

**UPAYA PENINGKATAN KEMAMPUAN MELEMPAR BOLA KECIL
MENGUNAKAN METODE BERMAIN DENGAN SASARAN BOM
AIR PADA KELAS IV A SD NEGERI TEGALPANGGUNG KOTA
YOGYAKARTA TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Galang Surya Trisnanda
NIM 15604221019

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2019**

**UPAYA PENINGKATAN KEMAMPUAN MELEMPAR BOLA KECIL
MENGUNAKAN METODE BERMAIN DENGAN SASARAN BOM
AIR PADA KELAS IV A SD NEGERI TEGALPANGGUNG KOTA
YOGYAKARTA TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Galang Surya Trisnanda
NIM 15604221019

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2019**

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

UPAYA PENINGKATAN KEMAMPUAN MELEMPAR BOLA KECIL
MENGUNAKAN METODE BERMAIN DENGAN SASARAN BOM AIR
PADA SISWA KELAS IV A SD NEGERI TEGALPANGGUNG KOTA
YOGYAKARTA TAHUN PELAJARAN 2018/2019

Disusun Oleh:

Galang Surya Trisnanda

NIM 15604221019

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Maret 2019

Mengetahui,
an. Ketua Program Studi



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

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Drs. Amat Komari, M.Si
NIP. 19620422 19900111 1 001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Galang Surya Trisnanda
NIM : 15604221019
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas
Judul TAS : Upaya Peningkatan Kemampuan Melempar Bola Kecil Menggunakan Metode Bermain Dengan Sasaran Bom Air Pada Siswa Kelas IV A SD Negeri Tegalpanggung Kota Yogyakarta Tahun Pelajaran 2018/2019

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, April 2019
Yang Menyatakan,



Galang Surya Trisnanda
NIM 15604221019

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**UPAYA PENINGKATAN KEMAMPUAN MELEMPAR BOLA KECIL
MENGUNAKAN METODE BERMAIN DENGAN SASARAN BOM AIR
PADA SISWA KELAS IV A SD NEGERI TEGALPANGGUNG KOTA
YOGYAKARTA TAHUN PELAJARAN 2018/2019**




Disusun Oleh:

Galang Surya Trisnanda
NIM 15604221019

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

Pada tanggal 25 April 2019

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. Amat Komari, M.Si Ketua Penguji/Pembimbing		20/5
Dr. Agus Susworo Dwi M., M.Pd. Sekretaris Penguji		17/5 19
AM. Bandi Utama, M.Pd. Penguji I		16/5 2019

Yogyakarta, Mei 2019

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Wayan S. Suherman, M.Ed
NIP. 19640707 198812 1 009

MOTTO

Sepira Gedhening Sengsara Yen Tinampa Amung Dadi Coba

(RM. Imam Koes Supangat)

PERSEMBAHAN

1. Terimakasih kepada kedua orang tua saya tercinta, Bapak Sutrisno dan Ibu Hananti Aris Wary yang dengan segenap jiwa raga selalu menyayangi, mencintai, mendoakan serta selalu memberi motivasi tiada henti.

**UPAYA PENINGKATAN KEMAMPUAN MELEMPAR BOLA KECIL
MENGUNAKAN METODE BERMAIN DENGAN SASARAN BOM AIR
PADA SISWA KELAS IV A SD NEGERI TEGALPANGGUNG KOTA
YOGYAKARTA TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

Oleh :
Galang Surya Trisnanda
NIM. 15604221019

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan melempar bola kecil pada siswa kelas IV A SD Negeri Tegalpanggung Kota Yogyakarta dalam mengikuti pembelajaran melempar bola kecil.

Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilakukan secara kolaboratif dan partisipatif, penelitian ini terdiri dari dua siklus, setiap siklus terdiri dari dua tatap muka dan setiap sekali tatap muka dengan alokasi waktu 105 menit. Subjek dalam penelitian ini yaitu siswa kelas IV A yang berjumlah 21

Berdasarkan hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa upaya peningkatan kemampuan melempar bola kecil dengan sasaran bom air melalui metode bermain dapat meningkat. Peningkatan proses pembelajaran meliputi tahap observasi aktivitas siswa dalam pembelajaran dan tes unjuk kerja. Target ketuntasan keterampilan melempar bola kecil siswa dalam penelitian ini adalah mencapai nilai KKM 75, hal ini dapat dibuktikan dari data prasiklus yang semula hanya mencapai 23% pada siklus pertama terjadi peningkatan sebesar 38% dan pada siklus kedua ketuntasan belajar klasikal meningkat sebesar 85,8%.

Kata kunci : melempar bola kecil, bermain, siswa kelas IV A.

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 Peningkatan Kemampuan Melempar Bola Kecil Menggunakan Metode Bermain Dengan Sasaran Bom Air Pada Siswa Kelas IV A SD Negeri Tegalpanggung Kota Yogyakarta Tahun Pelajaran 2018/2019“ 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. Bapak Drs. Amat Komari, M.Si ., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Agus Susworo Dwi M., M.Pd dan Bapak AM. Bandi Utama, M.Pd. selaku Sekretaris dan Penguji yang telah mendampingi dan memberikan masukan, menguji dan mengoreksi skripsi ini.
3. Bapak Dr. Guntur, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.
4. Bapak Dr. Subagyo, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.
5. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
6. Ibu Purwati Handayani, M.Pd., Kepala Sekolah di SD Negeri Tegalpanggung Yogyakarta yang telah memberi izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

7. Para guru dan staf di SD Negeri Tegalpanggung Yogyakarta yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

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

Yogyakarta, Maret 2019
Penulis,

Galang Surya Trisnanda
NIM. 15604221019

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Rumusan Masalah	5
D. Tujuan penelitian	5
E. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	7
1. Hakikat pembelajaran Pendidikan Jasmani.....	7
2. Hakikat Kemampuan Melempar Bola Kecil	9
3. Pengertian Gerak Manipulatif	14
4. Hakikat Bermain	16
5. Perkembangan melempar pada anak usia 7-12 tahun...	17
B. Penelitian yang Relevan	18
C. Kerangka Berpikir	20

D. Hipotesis Tindakan	21
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis penelitian	23
B. Setting dan Subjek penelitian	23
1. Setting Penelitian	23
2. Subjek Penelitian.....	24
C. Prosedur dan Siklus Penelitian.....	24
1. Prosedur Penelitian	24
2. Siklus I	28
3. Siklus II.....	30
D. Teknik Pengumpulan Data.....	33
E. Teknik Analisa Data	37
F. Indikator Keberhasilan.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	39
1. Sebelum Tindakan.....	39
2. Siklus I	40
3. Siklus II	52
B. Pembahasan	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	66
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	70

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Rubrik penilaian unjuk kerja melempar bola kecil	35
Tabel 4.1. Data hasil pengamatan aktivitas siswa siklus I pertemuan pertama.....	43
Tabel 4.2. Data hasil pengamatan aktivitas siswa siklus I pertemuan kedua.....	45
Tabel 4.3. Rata-rata hasil observasi aktivitas siswa dalam pembelajaran siklus I	46
Tabel 4.4 Hasil tes unjuk kerja pada siklus I pertemuan pertama....	48
Tabel 4.5. Hasil tes unjuk kerja pada siklus I pertemuan kedua.....	49
Tabel 4.6. Data hasil pengamatan aktivitas siswa siklus II pertemuan pertama.....	56
Tabel 4.7. Data hasil pengamatan aktivitas siswa siklus II pertemuan kedua.....	57
Tabel 4.8. Rata-rata hasil observasi aktivitas siswa dalam pembelajaran siklus II.....	58
Tabel 4.9. Hasil tes unjuk kerja pada siklus I pertemuan pertama.....	60
Tabel 4.10. Hasil tes unjuk kerja pada siklus I pertemuan kedua.....	61

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Memegang bola dengan 3 jari	13
Gambar 2.2 Memegang bola dengan 4 jari	13
Gambar 2.3 Bagan kerangka berpikir	22
Gambar 3.1 Prosedur penelitian tindakan kelas	24
Gambar 4.1 Siswa melakukan kegiatan pemanasan	41
Gambar 4.2 Peneliti memberikan arahan	41
Gambar 4.3 Siswa melakukan gerakan melempar menggunakan sasaran bom air	42
Gambar 4.4 Melakukan kegiatan pemanasan	53
Gambar 4.5 Kolabolator dan peneliti memberikan arahan	54
Gambar 4.6 Siswa melakukan gerakan melempar menggunakan sasaran bom air	54

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kartu Bimbingan.....	71
Lampiran 2. Permohonan Izin Penelitian.....	72
Lampiran 3. Permohonan Izin Melakukan Penelitian	73
Lampiran 4. Surat Keterangan Melakukan Penelitian di SD Negeri Tegalpanggung.....	74
Lampiran 5 Lembar Observasi Kegiatan Siswa	75
Lampiran 6 Lembar Penilaian Unjuk Kerja	76
Lampiran 7 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus I pertemuan pertama	77
Lampiran 8 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus II pertemuan kedua	84
Lampiran 9 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus II pertemuan pertama	92
Lampiran 10 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus II pertemuan kedua... ..	100
Lampiran 11 Dokumentasi siklus I pertemuan pertama	108
Lampiran 12 Dokumentasi siklus I pertemuan kedua.....	110
Lampiran 13 Dokumentasi siklus II pertemuan pertama.....	112
Lampiran 14 Dokumentasi siklus II pertemuan kedua.....	113

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Guru sebagai faktor utama keberhasilan pengajaran dituntut kemampuannya untuk dapat menyampaikan bahan ajar kepada siswa dengan baik. Untuk itu guru perlu mendapat pengetahuan tentang materi yang tepat dan efektif sesuai dengan kondisi dan karakter siswa. Dengan melihat secara langsung, anak dapat termotivasi untuk membangun gagasan-gagasan yang menarik dan membentuk konsepsi sendiri. Keberhasilan pembelajaran harus kembali pada pemikiran bahwa siswa akan belajar lebih baik jika lingkungan belajar diciptakan secara alamiah. Belajar akan bermakna jika siswa mengalami apa yang dipelajari sesuai dengan kompetensi yang dimilikinya. Pembelajaran yang berorientasi pada keterampilan proses diharapkan dapat meningkatkan pemahaman pada materi pembelajaran dan meningkatkan hasil pembelajaran siswa.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran pada kurikulum 2013. PJOK merupakan bagian integral dari program pendidikan nasional, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui pembekalan pengalaman

belajar menggunakan aktivitas jasmani terpilih yang dilakukan secara sistematis (Permendikbud No 24 Tahun 2016).

Pendidikan jasmani olahraga, dan kesehatan PJOK memberikan kesempatan kepada para siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina sekaligus untuk membentuk gaya hidup sehat dan aktif.

Pembelajaran gerak dasar melempar dan menangkap bola tidak dapat diberikan sesuai dengan konsep pembelajaran yang sebenarnya yaitu pembelajaran yang mengembangkan bentuk permainan sehingga memberikan faktor menyenangkan dan menarik bagi siswa dalam mengikuti proses pembelajarannya. Pembelajaran permainan dan olahraga seringkali menekankan pada belajar bagaimana bermain dengan aturannya. Begitu juga kenyataannya di SD Negeri Tegalpanggung.

Pembelajaran permainan melempar bola kecil yang diajarkan tidak menekankan keterampilan anak terlebih dahulu. Faktor lainnya juga muncul karena kurangnya sarana bola bagi anak untuk mendapatkan kesempatan memainkan bola. Dari hasil observasi di SD Negeri Tegalpanggung dan hasil evaluasi melempar bola kecil dengan menggunakan metode konvensional (ceramah, demonstrasi dan pemberian tugas) nilai ketuntasan minimum (KKM) yang harus dicapai siswa tersebut adalah 75, sementara dalam melakukan praktek lempar tangkap bola kasti tersebut pada siswa kelas IV A

Tahun Pelajaran 2018/2019 yang berjumlah 21 orang terdapat 5 orang yang tuntas, dan 16 siswa tidak mencapai KKM.

Guru pendidikan jasmani di dalam pembelajaran melempar bola cenderung pada pelaksanaan melemparnya saja, kurang inovatif, sehingga kurangnya motivasi siswa yang kurang tertarik dan merasa bosan pada saat pembelajaran melempar bola. Akibatnya banyak siswa yang malas dan kurang semangat saat pembelajaran melempar bola. Hal ini mengakibatkan banyak siswa yang perkembangan motoriknya terlambat termasuk kemampuan gerak dasar melempar, sehingga hasil belajar melempar bola kasti kelas IV A hanya mencapai 24% atau 5 siswa dari 21 siswa.

Disamping itu ada juga kelemahan posisi anak ketika melempar bola kasti adalah posisi kaki yang tidak sesuai dengan cara bola dipegang, anak cenderung ketika melakukan lemparan dengan tangan kanan posisi kaki kanan berada didepan, sehingga lemparan yang akan dilakukan tidak tepat dengan sasaran maupun jauhnya hasil lemparan tersebut, padahal seharusnya kaki berlawanan dengan tangan yang melempar, kemudian saat hendak melempar bola, posisi tangan ketika memegang bola kurang tepat, kebanyakan dari anak pada saat memegang bola langsung mencengkram bola dengan posisi kelima jari seutuhnya mencengkram bola, sehingga pada saat bola hendak dilepas kurang dorongan dari jemari dan cenderung bola lambat untuk dilepaskan, masalah yang paling sering terjadi adalah ayunan tangan ketika hendak melempar kurang jauh kebelakang sehingga gaya dorong bola menjadi kurang

kuat untuk dilepaskan. Hal ini disebabkan karena Kemampuan peserta didik dalam melakukan lemparan bola sangat kurang

Melempar dengan cara cepat dan akurat kearah sasaran akan memperoleh hasil yang sangat maksimal tetapi tidak terlepas dari kerjasama tim. Guru hanya mengajarkan dengan metode ceramah sehingga belajar siswa kurang maksimal, untuk itu diperlukan usaha-usaha dalam menyesuaikan konsep pembelajaran permainan bola kasti yang sesuai dengan keadaan siswa. Untuk memperoleh kualitas gerak dasar melempar tentunya harus selalu dipelajari dan diulang sebaik-baiknya. Sehubungan dengan masalah diatas, maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih jauh mengenai pentingnya perbaikan hasil belajar melempar bola kecil dalam permainan melempar bola kasti siswa sekolah dasar melalui metode bermain yang sesuai dengan tingkatan umur dan kemampuan anak melalui penelitian yang berjudul: Upaya Peningkatan Kemampuan Melempar Bola Kecil Menggunakan Metode Bermain Dengan Sasaran Bom Air Pada Siswa Kelas IV A SD Negeri Tegalpanggung Kota Yogyakarta Tahun Pelajaran 2018/2019

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kemampuan peserta didik dalam melakukan lemparan bola sangat kurang
2. Masih rendahnya hasil nilai yang dicapai oleh siswa khususnya pada materi melempar bola kecil

3. Motivasi belajar para peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran melempar di SD Negeri Tegalpanggung masih rendah

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas dapat dirumuskan masalah yang akan diteliti adalah “Apakah dengan menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air dapat meningkatkan kemampuan melempar bola kecil pada siswa kelas IV A SD Negeri Tegalpanggung Kota Yogyakarta?”

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk peningkatan kemampuan melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air pada siswa kelas IV A SD Negeri Tegalpanggung Kota Yogyakarta

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian yang dilakukan ini memberikan manfaat pada pengembangan pembelajaran bagi guru. Oleh karena itu penelitian ini diharapkan dapat:

1. Bagi Siswa :
 - a. Memperbaiki kemampuan siswa dalam melempar bola kecil sehingga hasil yang diharapkan akan meningkat
 - b. Menjadikan model bagi siswa bahwa guru memberikan perhatian khusus terhadap hasil belajar siswa
2. Bagi Guru :

- a. Dapat mengembangkan profesionalitas guru karena guru mampu menilai dan memperbaiki pembelajaran yang dikelolanya
- b. Memberi kesempatan untuk berperan aktif mengembangkan pengetahuan dan keterampilan sendiri
- c. Membuat guru lebih percaya diri karena mampu mengenali kelemahan dan kelebihan dalam mengajar

3. Bagi Sekolah :

- a. Dapat membantu meningkatkan keefektifitasan dalam proses belajar mengajar sehingga sekolah mampu mencapai tujuan prestasi yang diharapkan.
- b. Sekolah akan mengalami perubahan/perbaikan yang pesat karena mampu menanggulangi berbagai masalah belajar siswa, perbaikan kesalahan konsep, dll.

4. Bagi Masyarakat :

- a. Sebagai referensi/acuan untuk penelitian selanjutnya
- b. Memperluas pengetahuan serta wawasan tentang kajian ilmiah tentu berdasarkan teori yang bisa dan telah diuji kebenarannya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Pembelajaran pada hakikatnya adalah proses sebab akibat. Guru sebagai pengajar merupakan penyebab utama terjadinya proses pembelajaran siswa. Meskipun tidak semua perbuatan belajar siswa merupakan akibat guru yang mengajar. Oleh sebab itu, guru sebagai figur sentral, harus mampu menetapkan strategi pembelajaran yang tepat sehingga dapat mendorong terjadinya perbuatan belajar siswa yang aktif, produktif, dan efisien. Sebagaimana yang dikutip oleh Asep Herry Hermawan (2006) bahwa tujuan pembelajaran dapat dipilih menjadi tujuan yang bersipat kognitif (pengetahuan), efektif (sikap), dan psikomotorik (keterampilan).

