bola kecil karena menggunakan bola tenis lapangan. Permainan ini dimainkan oleh dua regu, yaitu regu pemukul dan regu penjaga. Regu pemukul berusaha mencari nilai dengan memukul bola dan dapat kembali ke ruang bebas dengan selamat sehingga mendapatkan nilai, sedangkan regu jaga berusaha secepatnya mematikan lawan. Regu yang mengumpulkan nilai lebih banyak, merekalah yang keluar sebagai pemenangnya. Dalam buku Pengajaran Permainan di Sekolah Dasar (1996:36), kasti artinya suatu permainan di lapangan yang menggunakan bola kecil dan pemukul yang terbuat dari kayu. Permainan kasti dilakukan secara beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari 12 pemain. Permainan kasti pada umumnya sangat digemari oleh siswa-siswa Sekolah

Dasar karena permainan ini mudah dilakukan siswa-siswa pada kelas atas, dan dapat dimainkan secara bersama-sama antara laki-laki dan perempuan ataupun dimainkan khusus oleh laki-laki atau perempuan.



Gambar 11 lapangan permainan Bola Kasti

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa Permainan Bola Kasti adalah permainan bola kecil yang dimainkan secara beregu, yang terdiri dari 12 anak dalam tiap regu nya. Setiap permainan memiliki teknik dasar yang harus dikuasai agar dapat memainkan permainan tersebut dengan baik dan lancar. Begitu juga dalam Permainan Bola Kasti memiliki teknik dasar yang harus dikuasai. Teknik dasar melempar, menangkap dan memukul bola merupakan hal yang sangat penting dalam Permainan Bola Kasti.

### 3. Standar Kompetensi Penjas KTSP 2006 kelas IV

Permainan bola kecil termasuk dalam standar kompetensi yang pertama di Semester I yaitu mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana serta nilai yang terkandung di dalamnya.

**Standar Kompetensi** :1 Memperaktekkan gerak dasar kedalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

**Kompetensi Dasar** : 1.1 Mempraktikkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana kasti dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama tim, sportivitas dan kejujuran.

Standar kompetensi tersebut dijabarkan dalam beberapa kompetensi :

- 1.1 Memperaktikkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana (kasti) dengan peraturan yang di modifikasi, serta nilai kerjasama tim, sportifitas dan kejujuran.
- 1.2 Mempraktikkan gerak dasar atletik sederhana, serta nilai semangat percaya diri dan disiplin.

Bambang Susilo. (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*.

### 4. Hakikat Permainan Target

Permainan target (*Target games*), yaitu permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul dengan terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan

semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik. Mitchell, Oslin dan Griffin (2003).

Menurut Yoyo Bahagia dan Adang Suherman dalam A.M.Bandi Utama(2010:74), permainan target merupakan bentuk aktivitas bermain dengan cara menyampaikan objek secara tepat ke dalam suatu sasaran atau target yang telah ditentukan. Keterampilan yang ditampilkan dalam permainan target ini biasanya cenderung berbentuk keterampilan tertutup (*close skill*), beberapa contoh permainan target seperti bowling, panahan, menembak, melempar ke sasaran tertentu dan sebagainya.

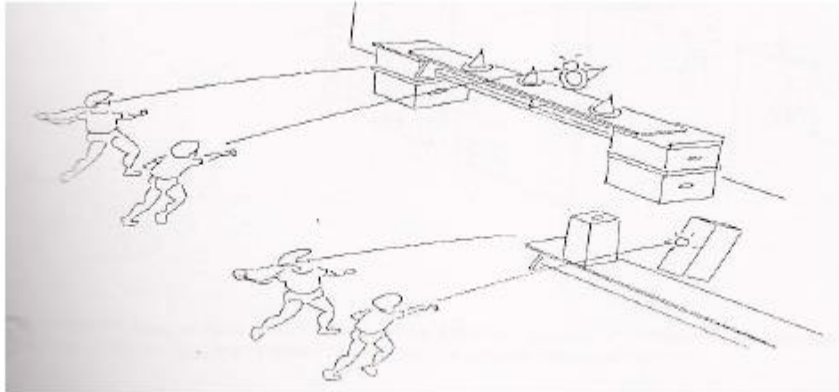
Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa Permainan target adalah suatu cara untuk menyampaikan objek tertentu ke suatu sasaran yang telah ditentukan dan ketepatan merupakan hasil yang diharapkan, hanya hasil yang sempurna yang merupakan pilihan dalam strategi permainan target ini.

## **5. Macam-macam Permainan Target**

Menurut Hans Katzenbogner/Medler(1996:22) pembelajaran lemparan bola kecil dibagi menjadi beberapa model yaitu:

### **1. Melempar pada sasaran**

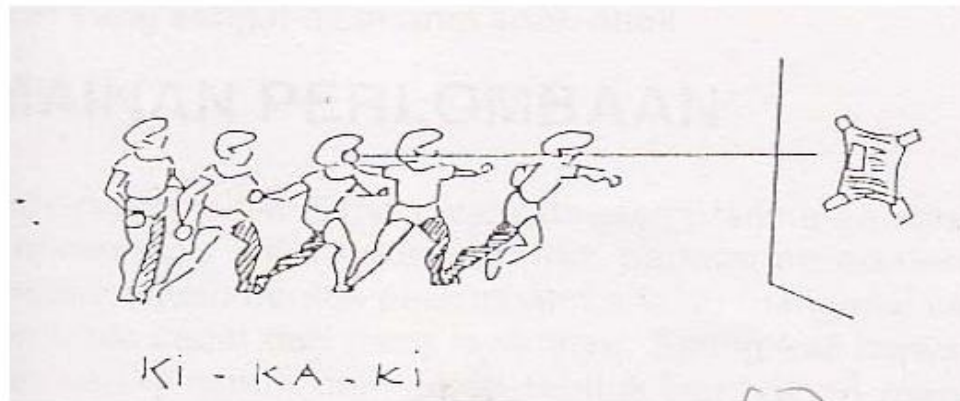
Tentukan saja benda-benda besar yang tersedia disemua bangsal senam dapat digunakan sebagai bentuk bangunan yang di atasnya dapat diletakkan sasaran yang berbeda sama sekali. Bisa dipakai kardus bekas, bekas kotak aqua, dapat dibentuk banyak variasi.



Gambar 12 : Hans Katzenbogner/Medler (1996:22)

## 2. Lemparan lebih kuat dengan ancang-ancang / awalan

Jika anak-anak diminta melempar bebas sambil lari, mereka sering memperlihatkan sikap lempar yang kuat dengan berjingkat atas satu kaki. Namun, teknik lempar pada atletik terlihat berbeda. Dalam lemparan atletik, posisi kekuatan ditunjukkan dengan langkah impuls (dorongan). Menurut pengalaman bahwa teknik ini harus dipelajari. Prasyarat terbaik cara belajar sambil bermain adalah menyuruh anak-anak melempar sasaran. Lemparan pertama sambil berlari ancang-ancang tiga langkah lebar, bagi pelempar tidak kidal urutannya adalah kiri-kanan-kiri.



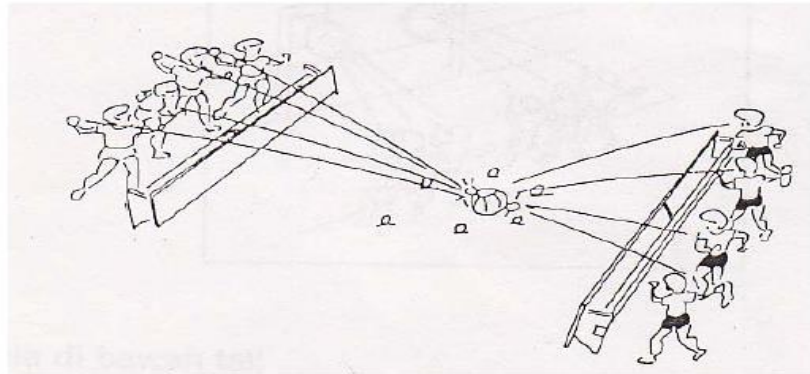
Gambar 13 : Hans Katzenbogner/Medler (1996:22)

### 3. Lomba menggosur bola

Bola medisn ditempatkan di tengah area antara kedua team. Tujuannya adalah menggosur bola ini kearah lawan dengan cara dilempar keras-keras. Untuk keamanan gunakan bola besar, satu babak dinyatakan selesai bila bola dapat digosur sampai bangku atau garis (di tempat lawan).

Variasi yang menarik :

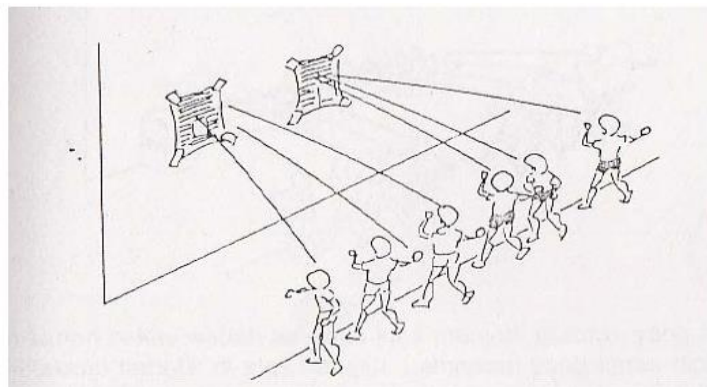
- a) Menggosur bola ini dari semua arah bola oleh empat team
- b) Menggosur bola ke arah dinding (bola medisn diganti kardus)
- c) Menggosur bola di atas jalur (bola medisn diganti kardus)
- d) Menggosur bola di atas jalur yang terbuat dari dua bangku



Gambar 14 : Hans Katzenbogner/Medler (1996:31)

#### 4. Melempar dengan bola

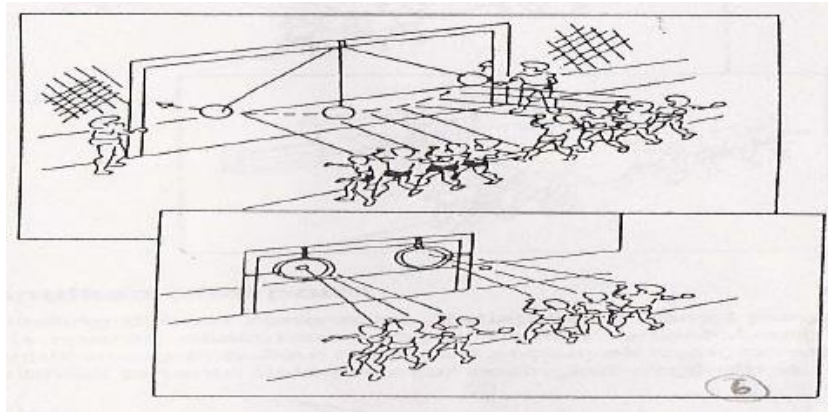
Untuk tiap team suatu sasaran dipasang pada pagar/pembatas atau krei, berupa gambar, koran, ban sepeda atau yang sejenis yang harus dikenai atau dijatuhkan. Perkenaan di hitung satu nilai. Dan satu babak selesai bila salah satu team sudah menjatuhkan atau mengenai semua sasaran.



