

**UPAYA MENINGKATKAN MINAT DAN HASIL BELAJAR
GERAK DASAR LEMPAR MELALUI PERMAINAN TARGET
PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 1 WANAYASA
KECAMATAN WANAYASA KABUPATEN BANJARNEGARA
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



**Oleh.
Micheliana Loranthiningsih
17604227013**

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

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Micheliana Lornanthingsih
NIM : 17604227013
Program Studi : PGSD
Judul T.A.S : Upaya Meningkatkan Minat dan Hasil Belajar
Gerak Dasar Lempar melalui Permainan Target
pada Siswa Kelas IV SD N 1 Wanayasa
Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara
Tahun Pelajaran 2019/2020"

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

Yogyakarta, 9 Oktober 2019
Yang menyatakan,



Micheliana Lornanthingsih
NIM. 17604227013

LEMBAR PERSETUJUAN

Pencelitan Tindakan Kelas (PTK) dengan judul

Upaya Meningkatkan Minat dan Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat
melalui Permainan Target pada Siswa Kelas IV SD N 1 Wanayasa

Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara

Tahun 2019/2020

disusun oleh

Micheliana Loranthiningsih

NIM 17604227013

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

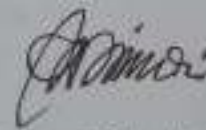
Yogyakarta, 16 Oktober 2019

Mengetahui
Ketua Program Studi



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

Disetujui,
Dosen Pembimbing



Ahmad Rithaudin, M.Or
NIP. 19810125 200604 1 001

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

UPAYA MENINGKATKAN MINAT DAN HASIL BELAJAR GERAK
DASAR LEMPAR MELALUI PERMAINAN TARGET PADA SISWA
KELAS IV SD NEGERI 1 WANAYASA KECAMATAN WANAYASA
KABUPATEN BANJARNEGARA
TAHUN PELAJARAN 2019/2020

dusun oleh

Michelianna Loranthiningsih,

NIM 17604227013

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani (PGSD Penjas)
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal 23 Oktober 2019

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Ahmad Rithaudin, M.Or Ketua Penguji/Pembimbing		6/11/19
Dr. Yudanto, M.Pd. Sekretaris		6/11/19
Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes. Penguji		6/11/19

Yogyakarta, November 2019

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes.

NIP. 19650301 199001 1 001

MOTTO

1. Barang siapa yang keluar rumah untuk mencari ilmu ia berada di jalan Allah.
(Hadis riwayat Tirmidzi)
2. Sebarkan pengetahuanmu, tetapi hati-hatilah dengan popularitas. (Suyyan al-Thawri)
3. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. (QS Asy Syarh ayat 5-6)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Bapak Rachmat dan Ibu Rummyati kedua orang tuaku yang selalu mendukung baik moral maupun materiil.
2. Hidayat Susanto suamiku yang selalu mendukung dan membantuku.
3. Bintany Dalia Jaleswari anaku yang membuatku semangat dan berarti dalam hidup ini untuk menyongsong masa depan dengan semangat.

**UPAYA MENINGKATKAN MINAT DAN HASIL BELAJAR
GERAK DASAR LEMPAR MELALUI PERMAINAN TARGET
PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 1 WANAYASA
KECAMATAN WANAYASA KABUPATEN BANJARNEGARA
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

Oleh:

Micheliana Loranthiningsih

NIM. 17604227013

ABSTRAK

Permasalahan dalam penelitian ini adalah pembelajaran gerak dasar lempar siswa kelas IV SD Negeri 1 Wanayasa kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara relatif rendah. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran gerak dasar lempar melalui permainan target di SD Negeri 1 Wanayasa.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Subyek penelitian adalah siswa kelas IV SD Negeri 1 Wanayasa kecamatan Wanayasa sejumlah 29 siswa. Penelitian dilakukan selama dua siklus, setiap siklus dilaksanakan satu pertemuan dengan waktu 140 menit. Peningkatan pembelajaran gerak dasar lempar difokuskan pada suasana pembelajaran yang aktif, semangat dan tekun serta kemampuan gerak dasar lempar. Data yang diambil oleh peneliti dan kolaborator dengan menggunakan instrumen berupa lembar observasi pengamatan, angket tanggapan siswa dan evaluasi unjuk kerja kemampuan gerak dasar lempar. Pengambilan data dilakukan saat pembelajaran. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis deskriptif kuantitatif.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tindakan dengan pendekatan modifikasi permainan target yang dilakukan dalam dua siklus dengan keseluruhan dua kali pertemuan. Ternyata mampu meningkatkan minat dan hasil belajar siswa, partisipasi siswa sebesar 82,14 %. Hasil belajar pada siklus I menunjukkan 21 peserta didik mencapai ketuntasan sebesar 72,41 % dengan nilai rata-rata 78,41 dan pada siklus II hasil belajar meningkat menjadi 86,20 % dengan jumlah peserta didik yang mencapai ketuntasan 25 dengan nilai rata-rata 84,86.

Kata kunci : gerak dasar lempar, permainan target, minat, hasil belajar

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Tuhan YME yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian tindakan kelas dengan judul “ Upaya Meningkatkan Minat dan Hasil Belajar Gerak Dasar Lempar melalui permainan target pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Wanayasa Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara Tahun 2019/2020

Penulis sangat menyadari bahwa dalam laporan penyusunan penelitian tindakan kelas ini tidak akan terwujud tanpa ada bimbingan, dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih yang tak terhingga dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Ahmad Rithaudin, M.Or.Selaku Dosen Pembimbing
2. Bapak Dr. Guntur M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga FIK UNY yang telah memberikan rekomendasi untuk melakukan penelitian.
3. Bapak Dr. Drs. Subagyo. M.Pd. selaku Ketua Prodi Mahasiswa PKS Prodi PGSD Penjaskes
4. Prof. Dr. Sumaryanto, M. Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian.
5. Bapak Prof.Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd Selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
6. Bapak Heri Widiyanto. selaku Kepala SD Negeri 1 Wanayasa
7. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen PKS Prodi PGSD Penjaskes FIK UNY
8. Seluruh Teman-teman Mahasiswa PKS Prodi PGSD Penjaskes

9. Semua pihak yang telah membantu proses pembuatan dan penyusunan perbaikan pembelajaran ini.

Penulis menyadari laporan ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu saran dan kritik yang membangun penulis terima untuk perbaikan selanjutnya. Semoga laporan ini dapat berguna dan bermanfaat bagi peningkatan mutu pendidikan di SD Negeri 1 Wanayasa pada khususnya dan sekolah lain pada umumnya.

Semoga bantuan baik yang bersifat moral maupun material selama penelitian hingga selesainya penulisan skripsi ini dapat menjadi amal baik dan ibadah, serta mendapat balasan dari Allah SWT. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi dunia pendidikan.