Derajat pencapaian tujuan pembelajaran ini merupakan indikator kualitas pencapaian tujuan dan hasil perbuatan belajar siswa. Menurut Udin S.W (2007) pembelajaran merupakan kegiatan yang dilakukan untuk menginisiasi, memfasilitasi, dan meningkatkan intensitas dan kualitas belajar pada diri peserta didik. Oleh karena pembelajaran merupakan upaya sistematis dan sistemik untuk menginisiasi, memfasilitasi, dan meningkatkan proses belajar maka kegiatan pembelajaran berkaitan erat dengan jenis hakikat, dan jenis belajar serta hasil belajar tersebut.

Siddiq dkk (2009) istilah pembelajaran adalah salah satu upaya yang dilakukan oleh seseorang (guru atau yang lain) untuk membelajarkan siswa yang belajar. Pada pendidikan formal (sekolah), pembelajaran merupakan tugas yang dibebankan kepada guru, karena guru merupakan tenaga profesional yang dipersiapkan untuk itu. Kegiatan pembelajaran bukan lagi sekedar kegiatan mengajar (pengajaran) yang mengabaikan kegiatan belajar, yaitu sekedar menyiapkan pengajaran dan melaksanakan prosedur mengajar dalam pembelajaran tatap muka. Akan tetapi kegiatan pembelajaran lebih kompleks lagi dan dilaksanakan dengan pola-pola pembelajaran yang bervariasi. Secara umum pembelajaran merupakan suatu pelajaran yang bersifat sadar tujuan, serta sistematik terarah pada perubahan tingkah laku menuju kearah kedewasaan anak didik.

Pendapat senada dikemukakan oleh Cholik dan Lutan dalam Helmy Firmansyah (2009:41) bahwa pembelajaran pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang melibatkan interaksi antara peserta didik dengan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia seutuhnya. Secara esensial, pendidikan jasmani adalah proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak (Helmy Firmansyah, 2009:42). Jadi pembelajaran pendidikan jasmani yang harus diterapkan pada peserta didik harus mengarah kepada *Development Appropriate Practic* (DAP), artinya dalam proses mengajar pendidikan jasmani harus disesuaikan dengan kondisi perkembangan peserta didik secara praktis, maksudnya dalam penyelenggaraan PBM tidak berpanjng lebar, baik itu cara memberikan

intruksi maupun pelaksanaan kepada siswa. Paling utama dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani dalam situasi yang demokratis dan *Enjoyment Of Sport* (dalam berolahraga penuh dengan kegembiraan). (Sujijandoko A., 2008)

2. Hakikat Kemampuan Melempar Bola Kecil

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

Kemampuan diartikan sebagai ciri individu yang diwariskan dan relative abadi yang mendasari serta mendukung terbentuknya keterampilan. Setiap orang akan memiliki kemampuan yang berbeda antara yang satu dengan yang lain. Kemampuan dipandang sangat beragam dan sulit untuk mengidentifikasinya, sehingga batasan tentang kemampuan sangat bervariasi.

Dalam kaitannya dengan penampilan olahraga dan kerja fisik lainnya, yang diperlukan adalah kemampuan kecakapan tubuh, salah satu contoh yaitu melempar. Jika seseorang tidak mempunyai kemampuan, maka orang tersebut tidak akan bisa melempar. Menurut Sudjarwo (1992) pada hakikatnya melempar adalah menggerakkan benda dengan gaya secara langsung dikenakan pada bendanya. Efisien dari pemberian gaya kepada benda yang akan dilempar dinilai dalam hal kecepatan, jarak dan arah benda tersebut

setelah pelepasan. Menurut Sudarminto dan Soeparman (1993) kemampuan melempar adalah kemampuan melakukan lemparan dengan jarak yang sejauh-jauhnya.

Kecepatan dan jarak yang dilemparkan berhubungan dengan besarnya gaya yang digunakan dan kecepatan tangan pada saat pelepasan. Perkembangan kemampuan melempar terjadi sejalan dengan pertumbuhan fisik terutama pertumbuhan lengan dan bahu. Menurut Sudjarwo M.P (1992) kemampuan melempar meliputi dua aspek perkembangan yaitu yang bersifat kuantitatif dan yang bersifat kualitatif.

Perkembangan yang bersifat kuantitatif yaitu akan semakin jauh lemparannya. Sedangkan yang bersifat kualitatif yaitu kualitas gerakan melemparnya semakin baik atau semakin efisien. Kemampuan melempar dapat diukur dengan cara mengukur jauhnya atau jarak lemparannya menggunakan bola untuk pengukuran kuantitatif dan dengan analisis sinematografis gerakan untuk pengukuran kualitatif.

Namun kemampuan melempar lebih baik ditinjau dari segi kuantitatif. Hal tersebut dinilai untuk memudahkan dalam penelitiannya dibandingkan ditinjau dari segi kualitatif. Kemampuan tidak didapat dengan cara instan melainkan memerlukan latihan yang teratur. Kebiasaan sehari-hari dapat melatih kemampuan otot lengan. Mengangkat barang, mencangkul sawah, menyabit rumput adalah aktivitas yang dapat melatih kemampuan otot lengan. Otot lengan merupakan penunjang dalam melakukan gerakan melempar.

Sehingga diperlukan kemampuan otot yang baik sehingga hasil lemparan yang maksimal.

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

a. Melempar bola melambung

Cara melempar bola melambung adalah sebagai berikut :

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

b. Melempar bola bawah atau menggelinding

Cara melempar bola bawah atau menggelinding adalah sebagai berikut:

- 1) Genggam bola pada telapak tangan kanan atau kiri.
- 2) Salah satu kaki ke depan, kebalikan dengan tangan yang memegang bola. Bila melempar menggunakan tangan kanan maka kaki kiri yang berada di depan, begitupun sebaliknya.
- 3) Ketika akan melempar, posisi badan sedikit membungkuk, dan berat badan bertumpu pada kaki yang berada di belakang.

- 4) Bola diayun dari bawah dengan memberikan ayunan yang kuat dari tangan yang melakukan lemparan, diiringi perpindahan berat badan ke kaki depan.
 - 5) Arah bola rendah ke depan dan menyusur tanah atau menggelinding.
- c. Melempar bola mendarat

Cara melempar bola mendarat adalah sebagai berikut :

- 1) Genggam bola pada telapak tangan kanan atau kiri.
- 2) Salah satu kaki ke depan, kebalikan dengan tangan yang memegang bola. Bila melempar menggunakan tangan kanan maka kaki kiri yang berada di depan, begitupun sebaliknya.
- 3) Ketika akan melempar posisikan badan sedikit condong ke belakang dan berat badan bertumpu pada kaki yang berada di belakang.
- 4) Bola diayun melewati samping kepala, siku ditekuk dan lakukan ayunan yang kuat dari pinggang. Arah bola ke depan lurus dan datar.

Yang dimaksud kemampuan melempar dalam penelitian ini adalah

kesanggupan atau keterampilan yang dimiliki setiap individu untuk menyalurkan tenaga ke suatu benda yang menghasilkan daya atau kekuatan ke depan atau atas.

Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil lemparan: adalah cara memegang bola

Dalam memegang bola, anak-anak mempunyai kebiasaan dengan menggenggam bola, padahal cara ini sangat merugikan karena bola yang digenggam sukar untuk segera dilepaskan. Cara memegang bola yang benar adalah menggunakan tiga jari atau dengan empat jari. Pegangan dengan tiga jari caranya ialah bola diletakkan pada pangkal-pangkal ruas jari tangan yaitu jari tengah, jari telunjuk dan ibu jari sedangkan jari kelingking hanya melekat secara wajar pada bola. Ketiga jari tersebut di atas agak merenggang



Gambar 2.1 memegang bola dengan 3 jari

Pegangan dengan empat jari lebih mudah dilakukan oleh anak-anak, caranya ialah bola diletakkan pada pangkal ruas jari telunjuk, jari tengah dan jari manis, sedangkan ketiga jari tersebut bersama-sama dengan ibu jari memegang bola dan jari kelingking hanya melekat dibawah jari manis. Keempat jari yang memegang bola saling merenggang dan diantara bola dan telapak tangan masih ada rongga.



Gambar 2.2 memegang bola dengan 4 jari

Menurut beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kemampuan melempar bola kecil merupakan kemampuan keterampilan peserta didik dalam melakukan lemparan dan kekuatan lemparan tersebut tidak didapatkan secara instan tetapi kekuatan tersebut dapat dilatih melalui latihan yang teratur.

3. Pengertian Gerak Manipulatif

Gerakan manipulatif adalah gerakan memanipulasi atau memastikan obyek tertentu dengan menggunakan tangan, kaki, atau bagian tubuh lain. Gerak manipulatif memerlukan koordinasi bagian tubuh yang digunakan untuk memanipulasi objek dengan indera penglihat dan peraba. Contoh gerakan ini adalah memainkan bola menggunakan tangan, menggunakan kaki atau menggunakan kepala. Pada dasarnya gerak dasar manipulatif itu merupakan gerakan yang mengutamakan kerjasama antara mata dengan tangan ataupun mata dengan kaki, gerakan ini merupakan gerak dasar yang menggunakan alat, misalnya menggunakan bola.

Menurut Mahendra (2015) gerak dasar manipulatif merupakan gerakan yang lebih kompleks karena melibatkan anggota tubuh untuk memanipulasi benda diluar tubuh. Gerakan manipulative biasanya dilukiskan sebagai gerakan yang mempermainkan obyek tertentu sebagai medianya, atau keterampilan yang melibatkan kemampuan seseorang dalam menggunakan bagian-bagian tubuhnya untuk memanipulasi benda diluar dirinya, keterampilan ini seperti menendang, menangkap melempar dan memukul.

Samsudin (2008) mengemukakan bahwa kemampuan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam objek. Kemampuan manipulatif lebih melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh kita juga digunakan. Hal ini sesuai dengan pendapat Kamtini dan Husni (2005) mengemukakan bahwa gerak manipulatif adalah gerak yang melibatkan tindakan mengontrol objek khususnya tangan dan kaki misalnya

melempar dengan satu tangan diatas bahu, melempar dengan satu tangan di bawah dan menangkap serta menendang bola atau menyepak bola.

Wijaya A.M, (2009) mengatakan bahwa keterampilan gerak manipulatif, meliputi penggunaan serta pengontrolan gerakan-gerakan otot kecil yang terbatas, terutama yang berada di tangan dan kaki. Bentuk-bentuk keterampilan gerak manipulatif, antara lain melempar, memukul, menendang dan menangkap bola.

Dalam melakukan gerak dasar manipulatif dibutuhkan ruang seperti lapangan atau kelas dan benda seperti bola atau benda yang mendukung dalam aktivitas gerak dasar manipulatif. Gerak manipulatif adalah keterampilan motorik yang melibatkan penguasaan terhadap objek di luar tubuh oleh tubuh atau bagian tubuh.

Keterampilan manipulatif melibatkan tindakan mengontrol suatu objek khususnya dengan tangan dan kaki. Ada dua klasifikasi dari keterampilan manipulatif, yaitu reseptif dan propulsif. Keterampilan reseptif adalah menerima suatu objek seperti menangkap dan keterampilan propulsif memiliki ciri pengerahan gaya atau kekuatan terhadap suatu objek, seperti memukul, melempar, memantul atau menendang. Beberapa gerakan yang termasuk di dalam gerakan manipulatif adalah menggelindingkan bola atau sejenisnya, melempar dan menangkap, menahan atau *trapping*, memantul atau *dribbling*, memukul.

Menurut beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa gerak manipulative merupakan gerakan yang memerlukan koordinasi bagian tubuh

yang digunakan untuk memanipulasi objek, dalam melakukan gerakan ini membutuhkan alat atau objek yang didukung dengan koordinasi bagian-bagian anggota tubuh seperti mata, tangan dan kaki serta ruang sebagai tempat aktivitas gerak.

4. Hakikat bermain

Bermain (*play*) merupakan istilah yang digunakan secara bebas sehingga arti utamanya mungkin hilang. Arti yang paling tepat ialah setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkannya, tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Bermain dilakukan secara sukarela dan tidak ada paksaan atau tekanan dari luar. Piaget menjelaskan bahwa bermain terdiri atas tanggapan yang diulang sekedar untuk kesenangan fungsional. Menurut Bettelheim kegiatan bermain adalah kegiatan yang tidak mempunyai peraturan lain kecuali yang ditetapkan pemain sendiri dan tidak ada hasil akhir yang dimaksudkan dalam realitas luar (Hurlock, 1997:320)

Menurut Soetjningsih (1998) bermain adalah unsur yang penting dalam perkembangan anak baik fisik, emosi, mental, intelektual, kreatifitas, dan sosial. Anak usia sekolah adalah usia berkelompok atau sering disebut juga sebagai usia penyesuaian diri (Chrurch & Stone dalam Hurlock,2008). Pada masa perkembangan anak usia sekolah, permainan yang paling diminati adalah permainan yang bersifat persaingan. Anak-anak masa sekolah mengembangkan kemampuan melakukan permainan (*game*) dengan peraturan.

Menurut Diana (2010) bermain adalah kegiatan yang sangat penting bagi perkembangan dan pertumbuhan anak. Bermain harus dilakukan atas

inisiatif anak dan atas keputusan anak itu sendiri. Bermain harus dilakukan dengan rasa senang sehingga semua kegiatan bermain yang menyenangkan akan menghasilkan proses belajar pada anak.

Bermain menurut Mulyadi (2004), secara umum secara umum sering dikaitkan dengan kegiatan anak-anak yang dilakukan secara spontan. Terdapat lima pengertian bermain:

1. Sesuatu yang menyenangkan dan memiliki nilai intrinsik pada anak
2. Tidak memiliki tujuan ekstrinsik, motivasinya lebih bersifat intrinsik
3. Bersifat spontan dan bersifat suka rela, tidak ada unsur keterpaksaan dan bebas dipilih oleh anak
4. Melibatkan peran aktif keikutsertaan anak
5. Memiliki hubungan sistematis yang khusus dengan sesuatu yang bukan bermain, seperti kreatifitas, pemecahan masalah, belajar bahasa, perkembangan sosial dan sebagainya

Menurut beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan kegiatan yang tidak mempunyai peraturan yang ditetapkan pemain sendiri, bermain juga kebutuhan yang penting untuk anak, dengan bermain anak juga bisa belajar berbagai hal selain untuk hiburan, bermain juga dapat melatih kemampuan sosial anak terhadap teman sebaya, orang tu, dan lingkungan sekitarnya. Bermain sangat berperan penting dalam perkembangan dan pertumbuhan anak sehingga anak dapat berkembang dan tumbuh sehat.

5. Perkembangan Melempar Pada Anak Usia 7-12 Tahun

Pada umur kurang lebih 6 bulan bayi sudah bisa memegang benda kecil kemudian melepaskannya seolah-olah melempar. Melempar adalah gerakan mengarahkan suatu benda yang dipegang dengan cara mengayunkan tangan kearah tertentu. Gerakan ini menggunakan kekuatan

tangan dan lengan serta memerlukan koordinasi beberapa unsur gerakan, misalnya antara ayunan lengan dengan gerakan jari-jari yang harus meleaskannya benda yang dipegang pada saat yang tepat. Untuk melakukannya dengan baik dengan gerakan bahu, togok, dan kaki (Sugiyanto, 1991:86).

Tahap perkembangan kemampuan melempar bola, menurut Galahue dan Ozmun (1998;267-292) adalah sebagai berikut kemampuan melempar (bola) untuk jarak merupakan tes yang banyak digunakan untun mengukur *power* otot tubuh bagian atas. Lemparan atas tengah telah diteliti secara luas dalam beberapa tahun terakhir, dengan perhatian yang terfokus kepada bentuk, keakurasian, dan jarak. Komponen-komponen lemparan bervariasi tergantung kepada dari ketiga faktor tersebut manakah yang paling banyak menjadi pusat perhatian pelempar dan posisi awal yang diambil.