Gambar 15 : Hans Katzenbogner/Medler (1996:32)

#### 5. Lempar bola berayun

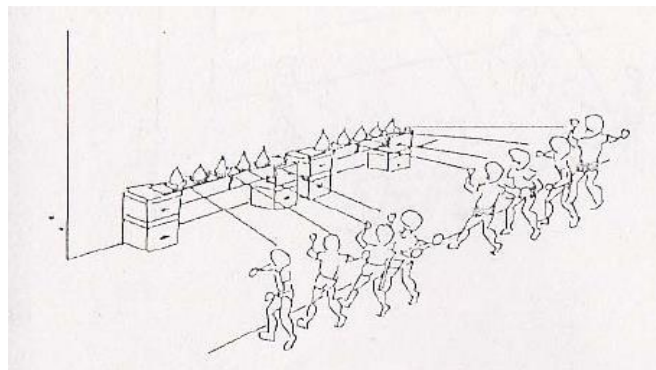
Lomba melempar mengenai sasaran bola dapat diatur dengan penyelenggaraan yang berbeda-beda dan kreatif. Sasaran yang menarik adalah bola yang berayun pada tiang gawang sepakbola atau bahkan ban sepeda yang digantungkan pada sudut atas tiang gawang.



Gambar 16 : Hans Katzenbognner/Medler (1996:33)

#### 6. Menjatuhkan sasaran

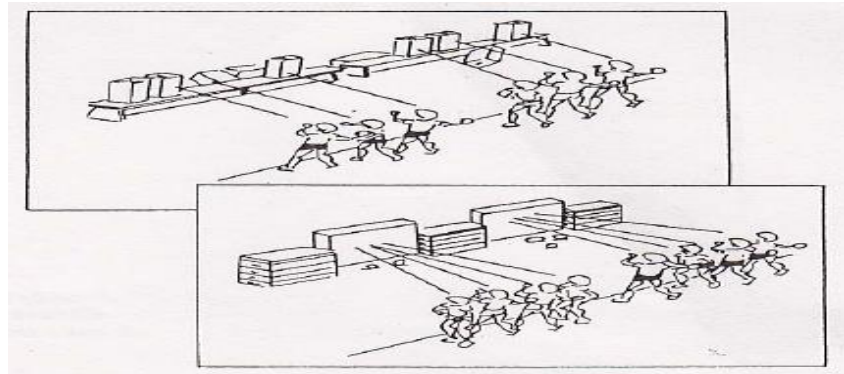
Untuk setiap team dipasang kertas berbentuk kerucut diatas suatu ketinggian. Kerucut-kerucut, karton-karton bekas sasaran ini harus dilempar sampai jatuh dalam waktu singkat. Lemparan bersasaran ini dilakukan dengan keras.



Gambar 17 : Hans Katzenbognner/Medler (1996:34)

#### 7. Lempar karton sebagai sasaran

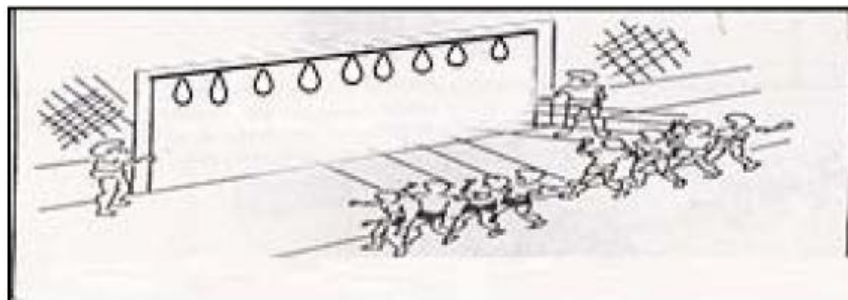
Karton-karton bekas wadah air Aqua juga menjadi sasaran yang menarik jika diletakkan diatas bangku. Lemparan yang keras diperlukan untuk menjatuhkan matras yang ditaruh di antara tumpukan kotak karton tsb.



Gambar 18 : Hans Katzenbogner/Medler (1996:35)

#### 8. Melempar bola kecil dengan sasaran bom air

Air yang dimasukkan ke dalam kantong plastik dan digantungkan pada tiang dapat dipakai sebagai sasaran lempar, dengan jarak yang ditentukan. Pada setiap perkenaan maka akan mendapatkan nilai / poin yang berbeda. Regu yang paling banyak mengenai sasaran ditentukan sebagai pemenang.



Gambar 19 : Hans Katzenbogner/Medler (1996:36)

### 6. Prinsip Gerak Motorik

Motorik berasal dari kata 'motor' yang merupakan suatu dasar biologis atau mekanika yang menyebabkan terjadinya suatu gerak (*gallahue*). Dengan kata lain, gerak (*movement*) adalah kulminasi dari suatu tindakan yang didasari oleh proses gerak motorik.

Menurut Zulkifli (2009:31) yang dimaksud gerak motorik yaitu segala sesuatu yang ada hubungannya dengan gerakan-gerakan tubuh. Dalam perkembangan motorik yang menentukan adalah otot, saraf dan otak.

Ketiga unsur itu melaksanakan masing masing perannya secara interaksi positif, artinya unsur yang satu saling berkaitan, saling menunjang, saling melengkapi dengan unsur yang lainnya untuk mencapai kondisi motoris yang lebih sempurna keadaannya.

Menurut Hurlock (1996:150) dan Suyadi (2010:67), perkembangan motorik merupakan perkembangan jasmaniah melalui kegiatan pusat saraf, urat saraf dan otot yang terkoordinasi. Gerak tersebut berasal dari perkembangan reflek dan kegiatan yang telah ada sejak lahir.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka disimpulkan bahwa perkembangan motorik adalah suatu perubahan kemampuan gerak dari bayi hingga dewasa yang memperlihatkan interaksi positif dari otak, saraf dan otot.

## **7. Karakteristik Siswa kelas IV**

Seorang anak usia sekolah dasar memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak pada usia lain nya, menurut Nursidik Kurniawan (nhowitzer.multiply:2007) anak usia Sekolah Dasar memiliki ciri ciri sebagai berikut :

- a. Anak lebih senang bermain.
- b. Anak lebih senang bergerak.
- c. Anak senang berkelompok dan mencoba hal yang baru.

Pada dasarnya karakteristik siswa kelas IV di SD Negeri Jombor Lor sangat beragam, ada siswa yang aktif dan ada siswa yang pasif, hal ini terlihat

pada saat mereka bermain bersama terutama saat bermain bola kecil. Ada siswa yang hanya berdiri ditiang hinggap, karena takut dimatikan lawannya, dan ada juga siswa yang dengan semangat kembali ke ruang bebas untuk melakukan pukulan berikutnya.

## **B. Penelitian yang Relevan**

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

1. Penelitian Akhadun Jamil, Tahun 2015 dengan judul “Tingkat Keterampilan Melempar, Menangkap dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV Dan Kelas V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo”. Skripsi, Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo belum pernah dilakukan. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam persentase. Subjek dalam penelitian ini siswa kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo yang berjumlah 23 siswa. Instrumen penelitian ini adalah tes melempar, menangkap dan memukul bola kasti dari Girat Suryanto. Metode yang digunakan dalam mengumpulkan data menggunakan tes dan pengukuran.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tingkat Keterampilan melempar bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu dengan kategori baik sekali 4 (17,39%), baik 4 (17,29%), cukup 8 (34,78%), kurang 7 (30,44%), dan sangat kurang 0 (0%). Tingkat Keterampilan menangkap bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu dengan kategori baik sekali 3 (13,04%), baik 2 (8,7%), cukup 11 (47,18%), kurang 7 (30,44%), dan sangat kurang 0 (0%). Tingkat Keterampilan memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu dengan kategori sangat baik 0 (0%), baik 9 (39,13%), cukup 10 (43,48%), kurang 3 (13,04%), dan sangat kurang 1 (4,35%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD N Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo termasuk kategori cukup baik.

2. Penelitian Suhartin Hasan, Tahun 2015 dengan judul “Meningkatkan Kemampuan Lempar Tangkap Dalam Permainan Kasti Melalui Strategi Pembelajaran Berpasangan Pada Siswa Kelas IV SDN 1 Suwawa”. Skripsi, Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Jurusan Pendidikan Keolahragan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragan Universitas Negeri Gorontalo, Masalah dalam penelitian ini sebagai berikut kurangnya kemampuan lempar tangkap siswa sehingga mempengaruhi pembelajaran, siswa yang kurang disiplin serta penggunaan metode pembelajaran yang masih belum tepat. Metode pembelajaran yang dapat meningkatkan keterampilan tersebut yaitu strategi pembelajaran berpasangan. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian tindakan kelas

yang dilaksanakan di SDN 1 Suwawa pada siswa kelas IV berjumlah 24 orang siswa. Hasil penelitian menunjukkan observasi awal dari 24 orang siswa yang diobservasi, sebanyak 6 orang siswa atau 25% termasuk pada kategori “Cukup” dengan rentang nilai 60–69 dan 18 orang siswa atau 75% termasuk pada kategori “Kurang” dengan rentang nilai 45–59, dengan rata-rata keseluruhan nilai yakni 57,81. Hal ini belum sesuai dengan indikator kinerja yang telah ditetapkan, hingga dilanjutkan pada siklus I. Pada siklus I ini menunjukkan peningkatan kemampuan lempar tangkap yang belum signifikan yakni dari 24 orang siswa yang dievaluasi 11 orang siswa atau 45,38% termasuk kategori “baik” dengan rentang nilai 70-79 dan sebanyak 13 orang siswa atau 54,17% termasuk kategori “cukup” dengan rentang nilai 60-69, dengan rata-rata keseluruhan nilai yakni 68,52. Dan pada siklus II ini menunjukkan peningkatan kemampuan lempar tangkap dalam permainan kasti dengan perolehan sebagai berikut: dari 24 orang siswa yang dievaluasi sebanyak 9 orang siswa atau 37,5% termasuk kategori “sangat baik” dengan rentang nilai 80-100 dan 15 orang siswa atau 62,5% termasuk dalam kategori “baik” dengan rentang nilai 70-79 dengan hasil capaian evaluasi siklus II rata-rata 80,67 telah memenuhi indikator kinerja yaitu 80%. Jadi hipotesis yang berbunyi “ jika metode berpasangan diterapkan maka kemampuan teknik dasar lempar tangkap dalam permainan kasti pada siswa kelas IV SDN 1 Suwawa dapat ditingkatkan”. Maka dapat disimpulkan bahwa metode berpasangan dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar lempar tangkap bola pada siswa kelas IV SDN 1 Suwawa.