Banjarnegara, 9 Oktober2019

Peneliti

Micheliana Loranthiningsih

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul	I
Halaman Pernyataan.....	ii
Halaman Persetujuan.....	iii
Halaman Pengesahan	iv
Motto	v
Persembahan	vi
Abstak	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar.....	xiv
Daftar Lampiran	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	11
A. Landasan Teori	11
1. Belajar	11
2. Minat.....	12
3. Hasil Belajar.....	13
4. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	15

5. Gerak Dasar Lempar	16
6. Pendekatan Bermain.....	17
7. Model Permainan Target Untuk Pembelajaran PJOK.....	20
8. Karakteristik Anak Usia 10-13 tahun.....	22
B. Penelitian Relevan.....	25
C. Kerangka Berfikir.....	25
D. Hipotesa Tindakan.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Rancangan Penelitian	27
1. Desain Penelitian.....	27
2. Subjek Penelitian.....	28
3. Personel Penelitian	29
B. Prosedur Penelitian.....	29
1. Perencanaan.....	29
2. Pelaksanaan	30
3. Pengamatan	31
4. Refleksi.....	34
C. Teknik Pengumpulan Data	32
D. Instrumen Penelitian.....	32
E. Teknik Analisis Data.....	34
F. Indikator Keberhasilan	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
A. Hasil Penelitian	35
1. Data Penelitian Siklus I.....	35
a. perencanaan	35
b. pelaksanaan	35
c. pengamatan.....	36
d. refleksi	44
2. Data Penelitian Siklus II.....	47

a. Perencanaan.....	47
b. Pelaksanaan	47
c. Pengamatan	47
d. Refleksi.....	51
B. Pembahasan Hasil Penelitian	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	57
A. Kesimpulan.....	57
B. Keterbatasan Hasil Penelitian.....	57
C. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	60

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1.	Hasil Belajar Psikomotorik Siklus I.....	36
Tabel 2.	Aspek Pengetahuan Siklus I.....	41
Tabel 3.	Hasil Belajar Afektif Siklus I.....	42
Tabel 4.	Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa.....	43
Tabel 5.	Hasil Pengamatan Keterampilan Guru Siklus I.....	44
Tabel 6.	Hasil belajar Psikomotorik Siklus II	48
Tabel 7.	Hasil Belajar Afektif Siklus II	49
Tabel 8.	Aspek Kognitif Siswa Siklus II.....	50
Tabel 9.	Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa Siklus II.....	51
Tabel 10	Hasil Pengamatan Keterampilan Guru Siklus II	51

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Melempar sasaran.....	21
Gambar 2. Melempar sasaran dengan awalan.....	22
Gambar 3. Alur Kerangka Berfikir	26
Gambar4. Siklus Penelitian Tindakan Menurut Suharsimi Arikunto.....	27
Gambar5. Siklus Penelitian Menurut Jean McNiff & Jack Whitehead	28
Gambar6. Hasil Belajar Psikomotorik Siklus I	40
Gambar7. Diagram Nilai Pemahaman Kognitif Siklus I.....	42
Gambar 8. Diagram Nilai Afektif Siklus I	43
Gambar 9. Diagram Hasil Belajar Siklus I.....	46
Gambar 10. Diagram Hasil Belajar Psikomotorik Siklus II.....	48
Gambar 11. Diagram Nilai Afektif Siklus II.....	49
Gambar 12. Diagram Nilai Kognitif Siklus II.....	50
Gambar 13. Diagram Hasil Belajar Siklus II.....	52

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran1.SuratPengantarPermohonanIjinPenelitiandariDekan FakultasIlmuKeolahragaanUniversitasNegeri Yogyakarta	62
Lampiran2.SuratPengantarPelaksanaanPenelitiandariKepalaSekolah SD Negeri1WanayasaKecamatanwanayasa, Banjarnegara....	63
Lampiran3.Angket Tingkat Kepuasan Pembelajaran Gerak Dasar Lempar melalui Permainan Target.....	64
Lampiran4. Pengamatan Keterampilan Guru Selama Pembelajaran	66
Lampiran5. Lembar Pengamatan Aktivitas Siswa Selama Pembelajaran.....	68
Lampiran6. Rpp Siklus I	70
Lampiran7. Rpp Siklus II.....	81
Lampiran8. Penilaian Psikomotor Siklus I.....	92
Lampiran9.Penilaian Afektif Siklus I	94
Lampiran 10.Penilaian Kognitif Siklus I	96
Lampiran 11.Rekap Hasil Belajar Siklus I.....	98
Lampiran 12.Penilaian Psikomotor Siklus II	100
Lampiran 13.Penilaian Afektif Siklus II	102
Lampiran 14.Penilaian Kognitif Siklus II	104
Lampiran 15.Rekap Hasil Belajar Siklus II	106
Lampiran 16.Tingkat Kepuasan Pembelajaran Gerak Dasar Lempar	108
Lampiran 17.Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa Siklus I Kolabolator 1	112
Lampiran 18.Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa Siklus I Kolabolator 2.....	113

Lampiran 19. Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa Siklus II Kolaborator 1	114
Lampiran 20. Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa Siklus II Kolaborator 2	115
Lampiran 21. Hasil Pengamatan Keterampilan Guru Siklus I Kolaborator 1	116
Lampiran 22. Hasil Pengamatan Keterampilan Guru Siklus I Kolaborator 2	117
Lampiran 23. Hasil Pengamatan Keterampilan Guru Siklus II Kolaborator 1....	118
Lampiran 24. Hasil Pengamatan Keterampilan Guru Siklus II Kolaborator 2....	119
Lampiran 25. Pembelajaran Siklus I.....	120
Lampiran 26. Pembelajaran Siklus II.....	124

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan anak secara keseluruhan dan tujuannya sesuai dengan tujuan pendidikan. Tujuan pendidikan nasional adalah mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan. Pendidikan jasmani membentuk atau membangun manusia seutuhnya dari segi lahir maupun batin. Dari lahir atau jasmani meliputi pertumbuhan fisik, perkembangan fisik, gerak dan kesehatan. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan kognitif, afektif dan psikomotorik. Serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan perkembangan yang seimbang.

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus

membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan/olahraga, karakter (sportifitas, jujur, kerjasama dan lain-lain) serta pembiasaan hidup sehat. Pelaksanaannya tidak melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis namun melibatkan unsur fisik mental, intelektual emosional dan sosial. Aktifitas dalam pembelajaran harus mendapatkan sentuhan metodik, sehingga aktifitas yang dilakukan sesuai dan mencapai tujuan pengajaran.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan suatu mata ajar yang diberikan di suatu jenjang sekolah tertentu yang merupakan salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk bertumbuh dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang (Depdiknas, 2006:131). Sedangkan menurut Sukintaka (2002:2) pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial, serta emosional bagi masyarakat dengan wahana aktivitas jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang terintegrasi di dalam kurikulum sekolah. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada sekolah dasar bertujuan untuk menjaga dan meningkatkan kebugaran jasmani serta dapat mengetahui dasar-dasar gerak pada permainan olahraga. Melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan

siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi kreatif, inovatif, terampil, menyenangkan, dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia. Dari segi batin atau rohani yang dapat dibentuk melalui pendidikan jasmani meliputi kejujuran, disiplin, percaya diri dan kerjasama serta menghilangkan egoisme. Tiga ranah dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yaitu kognitif (pemahaman atau pengetahuan), ranah afektif (sikap dan perilaku) dan ranah psikomotor (gerak) yang merupakan bagian terbesar dari pendidikan jasmani. Dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tiga ranah tersebut harus diperhatikan agar tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat tercapai secara maksimal.