Menurut Haywood (1986;121) kemampuan melempar atas tangan merupakan tipe melempar yang paling banyak digunakan dalam berolahraga permainan dan telah dipelajari secara luas dibandingkan dengan jenis melempar yang lain (*two-handed underhand throw*, *one-handed underhand throw*, dan *sidearm throw*)

B. Penelitian yang Relevan

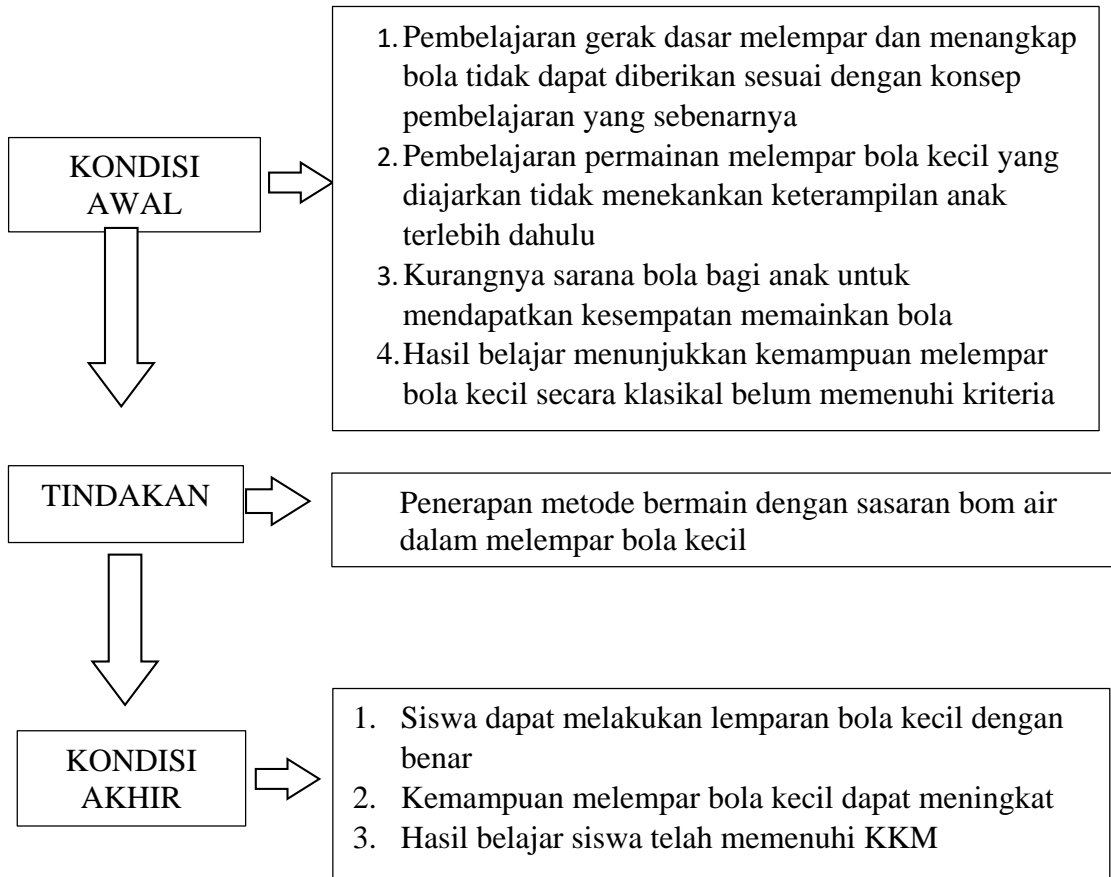
Ada beberapa temuan yang mendukung penelitian ini diantaranya:

1. Penelitian susilawatiningsih (2010), yang berjudul “Upaya Peningkatan Kemampuan Melempar Bola Kecil Menggunakan Sasaran Bom Air

Dengan Metode Bermain Siswa Kelas IV SD Negeri Wonosari Turi Sleman”. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas, subjek populasinya 21 siswa SD Wonosari Turi Sleman. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil kemampuan melempar dengan menggunakan sasaran bom air kemampuan siswa dapat meningkat.

2. Penelitian Dody Herlambang (2010), yang berjudul: “Perbedaan Kemampuan Melempar Bola Kasti Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Di Pedesaan Dengan Sekolah Dasar Di Perkotaan. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survey, subyek populasinya 45 siswa SD pedesaan dan 75 siswa SD perkotaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kemampuan melempar bola kasti antara siswa kelas VI SD pedesaan dengan siswa kelas VI SD perkotaan. Kemampuan melempar siswa kelas VI SD pedesaan ternyata lebih baik dibandingkan dengan kemampuan melempar siswa kelas VI SD perkotaan.
3. Penelitian Sumirah (2010), yang berjudul: "Kemampuan Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Punukan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo”. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survey, populasinya sebanyak 35 siswa yang terdiri dari 21 siswa putra dan 14 siswi putri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan melempar bola kasti untuk siswa kelas IV dan V SD Negeri Punukan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo termasuk dalam kategori baik 70 %, kategori sedang 30 %, dan kategori kurang 0 %.

C. Kerangka Berpikir



Gambar: 2.3 Bagan kerangka berpikir

Kondisi awal di kelas IV SD Negeri Tegalpanggung mata pelajaran PJOK materi permainan melempar belum pernah menggunakan media melempar menggunakan sasaran bom air. Pembelajaran yang demikian membuat siswa kurang tertarik dengan pembelajaran lempar sehingga hasil belajar siswa pun rendah. Kondisi tersebut dapat dilihat masih ada 16 siswa yang memperoleh nilai dibawah 75 sesuai dengan KKM yang ditentukan. Untuk mengatasi permasalahan tersebut peneliti melakukan tindakan pembelajaran penjas pada permainan materi melempar

menggunakan bantuan media yang berupa bom air sebagai sasaran melempar.

Penggunaan media sasaran bom air diharapkan menarik perhatian siswa dan mempermudah pemahaman siswa tentang materi melempar. Bom air dapat dijadikan media yang tepat untuk menyampaikan pesan sehingga siswa dengan mudah dapat memahami materi yang diberikan sehingga dapat meningkatkan kemampuan melemparnya. Dengan menggunakan bom air yang terbuat dari tas plastik ini siswa berusaha memecahkan dengan tenaga yang kuat dan melatih siswa untuk dapat melempar dengan kuat dan tepat hal ini akan meningkatkan kemampuan melempar siswa sehingga dapat mencapai KKM dan bahkan dapat melatih siswa untuk mencapai prestasi dalam nomor lempar terutama lempar.

Kondisi akhir setelah melakukan tindakan yang diharapkan siswa dapat melakukan lemparan dengan benar, kemampuan melempar bola pada siswa dapat meningkat dan hasil belajar siswa telah memenuhi KKM pada siswa kelas IV SD Negeri Tegalpanggung, yang semula itu kemampuan melemparnya masih rendah.

D. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kajian teoretik dan pengembangan kerangka konseptual di atas, maka diajukan hipotesis tindakan sebagai berikut: Proses pembelajaran pendidikan jasmani dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan metode bermain dengan sasaran bom air, maka

dapat diduga kemampuan gerak dasar melempar bola kecil di SDN
Tegalpanggung dapat meningkat”.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilakukan secara kolaborasi dan partisipatif. Artinya peneliti tidak melakukan penelitian sendiri, namun berkolaborasi atau bekerjasama dengan guru pendidikan jasmani dan siswa kelas IV SD Negeri Tegalpanggung Kota Yogyakarta tahun 2018/2019. Secara partisipatif, peneliti bersama-sama dengan mitra peneliti akan melaksanakan penelitian ini langkah demi langkah.

B. Setting dan Subjek Penelitian

1. Setting penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di SD Negeri Tegalpanggung yang terletak di Jl. Tegalpanggung No.41, Tegalpanggung, Danurejan, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta. Pertimbangan sekolah ini menjadi tempat penelitian karena sebelumnya peneliti pernah melakukan observasi dan Praktek Lapangan Terbimbing (PLT) di SD Negeri Tegalpanggung dan mengetahui ada berapa masalah terutama permasalahan yang terjadi pada siswa saat mata pelajaran pendidikan jasmani. Adapun waktu penelitian dilaksanakan pada semester genap tahun pelajaran 2018/ 2019 dalam rentang waktu 2 (dua) bulan, mulai bulan Februari sampai dengan Maret 2019

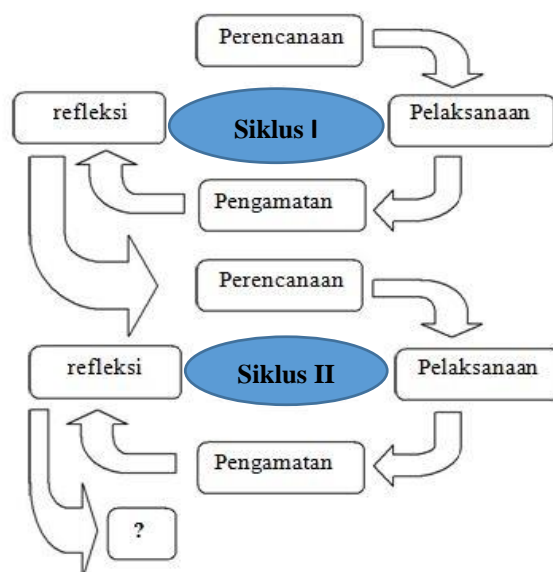
2. Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini yang dijadikan sebagai subjek penelitian adalah seluruh kelas IV A SD Negeri Tegalpanggung Kota Yogyakarta Tahun Pelajaran 2018/2019. Jumlah seluruh siswa seluruhnya adalah 21 siswa terdiri dari 10 siswa laki-laki dan 11 siswa perempuan

C. Prosedur dan Siklus Penelitian

1. Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan prosedur dan langkah-langkah yang digunakan mengikuti model yang dikembangkan oleh Kemmis dan M.C. Taggart. Model PTK yang dimaksud menggambarkan adanya empat langkah. Prosedur pelaksanaan PTK secara umum mencakup tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan dan tahap refleksi. Hubungan keempat tahapan tersebut merupakan sebuah siklus yang dapat digambarkan dalam skema berikut :



Gambar 3.1 Prosedur Penelitian Tindakan Kelas (Arikunto, 2013)

Keempat langkah tersebut merupakan siklus atau putaran, artinya sesudah langkah ke-4, lalu kembali ke-1 dan seterusnya. Meskipun sifatnya berbeda, langkah ke-2 dan ke-3 dilakukan secara bersamaan jika pelaksana dan pengamat berbeda. Jika pelaksana juga pengamat, mungkin pengamatan dilakukan sesudah pelaksanaan, dengan cara mengingat-ingat apa yang sudah terjadi. Apabila sudah diketahui letak keberhasilan dan hambatan dari tindakan yang baru selesai dilaksanakan satu siklus, guru pelaksana Bersama peneliti menentukan rancangan untuk siklus kedua. Dengan menyusun rancangan untuk siklus kedua, maka guru dapat melanjutkan dengan tahap 2, 3, dan 4 seperti yang terjadi dalam siklus pertama. Jika sudah selesai dengan siklus kedua dan guru belum merasa puas, dapat melanjutkan dengan siklus ketiga, yang cara dan tahapannya sama dengan siklus terdahulu. Tidak ada ketentuan tentang berapa kali siklus yang harus dilakukan. Banyaknya siklus tergantung dari kepuasan peneliti sendiri. Penjelasan tahapan dalam penelitian tindakan kelas sebagai berikut

a. Tahap Perencanaan

Arikunto (2008:18) menjelaskan dalam tahap perencanaan, peneliti menentukan titik atau fokus peristiwa yang perlu mendapatkan perhatian khusus untuk diamati, kemudian membuat sebuah instrumen pengamatan untuk membantu peneliti merekam fakta yang terjadi selama tindakan berlangsung. Tahapan dalam perencanaan penelitian ini meliputi sebagai berikut :

- 1) Mengidentifikasi Kompetensi Inti (KI) dan Kompetensi Dasar (KD) serta menetapkan indikator dari fokus mata pelajaran PJOK materi melempar bola kecil.
- 2) Menelaah materi pembelajaran kelas IV A dan menelaah indikator bersama tim kolaborasi
- 3) Menyusun RPP sesuai dengan indikator yang telah ditetapkan dan skenario pembelajaran dengan metode bermain dengan sasaran bom air
- 4) Menyiapkan sumber, alat peraga dan media pembelajaran
- 5) Menyiapkan alat evaluasi berupa tes unjuk kerja
- 6) Menyiapkan lembar observasi untuk mengamati aktivitas siswa dalam pembelajaran PJOK materi melempar bola kecil dengan menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air.

b. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan tindakan dilakukan dalam dua siklus, setiap siklus terdiri dari dua pertemuan. Siklus I pertemuan 1 akan dilaksanakan dengan materi melempar bola kecil dengan sasaran bom air. Pertemuan 2 dengan materi melempar bola kecil dengan sasaran bom air dengan jumlah melempar diperbanyak dan siswa yang paling banyak mengenai sasaran diberikan reward, sedangkan siklus II pada pertemuan 1 dilaksanakan dengan materi melempar bola kecil dengan sasaran bom air yang telah diberi warna. Pembelajaran 2 dengan materi melempar bola kecil dengan sasaran bom air yang telah diberi warna

dan jumlah bom air yang digantung dan jumlah lemparan diperbanyak. Pembelajaran yang akan dilaksanakan dengan menerapkan melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air.

c. Tahap Observasi

Observasi merupakan kegiatan yang dilakukan oleh pengamat. Pada tahap ini, peneliti melakukan pengamatan dan mencatat semua hal yang diperlukan dan terjadi selama pelaksanaan tindakan berlangsung. Pengumpulan data ini dilakukan dengan menggunakan format observasi/ penilaian yang telah disusun, termasuk juga pengamatan secara cermat pelaksanaan skenario tindakan dari waktu ke waktu serta dampaknya terhadap proses dan hasil belajar siswa (Suhardjono dalam Arikunto, 2008:78). Untuk itu, peneliti bersama tim kolaborator melaksanakan kegiatan pengamatan dengan mengisi lembar instrumen yang telah disiapkan terdiri dari lembar observasi keterampilan guru, lembar aktivitas siswa dan catatan lapangan.

d. Tahap Refleksi

Tahap refleksi dimaksudkan untuk mengkaji secara menyeluruh tindakan yang dilakukan, berdasarkan data yang terkumpul, kemudian dilakukan evaluasi guna menyempurnakan tindakan berikutnya. Dalam tahap ini peneliti akan mengkaji proses pembelajaran berdasarkan variabel yaitu aktivitas dan hasil belajar siswa. Kajian tersebut kemudian disesuaikan dengan ketercapaian indikator kinerja. Jika terdapat masalah dari proses refleksi, maka dilakukan proses

pengkajian ulang, tindakan ulang, dan pengamatan ulang sehingga permasalahan dapat teratasi. Setelah dilakukan analisis, selanjutnya ditentukan tindak lanjut yang sesuai dan efektif untuk memperbaiki kekurangan pada siklus yang telah berlangsung. Berdasarkan refleksi ini suatu perbaikan tindakan selanjutnya ditentukan (Kusumah, 2012).

2. Siklus I

a. Tahap Perencanaan

- 1) Menyusun perangkat pembelajaran yaitu silabus, RPP, bahan ajar, materi, lembar penilaian unjuk kerja
- 2) Menyiapkan sumber belajar seperti buku pelajaran serta berbagai sumber dari internet yang relevan dengan materi pembelajaran.
- 3) Menyiapkan alat evaluasi berupa tes unjuk kerja.
- 4) Menyiapkan lembar observasi untuk mengamati aktivitas belajar

b. Tahap pelaksanaan tindakan.

- 1) Peneliti menyiapkan siswa dengan memulai proses pembelajaran.
- 2) Peneliti menyampaikan motivasi dan tujuan pembelajaran, serta kompetensi dasar dan indikator yang harus dicapai siswa secara singkat.
- 3) Peneliti memulai proses pembelajaran diawali dengan proses stretching atau penguluran.
- 4) Peneliti memberikan gerakan pemanasan yang berkaitan dengan materi melempar bola.

- 5) Peneliti menyampaikan penjelasan mengenai materi pertama yakni dasar melempar bola kecil.
- 6) Siswa melakukan gerakan melempar, dengan formasi siswa baris berbanjar untuk melakukan sebuah lemparan bola dengan jarak 5 meter.
- 7) Peneliti memberikan bimbingan dan evaluasi kepada siswa tentang gerakan yang dilakukannya.
- 8) Peneliti mempersiapkan materi lanjutan
- 9) Siswa diminta berbaris 4 berbanjar seperti tadi namun jarak siswa agak diperjauh antara 5 meter antar siswa.
- 10) Tiap banjar barisan di beri 10 buah bola. Siswa melakukan lemparan bola menggunakan target plastik yang telah diisi air
- 11) Peneliti memberi bimbingan dan evaluasi kepada siswa tentang gerakan melempar yang akan dilakukannya serta memberikan kesempatan bertanya apabila terjadi kesulitan.

c. Tahap Observasi

Kegiatan observasi dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan tindakan. Peneliti bersama kolaborator melakukan pengamatan terhadap siswa dalam kegiatan pembelajaran. Selama pelaksanaan tindakan berlangsung peneliti bersama dengan kolaborator melakukan pengamatan yang meliputi:

- 1) Melakukan pengamatan aktivitas siswa dalam kegiatan pembelajaran PJOK materi melempar bola kecil melalui metode

bermain dengan sasaran bom air pada siswa kelas IV A SD Negeri
Tegalpanggung Kota Yogyakarta

- 2) Mengumpulkan data hasil belajar siswa berupa kemampuan
melempar bola kecil

d. Tahap Refleksi

Peneliti bersama kolaborator menganalisis hasil observasi aktivitas dan hasil belajar siswa sehingga peneliti dapat memperbaiki kesalahan dan meningkatkan pembelajaran untuk merencanakan tindak lanjut pada siklus berikutnya dengan tahapan sebagai berikut:

- 1) Mengkaji ulang pelaksanaan pembelajaran dan efek tindakan pada siklus 1 melalui hasil observasi dan hasil tes unjuk kerja selama pembelajaran
- 2) Menganalisis proses dan hasil pembelajaran siklus I
- 3) Menganalisis kekurangan dalam pembelajaran PJOK materi melempar bola kecil melalui metode bermain dengan sasaran bom air pada siswa kelas IV A SD Negeri Tegalpanggung Kota Yogyakarta
- 4) Membuat daftar permasalahan pembelajaran yang terjadi siklus I dari segi aktivitas siswa dan hasil belajar siswa
- 5) Merencanakan pembelajaran untuk siklus II dengan memperbaiki kesalahan dan kekurangan yang muncul pada siklus I

3. Siklus II

Pada siklus II rencana pelaksanaannya sama dengan siklus I antara lain:

a. Tahap perencanaan :

Perencanaan tindakan pada siklus II, akan dilaksanakan untuk memperbaiki pelaksanaan pada siklus I, langkah-langkah yang akan dilakukan adalah :

- 1) Menyusun perangkat pembelajaran yaitu RPP, bahan ajar, materi, lembar penilaian unjuk kerja dengan mengacu perbaikan dari hasil refleksi siklus I
- 2) Menyiapkan sumber belajar seperti buku pelajaran serta berbagai sumber dari internet yang relevan dengan materi pembelajaran.
- 3) Menyiapkan alat evaluasi berupa tes unjuk kerja.
- 4) Menyiapkan lembar observasi untuk mengamati aktivitas belajar

b. Tahap pelaksanaan

- 1) Peneliti menyiapkan siswa dengan memulai proses pembelajaran dengan berdoa kemudian mempresensi.
- 2) Peneliti menyampaikan motivasi dan tujuan pembelajaran, serta kompetensi dasar dan indikator yang harus dicapai siswa secara singkat.
- 3) Peneliti memulai proses pembelajaran diawali dengan proses stretching atau penguluran.
- 4) Peneliti memberikan gerakan pemanasan yang berkaitan dengan materi melempar bola.
- 5) Peneliti menyampaikan penjelasan mengenai materi pertama yakni gerak dasar melempar bola. Siswa diminta memperhatikan pelaksanaan contoh yang dicontohkan oleh guru.