### C. Kerangka berpikir

Permainan bola kasti adalah permainan bola kecil yang sangat diminati di SD Negeri Jombor Lor. Dalam permainan bola kasti siswa harus selalu menjunjung sportivitas, jujur, kerjasama dan yang sangat penting harus menguasai teknik-teknik dasar permainan bola kasti. Permainan akan menjadi menarik dan bergairah bila dilakukan oleh anak yang menguasai ketrampilan dasar permainan kasti. Kemampuan dasar permainan kasti yang sebaiknya dikuasai yaitu: teknik memukul, melambung, melempar, berlari, menangkap bola dan kemampuan menghindari lemparan lawan.

Tingkat kemampuan dasar permainan bola kasti yang dikuasai siswa SD Negeri Jombor Lor sangat bervariasi. Berdasarkan observasi waktu berlangsungnya kegiatan belajar mengajar permainan kasti. Tingkat kematangan menguasai teknik dasar di pengaruhi oleh tingkatan umur anak. Untuk membuktikan tingkat kemampuan dasar permainan kasti siswa kelas atas, penelitian ini dibatasi tentang pengukuran kemampuan bermain kasti melalui *test*. Tes menggunakan instrumen kemampuan memukul, melempar dan menangkap bola.

Dalam gerak manipulatif terutama kemampuan melempar, kemampuan menangkap dan kemampuan memukul bola merupakan elemen penting dalam permainan bola kasti, karena tanpa kemampuan tersebut maka regu pemukul maupun regu penjaga akan kesulitan dalam mematikan lawan.

Dan melalui permainan target siswa diharapkan mampu meningkatkan akurasi dalam melempar tepat sasaran, kemampuan dalam lempar tangkap bola jadi lebih baik dan ketepatan memukul bola meningkat.

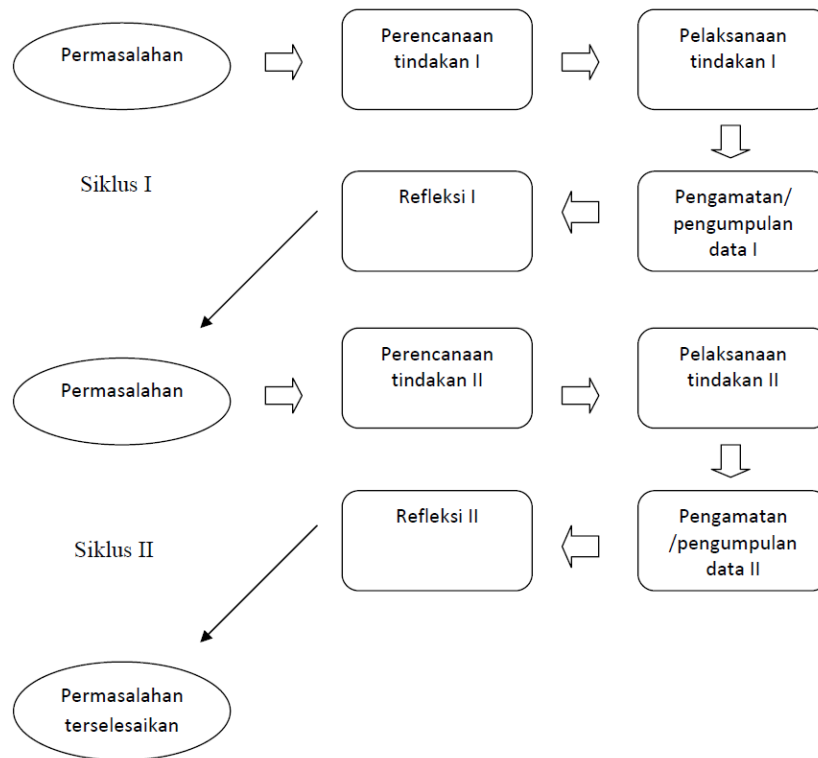
## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Metode Penelitian ini menggunakan rancangan Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Reseach*) metode ini memfokuskan penelitian dalam bentuk tindakan kelas yakni penelitian yang dilakukan bukan menciptakan yang baru semata, tetapi menempelkan pada suatu kegiatan yang sedang berlangsung. Dalam penelitian tindakan ini, peneliti melakukan suatu tindakan yang secara khusus diamati terus menerus, dilihat plus-minusnya, kemudian diadakan perubahan terkontrol sampai pada upaya maksimal dalam bentuk tindakan yang paling tepat (Suharsimi Arikunto, 2006: 3).

Penelitian Tindakan Kelas ini difokuskan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil pembelajaran serta memperbaiki kualitas pendidikan di kelas tersebut. Model pelaksanaan PTK ini menggunakan model siklus PTK yang dikembangkan oleh Kemmis dan Taggart (1990) (dalam Sa'dun Akbar, 2010:28) dengan 4 aspek setiap siklusnya yang terdiri dari perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*action*), observasi (*observing*), refleksi (*reflecting*), yang digambarkan sebagai berikut.



**Gambar 20 Siklus pada kegiatan PTK Suharsimi Arikunto dkk, (2006:74)**

## **B. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian adalah siswa-siswi kelas IV SDN Jombor Lor Kecamatan Mlati kabupaten Sleman, yang berjumlah 20 orang terdiri dari 9 siswa putra dan 11 siswi putri.

## **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

### 1. Tempat penelitian :

Penelitian dilaksanakan dilapangan SD Negeri Jombor Lor Kecamatan Mlati.

### 2. Waktu Penelitian :

Waktu penelitian dilakukan di bulan April sampai Juni 2017 pada Siswa-siswi kelas IV SDN Jombor Lor pada jam pelajaran Penjaskes.

## **D. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti untuk memperoleh informasi berupa Perencanaan, Pelaksanaan, Observasi dan Refleksi.

### **1. Perencanaan (*Planning*)**

Pada tahap ini peneliti menentukan permasalahan yang dihadapi dalam pembelajaran Kasti. Setelah menetapkan permasalahan yang dihadapi kemudian menentukan metode pengajaran yang akan digunakan sekaligus menentukan bentuk pembelajaran. Adapun metode pembelajaran yang digunakan adalah tes kemampuan melempar, kemampuan menangkap dan kemampuan memukul bola pada siswa-siswi kelas IV SDN Jombor lor.

Dalam Tahap perencanaan, peneliti merencanakan skenario pembelajaran dan fasilitas yang akan digunakan dalam pembelajaran. Tahapan kegiatan yang dilakukan dalam perencanaan adalah sebagai berikut :

- a. Konsultasi dengan pihak sekolah tentang rencana kegiatan yang akan dilakukan.
- b. Menentukan jadwal penelitian.
- c. Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Pendidikan Jasmani dengan materi pembelajaran Kasti.
- d. Fasilitas pembelajaran.
- e. Peneliti menyusun dan membuat instrumen untuk monitoring pelaksanaan pembelajaran Kasti.
- f. Menyiapkan kegiatan refleksi.

## **2. Pelaksanaan (*Action*)**

Pada tahap ini guru melaksanakan pemanasan dengan melatih keterampilan melempar target pada siswa dengan bentuk bermain melempar bola ke berbagai sasaran, kemudian dilanjut dengan tes kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola sesuai rencana pembelajaran yang telah dibuat sebelumnya. Pada proses pembelajaran tersebut peneliti mengamati, mencatat, mengomentari terhadap berlangsungnya pembelajaran berkaitan dengan aktivitas siswa.

## **3. Observasi (*Observation*)**

Marshall (dalam Sugiyono,2010:310) menyatakan bahwa “*through observation the researcher learn about behavior and the meaning attached to those behavior*”. Melalui observasi, peneliti belajar tentang perilaku dan makna dari perilaku tersebut, Observasi dilakukan oleh peneliti sendiri. Peneliti melihat dan mengamati aktivitas siswa selama pembelajaran menggunakan lembar pengamatan yang telah disediakan.

## **4. Refleksi (*Reflection*)**

Pada tingkatan refleksi ini hasil observasi akan didiskusikan bersama, hasil diskusi digunakan sebagai dasar bagi penyusunan rencana tindakan pertemuan berikutnya agar dapat berjalan lancar dan memperoleh hasil lebih baik dari pertemuan sebelumnya.

## E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat bantu pengumpulan data, (Suharsimi Arikunto, 2006:149). Yang menjadi instrumen penelitian ini adalah Tes melempar bola kasti, Tes menangkap bola kasti dan Tes memukul bola kasti.