Ruang lingkup dalam pendidikan jasmani yang diberikan dari jenjang sekolah dasar sampai sekolah lanjutan atas diantaranya: aktivitas pengembangan, aktivitas ritmik, aktivitas senam, aktivitas akuatik, kesehatan, pendidikan luar kelas serta aktivitas permainan dan olahraga. Salah satu kompetensi dasar untuk sekolah dasar kelas IV yaitu mempraktikkan variasi pola dasar jalan, lari, lompat dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sekolah dasar kelas IV SD Negeri 1 Wanayasa terdapat beberapa kendala yang sering dialami oleh siswa salah satunya adalah materi variasi pola gerak dasar lempar. Berdasarkan hasil penilaian materi pola gerak lempar masih tergolong rendah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dessy Anggraeni, S. Sutiarysih (2017:2) bahwa hasil belajar peserta didik kelas IVA SD N Jarakan Kabupaten Bantul pada materi variasi gerak dasar melempar masih rendah. Sama halnya dengan SD N 1 Wanayasa Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara Guru masih banyak menggunakan metode komando sehingga peserta didik masih kesulitan, cepat bosan dan kurang tertarik mengikuti pembelajaran. Peserta didik cenderung menyukai olahraga yang bersifat game atau kompetisi. Sehingga diperlukan metode pembelajaran atau modifikasi dalam pembelajaran. Salah satu pendekatan dalam pembelajaran yang digunakan dalam materi ini adalah melalui pendekatan bermain.

Belajar merupakan suatu proses perubahan tingkah laku sebagai hasil dari latihan pengalaman individu akibat interaksi dengan lingkungannya. Perubahan-perubahan yang terjadi sebagai dari hasil perbuatan belajar seseorang dapat berupa kebiasaan-kebiasaan, kecakapan atau dalam bentuk pengetahuan, sikap dan keterampilan. Hasil belajar merupakan perubahan perilaku yang diperoleh pembelajar setelah mengalami aktifitas belajar. Salah satu pertanda seseorang sudah belajar adalah adanya perubahan tingkah laku dalam dirinya. Perubahan itu baik perubahan kognitif (pengetahuan), afektif (nilai dan sikap), psikomotor (keterampilan). Hasil belajar dalam penelitian ini adalah perubahan yang mencakup aspek kognitif, afektif dan psikomotor yang dapat dilihat dari kemampuan peserta didik dalam melakukan variasi gerak dasar melampar.

Hasil belajar mempunyai peranan penting dalam proses pembelajaran karena akan memberikan informasi kepada guru tentang kemajuan siswa dalam upaya mencapai tujuan-tujuan belajarnya melalui proses belajar mengajar. Setelah mendapat informasi dapat dijadikan untuk membina kegiatan-kegiatan selanjutnya.

Berdasarkan obsevasi awal yang dilakukan oleh peneliti terdapat 18 dari 29 siswa mengatakan bahwa materi gerak dasar melempar adalah materi sangat membosankan, sehingga materi tersebut kurang diminati siswa dan berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Pengamatan awal yang dilakukan oleh peneliti selama kegiatan pembelajaran materi gerak dasar melempar, menyimpulkan bahwa kebanyakan siswa cenderung menonton siswa lain yang sedang mempraktekan gerakan melempar. Hal tersebut menyebabkan siswa mengalami kejenuhan sehingga kegiatan pembelajaran menjadi kurang efektif.

Memodifikasi media pembelajaran dilakukan dengan berbagai pertimbangan, antara lain adalah: (1) sebagian besar sekolah tidak memiliki sarana dan prasarana penjas yang memadai, (2) sarana dan prasarana yang tersedia didesain untuk orang dewasa, (3) kematangan fisik belum selengkap orang dewasa. Adapun tujuan dari modifikasi permainan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan antara lain adalah (1) meningkatkan peluang keberhasilan siswa dalam mengikuti pelajaran, (2) menjamin keselamatan siswa, (3) menumbuhkan semangat belajar dengan suasana yang kompetitif.

Karakteristik siswa sekolah dasar adalah bermain. Dorongan untuk bermain selalu ada pada jiwa anak sekolah dasar. Situasi permainan yang menyenangkan dapat menciptakan rasa puas dalam bermain serta keberhasilan yang dicapai mereka dalam permainan akan menumbuhkan kembangkan aspek-aspek psikologi secara positif. Beberapa sikap sosial kelas IV usia 9 tahun sampai 12 tahun diantaranya adalah: (1) baik laki-laki maupun perempuan menyenangi permainan yang terorganisir dan permainan efektif, (2) minat terhadap permainan kompetitif meningkat, (3) membenci kegagalan atau kesalahan, (4) mudah bergembira dan kondisi emosional tidak setabil.

Berdasarkan karakteristik diatas, sebaiknya pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dikemas menjadi sebuah pembelajaran yang menyenangkan serta menumbuhkan minat untuk berkompetisi secara sportif. Dalam penelitian ini, peneliti mencoba mengembangkan media pembelajaran dengan pendekatan permainan dengan menggunakan alat bantu berupa bola tenis, ban bekas, kaleng bekas, tali rafia. Pengembangan pembelajaran tersebut bertujuan memberikan inovasi pembelajaran yang diharapkan dapat membangkitkan minat belajar siswa, dan berimbas pada meningkatnya hasil belajar yang lebih baik bagi siswa. Penelitian yang dilakukan Desi Anggraeni, S Sutiarsih (2017:1) hasil menunjukkan bahwa ada peningkatan hasil belajar peserta didik pada materi gerak dasar melempar dengan pendekatan bermain.

Dengan melihat permasalahan diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) pada siswa kelas IV SD Negeri 1 Wanayasa

tahun pelajaran 2019/2020 dengan judul “Upaya Meningkatkan Minat dan Hasil Belajar Gerak Dasar Lempar Melalui Permainan Target Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Wanayasa Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara Tahun Pelajaran 2019/2020”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dapat diperoleh identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Siswa SD Negeri 1 Wanayasa kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar lempar.
2. Siswa SD Negeri 1 Wanayasa kelas IV cepat bosan dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar lempar.
3. Pembelajaran gerak dasar lempar cenderung monoton karena tidak ada unsur bermain.
4. Ada sebagian siswa belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum.
5. Belum diketahuinya peningkatan minat dan hasil belajar pembelajaran gerak dasar lempar SD Negeri 1 Wanayasa sehingga dalam pembelajaran belum semua antusias untuk mengikutinya.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, agar permasalahan tidak meluas maka penulis membatasi masalah yaitu dengan pendekatan permainan pada siswa kelas IV SD Negeri 1 Wanayasa Kecamatan

Wanayasa Kabupaten Banjarnegara. Dengan modifikasi pendekatan permainan diharapkan dapat meningkatkan minat dan hasil belajar siswa.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, dapat dirumuskan masalah yaitu : “Apakah melalui permainan target dapat meningkatkan minat dan hasil belajar gerak dasar melempar pada kelas IV SD Negeri 1 Wanayasa Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan maka tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Tujuan umum, yaitu meningkatkan kualitas pembelajaran gerak dasar melempar khususnya keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran dan tidak cepat bosan mengikuti pembelajaran gerak dasar melempar.
2. Tujuan khusus, untuk mengetahui tingkat pemahaman pembelajaran gerak dasar melempar melalui permainan target.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Penelitian tindakan kelas ini dilakukan untuk mengubah tingkah laku yang meliputi tiga ranah yaitu ranah kognitif, ranah afektif, dan

ranah psikomotor (Bloom 1981: 7). Sehingga penelitian ini sangat bermanfaat memperkaya pengetahuan siswa di bidang olahraga khususnya pembelajaran gerak dasar melempar dengan pendekatan permainan target siswa tidak merasa bosan, siswa lebih aktif sehingga minat dan hasil belajar siswa meningkat.