- 6) Siswa melakukan gerakan melempar, dengan formasi siswa baris empat berbanjar, masing-masing barisan memiliki 10 bola kasti.
- 7) Peneliti memberikan bimbingan dan evaluasi kepada siswa tentang gerakan yang dilakukannya.
- 8) Peneliti mempersiapkan materi lanjutan yang akan diberikan kepada siswa sebagai bentuk tindak lanjut dari hasil yang diperoleh pada pelaksanaan materi pertama.
- 9) Siswa diminta dibagi menjadai 4 kelompok sesuai absen. Kemudian tiap orang melakukan 10 kali lemparan bola yang telah dimodifikasi dan sasaran bom air yang telah diwarnai agar siswa tidak bosan dalam melakukan pembelajaran melempar bola.
- 10) Peneliti memberi bimbingan dan evaluasi kepada siswa tentang gerakan melempar dan yang akan dilakukannya serta memberikan kesempatan bertanya apabila terjadi kesulitan saat melakukan lemparan.

c. Tahap Observasi

Selama pelaksanaan tindakan berlangsung peneliti bersama dengan kolaborator melakukan pengamatan yang meliputi:

- 1) Melakukan pengamatan aktivitas siswa dalam kegiatan pembelajaran PJOK materi melempar bola kecil melalui metode bermain dengan sasaran bom air pada siswa kelas IV A SD Negeri Tegalpanggung Kota Yogyakarta

2) Mengumpulkan data hasil belajar siswa berupa kemampuan melempar bola kecil

d. Tahap Refleksi

1) Peneliti Bersama kolaborator menganalisis data observasi pada pembelajaran siklus II

2) Mengkaji pelaksanaan pembelajaran dan efek tindakan pada siklus II

3) Mengevaluasi proses dan hasil pembelajaran siklus II. Apabila hasil dari siklus kedua sudah memenuhi indikator penelitian yang telah ditetapkan, maka penelitian dihentikan dan jika belum memenuhi indikator penelitian, maka penelitian dilanjutkan ke siklus berikutnya.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah hasil observasi dan tes unjuk kerja.

1. Hasil Observasi

Observasi atau pengamatan dilakukan oleh observer dengan cara melakukan pengamatan dan pencatatan mengenai pelaksanaan pembelajaran, serta partisipasi yang ditunjukkan siswa pada saat proses kegiatan belajar mengajar berlangsung tanpa mengganggu kegiatan pembelajaran. Observasi dilakukan dengan menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan serta berupa lembar observasi aktivitas

siswa. Adapun lembar observasi aktivitas siswa dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Hasil Observasi Kegiatan Siswa

PTK Materi : Upaya Peningkatan Kemampuan Melempar Bola Kecil
Menggunakan Metode Bermain Dengan Sasaran Bom Air

Tempat : SD Negeri Tegalpanggung

Siklus :

No	Aktivitas Pembelajaran	Skor	
		Ya	Tidak
1.	Apakah siswa memperhatikan pada saat mengikuti pembelajaran?		
2.	Apakah siswa memperhatikan materi yang dijelaskan oleh guru?		
3.	Apakah siswa antusias dalam mengikuti pembelajaran?		
4.	Apakah siswa tertarik mengikuti kegiatan pembelajaran?		
5.	Apakah siswa merasa ingin bisa melempar?		
6.	Apakah siswa merasa senang saat melakukan pembelajaran ?		
7.	Apakah siswa dapat melempar dengan teknik yang benar?		
Jumlah			
Persentase			
Kriteria			
Kualifikasi			

Keterangan :

➤ Ya : skor 1

➤ Tidak : skor 0

Skor maksimal : 7

Persentase keberhasilan aktivitas pembelajaran ditentukan dengan rumus :

$$\text{Rumus} = \frac{\text{perolehan skor}}{\text{skor maksimal}} \times 100$$

Keterangan :

Kriteria keberhasilan	Kriteria
$76\% \leq n \leq 100\%$	Sangat Baik (A)
$51\% \leq n < 75\%$	Baik (B)
$25\% \leq n < 50\%$	Cukup (C)
$0\% \leq n < 25\%$	Kurang (D)

2. Tes Unjuk Kerja

Tes unjuk kerja adalah tes yang digunakan untuk mengukur kemampuan siswa dalam melempar bola kecil, Tes ini diberikan pada setiap pembelajaran dalam bentuk melempar bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air dengan memperhatikan teknik dan hasil lemparan yang dihasilkan sebagai dasar pencapaian KKM yang ditentukan.

Tabel 3.1 Rubrik penilaian unjuk kerja melempar over head bola kecil

No	Nama	Skor Aspek Yang Dinilai					Jumlah Skor	Nilai Akhir
		Awalan	Sikap Melempar	Tepat Sasaran	Sikap Akhir	Keaktifan Siswa		
1.								
2.								
3.								
4.								
Jumlah								
Rata-rata								

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{jumlah nilai perolehan}}{\text{skor maksimum}} \times 100$$

Kriteria Penilaian

1. Awalan
 - a. Bola dipegang satu tangan
 - b. Posisi badan tegak
 - c. Pandangan mata ke depan mengikuti arah bola
 - d. Posisi kaki sejajar
2. Sikap Melempar
 - a. Posisi kaki muka belakang, siku ditekuk di samping telinga.
 - b. Pandangan mata ke depan mengikuti arah bola
 - c. Bola dilempar melewati atas kepala
3. Tepat Sasaran
 - a. Bola tepat mengenai sasaran
4. Sikap Akhir
 - a. Kaki belakang pindah ke depan
 - b. 2. Posisi badan condong ke depan
5. Keaktifan Siswa
 - a. Keaktifan siswa dalam melakukan pembelajaran

Prosedur Penilaian

1. Siswa diberi skor 2 apabila dapat melakukan gerakan dengan benar
2. Siswa diberi skor 1 apabila dapat melakukan gerakan mendekati benar
3. Siswa diberi skor 0 apabila siswa melakukan gerakan dengan salah

E. Tehnik Analisis Data

Teknik analisis data yang dibagi menjadi dua, yaitu teknik analisis data kuantitatif dan kualitatif.

1. Teknik Analisis Data Kuantitatif

Data kuantitatif diperoleh dari hasil belajar siswa dalam pembelajaran yang dievaluasi menggunakan tes unjuk kerja. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik analisis statistika deskriptif dengan menentukan nilai rata-rata. Selain itu, data hasil belajar siswa akan dianalisis untuk menentukan ketuntasan belajar siswa secara individu maupun klasikal. Langkah-langkah untuk menganalisis data kuantitatif sebagai berikut:

- a. Menentukan mean atau rerata kelas

$$\text{Mean} = \frac{\Sigma \text{Nilai siswa}}{\Sigma \text{siswa}}$$

- b. Menentukan ketuntasan belajar

Ketuntasan belajar siswa dapat dilihat dari ketuntasan belajar secara individu maupun klasikal. Ketuntasan belajar individu setiap siswa ditentukan dengan menggunakan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). KKM yang ditetapkan oleh SD Negeri Tegalpanggung Kota Yogyakarta dalam pembelajaran, yaitu sebesar 75

Menentukan ketuntasan belajar klasikal dapat digunakan rumus

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

Keterangan : P : Persentase ketuntasan belajar

2. Tehnik Analisa data Kuantitatif

Data kualitatif diperoleh dari hasil observasi aktivitas belajar siswa

Kriteria Penilaian Aktivitas Siswa

Dalam instrumen observasi aktivitas siswa terdapat 7 indikator dengan rentang nilai 0 sampai 1 untuk setiap indikator, maka:

- Skor maksimal = 7
- Skor minimal = 0
- Banyaknya data = 7
- Persentase keberhasilan aktivitas belajar siswa dihitung dengan

menggunakan rumus : $\frac{\text{skor perolehan}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$

F. Indikator Keberhasilan

Pembelajaran PJOK materi melempar bola kecil dengan menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air untuk meningkatkan aktifitas dan hasil belajar siswa pada siswa kelas IV A SD Negeri Tegalpanggung, Yogyakarta dikatakan berhasil apabila:

1. Aktivitas siswa dalam melaksanakan pembelajaran melempar bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air minimal kriteria baik yaitu memperoleh prosentase ($51\% \leq n < 75\%$).
2. Hasil belajar siswa dalam melaksanakan pembelajaran melempar bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air mencapai ketuntasan belajar klasikal $\geq 75\%$.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data yang akan dipaparkan pada bab ini meliputi data yang didapat sebelum tindakan (pra tindakan) dan selama tindakan yang terdiri dari siklus I dan siklus II. Untuk lebih lengkapnya akan di bahas seperti di bawah ini.

1. Sebelum Tindakan

Pada kondisi awal siswa tidak berminat dalam mengikuti pembelajaran melempar bola kecil sehingga pada saat melakukan pembelajaran banyak siswa yang malas mengikuti pembelajaran. Berdasarkan analisis sementara, ditemukan fakta bahwa siswa kesulitan dalam melakukan lemparan bola. Kesulitan yang dialami siswa berupa Teknik melempar bola yang salah sehingga jarak yang dijangkau terlalu pendek dan tidak tepat sasaran. Siswa tidak berminat untuk mempelajari materi ini. Ketika guru memberi contoh siswa memperhatikan dan jika ditanya mereka menjawab sudah paham. Tetapi pada saat siswa melakukan praktek melempar masih banyak siswa yang belum benar dan maksimal hasil lemparannya.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, hal yang menyebabkan siswa cenderung pasif dan tidak minat untuk mempelajari gerakan melempar bola kecil dikarenakan proses pembelajaran tidak menggunakan media yang menarik siswa. Pada kegiatan pembelajaran ini keaktifan siswa masih belum maksimal. Hal ini masih jauh dari standar KKM yang ditetapkan yaitu 75.

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 peneliliti meliputi, penyusunan RPP, berbagai macam media untuk permainan melempar bola kecil (bola kecil, kantung plastik yang diisi air, bola besar, botol dll), soal evaluasi, dan menyiapkan lembar observasi untuk mengetahui aktivitas yang dilakukan siswa selama proses pembelajaran melempar bola yang menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air berlangsung.

B. Tindakan

Pada tahap ini peneliti melaksanakan rancangan pembelajaran yang sudah direncanakan. Tindakan Siklus I pertemuan pertama ini dilaksanakan pada hari Senin, 4 Februari 2019, sedangkan pada siklus I pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Senin, 11 Februari 2019. Pada kegiatan awal guru mengkondisikan siswa untuk siap belajar. Setelah itu mengadakan presensi. Kemudian mengadakan pemanasan. Setelah itu guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai serta kegiatan yang akan dilakukan dalam proses pembelajaran.

Sebelum melakukan kegiatan pembelajaran melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air siswa melakukan

pemanasan dan melakukan permainan-permainan yang berhubungan dengan melempar



Gambar 4.1 Siswa melakukan kegiatan pemanasan

Tampak pada gambar 4.1 siswa dibagi menjadi dua kelompok setiap kelompok yaitu kelompok A dan B yang setiap kelompok terdiri dari 4 siswa. Siswa melakukan kegiatan pemanasan yang berupa permainan melempar, pada permainan ini siswa harus melempar bola kecil ke sasaran yang berupa bola besar, dan kelompok yang menang adalah kelompok yang bisa mendorong bola keluar dari garis lapangan dengan lemparan tersebut.



Gambar 4.2 Peneliti memberikan arahan

Tampak pada gambar 4.2 peneliti memberikan arahan-arahan sebelum siswa melakukan penelitian, arahan-arahan tersebut bertujuan agar siswa dapat mematuhi aturan yang dijelaskan oleh peneliti.



Gambar 4.3 Siswa melakukan gerakan melempar menggunakan sasaran bom air

Tampak pada gambar 4.3 siswa melakukan kegiatan melempar bola kecil menggunakan sasaran bom air. peneliti melakukan pengamatan untuk mengetahui kemampuan melempar siswa pada lembar yang telah disiapkan.

Pada kegiatan akhir siswa bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran pada pertemuan ini. Kemudian guru melakukan evaluasi. 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 penerapan melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air pada siswa kelas IV SD Negeri Tegalpanggung yang meliputi aktivitas siswa dan hasil belajar siswa. Untuk mengetahui aktivitas siswa menggunakan instrument lembar observasi sedangkan untuk hasil belajar siswa dapat diperoleh dari hasil tes unjuk kerja. Untuk hasil dari penilaian tersebut akan dipaparkan seperti berikut ini.

a. Deskripsi Hasil Observasi Aktifitas Belajar Siswa Siklus I pertemuan Pertama

Peneliti mengamati setiap perilaku, aktivitas dan respon siswa dalam siklus I pertemuan pertama saat pembelajaran melempar menggunakan bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air dengan menggunakan lembar observasi aktivitas siswa.

Lembar aktivitas siswa tersebut memiliki 7 indikator yang diamati, dari hasil pengamatan aktivitas siswa yang dilakukan oleh kolaborator pada siklus I didapatkan hasil yang dijabarkan dalam tabel 4.1 sebagai berikut :

Tabel 4.1
Data Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa Siklus I Pertemuan Pertama

No	Aktivitas Pembelajaran	Skor	
		Ya	Tidak
1	Apakah siswa memperhatikan pada saat mengikuti pembelajaran?	12	9
2	Apakah siswa memperhatikan materi yang dijelaskan oleh guru?	14	7
3	Apakah siswa antusias dalam mengikuti pembelajaran?	10	11
4	Apakah siswa tertarik mengikuti kegiatan pembelajaran?	8	13
5	Apakah siswa merasa ingin bisa melempar?	9	12
6	Apakah siswa merasa senang saat melakukan pembelajaran ?	12	9
7	Apakah siswa dapat melempar dengan teknik yang benar?	8	13
jumlah		73	74
Persentase		49.7	50.3
Kriteria Keberhasilan		Cukup	
Kualifikasi		Belum Tuntas	

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa rerata hasil belajar siswa secara klasikal pada siklus I pertemuan pertama. Hasil pengamatan aktivitas siswa tersebut merupakan perolehan dari pengamatan peneliti kepada siswa.

b. Deskripsi Hasil Observasi Aktifitas Belajar Siswa Siklus I pertemuan Kedua

Peneliti mengamati setiap perilaku, aktivitas dan respon siswa dalam siklus I pertemuan kedua saat pembelajaran melempar menggunakan bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air dengan menggunakan lembar observasi aktivitas siswa.

Lembar aktivitas siswa tersebut memiliki 7 indikator yang diamati, dari hasil pengamatan aktivitas siswa yang dilakukan oleh kolaborator pada siklus I didapatkan hasil yang dijabarkan dalam tabel 4.2 pada halaman berikutnya :

Tabel 4.2

Data Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa Siklus I Pertemuan Kedua

No	Aktivitas Pembelajaran	Skor	
		Ya	Tidak
1	Apakah siswa memperhatikan pada saat mengikuti pembelajaran?	13	8
2	Apakah siswa memperhatikan materi yang dijelaskan oleh guru?	14	7
3	Apakah siswa antusias dalam mengikuti pembelajaran?	12	9
4	Apakah siswa tertarik mengikuti kegiatan pembelajaran?	11	10
5	Apakah siswa merasa ingin bisa melempar?	10	11
6	Apakah siswa merasa senang saat melakukan pembelajaran ?	12	9
7	Apakah siswa dapat melempar dengan teknik yang benar?	8	13
jumlah		80	67
Persentase		54.4	45.6
Kriteria Keberhasilan		Baik	
Kualifikasi		Tuntas	

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa presentase hasil pengamatan aktivitas siswa secara klasikal pada siklus I pertemuan kedua sebesar 54.4% dengan kriteria keberhasilan pada hasil pengamatan aktivitas siswa sudah baik namun baru setengah dari seluruh jumlah siswa.

c. Deskripsi Perbandingan Hasil Observasi Aktivitas Belajar Siswa Siklus I Pada Pertemuan Pertama dan Pertemuan Kedua

Peneliti mengamati setiap perilaku, aktivitas dan respon siswa dalam siklus I pada pertemuan pertama dan pertemuan kedua saat pembelajaran melempar menggunakan bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air dengan menggunakan lembar observasi aktivitas siswa pada pertemuan II lebih meningkat

dikarenakan siswa mulai tertarik saat melakukan pembelajaran karena peneliti memberikan motivasi kepada siswa.