**Tabel 1 Instrumen Penilaian Melempar Bola**

No	Kesempatan	Kriteria	Skor
1	PERTAMA	Hasil lemparan mengenai Warna Putih Hasil lemparan mengenai Warna Hitam Hasil lemparan mengenai Warna Biru Hasil lemparan mengenai Warna Merah Hasil lemparan mengenai Warna Kuning	0 1 2 3 4
2	KEDUA	Hasil lemparan mengenai Warna Putih Hasil lemparan mengenai Warna Hitam Hasil lemparan mengenai Warna Biru Hasil lemparan mengenai Warna Merah Hasil lemparan mengenai Warna Kuning	0 1 2 3 4
3	KETIGA	Hasil lemparan mengenai Warna Putih Hasil lemparan mengenai Warna Hitam Hasil lemparan mengenai Warna Biru Hasil lemparan mengenai Warna Merah Hasil lemparan mengenai Warna Kuning	0 1 2 3 4
4	KEEMPAT	Hasil lemparan mengenai Warna Putih Hasil lemparan mengenai Warna Hitam Hasil lemparan mengenai Warna Biru Hasil lemparan mengenai Warna Merah Hasil lemparan mengenai Warna Kuning	0 1 2 3 4
5	KELIMA	Hasil lemparan mengenai Warna Putih Hasil lemparan mengenai Warna Hitam Hasil lemparan mengenai Warna Biru Hasil lemparan mengenai Warna Merah Hasil lemparan mengenai Warna Kuning	0 1 2 3 4

Catatan :

Nilai = ( Jumlah skor : Jumlah skor maksimal ) X 100

$$N = \frac{X}{Y} \times 100$$

Ket: X = Skor diperoleh

Y= Skor maksimal

**Tabel 2 Instrumen Tes kemampuan Menangkap Bola**

No	Kriteria	Skor
1	Jika Bola tidak tertangkap	0
2	Jika Bola tertangkap	1

Catatan :

Nilai = ( Jumlah skor : jumlah skor maksimal ) X 100

$$N = \frac{X}{Y} \times 100$$

Ket: X = Skor diperoleh

Y= Skor maksimal

**Tabel 3 Instrumen Tes kemampuan Memukul Bola**

No	Kriteria	Skor
1	Jika bola tidak terpukul	0
2	Jika Bola terpukul	1

Catatan :

Nilai = ( Jumlah skor : jumlah skor maksimal ) X 100

$$N = \frac{X}{Y} \times 100$$

Ket: X = Skor diperoleh

Y= Skor maksimal

### **Rincian Pelaksanaan Tes :**

#### **1. Tes Kemampuan Melempar bola kasti**

Dalam mengukur kemampuan melempar bola, digunakan tes dan pengukuran oleh peneliti yaitu dilakukan dengan melempar bola kasti ke sasaran.

a. Tujuan : Untuk mengetahui ketepatan melempar sasaran

b. Alat dan Pelengkapan :

1) Bola tenis/ Kasti

2) Alat ukur (Meteran)

3) Banner sasaran Lingkaran tengah berdiameter 18 cm, lingkaran berikutnya berdiameter 38 cm, lingkaran Berikutnya berdiameter 56 cm, berikutnya berdiameter 74 cm, dan paling luar berdiameter 90 cm.

4) Bulpen

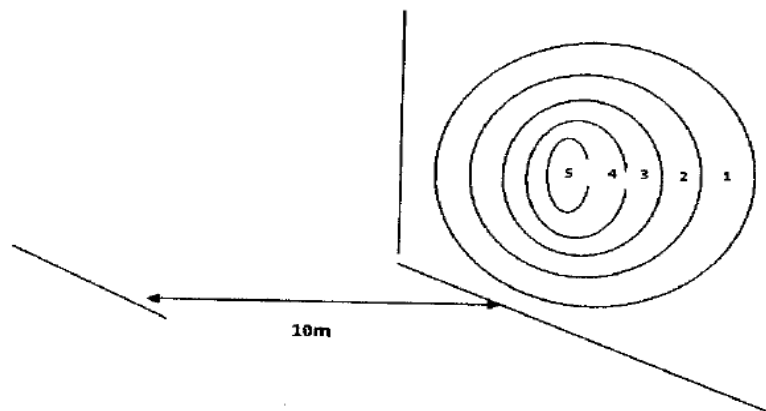
5) Blanko penilaian dan alat tulis

c. Prosedur pelaksanaan tes

1) Testi berdiri dengan kaki kiri didepan kaki kanan dibelakang pandangan lurus depan.

- 2) Tangan kanan memegang bola kasti, Setelah aba-aba mulai testi melempar bola kasti ke sasaran.
- 3) Melempar bola harus mengenai sasaran yang dibuat oleh guru dipapan banner sasaran.
- 4) Testi diberikan kesempatan melempar lima kali lemparan.

Penilaian berdasarkan ketepatan lemparan bola kasti yang dilemparkan mengenai warna yang ada pada banner sasaran, lemparan dilakukan sebanyak lima kali kesempatan.

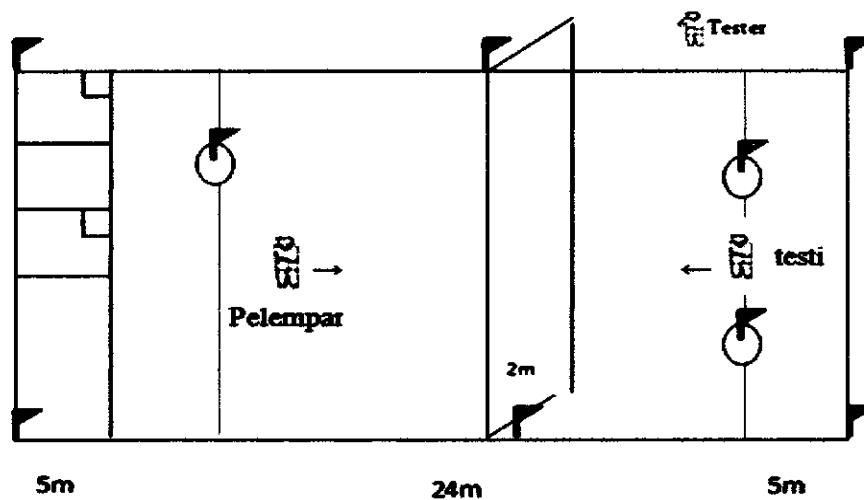


**Gambar 21 Tes Melempar Bola**  
**Sumber: Syaeful Arif (2013:34)**

#### **b. Tes Menangkap Bola Kasti**

- 1) Tujuan: untuk mengukur kecakapan siswa dalam menangkap bola kasti.
- 2) Peralatan: bola kasti, yang akan melempar dan menangkap bola kasti dengan jarak 10 meter.
- 3) Prosedur pelaksanaan tes:
  - a. Tes menangkap bola dilakukan sebanyak 10 kali kesempatan.
  - b. Posisi testi saling berhadapan dengan jarak 10 meter.

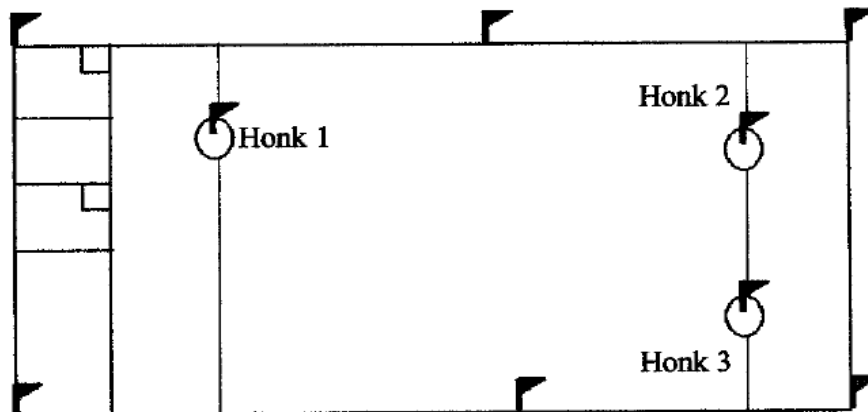
- 4) Apabila bola yang dilemparkan tidak enak untuk ditangkap maka testi diperkenankan untuk tidak menangkap.
- 5) Penyekoran: tangkapan bola dianggap sah apabila bola dapat ditangkap testi dari tempat tes menangkap bola, jumlah bola yang dapat ditangkap testi merupakan hasil dari tes menangkap bola kasti.



**Gambar 22. Tes Menangkap Bola**  
**Sumber: Syaeful Arif (2013:33)**

### c. Tes Memukul Bola Kasti

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



**Gambar 23 Tes Memukul Bola**  
**Sumber: Syaeful Arif (2013:31)**

#### **F. Analisis Data**

Analisis data dilakukan dengan cara merefleksi hasil observasi dan evaluasi terhadap proses pembelajaran yang dilakukan oleh siswa dilapangan, dan diolah menjadi kalimat yang bermakna dianalisis.

Data yang diperoleh pada penelitian ini dianalisis dengan menggunakan deskriptif komparatif yaitu dengan membandingkan data kuantitatif dari kondisi awal, siklus I dan siklus berikutnya jika belum mencapai hasil yang diharapkan.

Kriteria Ketuntasan Gerak Manipulatif Kasti sebagai berikut:

- a. Tes Melempar Bola ( n1 )
- b. Tes Menangkap Bola ( n2 )
- c. Tes Memukul Bola ( n3 )

Jika indikator memiliki kriteria maka nilainya adalah rata-rata setiap nilai dari kriteria yang ditentukan atau dirumuskan sebagai berikut

$$KGM = \frac{n1 + n2 + n3}{3}$$

Target ketuntasan Gerak Manipulatif Kasti siswa sebanyak 75 % dari 20 siswa yang harus mencapai KKM.

### **G. Kriteria Keberhasilan Tindakan**

Kriteria keberhasilan hasil belajar menjadi dasar penentuan ketuntasan hasil belajar siswa. Ada dua kategori ketuntasan belajar yaitu secara perseorangan dan secara klasikal. Kriteria keberhasilan belajar Penjaskes siswa kelas IV SDN Jombor Lor kecamatan Mlati Sleman Tahun 2017. Sebagai berikut :

#### **1. Keberhasilan Individu**

Untuk keberhasilan individu bagi setiap siswa pada bidang studi Penjas adalah 75. Prosentase perolehan nilai dihitung menggunakan rumus:

$$NA = \frac{\text{Skor } \cancel{E} \text{erolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

NA = Nilai Akhir untuk ketuntasan belajar individu.

**Tabel 4 Pedoman ketuntasan individu dalam persen**

Tingkat Penguasaan	Keterangan	Kriteria
85 – 100	Tuntas	Baik
75 – 84	Tuntas	Cukup
50 – 74	Tidak tuntas	Kurang
1 – 49	Tidak tuntas	Sangat kurang

2. Keberhasilan Klasikal

Untuk keberhasilan klasikal minimal adalah 75% dari jumlah 20 siswa dalam satu kelas. Apabila dalam kelas tersebut, siswa yang mendapat skor 75 atau lebih sudah mencapai 75% (15 siswa) maka kelas tersebut dikatakan tuntas belajar dan dapat dilanjutkan ke materi selanjutnya. Untuk mengetahui persentase ketuntasan belajar siswa digunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{\text{Jumlah Siswa yang tuntas belajar}}{\text{Jumlah Siswa}} \times 100$$

P = Persentase ketuntasan belajar klasikal Siswa dapat dikatakan tuntas jika mencapai taraf penguasaan 75%.

**Tabel 5 Ketuntasan klasikal dalam persen**

Ketuntasan	Keterangan
75 – 100	Tuntas
< 75	Belum Tuntas

Nilai yang diperoleh melalui perhitungan tersebut akan digunakan untuk menetapkan kualitas hasil belajar siswa dalam proses kegiatan pembelajaran. Untuk memudahkan menginterpretasikan hasil belajar siswa maka akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Selanjutnya baru menetapkan kualitas kegiatan pembelajaran sesuai dengan standar yang telah ditetapkan.