2. Secara Praktis

Sebagai informasi kepada pihak-pihak yang berkepentingan dalam meningkatkan pembelajaran gerak dasar melempar dengan model bermain. Pihak-pihak tersebut khususnya bagi guru maupun siswa itu sendiri yang menjadi sasaran utama. Maka manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Bagi guru

Untuk meningkatkan kreatifitas guru di sekolah dalam memanfaatkan permainan melempar serta membuat dan mengembangkan media bantu pembelajaran yang dimodifikasi.

1. Sebagai bahan masukan guru dalam memilih alternatif pembelajaran yang akan dilakukan.
2. Untuk meningkatkan kinerja guru dalam menjalankan tugasnya secara profesional, terutama dalam pengembangan pendekatan bermain.

b. Bagi Siswa

Menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan dan meningkatkan peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan mampu memberi motivasi para guru untuk selalu mengembangkan inovasi pembelajaran dan memecahkan masalah-masalah di kelas dalam rangka meningkatkan kualitas belajar.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Belajar

Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung bagaimana proses belajar yang dialami siswa. Oleh sebab itu sebagai guru perlu memahami sebaik-baiknya tentang proses belajar murid agar ia dapat memberikan bimbingan dan lingkungan belajar yang tepat dan sesuai bagi para siswanya. Slameto (2003:2) berpendapat bahwa belajar suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Perubahan-perubahan yang terjadi sebagai hasil perbuatan belajar seseorang berupa kebiasaan-kebiasaan, kecakapan atau dalam bentuk pengetahuan, sikap dan keterampilan. Anni (2007:2) berpendapat belajar merupakan proses penting bagi perubahan perilaku setiap manusia dan ia mencakup segala sesuatu yang dipikirkan dan dikerjakan..

Berdasarkan beberapa definisi dari para ahli tentang belajar diatas dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan segenap rangkaian kegiatan atau aktifitas yang dilakukan secara sadar oleh seseorang dan mengakibatkan perubahan dalam dirinya. Oleh karena itu apabila setelah

belajar peserta didik tidak ada perubahan dalam tingkah laku yang positif dalam arti tidak memiliki kecakapan baru serta wawasan pengetahuannya tidak bertambah maka dikatakan belajarnya belum sempurna.

2. Minat

Minat memang sangat berpengaruh pada diri seseorang. Dengan adanya minat seseorang akan melakukan sesuatu hal yang kiranya akan menghasilkan sesuatu bagi diri seseorang tersebut. Sesuai dengan pendapat yang diungkapkan oleh Slameto (2010:57) “Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan”. Guru harus berusaha membangkitkan minat siswa untuk menguasai pengetahuan yang terkandung dalam bidang studinya dengan cara yang kurang lebih sama dengan kiat membangun sikap positif. Perasaan senang akan menimbulkan minat pula, yang diperkuat lagi oleh sikap yang positif, sebaliknya perasaan yang tidak senang menghambat dalam belajar karena tidak melahirkan sikap yang positif dan tidak menunjang minat dalam belajar. Menurut Syah (2003:151) dalam bukunya Psikologi Pendidikan menyatakan “Minat berarti kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan terhadap sesuatu”. Apabila seseorang telah memiliki keinginan yang besar terhadap suatu hal maka apapun akan dilakukannya.

Dalam bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi gerak dasar melempar. Minat seseorang terhadap materi itu dapat dilihat dari kecenderungan untuk memberikan perhatian yang lebih besar

terhadap materi tersebut. Sedangkan menurut Djamarah (2002: 157) menyebutkan “Minat belajar cenderung menghasilkan prestasi yang tinggi, sebaliknya minat belajar yang kurang akan menghasilkan prestasi belajar rendah”.

Berdasarkan uraian diatas, maka minat belajar gerak dasar melempar adalah perasaan senang terhadap materi gerak dasar melempar dimana seorang siswa menaruh perhatian yang besar terhadap materi gerak dasar melempar dan menjadikan materi gerak dasar lempar sebagai materi mudah dan tidak membosankan.

3. Hasil belajar

Hasil belajar merupakan tujuan akhir dilaksanakannya kegiatan pembelajaran di sekolah. Hasil belajar dapat ditingkatkan melalui usaha sadar yang dilakukan secara sistematis mengarah perubahan yang positif yang kemudian disebut dengan proses belajar. Akhir dari proses belajar adalah hasil belajar siswa. Semua hasil belajar tersebut merupakan hasil dari suatu interaksi tindak belajar dan tindak mengajar. Anni (2006) berpendapat bahwa hasil belajar merupakan perubahan perilaku yang diperoleh pembelajar setelah mengalami aktifitas belajar. Salah satu pertanda bahwa seseorang telah belajar adanya perubahan tingkah laku dalam dirinya.

Sedangkan menurut Sudjana (2004 : 22) hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah menerima pengalaman belajarnya. Berdasarkan taksonomi belajar Bloom (Anderson,

L.W dan Krathwohl, D.R.:2001) hasil belajar dalam rangka studi dicapai melalui tiga ranah (domain) yaitu :

1. *Domain kognitif*, mencakup kemampuan intelektual mengenal lingkungan yang terdiri atas enam macam kemampuan yang disusun secara hierarkis dari yang paling sederhana sampai yang paling kompleks (mengingat, memahami, mengaplikasikan, menganalisis, mengevaluasi, mencipta)
2. *Domain afektif*, mencakup kemampuan-kemampuan emosional dalam mengalami dan menghayati sesuatu hal yang meliputi lima macam kemampuan emosional disusun secara hierarkis (menerima, merespon, menghargai, mengorganisasikan, karakterisasi menurut nilai)
3. *Domain psikomotor*, yaitu kemampuan-kemampuan motorik menggiatkan dan mengkoordinasikan gerakan (meniru, manipulasi, presisi, artikulasi, naturalisasi)

Berdasarkan definisi hasil belajar menurut para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah perubahan tingkah laku secara positif serta kemampuan yang dimiliki siswa dari kegiatan belajar mengajar mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Perubahan tersebut dapat diartikan terjadinya peningkatan dan pengembangan yang lebih baik dibandingkan sebelumnya. Hasil belajar mempunyai peran penting dalam pembelajaran karena akan memberikan informasi penting terhadap guru tentang kemajuan peserta didik. Menurut Munadi, faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar antara lain :

1. Faktor internal, yaitu faktor yang timbul dari dalam diri peserta didik yang meliputi: faktor fisiologis, secara umum kondisi fisiologis seperti kesehatan yang prima, tidak dalam keadaan lelah, capek. Faktor psikologis meliputi intelegensi (IQ), perhatian, minat, bakat, motif, motivasi, dan daya nalar peserta didik.
2. Faktor eksternal, adalah faktor yang berasal dari luar diri peserta didik meliputi: lingkungan fisik, lingkungan sosial, kurikulum, sarana dan guru (Rusman, 2012).

4. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, ketrampilan berfikir kritis, ketrampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai pendidikan nasional.

Kurikulum 2013 (K-13) adalah kurikulum yang berlaku dalam sistem pendidikan nasional Indonesia. Dalam struktur kurikulum 2013 sekolah dasar mata pelajaran PJOK memiliki alokasi 4 jam pelajaran setiap minggu, dimana setiap jamnya adalah 35 menit. Mata pelajaran PJOK memiliki konten memberi sumbangan mengembangkan kompetensi gerak dan gaya hidup sehat, dan memberi warna pada pendidikan karakter

bangsa. Pembelajaran PJOK dengan kearifan lokal akan memberi apresiasi terhadap multikultural yang mengenal permainan permainan dan olahraga tradisional yang berakar dari budaya suku bangsa Indonesia dan dapat memberi sumbangan pada pembentukan karakter.

Berdasarkan Permendikbud Tahun 2016 nomor 24 lampiran 21 untuk materi yang diajarkan pada kelas IV yaitu KD untuk kemampuan kognitif atau 3.3 memahami variasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional. Sedangkan untuk kemampuan psikomotorik KD 4.3 Mempraktikan variasi pola dasar jalan, lari, lompat dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional. Sesuai dengan kompetensi dasar tersebut maka pembelajaran variasi pola dasar jalan, lari, lompat dan lempar dapat dimodifikasi sesuai kemampuan peserta didik.

5. Gerak Dasar lempar

Lempar adalah suatu gerakan yang menyalurkan tenaga pada suatu benda yang menghasilkan daya pada benda tersebut dengan memiliki kekuatan ke depan atau ke atas. Berdasarkan buku gerak-gerak dasar atletik dalam bermain (Djumidar A. 2004 : 121) materi Gerak dasar lempar terdiri dari gerak dasar melempar ke atas satu atau dua tangan, melempar ke bawah satu atau dua tangan, melempar ke belakang, melempar ke samping, melempar sasaran, melempar jauh. Dalam

penelitian, penulis mencoba memberikan inovasi pembelajaran pada materi gerak dasar lempar dengan menggunakan permainan target

6. Pendekatan Bermain

Bermain merupakan salah satu strategi dalam mengajarkan materi pendidikan jasmani yang diharapkan mampu mengembangkan peserta didik sesuai dengan tujuan pendidikan yang ingin dicapai. Kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui permainan menyediakan pengalaman gerak yang komplit, sehingga membangkitkan motivasi pada siswa untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran (Saputra, 2001). Permainan adalah cara bermain dengan mengikuti aturan-aturan tertentu yang dapat dilakukan secara individu maupun berkelompok guna mencapai tujuan tertentu. Pendekatan bermain adalah salah satu bentuk dari sebuah pembelajaran jasmani yang dapat diberikan di segala jenjang pendidikan. Porsi dan bentuk permainan disesuaikan dengan kurikulum dan harus dipertimbangkan juga faktor usia, perkembangan fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani. Bigot, Kohnstam dan Palland (dalam Chitika, 2012:1) mengutarakan beberapa pendapat para pakar tentang bermain sebagai berikut :

1. Teori rekreasi atau teori pelepasan

Teori ini diutarakan oleh bangsa Jerman, yang bernama Schaller dan Lazarus, menerangkan bahwa permainan itu merupakan kegiatan manusia yang berlawanan dengan kerja dan kesungguhan hidup, tetapi permainan itu merupakan imbalan antara kerja dengan istirahat.

Orang yang merasa penat, ia akan bermain untuk mengadakan pelepasan agar dapat mengembalikan kesegaran jasmani maupun rokhani.

2. Teori surplus atau teori kelebihan tenaga

Teori ini diutarakan oleh Herbert Spencer, seorang bangsa Inggris, ia mengatakan bahwa kelebihan tenaga (kekuatan atau vitalita) pada anak atau orang dewasa yang belum digunakan, disalurkan untuk bermain. Kelebihan tenaga dimaksudkan sebagai kelebihan energi, kelebihan kekuatan hidup, dan vitalitas yang dianggap oleh manusia untuk memelihara lewat permainan.

3. Teori teleologi

Karl Groos, seorang bangsa Jerman, mengatakan bahwa permainan mempunyai tugas biologis, yang mempelajari fungsi hidup sebagai persiapan untuk hidup yang akan datang. Pengutaraan teori ini merupakan pengutaraan yang paling terkenal dan pengutaraan tentang permainan yang dapat diterima.

4. Teori sublimasi

Teori ini diutarakan oleh seorang bangsa Swis yang bernama Ed Claparede. Ia mengutarakan bahwa permainan bukan hanya mempelajari fungsi hidup (teori Groos), tetapi juga merupakan proses sublimasi (menjadi lebih mulia, tinggi atau indah), ialah dengan bermain, insting rendah menjadi tingkat perbuatan yang tinggi.

5. Teori Buhler

Carl Buhler seorang jerman, mengatakan bahwa permainan itu kecuali mempelajari fungsi hidup (teori Groos), juga merupakan “Funktion Drang” (nafsu berfungsi) dan juga merupakan “aktifitas Drang” (kemauan untuk aktif). Selanjutnya ia mengatakan bahwa bila perbuatan seperti berjalan, lari, dan lompat itu mempunyai kegunaan bagi kehidupannya kelak, disamping itu haruslah anak mempunyai kemauan untuk berjalan, lari, lompat.

6. Teori Reinkarnasi

Di samping ke lima teori tersebut, ada suatu teori lain yang masih banyak dibicarakan orang ialah teori reinkarnasi. Adapun maksud teori tersebut adalah bahwa anak-anak selalu bermain dengan permainan yang dilakukan oleh nenek moyangnya. Jadi anak selalu bermain permainan yang telah dilakukan orang-orang terdahulu. Teori ini sebenarnya telah usang karena sekarang banyak anak bermain dengan permainan baru sesuai dengan pengajuan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Menurut Sudardiyono (dalam Ahmad Rithaudin 2016 : 57) bermain adalah belajar menyesuaikan diri dengan lingkungannya, sehingga dengan bermain anak akan mengenal kondisi yang ada disekelilingnya benda, tumbuhan, binatang dsb.

Permainan merupakan salah satu setrategi dalam mengajarkan pendidikan jasmani yang diharapkan mampu mengembangkan anak

didik sesuai dengan tujuan pendidikan yang ingin dicapai. Pada umumnya, manusia baik anak-anak maupun orang dewasa, laki-laki maupun perempuan suka bermain. Oleh karena itu, permainan dapat digunakan untuk memacu potensi aktifitas gerak anak dan tingkah laku. Menurut Kimpraswil (dalam Hariyanto, 2010: 2) mengatakan bahwa permainan adalah usaha olah diri (olah pikiran dan olah fisik) yang sangat bermanfaat bagi peningkatan dan pengembangan motivasi, kinerja, dan prestasi dalam melaksanakan tugas dan kepentingan organisasi dengan lebih baik. Sedangkan Joan Freeman dan Utami Munandar mendefinisikan permainan sebagai suatu aktifitas yang membantu untuk mencapai perkembangan yang utuh, baik fisik, intelektual, sosial, moral, dan emosional.