Hasil pengamatan hasil observasi aktivitas siswa yang dilakukan oleh kolaborator pada siklus I pada pertemuan pertama dan pertemuan kedua didapatkan hasil yang dijabarkan dalam tabel 4.3 pada halaman berikutnya :

Tabel 4.3 Rata-rata Hasil Observasi Aktifitas Siswa dalam Pembelajaran Siklus I

No	Aktivitas Pembelajaran	Skor Pertemuan		Rata-Rata
		Pertama	Kedua	
1	Apakah siswa memperhatikan pada saat mengikuti pembelajaran?	12	13	12.5
2	Apakah siswa memperhatikan materi yang dijelaskan oleh guru?	14	14	14
3	Apakah siswa antusias dalam mengikuti pembelajaran?	10	12	11
4	Apakah siswa tertarik mengikuti kegiatan pembelajaran?	8	11	9.5
5	Apakah siswa merasa ingin bisa melempar?	9	10	9.5
6	Apakah siswa merasa senang saat melakukan pembelajaran?	12	12	12
7	Apakah siswa dapat melempar dengan teknik yang benar?	8	8	8
Jumlah		73	80	76.5
Persentase		49.7	54.4	52
Kriteria Keberhasilan		Baik		
Kualifikasi		Tuntas		

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa presentase hasil observasi aktivitas siswa secara rata-rata pada siklus I pertemuan pertama adalah 49,7% sedangkan pada pertemuan kedua sebesar 54,4% dengan kriteria keberhasilan pada

hasil pengamatan aktivitas siswa sudah baik namun baru setengah dari seluruh jumlah siswa.

d. Deskripsi Hasil Tes Unjuk Kerja Siklus I Pada Pertemuan Pertama

Peneliti mengamati setiap pembelajaran melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air, aktivitas dan respon siswa dalam siklus I pertemuan pertama saat pembelajaran melempar menggunakan bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air dengan menggunakan lembar tes unjuk kerja siswa.

Lembar aktivitas siswa tersebut memiliki 5 indikator penilaian yang meliputi sikap awalan, sikap melempar, tepat sasaran, sikap akhir dan keaktifan siswa. Dari hasil pengamatan aktivitas siswa yang dilakukan oleh kolaborator pada siklus I didapatkan hasil yang dijabarkan dalam tabel 4.4 pada halaman berikutnya :

Tabel 4.4 Hasil Tes Unjuk Kerja pada Siklus I Pertemuan Pertama

No	Nama	JK	Skor penilaian					Jumlah	Nilai
			A	B	C	D	E		
1	Aaa	L	1	1	0	1	2	5	50
2	Bds	L	2	2	1	1	2	8	80
3	Gf	P	1	1	0	2	2	6	60
4	Gs	L	2	1	0	1	1	5	50
5	Ksav	P	2	2	1	2	1	8	80
6	Kkh	L	1	1	1	0	2	5	50
7	Mt	P	2	2	1	1	2	8	80
8	Mih	L	2	1	1	1	1	6	60
9	Nf	P	1	1	1	1	2	6	60
10	Nmph	P	1	1	2	1	1	6	60
11	Rnn	L	1	1	1	1	2	6	60
12	Sa	P	1	0	1	1	2	5	50
13	Tas	P	1	1	1	1	2	6	60
14	Vdp	L	1	1	1	2	1	6	60
15	Zb	L	2	1	2	1	2	8	80
16	Mzrs	L	1	1	0	1	2	5	50
17	Adp	P	1	1	0	1	2	5	50
18	Aesr	L	1	1	1	1	1	5	50
19	Nal	P	2	2	1	1	2	8	80
20	DsIs	P	1	1	1	1	2	6	60
21	Almk	P	2	1	0	1	2	6	60
Jumlah			29	24	17	23	36	129	1290
Nilai Rata-rata Kelas									61.43

Keterangan :

- A = sikap awalan
- B = sikap melempar
- C = tepat sasaran
- D = sikap akhir
- E = keaktifan siswa

e. Deskripsi Hasil Tes Unjuk Kerja Siklus I Pada Pertemuan Kedua

Peneliti mengamati setiap pembelajaran melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air, aktivitas dan respon siswa dalam siklus I pertemuan kedua saat pembelajaran

melempar menggunakan bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air dengan menggunakan lembar tes unjuk kerja siswa.

Lembar aktivitas siswa tersebut memiliki 5 indikator penilaian yang meliputi sikap awalan, sikap melempar, tepat sasaran, sikap akhir dan keaktifan siswa. Dari hasil pengamatan aktivitas siswa yang dilakukan oleh kolaborator pada siklus I didapatkan hasil yang dijabarkan dalam tabel 4.5 sebagai berikut :

Tabel 4.5 Hasil Tes Unjuk Kerja pada Siklus I Pertemuan Kedua

No	Nama	Jk	Jumlah skor					Jumlah	Nilai
			A	B	C	D	E		
1	Aaa	L	2	1	2	1	2	8	80
2	Bds	L	2	2	1	1	2	8	80
3	Gf	P	2	1	1	1	2	7	70
4	Gs	L	2	1	0	1	2	6	60
5	Ksav	P	2	2	1	2	1	8	80
6	Kkh	L	1	1	1	1	2	6	60
7	Mt	P	1	2	2	1	2	8	80
8	Mih	L	2	1	1	1	1	6	60
9	Nf	P	1	1	1	1	2	6	60
10	Nmph	P	1	1	2	1	1	6	60
11	Rnn	L	1	1	1	1	2	6	60
12	Sa	P	1	1	1	1	2	6	60
13	Tas	P	2	1	2	1	2	8	80
14	Vdp	L	1	1	1	2	1	6	60
15	Zb	L	2	1	2	1	2	8	80
16	Mzrs	L	2	1	2	1	2	8	80
17	Adp	P	2	1	0	1	2	6	60
18	Aesr	L	1	1	1	1	2	6	60
19	Nal	P	2	2	1	1	2	8	80
20	Dslr	P	1	1	1	1	2	6	60
21	Almk	P	2	1	1	1	1	6	60
Jumlah			33	25	25	23	37	143	1430
Nilai rata-rata kelas									68.10

Keterangan :

A = sikap awalan

B = sikap melempar

C = tepat sasaran
D = sikap akhir
E = keaktifan siswa

f. Deskripsi Perbandingan Hasil Tes Unjuk Kerja Siswa Siklus I Pada Pertemuan I dan Pertemuan II

Peneliti mengamati setiap siswa yang melakukan pembelajaran melempar bola kecil, hasil tes unjuk kerja dan respon siswa dalam siklus I pada pertemuan pertama dan pertemuan kedua saat pembelajaran melempar menggunakan bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air dengan menggunakan lembar hasil tes unjuk kerja pada siswa pada pertemuan II lebih meningkat dikarenakan siswa mulai tertarik saat melakukan pembelajaran karena peneliti memberikan motivasi kepada siswa.

Hasil pengamatan tes unjuk kerja siswa yang dilakukan oleh kolaborator pada siklus I pada pertemuan I dan pertemuan II didapatkan hasil pada rata-rata nilai kelas pada siklus I pertemuan pertama adalah 61,43 sedangkan pada siklus I pertemuan kedua memperoleh nilai rata-rata hasil 68,10. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa pembelajaran melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air sangat menyenangkan hal ini terbukti bahwa ada peningkatan nilai hasil rata-rata kelas.

D. Refleksi Siklus I

Adapun refleksi pembelajaran PJOK dengan materi melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air pembelajaran pada siklus I adalah sebagai berikut :

1) Observasi Aktivitas Siswa

Hasil pengamatan observasi aktivitas siswa pada siklus I menunjukkan bahwa hasil pengamatan observasi aktivitas siswa secara pada siklus I pertemuan pertama adalah 49,7% sedangkan pada pertemuan kedua sebesar 54.4% dengan kriteria keberhasilan pada hasil pengamatan aktivitas siswa sudah baik namun baru setengah dari seluruh jumlah siswa.

Maka aktifitas belajar siswa sudah memenuhi kriteria ketuntasan, namun masih terdapat kekurangan- kekurangan yang perlu diperbaiki agar lebih baik lagi di siklus II. Adapun kekurangan dalam siklus I adalah sebagai berikut:

- a) Terdapat beberapa siswa yang belum mempelajari materi yang akan dipelajari pada pelaksanaan pembelajaran siklus I.
- b) Masih sedikit siswa yang berani menjawab pertanyaan dari guru tentang konsep awal mereka mengenai pecahan senilai
- c) Siswa belum mencatat materi yang dikira penting, siswa juga tidak menanyakan materi yang belum dipahami kepada guru.
- d) Siswa belum aktif bertanya kepada guru dan temannya ketika menemui kesulitan dalam memahami materi yang dipelajari.

2) Hasil Tes Unjuk Kerja

Ketuntasan belajar kompetensi pengetahuan secara klasikal pada siklus I pertemuan pertama memperoleh nilai rata-rata kelas 62,43 sedangkan pada pertemuan kedua memperoleh nilai rata-rata kelas 68,10. Pada siklus I pertemuan pertama siswa yang memperoleh nilai tuntas adalah 5 orang dari 21 yang tuntas belajar. Sedangkan pada siklus I pertemuan kedua siswa yang memperoleh nilai tuntas yaitu 8 dari 21 siswa tuntas belajar. Hasil tersebut belum memenuhi kriteria indikator keberhasilan yang direncanakan yaitu memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 75. Jadi penelitian ini masih perlu dilanjutkan pada siklus II

2) Siklus II

Siklus II dilaksanakan setelah semuanya telah dipersiapkan dengan baik. Berikut diuraikan pembelajaran pada siklus II.

a) Perencanaan Tindakan

Sebelum pelaksanaan tindakan, perlu diadakan perencanaan, perencanaan yang disusun peneneliti meliputi, penyusunan RPP, berbagai macam media untuk permainan melempar bola kecil (bola kecil, kantung plastik yang diisi air, bola besar, botol dll), soal evaluasi, dan menyiapkan lembar observasi untuk mengetahui aktivitas yang dilakukan siswa dan guru selama proses pembelajaran melempar bola yang menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air berlangsung.

b) Tindakan

Pada tahap ini peneliti melaksanakan rancangan pembelajaran yang sudah direncanakan. Tindakan Siklus II pertemuan pertama ini dilaksanakan pada hari Senin, 18 Februari 2019, sedangkan pada siklus II pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Senin, 25 Februari 2019. Pada kegiatan awal guru mengkondisikan siswa untuk siap belajar. Setelah itu mengadakan presensi. Kemudian mengadakan pemanasan. Setelah itu guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai serta kegiatan yang akan dilakukan dalam proses pembelajaran.

Sebelum melakukan kegiatan pembelajaran melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air siswa melakukan pemanasan dan melakukan permainan-permainan yang berhubungan dengan melempar



Gambar 4.4 Melakukan kegiatan pemanasan

Tampak pada gambar 4.4 siswa dibagi menjadi beberapa kelompok, setiap kelompok terdiri dari 4 orang kemudian melakukan kegiatan pemanasan yang berhubungan dengan melempar, permainan ini dimainkan dengan cara melempar bola kecil dengan sasaran dart, siswa berusaha mengumpulkan poin sebanyak-banyaknya.



Gambar 4.5 Kolabolator dan peneliti memberikan arahan

Tampak pada gambar 4.5 kolaborator dan peneliti memberikan arahan-arahan sebelum siswa melakukan penelitian, arahan-arahan tersebut bertujuan agar siswa dapat mematuhi aturan yang dijelaskan oleh peneliti.



Gambar 4.6 Siswa melakukan gerakan melempar Menggunakan sasaran bom air

Tampak pada gambar 4.6 siswa melakukan kegiatan melempar bola kecil menggunakan sasaran bom air pada siklus II. peneliti melakukan pengamatan untuk mengetahui kemampuan melempar siswa pada lembar yang telah disiapkan.

Pada kegiatan akhir siswa bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran pada pertemuan ini. Kemudian guru melakukan evaluasi. Setelah selesai guru mengadakan refleksi dengan memberi kesempatan kepada siswa menanyakan materi yang belum dimengerti dan kesan-kesan

selam proses pembelajaran. Setelah itu penutup dengan salam menandakan pelajaran telah selesai.

c) Pengamatan

Hal-hal yang dilakukan dalam pengamatan pada siklus II adalah untuk memperoleh data mengenai penerapan melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air pada siswa kelas IV SD Negeri Tegalpanggung yang meliputi aktivitas siswa dan hasil belajar siswa. Untuk mengetahui aktivitas siswa menggunakan instrument lembar observasi sedangkan untuk hasil belajar siswa dapat diperoleh dari hasil tes unjuk kerja. Untuk hasil dari penilaian tersebut akan dipaparkan seperti berikut ini.

1) Deskripsi Hasil Observasi Aktifitas Belajar Siswa Siklus II pertemuan Pertama

Peneliti mengamati setiap perilaku, aktivitas dan respon siswa dalam siklus II pertemuan pertama saat pembelajaran melempar menggunakan bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air dengan menggunakan lembar observasi aktivitas siswa.

Dari hasil pengamatan aktivitas siswa yang dilakukan oleh kolaborator pada siklus I didapatkan hasil yang dijabarkan dalam tabel 4.6 halaman berikutnya :

Tabel 4.6 Data Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa Siklus II Pertemuan Pertama

No	Aktivitas Pembelajaran	Skor	
		Ya	Tidak
1	Apakah siswa memperhatikan pada saat mengikuti pembelajaran?	15	6
2	Apakah siswa memperhatikan materi yang dijelaskan oleh guru?	17	4
3	Apakah siswa antusias dalam mengikuti pembelajaran?	19	2
4	Apakah siswa tertarik mengikuti kegiatan pembelajaran?	15	6
5	Apakah siswa merasa ingin bisa melempar?	16	5
6	Apakah siswa merasa senang saat melakukan pembelajaran ?	14	7
7	Apakah siswa dapat melempar dengan teknik yang benar?	16	5
jumlah		112	35
Persentase		76.2	23.8
Kriteria Keberhasilan		Sangat Baik	
Kualifikasi		Tuntas	

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa presentase hasil pengamatan aktivitas siswa secara klasikal pada siklus II pertemuan pertama sebesar 76.2% dengan kriteria keberhasilan pada hasil pengamatan aktivitas siswa sangat baik.

2) Deskripsi Hasil Observasi Aktifitas Belajar Siswa Siklus II pertemuan Kedua

Peneliti mengamati setiap perilaku, aktivitas dan respon siswa dalam siklus II pertemuan kedua saat pembelajaran melempar menggunakan bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air dengan menggunakan lembar observasi aktivitas siswa.

Dari hasil pengamatan aktivitas siswa yang dilakukan oleh kolaborator pada siklus II didapatkan hasil yang dijabarkan dalam tabel 4.7 sebagai berikut :

Tabel 4.7 Data Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa Siklus II Pertemuan Kedua

No	Aktivitas Pembelajaran	Skor	
		Ya	Tidak
1	Apakah siswa memperhatikan pada saat mengikuti pembelajaran?	18	3
2	Apakah siswa memperhatikan materi yang dijelaskan oleh guru?	15	6
3	Apakah siswa antusias dalam mengikuti pembelajaran?	18	3
4	Apakah siswa tertarik mengikuti kegiatan pembelajaran?	18	3
5	Apakah siswa merasa ingin bisa melempar?	16	5
6	Apakah siswa merasa senang saat melakukan pembelajaran?	15	6
7	Apakah siswa dapat melempar dengan teknik yang benar?	17	5
jumlah		117	31
Persentase		79.6	21.1
Kriteria Keberhasilan		Sangat Baik	
Kualifikasi		Tuntas	

Tabel 4.7 menunjukkan bahwa presentase hasil pengamatan aktivitas siswa secara klasikal pada siklus II pertemuan kedua sebesar 79.6% dengan kriteria keberhasilan pada hasil pengamatan aktivitas siswa sangat baik namun perlu ditingkatkan lagi.

3) Deskripsi Perbandingan Hasil Observasi Aktifitas Belajar Siswa Siklus I Pada Pertemuan Pertama dan Pertemuan Kedua

Peneliti mengamati setiap perilaku, aktivitas dan respon siswa dalam siklus II pada pertemuan pertama dan pertemuan kedua saat pembelajaran melempar menggunakan bola kecil dengan metode

bermain dengan sasaran bom air dengan menggunakan lembar observasi aktivitas siswa pada pertemuan kedua lebih meningkat dikarenakan siswa mulai tertarik saat melakukan pembelajaran karena peneliti memberikan motivasi kepada siswa dan memberikan pembelajaran yang lebih menarik.