Sedangkan evaluasi merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mengetahui penguasaan siswa terhadap materi pembelajaran penjas. Dalam hal ini materi pembelajaran yang dilaksanakan yaitu materi Permainan Bola Kasti. Evaluasi atau nilai akhir diperoleh dari nilai proses dan nilai tes, nilai proses dan nilai tes tersebut kemudian dirata-rata.

Pada tahap refleksi meliputi beberapa komponen yaitu menganalisa, menerangkan, dan menyimpulkan. Tahap refleksi dipandang sebagai suatu upaya untuk memaknai rencana, proses, hasil dan kendala serta peluang dari tindakan yang dilakukan. Pada tahap ini peneliti merefleksikan apa saja yang menjadi masalah, kendala, dan hambatan yang terjadi pada pembelajaran sebagai patokan dalam melaksanakan pembelajaran berikutnya pada siklus berikutnya.

## **H. Prosedur Penelitian**

Prosedur yang dilakukan dalam penelitian tindakan kelas ini berbentuk siklus yang akan berlangsung lebih dari satu siklus bergantung pada tingkat keberhasilan dari target yang akan dicapai, dimana setiap siklus

terdiri dari dua pertemuan. Masing-masing siklus meliputi 4 tahap kegiatan, yaitu tahap perencanaan, melaksanakan tindakan, observasi, dan diakhiri dengan refleksi. Hasil refleksi digunakan untuk merancang kegiatan pada siklus berikutnya atau sebagai pedoman untuk merancang kegiatan pada siklus II.

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **A. Hasil Penelitian**

Data yang akan dipaparkan pada bab ini meliputi data yang didapat selama tindakan yang terdiri dari siklus I dan siklus II, untuk lebih lengkapnya akan dibahas seperti di bawah ini.

#### **1. Siklus I**

Siklus I dilaksanakan setelah semuanya telah dipersiapkan dengan baik, berikut diuraikan pembelajaran pada siklus I.

##### **a. Perencanaan Tindakan**

Sebelum pelaksanaan tindakan perlu diadakan perencanaan-perencanaan yang disusun peneliti meliputi, penyusunan RPP, berbagai macam media, soal evaluasi, dan menyiapkan lembar observasi untuk mengetahui aktivitas yang dilakukan siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

##### **b. Tindakan**

Pada tahap ini peneliti melaksanakan rancangan pembelajaran yang sudah direncanakan. Tindakan ini dilaksanakan pada Jumat, 28 April 2017. Pada kegiatan awal guru mengkondisikan siswa untuk siap belajar, setelah itu mengadakan presensi. Kemudian siswa melakukan pemanasan dengan bermain permainan target. Setelah itu guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai serta kegiatan yang akan dilakukan dalam proses pembelajaran.

Setelah proses pemanasan selesai, kegiatan berikutnya adalah melakukan Tes kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola kasti. Setelah selesai melakukan Tes kemampuan dasar melempar, menangkap dan memukul bola siswa melakukan permainan kasti. Setelah selesai guru mengadakan refleksi dengan memberi kesempatan kepada siswa menanyakan materi yang belum dimengerti dan kesan-kesan selama proses pembelajaran. Setelah itu penutup dengan salam menandakan pelajaran telah selesai.

c. Pengamatan

Hal-hal yang dilakukan dalam pengamatan adalah untuk memperoleh data mengenai kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola dalam pembelajaran kasti siswa kelas IV SD Negeri Jombor Lor yang meliputi aktivitas siswa dan hasil belajar siswa. Untuk mengetahui hasil belajar siswa dapat diperoleh dari kemampuan lempar, tangkap dan memukul bola. Untuk hasil dari penilaian tersebut akan dipaparkan seperti berikut ini.

**Tabel 6 Penilaian Aspek Melempar bola Siklus I**

No	N	F	%	f(N)	Keterangan
1	45	1	5,00	45	Belum tuntas
2	50	6	30,00	300	Belum tuntas
3	55	5	25,00	275	Belum tuntas
4	60	4	20,00	240	Belum tuntas
5	65	3	15,00	195	Belum tuntas
6	70	1	5,00	70	Belum tuntas
Jumlah		20	100	1125	
Rata-rata				56,25	Belum tuntas

Tampak pada tabel 6 rata-rata nilai melempar bola siswa sebesar 56,25. Belum ada siswa yang tuntas belajar, untuk penjelasan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

**Tabel 7 Penilaian Aspek Menangkap bola Siklus I**

No	N	F	%	f(N)	Keterangan
1	60	5	25,00	300	Belum tuntas
2	70	9	45,00	630	Belum tuntas
3	80	6	30,00	480	Belum tuntas
Jumlah		20	100	1410	
Rata-rata				70,5	Belum tuntas

Tampak pada Tabel 7 rata-rata nilai menangkap bola siswa sebesar 70,5 belum ada siswa yang tuntas belajarnya, untuk penjelasan bisa dilihat pada lampiran.

**Tabel 8 Penilaian Aspek Memukul bola Siklus I**

No	N	F	%	f(N)	Keterangan
1	20	3	15,00	60	Belum tuntas
2	30	3	15,00	90	Belum tuntas
3	40	3	15,00	120	Belum tuntas
4	50	3	15,00	150	Belum tuntas
5	60	3	15,00	180	Belum tuntas
6	70	5	25,00	350	Belum tuntas
Jumlah			100	950	
Rata-rata				47,5	Belum tuntas

Tampak pada tabel 8 rata-rata nilai memukul bola siswa sebesar 47,5. Belum ada siswa yang tuntas belajar berdasarkan hasil pengamatan, untuk penjelasan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

**Tabel 9 Hasil ketuntasan Gerak Manipulatif Siswa Siklus I**

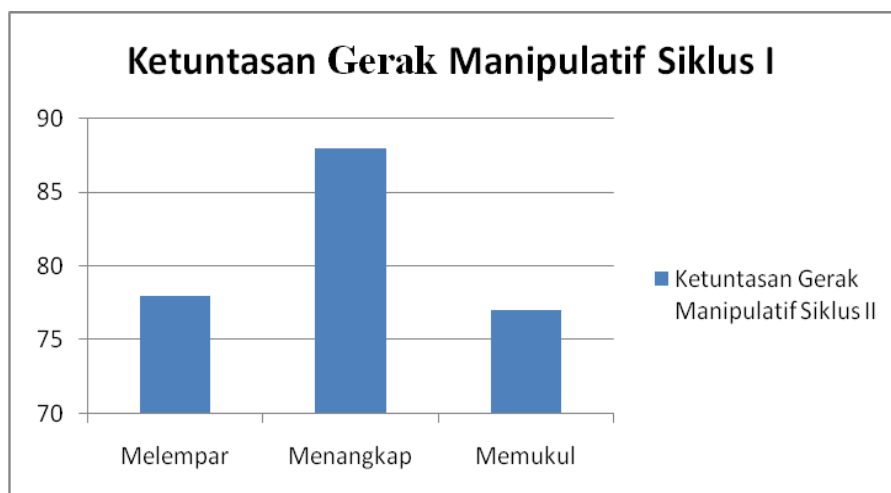
No	Aspek	Skor	Keterangan
1	Melempar bola (n1)	56,25	Belum Tuntas
2	Menangkap bola (n2)	70,5	Belum Tuntas
3	Memukul bola (n3)	47,5	Belum Tuntas
Jumlah		174,25	
Rata-rata		<b>58,08</b>	Belum Tuntas

Berdasarkan Tabel 9 hasil tes kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola kasti pada siklus I bisa disimpulkan bahwa kemampuan gerak manipulatif siswa kelas IV SDN Jombor Lor dengan nilai rata-rata 58,08 belum tuntas, sehingga harus dilanjutkan siklus II.

**Tabel 10 Hasil ketuntasan klasikal kasti Siklus I**

No	Nilai	Jumlah	Persentase	Keterangan
1	$X \geq 75$	0	0	Tuntas
2	$X \leq 75$	20	100	Belum tuntas
Jumlah		20	100	
Rata-rata		0%		Belum tuntas

Tampak pada tabel 10 diatas rata-rata nilai Sementara standar ketuntasan klasikal yang ditetapkan peneliti adalah 75%. Sehingga pada siklus I ini siswa belum bisa dikatakan tuntas belajar, sehingga perlu dilanjutkan pada siklus berikutnya.



**Gambar 24. Histogram Kemampuan Gerak Manipulatif Siklus I**

#### d. Refleksi

Setelah proses pembelajaran pada siklus I ini selesai, peneliti merefleksikan hal-hal yang terjadi pada pertemuan ini meliputi:

- 1) Secara keseluruhan RPP yang dirancang guru sudah terlaksana.
- 2) Pada saat proses pembelajaran keaktifan siswa masih perlu ditingkatkan.
- 3) Perlu adanya variasi media lagi untuk meningkatkan antusias siswa dalam proses pembelajaran.
- 4) Karena secara klasikal rata-rata nilainya masih belum memenuhi standar ketuntasan yang telah ditetapkan.

Berdasarkan refleksi yang sudah dilakukan, upaya yang ditempuh untuk perbaikan pada siklus II meliputi hal-hal sebagai berikut:

- 1) Lebih dekat dengan siswa agar siswa lebih aktif lagi dalam proses pembelajaran.
- 2) Siswa melakukan ketrampilan lempar, tangkap dan memukul bola.

3) Memberi variasi yang menarik pada media pembelajaran.

## **2. Siklus II**

Siklus 2 dilaksanakan untuk memperbaiki hasil belajar maupun aktivitas siswa yang belum terlaksana secara maksimal. Untuk lebih jelasnya akan dipaparkan seperti berikut ini.

### **a. Perencanaan Tindakan**

Siklus 2 dilaksanakan untuk memperbaiki hasil belajar maupun aktivitas siswa yang belum terlaksana secara maksimal. Pada tahap ini, peneliti menyusun RPP, membuat variasi media pembelajaran yang lebih menarik lagi, membuat soal evaluasi serta penilaian observasi.

### **b. Pelaksanaan Tindakan**

Pada tahap ini peneliti melaksanakan rancangan pembelajaran yang sudah direncanakan, pelaksanaan tindakan siklus II ini pada Jumat 07 Mei 2017. Pada kegiatan awal guru mengkondisikan siswa untuk siap belajar, Setelah itu mengadakan presensi. Kemudian siswa melakukan pemanasan berupa bermain permainan target, setelah itu guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai serta kegiatan yang akan dilakukan dalam proses pembelajaran.