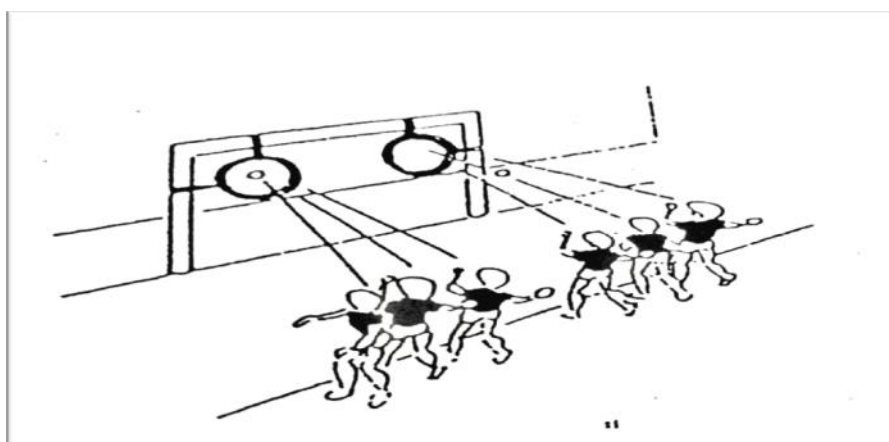
Menurut pendapat beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa permainan adalah suatu aktifitas yang dilakukan oleh beberapa anak untuk mencari kesenangan yang dapat membentuk proses kepribadian anak dan membantu anak mencapai perkembangan fisik, intelektual, sosial, moral, dan emosional

7. Model Permainan Target Untuk Pembelajaran PJOK

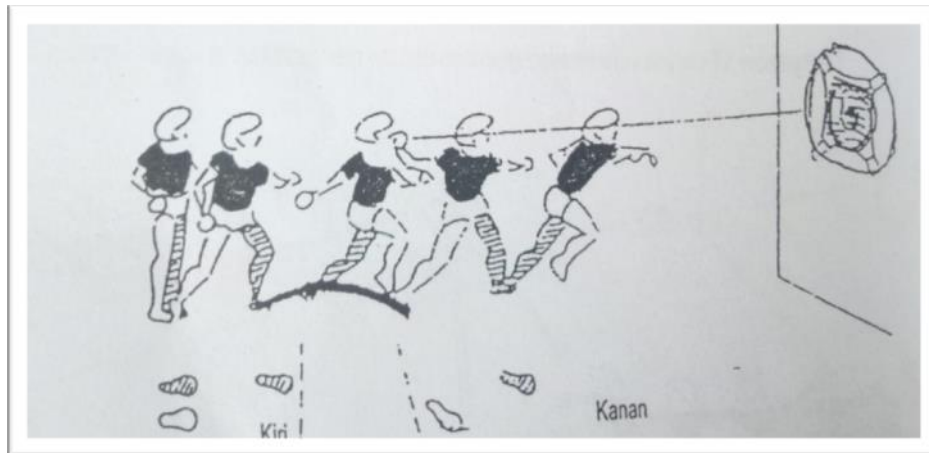
Menurut Mitchell, Oslin, dan Griffin (2003:7-8) permainan target adalah permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain sejenis baik dilempar atau dipukul dengan terarah menepi sasaran yang sudah ditentukan dan semakin sedikit untuk menuju pukulan/ perlakuan menuju sasaran semakin baik. Dalam permainan target

para siswa didorong mengembangkan kesadaran taktikal dan kemampuan pembuatan keputusan manakala hal ini menjadi orientasi utama dalam pengajaran. Kesadaran taktikal adalah prasyarat untuk kemampuan penampilan, tetapi pada saat bersamaan para siswa harus menampilkan baik pengetahuan maupun keterampilan untuk melakukan permainan sebaik-baiknya.

Menurut Djumidar (2004:126-136) bentuk bentuk permainan dalam gerak dasar lempar diantaranya : melempar sasaran ke arah simpai yang digantung menggunakan bola, melempar ke sasaran benda yang dapat ditumbangkan (dus), permainan menghalau bola berat, melempar bola yang tergantung dan bergerak, melempar ke sasaran yang terdapat pada dinding, melempar dengan mengarahkan ke tengah lingkaran. Dalam penelitian ini penulis memilih permainan target melempar sasaran ke arah simpai yang digantung.



Gambar 1. melempar sasaran secara beramai-ramai, satu sasaran dilempari 3-4 orang siswa



Gambar 2. melempar sasaran dengan awalan

Cara melakukan berdiri menghadap sasaran, kaki kiri melangkah ke depan badan serong ke kanan, langkahkan kaki kanan menyilang di muka kaki kiri, disusul gerak kaki kiri ke muka sambil melempar ke sasaran, jaga keseimbangan setelah melempar dengan mengikuti berat badan ke arah lemparan.

Menurut Joy I. Butler dan Linda L. Griffin (2010 : 249) konsep taktik membentuk model untuk pengajaran konsep taktis dan gerakan. Itu artinya dalam pembelajaran menggunakan konsep pendekatan taktik atau yang lebih dikenal dengan TGFU (Teaching Game for Understanding) dimana konsep ini diyakini mampu mendorong aspek-aspek psikomotorik, kognitif dan afektif.

8. Karakteristik Anak Usia 10 Sampai 12 Tahun

Menurut Sumantri dan Sukmadinanta (dalam Anugrahaeni, 2012:1) karakteristik anak usia sekolah dasar yaitu: (1) senang bermain;

senang bergerak; (3) senang bekerja dalam kelompok; dan (4) senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung. Karakteristik yang pertama yaitu senang bermain. Siswa-siswa sekolah dasar pada umumnya masih suka bermain. Oleh karena itu, guru sekolah dasar dituntut untuk mengembangkan model-model pembelajaran yang bermuatan permainan.

Karakteristik yang kedua adalah senang bergerak. Siswa sekolah dasar berbeda dengan orang dewasa yang bisa duduk dan diam mendengarkan ceramah selama berjam-jam. Mereka sangat aktif bergerak dan hanya bisa duduk dengan tenang sekitar 30 menit saja. Oleh karena itu, oleh karena guru harusnya merancang model pembelajaran yang membuat siswa aktif bergerak atau berpindah. Peningkatan kemampuan gerak dapat diidentifikasi dalam bentuk gerak yang bisa dilakukan dengan mekanika tubuh yang lebih efisien, gerakan yang dilakukan menjadi semakin lancar dan terkontrol, pola atau bentuk gerakan semakin variatif, gerakan semakin kuat dan mantap.

Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap perkembangan kemampuan gerak anak apabila dari segi kebenaran mekanika tubuh dan kecepatan dalam melakukan gerakan adalah faktor koordinasi tubuh, ukuran tubuh dan kekuatan otot. Ketrampilan gerak tubuh akan mengalami peningkatan secara bertahap, perkembangan koordinasi gerak tubuh merupakan kunci perkembangan penguasaan berbagai macam ketrampilan yang telah mulai dikuasai pada masa anak kecil bahkan pada masa bayi.