Hasil pengamatan hasil observasi aktivitas siswa yang dilakukan oleh kolaborator pada siklus II pada pertemuan pertama dan pertemuan kedua didapatkan hasil yang dijabarkan dalam tabel 4.8 sebagai berikut:

Tabel 4.8 Rata-rata Hasil Observasi Aktivitas Siswa dalam Pembelajaran Siklus II

No	Aktivitas Pembelajaran	Skor Pertemuan		Rata-Rata
		Pertama	Kedua	
1	Apakah siswa memperhatikan pada saat mengikuti pembelajaran?	15	18	16.5
2	Apakah siswa memperhatikan materi yang dijelaskan oleh guru?	17	15	16
3	Apakah siswa antusias dalam mengikuti pembelajaran?	19	18	18.5
4	Apakah siswa tertarik mengikuti kegiatan pembelajaran?	15	18	16.5
5	Apakah siswa merasa ingin bisa melempar?	16	16	16
6	Apakah siswa merasa senang saat melakukan pembelajaran?	14	15	14.5
7	Apakah siswa dapat melempar dengan teknik yang benar?	16	17	16.5
Jumlah		112	117	114.5
Persentase		76.2	79.6	78
Kriteria Keberhasilan		Sangat Baik		
Kualifikasi		Tuntas		

Tabel 4.8 menunjukkan bahwa presentase hasil pengamatan aktivitas siswa secara klasikal pada siklus II pertemuan pertama sebesar 76.2 dan

pada pertemuan kedua sebesar 79.6 dengan kriteria keberhasilan pada hasil pengamatan aktivitas siswa sangat baik dengan demikian rata-rata kelas telah melebihi dari kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan.

4) Deskripsi Hasil Tes Unjuk Kerja Siklus I Pada Pertemuan Pertama

Peneliti mengamati setiap pembelajaran melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air, aktivitas dan respon siswa dalam siklus II pertemuan pertama saat pembelajaran melempar menggunakan bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air dengan menggunakan lembar tes unjuk kerja siswa.

Dari hasil pengamatan aktivitas siswa yang dilakukan oleh kolaborator pada siklus II didapatkan hasil yang dijabarkan dalam tabel 4.9 pada halaman berikutnya :

Tabel 4.9 Hasil Tes Unjuk Kerja pada Siklus II Pertemuan Pertama

No.	Nama	JK	Jumlah Skor					Jumlah	Nilai
			A	B	C	D	E		
1	Aaa	L	2	1	2	1	2	8	80
2	Bds	L	2	2	2	1	2	9	90
3	Gf	P	2	1	2	1	2	8	80
4	Gs	L	2	1	1	1	2	7	70
5	ksav	P	2	2	1	2	1	8	80
6	Kkh	L	2	1	1	1	2	7	70
7	Mt	P	1	2	2	1	2	8	80
8	Mih	L	2	2	1	1	2	8	80
9	Nf	P	2	2	1	1	2	8	80
10	nmpH	P	1	1	2	1	2	7	70
11	Rnn	L	2	2	1	1	2	8	80
12	Sa	P	2	1	1	1	2	7	70
13	Tas	P	2	1	2	1	2	8	80
14	Vdp	L	1	1	1	2	2	7	70
15	Zb	L	2	1	2	1	2	8	80
16	mzrs	L	2	1	2	1	2	8	80
17	Adp	P	2	1	1	1	2	7	70
18	aesr	L	2	2	1	1	2	8	80
19	Nal	P	2	2	1	1	2	8	80
20	Dslr	P	2	2	1	1	2	8	80
21	almk	P	2	2	1	1	2	8	80
Jumlah			39	31	29	23	41	163	1630
Nilai Rata-rata Kelas									77.62

Keterangan :

- A = sikap awalan
- B = sikap melempar
- C = tepat sasaran
- D = sikap akhir
- E = keaktifan siswa

Berdasarkan tabel 4.9 tersebut, menunjukkan bahwa nilai rata-rata kelas dari hasil penilaian tes unjuk kerja pada siklus II pertemuan pertama adalah sebesar 77.62 dari 21. Maka rata-rata tersebut sudah di atas KKM yang telah ditentukan dan sudah mencapai ketuntasan.

5) Deskripsi Hasil Tes Unjuk Kerja Siklus I Pada Pertemuan Kedua

Peneliti mengamati setiap pembelajaran melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air, aktivitas dan respon siswa dalam siklus II pertemuan kedua saat pembelajaran melempar menggunakan bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air dengan menggunakan lembar tes unjuk kerja siswa.

Dari hasil pengamatan aktivitas siswa yang dilakukan oleh kolaborator pada siklus II didapatkan hasil yang dijabarkan dalam tabel 4.10 sebagai berikut :

Tabel 4.10 Hasil Tes Unjuk Kerja pada Siklus II Pertemuan Kedua

No	Nama	JK	JUMLAH SKOR					JUMLAH	NILAI
			A	B	C	D	E		
1	Aaa	L	2	1	1	2	2	8	80
2	Bds	L	2	2	2	1	2	9	90
3	Gf	P	2	1	2	1	2	8	80
4	Gs	L	2	2	1	1	1	7	70
5	Ksav	P	2	2	2	1	2	9	90
6	Kkh	L	2	1	1	1	2	7	70
7	Mt	P	2	2	2	1	2	9	90
8	Mih	L	2	2	1	1	2	8	80
9	Nf	P	2	2	1	1	2	8	80
10	Nmph	P	2	1	2	1	2	8	80
11	Rnn	L	2	2	1	1	2	8	80
12	Sa	P	2	2	1	1	2	8	80
13	Tas	P	2	1	2	1	2	8	80
14	Vdp	L	2	1	1	2	2	8	80
15	Zb	L	2	2	1	2	2	9	90
16	Mzrs	L	2	1	2	1	2	8	80
17	Adp	P	2	2	0	2	2	8	80
18	Aesr	L	2	2	1	1	1	7	70
19	Nal	P	2	2	1	1	2	8	80
20	Dslr	P	2	2	1	1	2	8	80
21	Almk	P	2	2	1	2	2	9	90
Jumlah			42	35	27	26	40	170	1700
Nilai Rata-rata Kelas									80.95

Keterangan :

- A = sikap awalan
- B = sikap melempar
- C = tepat sasaran
- D = sikap akhir
- E = keaktifan siswa

Berdasarkan tabel 4.10 tersebut, menunjukkan bahwa nilai rata-rata kelas dari hasil penilaian tes unjuk kerja pada siklus II pertemuan pertama adalah sebesar 80.95 dari 21. Maka rata-rata tersebut sudah di atas KKM yang telah ditentukan dan sudah mencapai mencapai ketuntasan.

6) Deskripsi Perbandingan Hasil Tes Unjuk Kerja Siswa Siklus II Pada Pertemuan pertama dan Pertemuan kedua

Peneliti mengamati setiap siswa yang melakukan pembelajaran melempar bola kecil, hasil tes unjuk kerja dan respon siswa dalam siklus II pada pertemuan pertama dan pertemuan kedua saat pembelajaran melempar menggunakan bola kecil dengan metode bermain dengan sasaran bom air dengan menggunakan lembar hasil tes unjuk kerja pada siswa lebih meningkat

Hasil pengamatan tes ujuk kerja siswa yang dilakukan oleh kolaborator pada siklus II pada pertemuan pertama dan pertemuan kedua didapatkan hasil pada rata-rata nilai kelas pada siklus I pertemuan pertama adalah 77.62 sedangkan pada siklus I pertemuan kedua memperoleh nilai rata-rata hasil 80.95. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa pembelajaran melempar bola kecil menggunakan

metode bermain dengan sasaran bom air sangat menyenangkan hal ini terbukti bahwa ada peningkatan nilai hasil rata-rata kelas.

d) Refleksi Siklus II

Adapun refleksi pembelajaran PJOK dengan materi melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air pembelajaran pada siklus II adalah sebagai berikut :

1) Observasi Aktivitas Siswa

Hasil pengamatan observasi aktivitas siswa pada siklus II menunjukkan bahwa hasil pengamatan observasi aktivitas siswa secara pada siklus II pertemuan pertama adalah 76.2 sedangkan pada pertemuan kedua sebesar 79.6 dengan kriteria keberhasilan pada hasil pengamatan aktivitas siswa sangat baik. Maka aktifitas belajar siswa sudah memenuhi kriteria ketuntasan

2) Hasil Tes Unjuk Kerja

Ketuntasan belajar kompetensi pengetahuan secara klasikal pada siklus II pertemuan pertama memperoleh nilai rata-rata kelas 77.62 sedangkan pada pertemuan kedua memperoleh nilai rata-rata kelas 80.95. Pada siklus II pertemuan pertama siswa yang memperoleh nilai tuntas adalah 15 orang dari 21 yang tuntas belajar. Sedangkan pada siklus II pertemuan kedua siswa yang memperoleh nilai tuntas yaitu 18 dari 21 siswa tuntas belajar. Hasil tersebut sudah memenuhi kriteria indikator keberhasilan yang direncanakan yaitu memenuhi Kriteria

Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 75. Jadi penelitian ini dihentikan sampai pada siklus II.

B. Pembahasan

Pembahasan didasarkan pada hasil pengamatan dan refleksi terhadap penerapan model pembelajaran melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air di setiap siklusnya.

1. Peningkatan aktivitas siswa

Dari hasil observasi aktivitas siswa pada pembelajaran melempar bola kecil menggunakan metode bermain dengan sasaran bom air pembelajaran diperoleh skor rata-rata aktivitas siswa mengalami peningkatan pada tiap siklusnya. Peningkatan tersebut terjadi karena pengaruh dari peneliti yang selalu memperbaiki kekurangan yang terjadi pada setiap pertemuan untuk menjadikan pertemuan selanjutnya lebih baik lagi agar pembelajaran yang dilakukan lebih berkualitas. Dengan begitu, akan berpengaruh langsung terhadap aktivitas siswa yang akan meningkat juga seiring dengan meningkatnya kualitas pembelajaran yang dilakukan. Siswa akan lebih mengerti bagaimana mereka harus menempatkan diri saat pembelajaran dilaksanakan dan mereka akan lebih fokus pada pembelajaran di setiap pertemuan.

Secara keseluruhan aktivitas siswa dari siklus I dan siklus II mengalami peningkatan. Hal ini ditunjukkan pada aktivitas siswa siklus I memperoleh rata-rata skor sebesar 52 kategori baik. Pada siklus II terjadi peningkatan jumlah rata-rata skor menjadi 78 kategori sangat baik. Peningkatan-

peningkatan aktivitas siswa pada setiap siklus ditandai dengan peningkatan ketercapaian indikator di setiap siklusnya.

2. Peningkatan hasil tes unjuk kerja

Ketuntasan belajar klasikal siswa kelas IV SD Negeri Tegalpanggung, Kota Yogyakarta terjadi peningkatan. Ketuntasan belajar klasikal pada prasiklus yaitu terdapat 5 anak yang telah tuntas atau sekitar 23%. Pada siklus I terjadi peningkatan ketuntasan belajar klasikal sebesar 38,1% atau 8 orang yang telah mencapai nilai ketuntasan, pada siklus II ketuntasan belajar klasikal meningkat sebesar 85,8% atau sekitar 18 siswa yang telah mencapai nilai diatas KKM.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa pembelajaran melempar bola kecil siswa kelas IV A Sekolah Dasar Negeri Tegalpanggung, Kota Yogyakarta yang dilakukan dengan media sasaran bom air dapat meningkatkan kemampuan melempar siswa, nilai KKM 75 untuk pembelajaran melempar dapat tercapai. . Berikut ini paparan peningkatan tersebut.

1. Penerapan Model Pembelajaran Melempar Bola Kecil Menggunakan Metode Bermain dengan Sasaran Bom Air pembelajaran dapat meningkatkan aktivitas siswa pada pembelajaran PJOK di kelas IV SD Negeri Tegalpanggung, Kota Yogyakarta. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan aktivitas siswa pada setiap siklusnya. Pada siklus I aktivitas siswa mendapatkan jumlah rata-rata skor 52 dengan kategori baik. Pada siklus II aktivitas siswa mendapatkan jumlah rata-rata skor 78 dengan kategori sangat baik.
2. Penerapan pendekatan Pembelajaran Melempar Bola Kecil Menggunakan Metode Bermain dengan Sasaran Bom Air pembelajaran dapat meningkatkan kompetensi kemampuan siswa. Pada prasiklus kompetensi pengetahuan siswa yang dicapai yaitu terdapat 5 anak yang telah tuntas atau sekitar 23%. Pada siklus I terjadi peningkatan ketuntasan belajar klasikal sebesar 38,1% atau 8 orang yang telah mencapai nilai ketuntasan, pada siklus II ketuntasan belajar klasikal

meningkat sebesar 85,8% atau sekitar 18 siswa yang telah mencapai nilai diatas KKM.

B. Saran

Berikut adalah saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian dan pelaksanaan penelitian tindakan kelas yang berjudul “Upaya Peningkatan Kemampuan Melempar Bola Kecil Menggunakan Metode Bermain Dengan Sasaran Bom Air Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Tegalpanggung Tahun Pelajaran 2018/2019” Sebagai berikut :

1. Guru dapat menerapkan model dan media pembelajaran yang digunakan peneliti yaitu Peningkatan Kemampuan Melempar Bola Kecil Menggunakan Metode Bermain Dengan Sasaran Bom Air pembelajaran di kelas agar dapat memotivasi siswa untuk bersemangat dalam pembelajaran.
2. Pembelajaran melempar pada siswa SD sangat perlu media sasaran yang beraneka ragam
3. Pada saat pembelajaran sebaiknya guru lebih kreatif dalam melakukan setiap pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Diana, (2010). *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta : Kencana.
- Firmansyah Helmy. (2009). “Hubungan Motivasi Berprestasi Siswa dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani.” *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (volume 6, no.1) hlm.41-42*
- Gallahue, D.L., & Ozmun, J.C. 1998. *Understanding Motor Development Infant Childern, Adolscent, Adults*. USA: Mac Graw Hill Company.
- Haywood, K.M. 1996. *Life Span Motor Development*. University of Missouri. St. Louis: Human Kinetics Publishers.
- Herlambang, Dody (2010), yang berjudul: “Perbedaan Kemampuan Melempar Bola Kasti Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Di Pedesaan Dengan Sekolah Dasar Di Perkotaan
- Hermawan, Asep Herry dkk. (2006). *Pengembangan Kurikulum dan pembelajaran*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Kamtini & Husni Wardi Tanjung. (2005). *Bermain melalui gerak dan lagu dikelas*. Jakarta Barat: PT Indeks
- Mahendra, Agus (2015). *Filsafat Pembelajaran Jasmani: Dasar-dasar Pembelajaran Penjas di Sekolah Dasar*. Bandung; CV. Bintang WarliArtika
- Masri'an dan Aminarni. (2016). *Penjasorkes*. Jakarta: Erlangga.
- Mulyadi, S. (2004). *Bermain dan Kreativitas Anak Sekolah Petunjuk Bagi Para Orang Tua dan Guru*. Jakarta: PT. Grasindo.
- M. Djauhar Sidik, isniatun, Munawaroh Sungkono.2009. *Pengembangan Bahan Pembelajaran SD*. Dirjen Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan Nasional. Jakarta
- Neumann, E.A. Theelement of play. New York: MSS information Corp.,1971). Papalia (1995).
- Pramono yang berjudul “Pendekatan Metode Pembelajaran Bermain Menarik dan Menyenangkan Sebagai Upaya Meningkatkan Ketrampilan Gerak Dasar Siswa Kelas 3 SD Muhammadiyah 1 Surakarta”.








- Samsudin. (2008). *Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (sd/mi)*. Jakarta: Litera.
- Sudjarwo. (1992). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Surakarta : Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Soedarminto & Soeparman. (1993). *Kinesiologi*. Jakarta : Universitas Terbuka Jakarta dan Depdikbud
- Soetjningsih, 1998. *Tumbuh Kembang Anak EGC*. Penerbit Buku Kedokteran. Jakarta
- Sugiyono. 1991. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud Universitas Terbuka.
- Sumirah (2010), yang berjudul: "Kemampuan Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Punukan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo".
- Susilawatiningsih. (2010), yang berjudul "Upaya Peningkatan Kemampuan Melempar Bola Kecil Menggunakan Sasaran Bom Air Dengan Metode Bermain Siswa Kelas IV SD Negeri Wonosari Turi Sleman".
- Tamat, Tisnowati dan Mirman, Moekarto (2005). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Univesitas Terbuka.
- Winataputra, Udin S, dkk. (2007). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Wijaya A.M. (2009). *Pentingnya stimulasi, deteksi dan intervensi dini tumbuh kembang (SDIDTK) anak*. Jakarta, Depdiknas

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kartu Bimbingan

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

Nama Mahasiswa : Galang Surya Trisnanda
 NIM : 15604221019
 Program Studi : PGSD Penjas
 Jurusan : Pendidikan olahraga
 Pembimbing : Drs. Amat Komari, M.Si.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1	7 Januari 2019	Pengajuan Judul dan Proposal	
2	10 Januari 2019	Revisi Judul dan Proposal	
3	14 Januari 2019	Revisian Bab 1, 2, 3 (Proposal)	
4	30 Januari 2019	Revisian Proposal dan Pelaksanaan Penelitian	
5	18 Februari maret 2019	Pengajuan Bab IV, V	
6	26 Maret 2019	Pengumpulan Bab I-V	
7	5 April 2019	Pengumpulan Bab I-V yang sudah direvisi.	