Setelah proses pemanasan selesai, kegiatan berikutnya adalah melakukan Tes kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola kasti. Setelah selesai melakukan Tes kemampuan dasar melempar, menangkap dan memukul bola siswa melakukan permainan kasti. Setelah selesai guru mengadakan refleksi dengan memberi kesempatan kepada siswa menanyakan

materi yang belum dimengerti dan kesan-kesan selama proses pembelajaran. Setelah itu guru menutup dengan salam menandakan pelajaran telah selesai.

c. Pengamatan

Hal-hal yang dilakukan dalam pengamatan adalah untuk memperoleh data mengenai kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola dalam pembelajaran kasti siswa kelas IV SD Negeri Jombor Lor yang meliputi aktivitas siswa dan hasil belajar siswa. Untuk mengetahui hasil belajar siswa dapat diperoleh dari nilai kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola. Untuk hasil dari penilaian tersebut akan dipaparkan seperti berikut ini.

**Tabel 11 Penilaian Aspek Melempar bola Siklus II**

No	N	F	%	f(N)	Keterangan
1	65	3	15,00	195	Belum tuntas
2	70	3	15,00	280	Belum tuntas
3	75	7	35,00	525	Tuntas
4	80	6	30,00	480	Tuntas
5	85	1	5,00	85	Tuntas
Jumlah		20	100	1565	
Rata-rata				78,25	

Tampak pada tabel 11 rata-rata nilai melempar bola siswa sebesar 78,25. Siswa yang tuntas belajar berdasarkan hasil pengamatan adalah 14 siswa (70%), pada siklus II kemampuan lempar bola siswa meningkat dari 56,25 menjadi 78,25. Untuk penjelasan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

**Tabel 12 Penilaian Aspek Menangkap bola Siklus II**

No	N	F	%	f(N)	Keterangan
1	70	1	5,00	70	Belum tuntas
2	80	7	35,00	560	Tuntas
3	90	6	30,00	540	Tuntas
4	100	6	30,00	600	Tuntas
Jumlah		20	100,00	1770	
Rata-rata				88,5	

Tampak pada tabel 12 rata-rata nilai Tangkap bola bola siswa sebesar 88,5. Siswa yang tuntas belajar berdasarkan hasil pengamatan adalah 19 siswa (95%), pada siklus II kemampuan menangkap bola siswa meningkat dari 70,5 menjadi 88,5. Untuk penjelasan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

**Tabel 13 Penilaian Aspek Memukul bola Siklus II**

No	N	F	%	f(N)	Keterangan
1	60	1	5,00	60	Belum tuntas
2	70	9	45,00	630	Tuntas
3	80	6	30,00	480	Tuntas
4	90	3	15,00	270	Tuntas
5	100	1	5,00	100	Tuntas
Jumlah		20	100	1570	
Rata-rata				77,0	

Tampak pada tabel 13 rata-rata nilai Memukul bola bola siswa sebesar 77,0. Siswa yang tuntas belajar berdasarkan hasil pengamatan adalah 19 siswa (95%), pada siklus II kemampuan memukul bola siswa meningkat dari 47,5 menjadi 77,0. Untuk penjelasan selengkapnya dapat di lihat pada lampiran.

**Tabel 14 Hasil ketuntasan Gerak Manipulatif Siswa Siklus II**

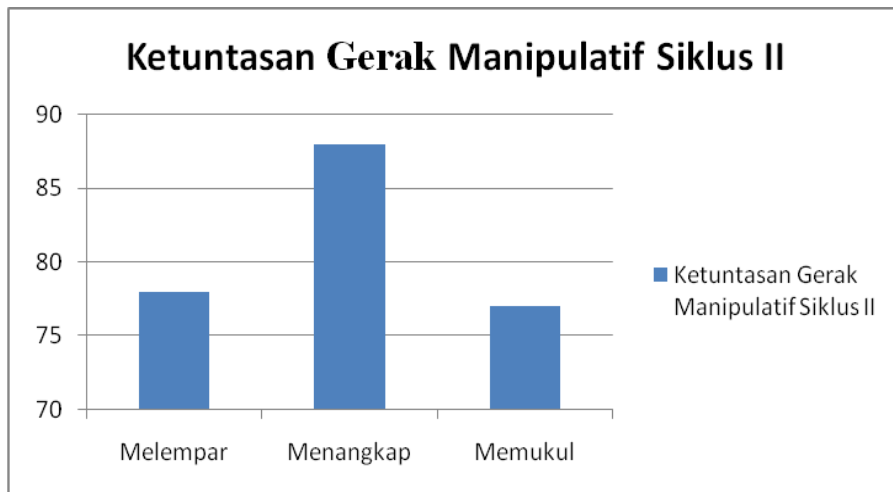
No	Aspek	Skor	Keterangan
1	Melempar bola (n1)	78,25	Tuntas
2	Menangkap bola (n2)	88,5	Tuntas
3	Memukul bola (n3)	77,0	Tuntas
Jumlah		243,75	
Rata-rata		<b>81,25</b>	Tuntas

Berdasarkan hasil tes kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola kasti pada siklus II bisa disimpulkan bahwa kemampuan gerak manipulatif siswa kelas IV SDN Jombor Lor dengan nilai rata-rata 81,25 yang sebelumnya hanya sebesar 58,08 dapat dikatakan tuntas.

**Tabel 15 Hasil Ketuntasan klasikal kasti Siklus II**

No	Nilai	Jumlah	Persentase	Keterangan
1	$X \geq 75$	18	90	Tuntas
2	$X \leq 75$	2	10	Belum tuntas
Jumlah		20	100	
Rata-rata		<b>90%</b>		Tuntas

Terlihat pada tabel 15 dari 20 siswa sebanyak 18 siswa (90%) tuntas belajar dan 2 siswa (10%) yang belum tuntas belajar, maka standar ketuntasan klasikal yang ditetapkan peneliti sebesar 75% dapat terpenuhi.



**Gambar 25 Histogram Kemampuan Gerak Manipulatif Siklus II**

#### d. Refleksi

Pada refleksi siklus II ini akan dikemukakan hal-hal yang ditemukan dan hasil dari perbaikan dari refleksi pada siklus I.

- 1) Semua indikator dan tujuan pembelajaran sudah dicapai dengan baik.
- 2) Rencana pelaksanaan pembelajaran yang dirancang guru sudah terlaksana dengan baik
- 3) Siswa tampak senang dengan proses pembelajaran yang berlangsung, tak tampak kebosanan pada siswa.
- 4) Hasil belajar yang diperoleh siswa juga meningkat, sehingga KKM yang ditentukan bisa terpenuhi.

#### **B. Pembahasan**

Berdasarkan analisis data hasil ketuntasan belajar siswa kelas IV SDN Jombor Lor pada siklus I yang diketahui rata-rata hasil belajar sebesar 58,08, sementara standar ketuntasan klasikal yang ditetapkan peneliti adalah 75. Sehingga pada siklus ini siswa belum bisa dikatakan tuntas belajar pada

materi gerak dasar kasti. Selain itu belum ada siswa yang tuntas belajar gerak dasar kasti, sehingga perlu dilanjutkan pada siklus berikutnya.

Pada siklus II dapat diketahui peningkatan hasil belajar tentang gerak manipulatif kasti siswa sebesar 81,25 yang sebelumnya hanya sebesar 58,08. Dari 20 siswa sebanyak 18 siswa (90%) tuntas belajar dan 2 siswa (10%) yang belum tuntas belajar. Melihat hasil ketuntasan belajar siswa pada siklus II ini maka standar ketuntasan klasikal yang ditetapkan peneliti sebesar 75% dapat terpenuhi.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini telah dilaksanakan dengan seksama, tetapi masih ada keterbatasan, antara lain :

1. Keadaan fasilitas lapangan serta perlengkapan yang masih kurang baik, meskipun sudah disiapkan sebaik-baiknya.
2. Keterbatasan penelitian dalam pembuatan media.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Simpulan dalam penelitian ini sesuai dengan permasalahan dan hasil penelitian, serta pembahasan dalam penelitian diketahui bahwa melalui permainan target telah berhasil meningkatkan gerak manipulatif dalam permainan kasti, melihat hasil ketuntasan gerak manipulatif pada siklus II ini sebesar 81,25, maka standar ketuntasan klasikal yang ditetapkan peneliti sebesar 75% dapat terpenuhi.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah di ambil, saran yang dapat peneliti sampaikan adalah:

1. Mengingat pelaksanaan siklus pada penelitian ini baru berjalan dua kali, siklus berikutnya diharapkan dapat berlanjut lebih signifikan.
2. Siswa hendaknya membiasakan diri untuk berlatih kemampuan melempar, menangkap dan memukul bola karena itu merupakan hal yang penting dalam permainan bola kasti.
3. Bagi peneliti lain bisa melakukan penelitian lebih lanjut dengan melibatkan pengamat lain serta pengambilan data yang lebih banyak untuk mengetahui tingkat keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul kadir Ateng. (1993). *Pendidikan Olahraga*. Jakarta: IKIP Jakarta.
- Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra (1999). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Suharsimi, Arikunto (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi, PT. Rineka Cipta, Jakarta.
- Akbar, Sa'dun. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas* (Edisi Revisi). Yogyakarta: Cipta Media
- Akhadun Jamil (2015) Tingkat Keterampilan Melempar, Menangkap dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV Dan V SDN Trayu Kecamatan Samigaluh Kabupaten Kulon Progo. ( *Skripsi* ), tidak dipublikasikan. Universitas Negeri Yogyakarta
- A.M. Bandi Utama. ( 2010:74) *Teori Bermain* (Bahan Mata Kuliah Teori Bermain Prodi PJKR/PGSD FIK UNY).
- Bambang Susilo. (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Jakarta : Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional.
- Deni Kurniadi dan Suro Prapanca. (2010:3), *Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas 4*.
- Hans Katzenbogner/Medler (1996:22) *Buku Pedoman lomba Atletik*, Jakarta .Persatuan Atletik Seluruh Indonesia .
- Mitchell, Oslin dan Griffin (2003). *Teaching Games for Understanding. Sport Foundation for Elementary Physical Education*.
- Mc. Taggart, R dan Kemmis, S. (1990). *The Action Research Planner*. Melbourne. Deakin University.
- Nursidik, Kurniawan (2007). Karakteristik Pendidikan Usia SD. diakses dari [http://nhowitzer.multiply.com/journal/item/3/KARAKTERISTIK\\_PEN\\_DIDIKAN\\_USIA\\_SD](http://nhowitzer.multiply.com/journal/item/3/KARAKTERISTIK_PEN_DIDIKAN_USIA_SD).

- Syamsir Aziz (2003:6.18), *Pembelajaran permainan Kecil*. Jakarta Departemen Pendidikan Nasional
- Supriyanti. (2009). *Bermain Kasti* Semarang: Aneka Ilmu.
- Suhartin Hasan, ( 2015 ) Meningkatkan Kemampuan Lempar Tangkap Dalam Permainan Kasti Melalui Strategi Pembelajaran Berpasangan Pada Siswa Kelas IV SDN 1 Suwawa. (*Skripsi*), tidak dipublikasikan. Universitas Negeri Gorontalo
- Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Syaeful Arif (2013) Kemampuan Memukul Bola, Menangkap Bola dan Ketepatan Melempar Bola Dalam Permainan Kasti Siswa Kelas IV SDN 1 Arenan Kabupaten Purbalingga . (*Skripsi*) tidak dipublikasikan. Universitas Negeri Yogyakarta
- Yoyo Bahagia dan Adang Suherman. (2000). *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Zulkifli (2009). *Psikologi Perkembangan*, Bandung. PT Remaja Rosdakarya

# LAMPIRAN



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

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

Nomor : 333/UN.34.16/PP/2017.

01 Agustus 2017.

Lamp. : 1Eks

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

**Kepada Yth.**

**Kepala Sekolah SD Negeri Jombor Lor**

**Bakalan, Sinduadi, Mlati, Sleman, Yogyakarta.**

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

Nama : Alfani Muriza.  
NIM : 15604227017.  
Program Studi : PGSD Penjas.  
Dosen Pembimbing : Tri Ani Hastuti S.Pd.,M.Pd.  
NIP : 197209042001122001.

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : April s.d Juni 2017.  
Tempat/Objek : SD Negeri Jombor Lor.  
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Gerak Manipulatif dalam Permainan Kasti Melalui Permainan Target.

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

Dekan,



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

**Tembusan :**

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



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA  
**SEKOLAH DASAR NEGERI JOMBOR LOR**

Alamat :Bakalan Sinduadi Mlati Sleman

**SURAT IJIN PENELITIAN**  
**No.004 /SK/ SD.JB.L/IV/2017**

Yang bertanda tangan dibawah ini, :

Nama : Sudalni, S.Pd.SD  
NIP : 19710503 199606 2 002  
Jabatan : Kepala SD Negeri Jombor Lor  
Pangkat : Pembina, IV/a  
AlamatSekolah : Bakalan Sinduadi Mlati Sleman

Memberikan ijin kepada :

Nama : Alfani Muriza, A.Ma  
NIP : 19750622 200604 1 004  
Tugas Mengajar : Guru Penjas SDN Jombor Lor

Untuk melakukan penelitian tindakan kelas yang berjudul :

UPAYA MENINGKATKAN GERAK MANIPULATIF DALAM PERMAINAN KASTI MELALUI PERMAINAN TARGET SISWA KELAS IV SDN JOMBOR LOR KABUPATEN SLEMAN TAHUN 2017, yang akan dilakukan dari bulan April sampai Juni 2017.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, dan apabila dikemudian hari terdapat kekeliruan atas pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi sesuai aturan yang berlaku.

Sleman, 20 April 2017

Kepala SDN Jombor Lor



Sudalni, S.Pd.SD

NIP : 19710503 199606 2 002

**KARTU BIMBINGAN**  
**TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Nama Mahasiswa :  
 NIM :  
 Program Studi :  
 Jurusan :  
 Pembimbing :

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1.	15-12-2016	Propose - permasalahan	Q.
2.	23-12-2016	Bab I, Belem muncul - harapa? -	Q.
3.	1-3-2017	lanjut. Identifikasi - Mapost Bab II - teori teori - fakta fals	Q.
4.	17-3-2017	Tata fals masalah teori/referensi	Q.
5.	.....	.....	Q.
6.	18-5-2017	Perbaiki nomenklatur, lanjut bab III	Q.
7.	14-6-2017	Tata fals - G. Bab IV - Rpp - ketruman.	Q.
8.	20-6-2017	Data kasus	Q.
9.	22-6-2017	Susu Bab V - fakta fals	Q.
10.	3-7-2017	Bab I - V	Q.
11.	21-7-2017	Daftar - al stah.	Q.
12.	28-7-17	Acc wpa	Q.

Mengetahui  
 Kaprodi PGSD Penjas,

Dr. Guntur, M.Pd  
 NIP 19810926 200604 1 001



**SURAT KETERANGAN PENGUJIAN**

Nomor : 510.63 / 84 / 256

No. Order =	BN - 01
	12 - 05 - 2017

Pesawat yang diuji : 1 (satu) buah Ban Ukur  
Merek / Type / No. Seri : PROHEX / - / -  
Buatan : -  
Kapasitas / Daya Baca : 50 m / 1 mm  
Pemilik : SUSANTI  
Alamat : Kemiren, Kec. Srumbung, Kab. Magelang  
Diuji oleh : UPT METROLOGI KOTA MAGELANG  
Petugas : Taufiq Rakhman, ST / NIP 19790528 201001 1 009  
Tanggal Pengujian : 12 Mei 2017  
Metoda : Perbandingan langsung dengan standar  
Hasil : Disahkan pada Tera Ulang Tahun 2017 berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 1981 tentang Metrologi Legal.

Magelang, 15 Mei 2017

Kepala Dinas Perindustrian dan Perdagangan  
Kota Magelang

  
**Drs. JOKO BUDIYONO, MM**  
Pembina Utama Muda  
NIP. 19630205 198503 1 018

**CATATAN :**

1. Surat Keterangan Pengujian ini berlaku sampai dengan **12 Mei 2018**.
2. Salinan Surat Keterangan ini tidak berlaku tanpa pengesahan dari Kepala Dinas Perindustrian dan Perdagangan Kota Magelang.

**Tabel 6 Penilaian Aspek Lempar Bola Siklus 1**

No	Nama Siswa	Kesempatan Lempar					Jumlh	Nilai
		1	2	3	4	5		
1	RahmadSetyaji	4	3	2	2	2	13	65
2	Anisa NursyaWinarno	2	3	2	2	1	10	50
3	AvrilianaHandaKusuma	2	3	2	1	4	12	60
4	DediKurniawan	3	2	2	1	3	11	55
5	Farhan RidhoHermawan	4	2	3	2	1	12	60
6	FitriaMeilaniePutri	2	2	2	3	1	10	50
7	Fauzia Nuraini Al Fatih	1	3	2	1	2	9	45
8	GalankEkaSaputra	3	2	4	1	1	11	55
9	RosaliaPaskalinaTutuboy	2	3	2	1	3	11	55
10	SendyFerySetiawan	4	3	3	2	2	14	70
11	Shiva AmeliaPutri	4	3	3	2	1	13	65
12	Taufik	3	3	2	2	1	11	55
13	M AdiDarmawan	2	2	3	2	3	12	60
14	WindaPutriOktaviani	3	2	2	3	1	11	55
15	MikhaelMikoKurniawan	4	3	2	2	1	12	60
16	BernadeoEgaIevanda P	3	2	2	2	1	10	50
17	Nadhiva Keira	2	2	3	1	2	10	50
18	Desvita Hernia	2	2	3	1	2	10	50
19	Nabila Inzulaikha	4	3	2	2	2	13	65
20	Rhausita Amelia Putri	2	2	2	3	1	10	50
	<b>Jumlah</b>							1,125
	<b>Rata rata</b>							56,25

**Tabel 7 Penilaian Aspek Tangkap bola Siklus 1**

No	Nama Siswa	Kesempatan Menangkap										Nilai
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	RahmadSetyaji	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	80
2	Anisa NursyaWinarno	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	70
3	AvrilianaHandaKusuma	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	70
4	DediKurniawan	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	70
5	Farhan RidhoHermawan	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	70
6	FitriaMeilaniePutri	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	60
7	Fauzia Nuraini Al Fatih	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	80
8	GalankEkaSaputra	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	80
9	RosaliaPaskalinaTutuboy	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	70
10	SendyFerySetiawan	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	80
11	Shiva AmeliaPutri	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	70
12	Taufik	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	70
13	M AdiDarmawan	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	60
14	WindaPutriOktaviani	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	70
15	MikhaelMikoKurniawan	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	80
16	BernadeoEgalevanda P	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	60
17	Nadhiva Keira	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	70
18	Desvita Hernia	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	60
19	Nabila Inzulaikha	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	80
20	Rhausita Amelia Putri	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	60
	<b>Jumlah</b>											1.410
	<b>Rata rata</b>											70.5

**Tabel 8 Penilaian Aspek Memukul Bola Siklus 1**

	Nama Siswa	Kesempatan Memukul										Nilai
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	RahmadSetyaji	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	70
2	Anisa NursyaWinarno	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	50
3	AvrilianaHandaKusuma	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	60
4	DediKurniawan	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	40
5	Farhan RidhoHermawan	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	70
6	FitriaMeilaniePutri	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	70
7	Fauzia Nuraini Al Fatih	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	50
8	GalankEkaSaputra	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	40
9	RosaliaPaskalinaT	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	20
10	SendyFerySetiawan	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	30
11	Shiva AmeliaPutri	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	60
12	Taufik	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	60
13	M AdiDarmawan	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	20
14	WindaPutriOktaviani	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	30
15	MikhaelMikoKurniawan	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	70
16	BernadeoEgaIevanda P	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	70
17	Nadhiva Keira	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	30
18	Desvita Hernia	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	20
19	Nabila Inzulaikha	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	50
20	Rhausita Amelia Putri	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	40
	<b>Jumlah</b>											950
	<b>Rata rata</b>											47,5

**Tabel 9 Hasil Ketuntasan Gerak Manipulatif Siklus 1**

No	Aspek	Skor
1	Melempar Bola	56,25
2	Menangkap Bola	70,5
3	Memukul Bola	47,5
	Jumlah	174,25
	Rata-rata	<b>58,08</b>