M. Mengetahui
 Kaprodi PGSD Penjas.



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

Lampiran 2. Permohonan Izin Penelitian



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl. Jenderal Sudirman No 5 Yogyakarta – 55233
Telepon : (0274) 551136, 551275, Fax (0274) 551137

Yogyakarta, 23 Januari 2019

Nomor : 074/744/Kesbangpol/2019
Perihal : Rekomendasi Penelitian

Kepada Yth. :
Walikota Yogyakarta
Up. Kepala Dinas Penanaman Modal dan
Perizinan Kota Yogyakarta
di Yogyakarta

Memperhatikan surat :

Dari : Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri
Yogyakarta
Nomor : 01.19/UN.34.16/PP/2019
Tanggal : 17 Januari 2019
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Setelah mempelajari surat permohonan dan proposal yang diajukan, maka dapat diberikan surat rekomendasi tidak keberatan untuk melaksanakan riset/penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul proposal : "UPAYA PENINGKATAN KEMAMPUAN MELEMPAR BOLA KECIL MENGGUNAKAN METODE BERMAIN DENGAN SASARAN BOM AIR SISWA KELAS IV SD NEGERI TEGALPANGGUNG TAHUN 2018/2019" kepada:

Nama : GALANG SURYA TRISNANDA
NIM : 15604221019
No.HP/Identitas : 089681629668/3577013112960002
Prodi/Jurusan : PGSD Penjas/POR
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Lokasi Penelitian : SD N Tegalpanggung, Kota Yogyakarta
Waktu Penelitian : 23 Januari 2019 s.d 28 Februari 2019

Sehubungan dengan maksud tersebut, diharapkan agar pihak yang terkait dapat memberikan bantuan / fasilitas yang dibutuhkan.

Kepada yang bersangkutan diwajibkan:

1. Menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di wilayah riset/penelitian;
2. Tidak dibenarkan melakukan riset/penelitian yang tidak sesuai atau tidak ada kaitannya dengan judul riset/penelitian dimaksud;
3. Menyerahkan hasil riset/penelitian kepada Badan Kesbangpol DIY selambat-lambatnya 6 bulan setelah penelitian dilaksanakan.
4. Surat rekomendasi ini dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat rekomendasi sebelumnya, paling lambat 7 (tujuh) hari kerja sebelum berakhirnya surat rekomendasi ini.

Rekomendasi Ijin Riset/Penelitian ini dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang tidak mentaati ketentuan tersebut di atas.

Demikian untuk menjadikan maklum.



Tembusan disampaikan Kepada Yth :

1. Gubernur DIY (sebagai laporan)
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta;
3. Yang bersangkutan.

Lampiran 3. Permohonan Izin Melakukan Peneliti



**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

Nomor : 01.19/UN.34.16/PP/2019.

17 Januari 2019.

Lamp. : 1 Eks.

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada Yth.

Ka. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik

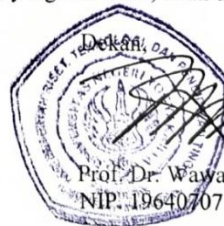
Daerah Istimewa Yogyakarta.

Jl. Jenderal Sudirman No. 5 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 : Galang Surya Trisnanda
NIM : 15604221019
Program Studi : PGSD Penjas
Dosen Pembimbing : Amat Komari, M.Si.
NIP : 196204221990011001
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : 1 s/d 28 Februari 2019
Tempat : SD Negeri Tegal Panggung
Judul Skripsi : Upaya Peningkatan Kemampuan Melempar Bola Kecil Menggunakan Metode Bermain dengan Sasaran Bom Air Siswa Kelas IV SD Negeri Tegal Panggung Tahun 2018/2019.

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



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

Tembusan :

1. Kepala SD Negeri Tegal Panggung.
2. Kaprodi PGSD Penjas.
3. Pembimbing Tas.
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 4. Surat Keterangan Melakukan Penelitian di SD Negeri Tegalpanggung



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN
UNIT PENGELOLA PAUD
DAN SEKOLAH DASAR WILAYAH UTARA
SEKOLAH DASAR NEGERI TEGALPANGGUNG

Alamat : Jalan Tegalpanggung no 41, Danurejan, Yogyakarta 55212. Telp. 0274-547675
HOTLINE SMS SEKOLAH : 08122984303 EMAIL : sdtegalpanggung@yahoo.com
HOT LINE SMS : 08122780001 HOTLINE E MAIL : upik@jogjakota.go.id
WEBSITE : www.jogjakota.go.id

SURAT KETERANGAN
NOMOR : 424/ 058/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **PURWATI HANDAYANI, M.Pd.**
NIP : 19681212 198804 2 001
Pangkat/ Gol : Pembina / IV A
Jabatan : Kepala Sekolah
Instansi : SD Negeri Tegalpanggung Yogyakarta

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : **GALANG SURYA TRISNANDA**
No. Mahasiswa : 15604221019
Fakultas : Ilmu Keolahragaan (FIK)
Program Studi : PGSD Penjas
Jenjang : Strata Satu (S1)
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)
Lokasi Penelitian : SD Negeri Tegalpanggung Yogyakarta
Judul Penelitian :

“UPAYA PENINGKATAN KEMAMPUAN MELEMPAR BOLA KECIL MENGGUNAKAN SASARAN BOM AIR DENGAN METODE BERMAIN SISWA KELAS IV SD NEGERI TEGALPANGGUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019”

Yang bersangkutan sudah melaksanakan Penelitian untuk penyusunan Skripsi pada tanggal 1 Februari – 25 Februari 2019 di SD Negeri Tegalpanggung Yogyakarta.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 6 Maret 2019
Kepala Sekolah

Purwati Handayani, M.Pd.
NIP. 19681212 198804 2 001

Lampiran 5 Lembar Observasi Kegiatan Siswa

Hasil Observasi Kegiatan Siswa

PTK Materi : Upaya Peningkatan Kemampuan Melempar Bola Kecil
 Menggunakan Metode Bermain Dengan Sasaran Bom Air
 Tempat : SD Negeri Tegalpanggung
 Siklus :

No	Aktivitas Pembelajaran	Skor	
		Ya	Tidak
1.	Apakah siswa memperhatikan pada saat mengikuti pembelajaran?		
2.	Apakah siswa memperhatikan materi yang dijelaskan oleh guru?		
3.	Apakah siswa antusias dalam mengikuti pembelajaran?		
4.	Apakah siswa tertarik mengikuti kegiatan pembelajaran?		
5.	Apakah siswa merasa ingin bisa melempar?		
6.	Apakah model yang diterapkan guru tepat		
7.	Apakah siswa dapat melempar dengan teknik yang benar?		
jumlah			
Persentase			
Kriteria			
Kualifikasi			

Keterangan :

- Ya : skor 1
- Tidak : skor 0

Skor maksimal : 7

Persentase keberhasilan aktivitas pembelajaran ditentukan dengan rumus :

$$\text{Rumus} = \frac{\text{perolehan skor}}{\text{skor maksimal}} \times 100$$

Lampiran 6 Lembar Penilaian Unjuk Kerja

Lembar penilaian unjuk kerja melempar bola kecil

No	Nama	SKOR ASPEK YANG DINILAI					Jumlah Skor	Nilai Akhir
		Awalan	Sikap Melempar	Tepat Sasaran	Sikap Akhir	Keaktifan Siswa		
1.								
2.								
3.								
4.								
Jumlah								
Rata-Rata								

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{jumlah nilai perolehan}}{\text{skor maksimum}} \times 100$$

Lampiran 7 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus I pertemuan pertama

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

SIKLUS I TAHAP I

Status Pendidikan : Sekolah Dasar
Nama Sekolah : SDN Tegalpanggung
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas / Semester : IV A / 2
Jenis Kegiatan : Gerak Dasar Manipulatif
Alokasi Waktu : 1 x Pertemuan (3 x 35 menit)

A. Kompetensi Inti

1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru dan tetangga.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang di rumah dan di sekolah.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis,
5. dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator

- 3.3 Memahami pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

3.4 Mempraktikkan pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

C. Indikator:

1. Mengidentifikasi gerakan melempar bola sebagai gerak manipulatif
2. Melakukan gerakan melempar bola
3. Melakukan gerakan melempar bola dalam bentuk permainan sederhana

D. Tujuan Pembelajaran

1. Dengan menyimak penjelasan dan contoh yang diberikan guru, siswa mampu menunjukkan prosedur gerakan melempar dengan tepat.
2. Melalui kegiatan praktik siswa mampu melakukan gerakan melempar.
3. Dengan menggunakan permainan sederhana berbentuk bom air siswa mampu melakukan lemparan atas dengan benar

E. Materi

1. Melempar bola dalam bentuk permainan sederhana

F. Pendekatan dan Metode

Pendekatan : Scientific (mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, eksperimen, mengasosiasi/mengolah informasi, dan mengkomunikasikan).

Strategi : Cooperative Learning

Teknik : Example Non Example

Metode : Pengamatan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktik

G. Media

1. Guru sebagai peraga melakukan lemparan atas

H. Alat

1. Bola
2. Plastik diisi air

3. tali

4. **Sumber belajar**

1. Buku Pedoman Guru Tema 3 Kelas 1 dan Buku Siswa Tema 3 Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).

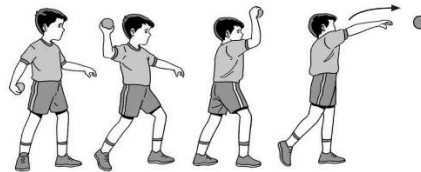
5. **Langkah – langkah Pembelajaran**

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru menyiapkan siswa, memberi salam.2. Guru melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa.3. Siswa memperhatikan informasi guru tujuan pembelajaran hari ini.4. Siswa memperhatikan penjelasan guru berkaitan materi kegiatan pembelajaran hari ini.5. Melakukan pemanasan statis dan dinamis6. Sebelum melakukan kegiatan pembelajaran, guru mengajak siswa melakukan pemanasan.	15 menit
Kegiatan Inti	<p>A. Mengamati</p> <p>Siswa memperhatikan dan mengamati gerakan melempar overhead yang dipraktikkan oleh guru</p> <p>B. Menanya</p> <ol style="list-style-type: none">1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan	110 menit

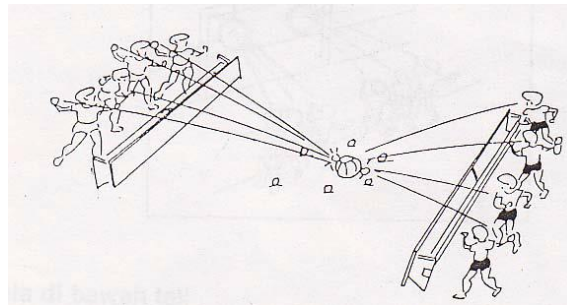
2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum dipahami (communication)

C. Mencoba

1. Sebelum memulai kegiatan guru mengatur barisan
2. Siswa melakukan pembelajaran mengenai melempar bola dengan benar



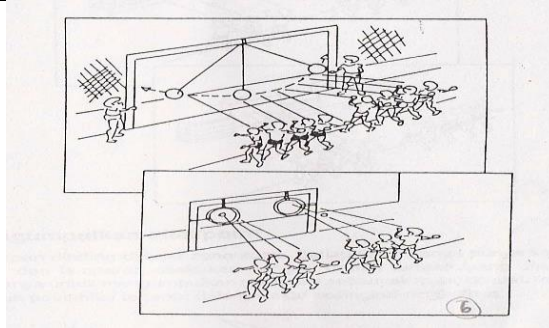
Permainan kedua Setelah semua melakukan kemudian siswa dibagi menjadi 2 untuk melakukan melempar bola dengan menggunakan sasaran atau target bola



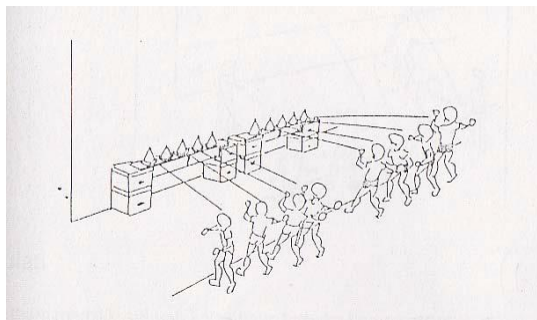
D. Menalar

1. Siswa dapat menemukan gerakan melempar dengan benar

E. Mengomunikasikan



Siswa berusaha melakukan lemparan kearah lubang holahop dengan tepat



Siswa melakukan lemparan kearah kun yang telah diletakkan pada meja



Setiap siswa melakukan 10 kali lemparan bola kearah sasaran bom air yang telah disiapkan oleh peneliti

Kegiatan	1. Melakukan gerakan pendinginan	15menit
Penutup	2. Guru dan siswa membuka sesi tanya jawab	

	3. Melakukan evaluasi	
	4. Guru memberikan tugas dalam bentuk pekerjaan rumah	
	5. Memberikan salam, doa, dan penutup	

6. Penilaian

a) Teknik Penilaian

1. Siswa diberikan skor 2 apabila dapat melakukan gerakan melempar dengan benar
2. Siswa diberikan skor 1 apabila dapat melakukan gerakan melempar mendekati benar
3. Siswa diberikan skor 0 apabila dapat melakukan gerakan melempar salah

b) Instrumen Penilaian

No.	Nama	JK	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Aaa	L										
2	Bds	L										
3	Gf	P										
4	Gs	L										
5	Ksav	P										
6	Kkh	L										
7	Mt	P										
8	Mih	L										
9	Nf	P										
10	Nmph	P										
11	Rnn	L										
12	Sa	P										
13	Tas	P										
14	Vdp	L										
15	Zb	L										

16	Mzrs	L																	
17	Adp	P																	
18	Aesr	L																	
19	Nal	P																	
20	Dslr	L																	
21	Almk	P																	
22	Aaa	P																	

Yogyakarta, 4 Februari 2019

Kepala Sekolah

Mengetahui Guru PJOK,

Suharti, S.Pd

NIP: 196510121999072010

Purwanti Handayani, M.Pd.

NIP: 19681212198804 2001

Lampiran 8 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus I pertemuan kedua

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

SIKLUS I TAHAP II

Status Pendidikan : Sekolah Dasar
Nama Sekolah : SDN Tegalpanggung
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas / Semester : IV A / 2
Jenis Kegiatan : Gerak Dasar Manipulatif
Alokasi Waktu : 1 x Pertemuan (3 x 35 menit)

A. Kompetensi Inti

1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru dan tetangga.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang di rumah dan di sekolah.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis,
5. dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator

- 3.5 Memahami pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

3.6 Mempraktikkan pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

C. Indikator:

1. Mengidentifikasi gerakan melempar bola sebagai gerak manipulatif
2. Melakukan gerakan melempar bola
3. Melakukan gerakan melempar bola dalam bentuk permainan sederhana

D. Tujuan Pembelajaran

4. Dengan menyimak penjelasan dan contoh yang diberikan guru, siswa mampu menunjukkan prosedur gerakan melempar dengan tepat.
5. Melalui kegiatan praktik siswa mampu melakukan gerakan melempar.
6. Dengan menggunakan permainan sederhana berbentuk bom air siswa mampu melakukan lemparan atas dengan benar

E. Materi

1. Melempar bola dalam bentuk permainan sederhana

F. Pendekatan dan Metode

Pendekatan : Scientific (mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, eksperimen, mengasosiasi/mengolah informasi, dan mengkomunikasikan).