**Tabel 11 Penilaian Aspek Lempar Bola Siklus 2**

No	Nama Siswa	Kesempatan Lempar					Jumlah	Nilai
		1	2	3	4	5		
1	RahmadSetyaji	3	3	4	3	4	17	85
2	Anisa NursyaWinarno	3	4	3	3	2	15	75
3	AvriliaHandaKusuma	3	3	4	3	3	16	80
4	DediKurniawan	3	3	3	4	3	16	80
5	Farhan RidhoHermawan	4	3	3	3	2	15	75
6	FitriaMeilaniePutri	3	3	2	3	4	15	75
7	Fauzia Nuraini Al Fatih	2	3	2	3	3	13	65
8	GalankEkaSaputra	4	3	3	4	2	16	80
9	RosaliaPaskalinaTutuboy	3	3	2	3	3	14	70
10	SendyFerySetiawan	4	3	4	3	2	16	80
11	Shiva AmeliaPutri	3	3	3	2	4	15	75
12	Taufik	4	3	2	3	3	15	75
13	M AdiDarmawan	3	2	3	3	3	14	70
14	WindaPutriOktaviani	4	4	3	3	2	16	80
15	MikhaelMikoKurniawan	3	3	4	2	3	14	70
16	BernadeoEgaIevanda P	3	2	3	3	4	15	75
17	Nadhiva Keira	4	4	3	3	2	16	80
18	Desvita Hernia	3	2	2	3	3	13	65
19	Nabila Inzulaikha	4	3	2	3	3	15	75
20	Rhausita Amelia Putri	3	3	2	3	2	13	65
	<b>Jumlah</b>							1,565
	<b>Rata rata</b>							78,25

**Tabel 12 Penilaian Aspek Tangkap Bola Siklus 2**

No	Nama Siswa	Kesempatan Menangkap										Nilai
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	RahmadSetyaji	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	90
2	Anisa NursyaWinarno	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
3	AvrilianaHandaKusuma	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	80
4	DediKurniawan	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	80
5	Farhan RidhoHermawan	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	90
6	FitriaMeilaniePutri	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	80
7	Fauzia Nuraini Al Fatih	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	90
8	GalankEkaSaputra	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
9	RosaliaPaskalinaTutuboy	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	90
10	SendyFerySetiawan	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
11	Shiva AmeliaPutri	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	90
12	Taufik	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	80
13	M AdiDarmawan	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	70
14	WindaPutriOktaviani	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
15	MikhaelMikoKurniawan	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
16	BernadeoEgalevanda P	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	80
17	Nadhiva Keira	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	80
18	Desvita Hernia	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	90
19	Nabila Inzulaikha	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
20	Rhausita Amelia Putri	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	80
	<b>Jumlah</b>											1770
	<b>Rata rata</b>											88.5

**Tabel 13 Penilaian Aspek Memukul Bola Siklus 2**

No	Nama Siswa	Kesempatan Memukul										Nilai
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	RahmadSetyaji	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	80
2	Anisa NursyaWinarno	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	80
3	AvrilianaHandaKusuma	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	70
4	DediKurniawan	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	70
5	Farhan RidhoHermawan	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	80
6	FitriaMeilaniePutri	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	70
7	Fauzia Nuraini Al Fatih	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	80
8	GalankEkaSaputra	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	90
9	RosaliaPaskalinaTutuboy	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	70
10	SendyFerySetiawan	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
11	Shiva AmeliaPutri	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	70
12	Taufik	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	70
13	M AdiDarmawan	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	70
14	WindaPutriOktaviani	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	70
15	MikhaelMikoKurniawan	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	90
16	BernadeoEgalevanda P	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	80
17	Nadhiva Keira	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	70
18	Desvita Hernia	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	80
19	Nabila Inzulaikha	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	90
20	Rhausita Amelia Putri	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	60
	<b>Jumlah</b>											1540
	<b>Rata rata</b>											77

**Tabel 14 Hasil Ketuntasan Gerak Manipulatif Siklus 2**

No	Aspek	Skor
1	Melempar Bola	78,25
2	Menangkap Bola	88,5
3	Memukul Bola	77,0
	Jumlah	243,75
	Rata-rata	<b>81,25</b>

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**( RPP )**

<b>Sekolah</b>	<b>: SDN JOMBOR LOR</b>
<b>Mata Pelajaran</b>	<b>: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan</b>
<b>Kelas/Semester</b>	<b>: 4 ( Empat ) / I ( Satu )</b>
<b>Pertemuan ke</b>	<b>: I ( Satu ) sampai dengan 2 ( dua)</b>
<b>Alokasi Waktu</b>	<b>: 8 x 35 Menit</b>

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

**Kompetensi Dasar** : 1. 1 Mempraktikkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama tim, sportivitas, dan kejujuran\*\*)

**A. Tujuan Pembelajaran:**

- Siswa dapat melakukan dan memahami permainan kasti
- Siswa dapat melakukan bermain kasti serta dapat melakukan kerjasama dengan menjunjung tinggi sportivitas.
- Siswa dapat memahami strategi dalam bermain kasti

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin ( *Discipline* )  
Tekun ( *diligence* )  
Tanggung jawab ( *responsibility* )  
Ketelitian ( *carefulness* )  
Kerjasama ( *Cooperation* )  
Toleransi ( *Tolerance* )  
Percaya diri ( *Confidence* )  
Keberanian ( *Bravery* )

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

- Permainan bola kecil / kasti

**C. Metode Pembelajaran:**

- Ceramah
- Demonstrasi
- Praktek

**D. Langkah-langkah Pembelajaran**

Pertemuan 1, 2, 3, 4 & 5

- Kegiatan Awal:
  - Siswa dibariskan menjadi empat barisan
  - Mengecek kehadiran siswa
  - Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
  - Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
  - Mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan/dipelajari
- Kegiatan Inti:
  - ***Eksplorasi***  
Dalam kegiatan eksplorasi, guru:
    - ☞ Melambungkan bola dengan berbagai arah dan kecepatan berpasangan atau perorangan
    - ☞ Menjelaskan dan mempraktekkan peraturan main yang terdapat dalam permainan kasti
    - ☞ Mendemonstrasikan tehnik kerjasama dan permainan yang sportivitas
    - ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
    - ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di laboratorium, studio, atau lapangan.
  - ***Elaborasi***  
Dalam kegiatan elaborasi, guru:
    - ☞ Melakukan gerakan melambungkan/melempar bola tanpa bola dengan hitungan
    - ☞ Melakukan lempar tangkap dari berbagai arah dan kecepatan : melempar bola lurus, melempar bola lambung, melempar menyusur tanah dilakukan secara berpasangan
    - ☞ Melakukan gerakan memukul bola dengan hitungan
    - ☞ Memukul bola yang di lambungkan sendiri
    - ☞ Memukul bola yang dilambungkan oleh orang lain

- ☞ Membagi kelompok yang seimbang untuk persiapan main
- ☞ Bermain kasti dengan peraturan yang dimodifikasi
- ☞ Bermain kasti / pemantapan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melalui pemberian tugas, diskusi, dan lain-lain untuk memunculkan gagasan baru baik secara lisan maupun tertulis;
- ☞ memberi kesempatan untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut;
- ☞ memfasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif;
- ☞ memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar;
- ☞ memfasilitasi peserta didik membuat laporan eksplorasi yang dilakukan baik lisan maupun tertulis, secara individual maupun kelompok;
- ☞ memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja individual maupun kelompok;
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan pameran, turnamen, festival, serta produk yang dihasilkan;

- **Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

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

- **Kegiatan Penutup**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- ☞ Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan dan tehnik dalam permainan kasti


**E. Alat dan Sumber Belajar:**

- Buku Penjaskes kls. 4
- Diktat permainan bola kecil
- Lapangan
- Pemukul kasti
- Bola kasti
- Tiang hinggap
- Scoring board/keset
- Pluit
- Kapur line/tali

**F. Penilaian:**

<b>Indikator Pencapaian Kompetensi</b>	<b>Teknik Penilaian</b>	<b>Bentuk Instrumen</b>	<b>Instrumen/ Soal</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melambungkan bola dengan berbagai arah dan kecepatan</li> <li>• Melemparkan bola dengan berbagai variasi arah dan kecepatan</li> <li>• Menangkap bola dengan berbagai variasi arah dan kecepatan</li> <li>• Memukul objek yang dilambungkan /dilemparkan dari berbagai arah dan jarak.</li> <li>• Menjelaskan peraturan permainan kasti .</li> <li>• Bermain kasti dengan peraturan yang dimodifikasi.</li> <li>• Bekerjasama dengan tim, bermain sportifitas</li> </ul>	Tes Tulis dan Praktik	Tes Soal & ketram Pilan	Tes tulis <ul style="list-style-type: none"> <li>• *Menjelas-kan pengertian permainan tonnis</li> <li>• Melakukan pukulan porehand dengan baik</li> <li>• Melakukan pukulan backhand dengan baik</li> <li>• melakukan servis ke sasaran</li> </ul>

**FORMAT KRITERIA PENILAIAN**

 **PRODUK ( HASIL DISKUSI )**

<b>No.</b>	<b>Aspek</b>	<b>Kriteria</b>	<b>Skor</b>
1.	Konsep	<ul style="list-style-type: none"> <li>* semua benar</li> <li>* sebagian besar benar</li> <li>* sebagian kecil benar</li> <li>* semua salah</li> </ul>	4 3 2 1

 **PERFORMANSI**

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Pengetahuan	* Pengetahuan	4
		* kadang-kadang Pengetahuan	2
		* tidak Pengetahuan	1
2.	Praktek	* aktif Praktek	4
		* kadang-kadang aktif	2
		* tidak aktif	1
3.	Sikap	* Sikap	4
		* kadang-kadang Sikap	2
		* tidak Sikap	1

**LEMBAR PENILAIAN**

No	Nama Siswa	Performan			Produk	Jumlah Skor	Nilai
		Pengetahuan	Praktek	Sikap			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							

**CATATAN :**

*Nilai = ( Jumlah skor : jumlah skor maksimal ) X 10.*

*✎ Untuk siswa yang tidak memenuhi syarat penilaian KKM maka diadakan Remedial.*

**Mengetahui,**  
**Kepala SD/MI .....**

( ..... )  
**NIP/NIK :**

....., ..... 20..  
**Guru Mapel PJOK**

( ..... )  
**NIP/NIK :**

## DOKUMENTASI KEGIATAN SIKLUS I

### Tes Lempar bola



### Tes kemampuan Tangkap bola



Tes kemampuan memukul bola



Bermain kasti



## DOKUMENTASI SIKLUS II

### Tes kemampuan melempar bola



### Tes kemampuan menangkap bola



Tes kemampuan memukul bola



Bermain bola kasti



Permainan Target



Permainan Target



Permainan Target



Permainan Target