Strategi : Cooperative Learning

Teknik : Example Non Example

Metode : Pengamatan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktik

G. Media

1. Guru sebagai peraga melakukan lemparan atas

H. Alat

1. Bola
2. Plastik diisi air
3. Tali

I. Sumber belajar

2. Buku Pedoman Guru Tema 3 Kelas 1 dan Buku Siswa Tema 3 Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).

J. Langkah – langkah Pembelajaran

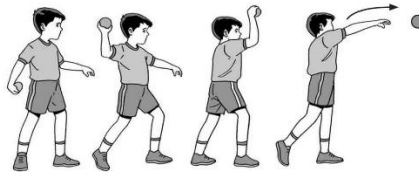
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru menyiapkan siswa, memberi salam.2. Guru melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa.3. Siswa memperhatikan informasi guru tujuan pembelajaran hari ini.4. Siswa memperhatikan penjelasan guru berkaitan materi kegiatan pembelajaran hari ini.5. Melakukan pemanasan statis dan dinamis6. Sebelum melakukan kegiatan pembelajaran, guru mengajak siswa melakukan pemanasan.	15 menit
Kegiatan Inti	A. Mengamati Siswa memperhatikan dan mengamati gerakan melempar overhead yang dipraktekkan oleh guru	110 menit

B. Menanya

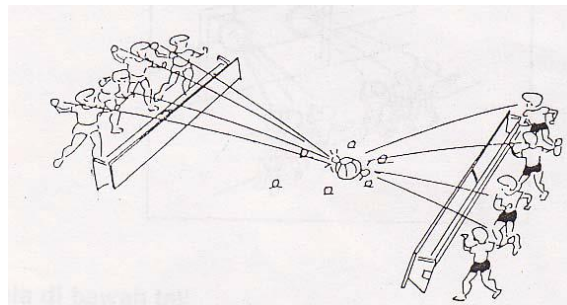
1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan
2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum dipahami (communication)

C. Mencoba

1. Sebelum memulai kegiatan guru mengatur barisan
2. Siswa melakukan pembelajaran mengenai melempar bola dengan benar



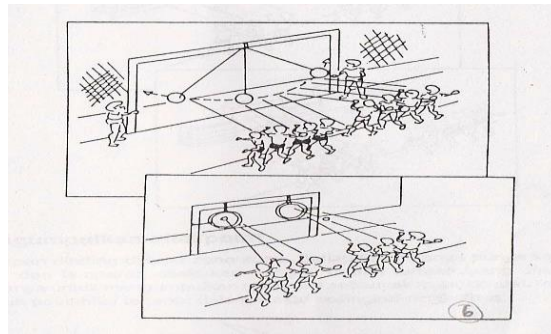
Permainan kedua Setelah semua melakukan kemudian siswa dibagi menjadi 2 untuk melakukan melempar bola dengan menggunakan sasaran atau target bola



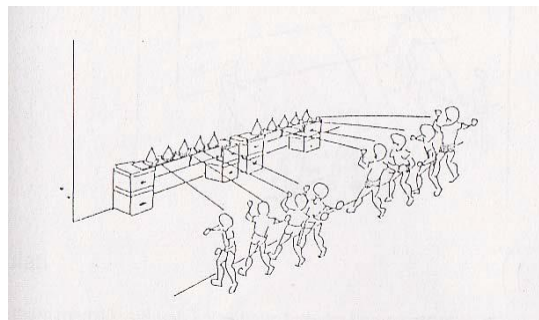
D. Menalar

1. Siswa dapat menemukan gerakan melempar dengan benar

E. Mengomunikasikan



Siswa berusaha melakukan lemparan kearah lubang holahop dengan tepat



Siswa melakukan lemparan kearah kun yang telah diletakkan pada meja



	Setiap siswa melakukan 10 kali lemparan bola kearah sasaran bom air yang telah disiapkan oleh peneliti	
Kegiatan Penutup	6. Melakukan gerakan pendinginan 7. Guru dan siswa membuka sesi tanya jawab 8. Melakukan evaluasi 9. Guru memberikan tugas dalam bentuk pekerjaan rumah 10. Memberikan salam, doa, dan penutup	15menit

F. Penilaian

a) Teknik Penilaian

1. Siswa diberikan skor 2 apabila dapat melakukan gerakan melempar dengan benar
2. Siswa diberikan skor 1 apabila dapat melakukan gerakan melempar mendekati benar
3. Siswa diberikan skor 0 apabila dapat melakukan gerakan melempar salah

b) Instrumen Penilaian

No.	Nama	JK	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Aaa	L										
2	Bds	L										
3	Gf	P										
4	Gs	L										
5	Ksav	P										
6	Kkh	L										
7	Mt	P										
8	Mih	L										

9	Nf	P																	
10	Nmph	P																	
11	Rnn	L																	
12	Sa	P																	
13	Tas	P																	
14	Vdp	L																	
15	Zb	L																	
16	Mzrs	L																	
17	Adp	P																	
18	Aesr	L																	
19	Nal	P																	
20	Dslr	L																	
21	Almk	P																	
22	Aaa	P																	

Yogyakarta, 11 Februari 2019

Mengetahui Guru PJOK,

Kepala Sekolah

Suharti. S.Pd

Purwanti Handayani. M.Pd.

NIP: 196510121999072010

NIP: 19681212198804 2001

Lampiran 9 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus II pertemuan pertama

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

SIKLUS II TAHAP I

Status Pendidikan : Sekolah Dasar
Nama Sekolah : SDN Tegalpanggung
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas / Semester : IV A / 2
Jenis Kegiatan : Gerak Dasar Manipulatif
Alokasi Waktu : 1 x Pertemuan (3 x 35 menit)

A. Kompetensi Inti

1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru dan tetangga.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang di rumah dan di sekolah
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis,
5. dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator

- 3.7 Memahami pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

3.8 Mempraktikkan pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

C. Indikator:

1. Mengidentifikasi gerakan melempar bola sebagai gerak manipulatif
2. Melakukan gerakan melempar bola
3. Melakukan gerakan melempar bola dalam bentuk permainan sederhana

D. Tujuan Pembelajaran

1. Dengan menyimak penjelasan dan contoh yang diberikan guru, siswa mampu menunjukkan prosedur gerakan melempar dengan tepat.
2. Melalui kegiatan praktik siswa mampu melakukan gerakan melempar.
3. Dengan menggunakan permainan sederhana berbentuk bom air siswa mampu melakukan lemparan atas dengan benar

E. Materi

1. Melempar bola dalam bentuk permainan sederhana

F. Pendekatan dan Metode

Pendekatan : Scientific (mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, eksperimen, mengasosiasi/mengolah informasi, dan mengkomunikasikan).

Strategi : Cooperative Learning

Teknik : Example Non Example

Metode : Pengamatan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktik

G. Media

1. Guru sebagai peraga melakukan lemparan atas

H. Alat

1. Bola
2. Plastik diisi air
3. tali

I. Sumber belajar

1. Buku Pedoman Guru Tema 3 Kelas 1 dan Buku Siswa Tema 3 Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).

J. Langkah – langkah Pembelajaran

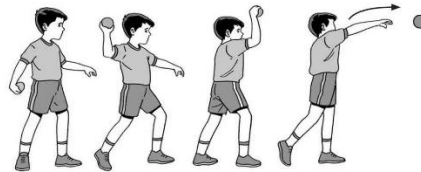
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru menyiapkan siswa, memberi salam.2. Guru melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa.3. Siswa memperhatikan informasi guru tujuan pembelajaran hari ini.4. Siswa memperhatikan penjelasan guru berkaitan materi kegiatan pembelajaran hari ini.5. Melakukan pemanasan statis dan dinamis6. Sebelum melakukan kegiatan pembelajaran, guru mengajak siswa melakukan pemanasan.	15 menit
Kegiatan Inti	A. Mengamati Siswa memperhatikan dan mengamati gerakan melempar overhead yang dipraktekkan oleh guru	110 menit

B. Menanya

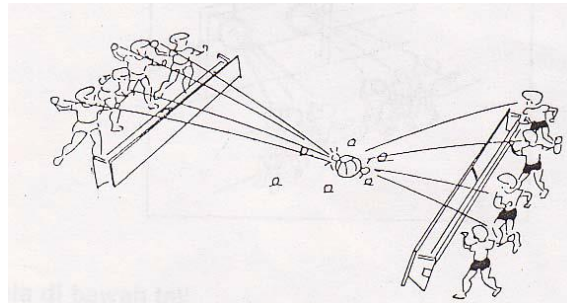
1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan
2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum dipahami (communication)

C. Mencoba

1. Sebelum memulai kegiatan guru mengatur barisan
2. Siswa melakukan pembelajaran mengenai melempar bola dengan benar



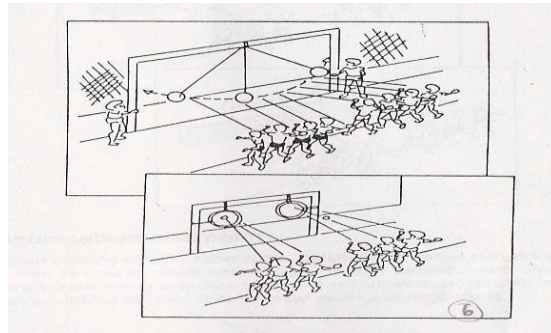
Permainan kedua Setelah semua melakukan kemudian siswa dibagi menjadi 2 untuk melakukan melempar bola dengan menggunakan sasaran atau target bola



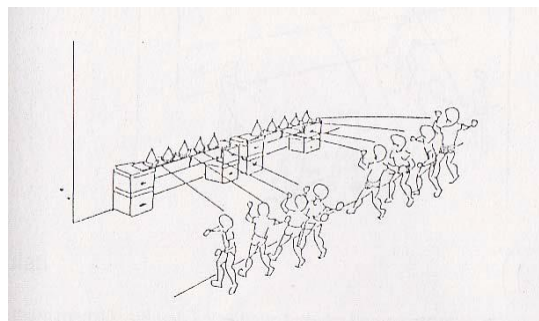
D. Menalar

1. Siswa dapat menemukan gerakan
melempar dengan benar

E. Mengomunikasikan



Siswa berusaha melakukan lemparan kearah lubang holahop dengan tepat



Siswa melakukan lemparan kearah kun yang telah diletakkan pada meja



	Setiap siswa melakukan 10 kali lemparan bola kearah sasaran bom air yang telah disiapkan oleh peneliti	
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan gerakan pendingina 2. Guru dan siswa membuka sesi tanya jawab 3. Melakukan evaluasi 4. Guru memberikan tugas dalam bentuk pekerjaan rumah 5. Memberikan salam, doa, dan penutup 	15menit

F. Penilaian

a) Teknik Penilaian

1. Siswa diberikan skor 2 apabila dapat melakukan gerakan melempar dengan benar
2. Siswa diberikan skor 1 apabila dapat melakukan gerakan melempar mendekati benar
3. Siswa diberikan skor 0 apabila dapat melakukan gerakan melempar salah

b) Instrumen Penilaian

No.	Nama	JK	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Aaa	L										
2	Bds	L										
3	Gf	P										
4	Gs	L										
5	Ksav	P										
6	Kkh	L										
7	Mt	P										

8	Mih	L																
9	Nf	P																
10	Nmph	P																
11	Rnn	L																
12	Sa	P																
13	Tas	P																
14	Vdp	L																
15	Zb	L																
16	Mzrs	L																
17	Adp	P																
18	Aesr	L																
19	Nal	P																
20	Dslr	L																
21	Almk	P																
22	Aaa	P																

Yogyakarta, 18 Februari 2019

Kepala Sekolah

Mengetahui Guru PJOK,

Suharti, S.Pd

NIP: 196510121999072010

Purwanti Handayani, M.Pd.

NIP: 19681212198804 2001

Lampiran 10 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus II pertemuan kedua
RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

SIKLUS II TAHAP II

Status Pendidikan : Sekolah Dasar
Nama Sekolah : SDN Tegalpanggung
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas / Semester : IV A / 2
Jenis Kegiatan : Gerak Dasar Manipulatif
Alokasi Waktu : 1 x Pertemuan (3 x 35 menit)

A. Kompetensi Inti

1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru dan tetangga.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang di rumah dan di sekolah.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis,
5. dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator

- 3.9 Memahami pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

3.10 Mempraktikkan pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

C. Indikator:

1. Mengidentifikasi gerakan melempar bola sebagai gerak manipulatif
2. Melakukan gerakan melempar bola
3. Melakukan gerakan melempar bola dalam bentuk permainan sederhana

D. Tujuan Pembelajaran

1. Dengan menyimak penjelasan dan contoh yang diberikan guru, siswa mampu menunjukkan prosedur gerakan melempar dengan tepat.
2. Melalui kegiatan praktik siswa mampu melakukan gerakan melempar.
3. Dengan menggunakan permainan sederhana berbentuk bom air siswa mampu melakukan lemparan atas dengan benar

E. Materi

1. Melempar bola dalam bentuk permainan sederhana

F. Pendekatan dan Metode

Pendekatan : Scientific (mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, eksperimen, mengasosiasi/mengolah informasi, dan mengkomunikasikan).

Strategi : Cooperative Learning

Teknik : Example Non Example

Metode : Pengamatan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktik

G. Media

1. Guru sebagai peraga melakukan lemparan atas

H. Alat

1. Bola
2. Plastik diisi air
3. tali

I. Sumber belajar

1. Buku Pedoman Guru Tema 3 Kelas 1 dan Buku Siswa Tema 3 Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).

J. Langkah – langkah Pembelajaran

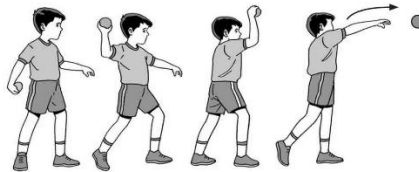
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru menyiapkan siswa, memberi salam.2. Guru melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa.3. Siswa memperhatikan informasi guru tujuan pembelajaran hari ini.4. Siswa memperhatikan penjelasan guru berkaitan materi kegiatan pembelajaran hari ini.5. Melakukan pemanasan statis dan dinamis6. Sebelum melakukan kegiatan pembelajaran, guru mengajak siswa melakukan pemanasan.	15 menit
Kegiatan Inti	A. Mengamati Siswa memperhatikan dan mengamati gerakan melempar overhead yang dipraktekkan oleh guru	110 menit

B. Menanya

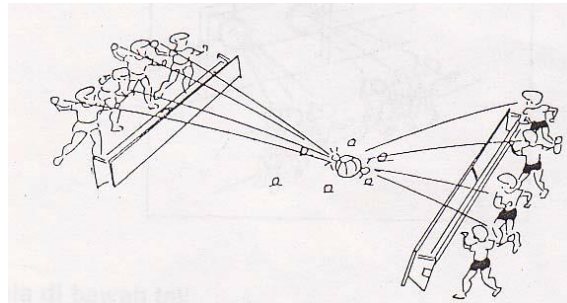
1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan
2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum dipahami (communication)

C. Mencoba

1. Sebelum memulai kegiatan guru mengatur barisan
2. Siswa melakukan pembelajaran mengenai melempar bola dengan benar



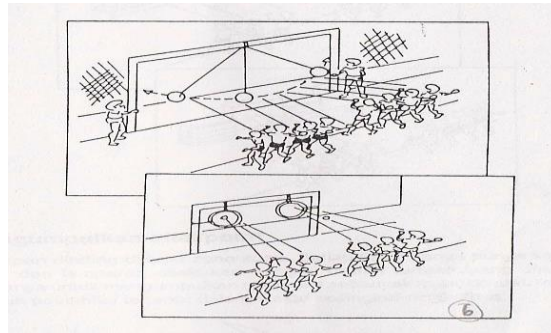
Permainan kedua Setelah semua melakukan kemudian siswa dibagi menjadi 2 untuk melakukan melempar bola dengan menggunakan sasaran atau target bola



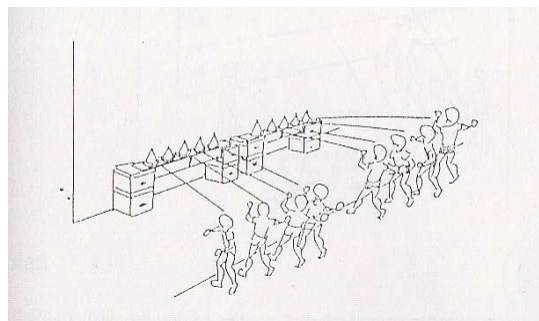
D. Menalar

1. Siswa dapat menemukan gerakan
melempar dengan benar

E. Mengomunikasikan



Siswa berusaha melakukan lemparan kearah lubang holahop dengan tepat



Siswa melakukan lemparan kearah kun yang telah diletakkan pada meja



	Setiap siswa melakukan 10 kali lemparan bola kearah sasaran bom air yang telah disiapkan oleh peneliti	
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan gerakan pendinginan 2. Guru dan siswa membuka sesi tanya jawab 3. Melakukan evaluasi 4. Guru memberikan tugas dalam bentuk pekerjaan rumah 5. Memberikan salam, doa, dan penutup 	15menit

K. Penilaian

a) Teknik Penilaian

1. Siswa diberikan skor 2 apabila dapat melakukan gerakan melempar dengan benar
2. Siswa diberikan skor 1 apabila dapat melakukan gerakan melempar mendekati benar
3. Siswa diberikan skor 0 apabila dapat melakukan gerakan melempar salah

b) Instrumen Penilaian

No.	Nama	JK	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Aaa	L										
2	Bds	L										
3	Gf	P										
4	Gs	L										
5	Ksav	P										
6	Kkh	L										
7	Mt	P										

8	Mih	L																
9	Nf	P																
10	Nmph	P																
11	Rnn	L																
12	Sa	P																
13	Tas	P																
14	Vdp	L																
15	Zb	L																
16	Mzrs	L																
17	Adp	P																
18	Aesr	L																
19	Nal	P																
20	Dslr	L																
21	Almk	P																
22	Aaa	P																

Yogyakarta, 25 Februari 2019

Kepala Sekolah

Mengetahui Guru PJOK,

Suharti. S.Pd

NIP: 196510121999072010

Purwanti Handayani. M.Pd.

NIP: 19681212198804 2001

Lampiran 11 dokumentasi siklus I pertemuan pertama



Kolabolator membariskan siswa



Siswa melakukan pemanasan permainan



Siswa melakukan leparan dengan sasaran bom air



Peneliti mengevaluasi tentang pembelajaran

Lampiran 12 dokumentasi siklus I pertemuan kedua



Siswa melakukan pemanasan



Siswa melakukan permainan pemanasan



Siswa melakukan lemparan menggunakan sasaran bom air



Kolabolator dan peneliti mengevaluasi pembelajaran

Lampiran 13 dokumentasi siklus II pertemuan pertama



Siswa melakukan permainan pemanasan



Siswa melakukan lemparan dengan sasaran bom air



Kolabolator dan peneliti mengevaluasi pembelajaran

Lampiran 14 dokumentasi siklus II pertemuan kedua



Siswa melakukan permainan pemanasan



Siswa melakukan permainan pemanasan



Foto bersama Siswa kelas IV A, Peneliti dan Kolaborator