Karakteristik yang ketiga adalah senang bekerja dalam kelompok. Oleh karena itu, guru perlu membentuk siswa menjadi beberapa kelompok kecil yang terdiri dari 3 sampai 5 siswa untuk menyelesaikan tugas secara berkelompok. Dengan bergaul dalam kelompoknya, siswa dapat belajar bersosialisasi, belajar bagaimana bekerja dalam kelompok, belajar setia kawan dan belajar mematuhi aturan-aturan dalam kelompok.

Karakteristik siswa sekolah dasar yang keempat adalah senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung. Suatu konsep juga akan cepat dikuasai anak apabila mereka dilibatkan langsung melalui praktik dari apa yang diajarkan guru. Oleh sebab itu, guru seharusnya merancang model pembelajaran yang melibatkan anak langsung dalam proses pembelajaran.

Dalam kegiatan pembelajaran pada tingkat sekolah dasar dibagi menjadi dua kategori, yaitu kategori kelas rendah dan kategori kelas tinggi. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV sekolah dasar, dimana kelas IV masuk dalam kategori kelas tinggi. Aktivitas yang perlu dilakukan anak besar (kelas tinggi) adalah aktivitas yang menggunakan ketrampilan untuk mencapai tujuan tertentu, aktivitas secara beregu atau kelompok, aktivitas mencoba-coba, aktivitas untuk meningkatkan kemampuan fisik dan keberanian dalam bentuk aktivitas individual atau permainan kelompok terutama yang melibatkan kekuatan dan ketahanan.

B. Penelitian yang Relevan

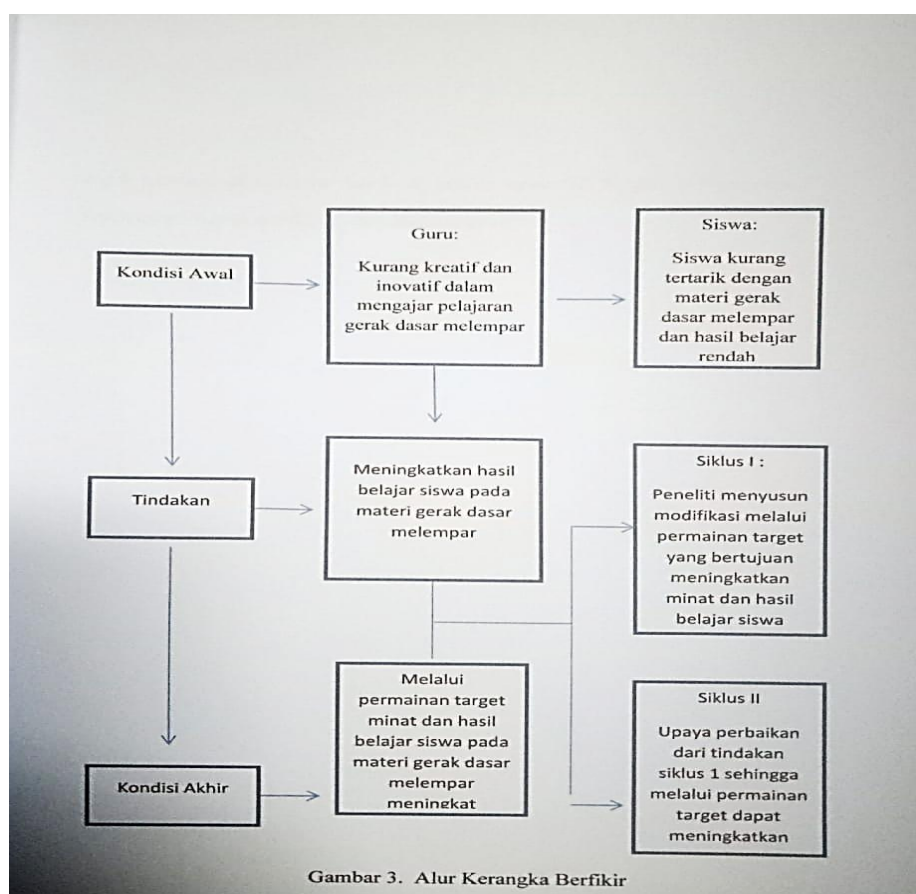
Banyak penelitian yang telah dilakukan terdahulu oleh peneliti, sehingga akan membantu penulis dalam mempersiapkan penelitian ini. Penulis menemukan penelitian yang sejenis dengan tulisan ini. Diantaranya adalah :

1. Penelitian Slamet Triyanto “Upaya Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Lempar Melalui Modifikasi Permainan Lempar Bola pada Siswa Kelas V Tahun Pelajaran 2014/2015 SD Negeri 1 Makam Kecamatan Rembang Kabupaten Purbalingga Jawa Tengah”. Skripsi UNY. Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa pendekatan modifikasi permainan lempar bola mampu meningkatkan pembelajaran gerak dasar lempar.
2. Penelitian Dessy Anggraeni, S. Sutiyarsih “ Peningkatan Hasil Belajar Gerak Dasar Melempar melalui Pendekatan Bermain”. JPJI. Dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada peningkatan hasil belajar peserta didik pada materi variasi gerak dasar melempar dengan pendekatan bermain.

C. Kerangka Berfikir

Pembelajaran siswa dalam melakukan gerak dasar lempar dapat dipengaruhi beberapa faktor, salah satu faktor yang dapat menunjang siswa untuk dapat melakukan gerakan dengan baik adalah melalui permainan target. Dengan begitu siswa akan antusias dan tertarik pada pembelajaran gerak dasar lempar.

Bagi siswa khususnya putri, gerak dasar lempar adalah materi yang menjemukan dan kurang diminati sehingga sangat mempengaruhi hasil atau prestasi belajar siswa. Dengan penerapan model PAIKEM dirancang modifikasi alat pembelajaran (melalui permainan target lempar ke sasaran), sehingga siswa akan merasa senang dan lebih mudah dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, sehingga dapat mempengaruhi hasil belajar siswa pada materi gerak dasar lempar. Berkaitan dengan permasalahan dalam penelitian ini alur kerangka pemikiran dalam penelitian ini secara skematis sebagai berikut



Gambar 3. Alur Kerangka Berfikir

Gambat 3. Alur Kerangka Berfikir

D. Hipotesis Tindakan

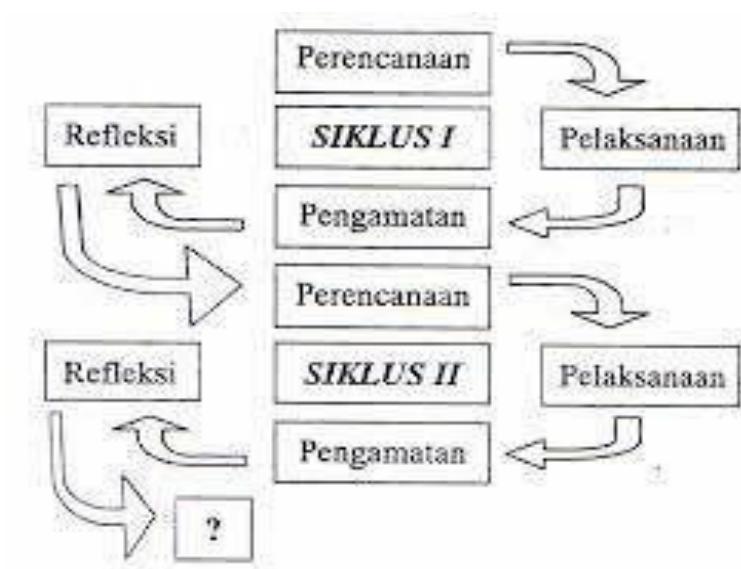
Berdasarkan deskripsi 26 di atas, maka peneliti mengajukan hipotesis yaitu “melalui metode permainan target pada materi gerak dasar dapat meningkatkan minat dan hasil belajar siswa SD Negeri 1 Wanayasa Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara

BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

1. Desain penelitian

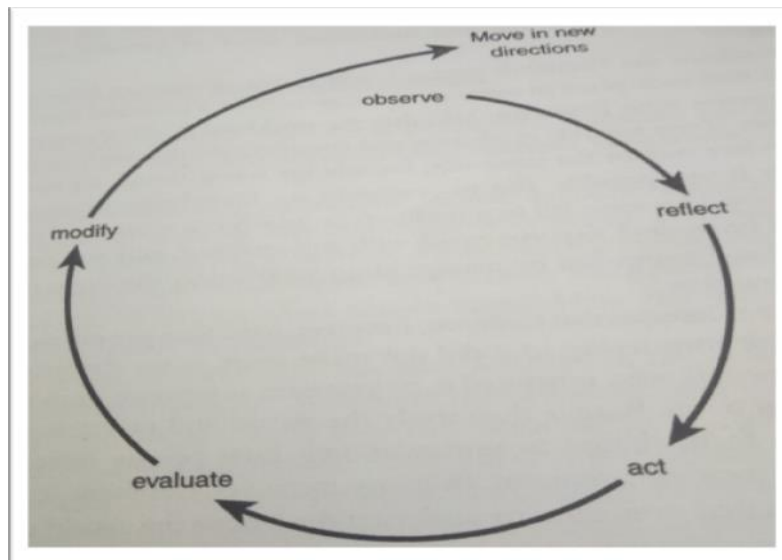
Desain penelitian kelas yang dilakukan pada penelitian ini adalah desain yang dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto (2006:16). Penelitian ini terdapat empat tahapan 1). Perencanaan 2). Pelaksanaan 3). Pengamatan 4). Refleksi. Gambaran proses penelitian tindakan sebagai berikut:



Gambar 4. siklus penelitian tindakan menurut Suharsimi Arikunto

Menurut Jean McNiff & Jack Whitehead (2006: 7-8) penelitian tindakan adalah bentuk penyelidikan yang memungkinkan praktisi dimana saja untuk menyelidiki dan mengevaluasi pekerjaan mereka. Penelitian tindakan dapat menjadi bentuk penyelidikan profesional yang kuat dan membebaskan karena itu berarti bahwa para praktisi sendiri menyelidiki praktik mereka sendiri ketika mereka menemukan cara-cara

hidup yang lebih bebas dalam arah nilai-nilai pendidikan mereka. Penelitian ini terdapat 5 tahap yaitu : mengamati, merefleksi, bertindak, mengevaluasi, memodifikasi



Gambar 5. Siklus Penelitian menurut Jean McNiff & Jack Whitehead

2. Subjek Penelitian dan Setting Penelitian

Penelitian ini menggunakan subjek siswa kelas IV SD Negeri 1 Wanayasa Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara tahun pelajaran 2019/2020. Jumlah siswa 29 yang terdiri dari siswa putra 15 siswa putri 14. Setting di lapangan desa Wanayasa Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara berjarak 200 meter dari SD Negeri 1 Wanayasa.

3. Personel Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan dua orang kolaborator. Kolaborator bertugas membantu peneliti dalam pelaksanaan tindakan pembelajaran gerak dasar lempar, dengan kriteria kolaborator merupakan teman sejawat atau sesama guru penjasorkes di lingkungan Korwil Dikpora Kecamatan Wanayasa dan Kecamatan Batur yaitu :

Nama : Dani Anggana

Unit Kerja : SD Negeri 1 Pesantren Kec. Wanayasa Kab. Banjarnegara

Nama : Barokah

Unit Kerja : SD Negeri 1 Karangtengah Kec. Batur Kab. Banjarnegara

B. Prosedur Penelitian

penelitian tindakan kelas dilakukan melalui empat tahapan yaitu: 1).

Perencanaan 2). Pelaksanaan 3). Pengamatan 4). Refleksi.

1. Perencanaan

a. Pembuatan skenario pembelajaran

Dalam hal ini, peneliti membuat RPP sebagai dasar pelaksanaan pembelajaran dengan indikator gerak dasar melempar (RPP terlampir).

b. Persiapan sarana dan sumber belajar

Mempersiapkan media pembelajaran berupa lapangan permainan, ban bekas, kaleng bekas atau botol bekas, tali rafia.

c. Persiapan instrumen penelitian untuk pembelajaran

Mempersiapkan instrumen yang telah disiapkan oleh peneliti berupa lembar observasi aktivitas siswa, angket kepuasan siswa dalam

mengikuti pembelajaran. Instrumen lembar observasi dan angket kepuasan siswa diberikan kepada guru kolabolator sebelum pembelajaran dimulai untuk dipelajari terlebih dahulu yang akan diisi ketika pembelajaran sedang berlangsung. Setelah penelitian selesai, peneliti dan guru kolabolator mendiskusikan hasil dari penelitian penelitian tersebut dan merencanakan tindakan selanjutnya, apakah akan mengulang siklus pertama atau akan melanjutkan ke siklus ke-2.

2. Pelaksanaan

Adapun kegiatan yang dilakukan selama proses pembelajaran dapat dijabarkan sebagai berikut:

- a. Guru menyiapkan/menentukan lapangan yang akan digunakan
- b. Guru menyiapkan siswa berbaris di lapangan
- c. Guru membuka pelajaran, memimpin doa, mengadakan presensi kehadiran peserta didik
- d. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai pada pertemuan tersebut.
- e. Guru bersama-sama dengan peserta didik melakukan pemanasan statis dan dinamis terlebih dahulu.
- f. Guru memberikan apersepsi dan motivasi kepada peserta didik.
- g. Guru memulai pembelajaran gerak dasar melempar melalui permainan target dengan memberikan contoh cara melakukan rangkaian gerakan melempar ke target di depan peserta didik.
- h. Guru mengulangi memberikan contoh cara melakukan lemparan.

- i. Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melakukan lemparan.
- j. Siswa berlatih sungguh-sungguh sambil menunggu giliran masing-masing.
- k. Siswa mencermati gerak dasar melempar melalui permainan target teman yang sedang praktek.
- l. Setiap anak mempraktekan rangkaian gerakan permainan target secara berkelompok, guru membantu pelaksanaan praktek tersebut.
- m. Guru membimbing siswa untuk melakukan pendinginan.
- n. Guru memberi penguatan terhadap hasil evaluasi oleh peserta didik.

3. Pengamatan

Setelah tindakan pada siklus dilaksanakan maka dilakukan pengamatan terhadap pelaksanaan tersebut dengan menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan. Adapun kegiatan yang dilakukan selama proses pengamatan adalah sebagai berikut:

- a. Melakukan diskusi dengan kepala sekolah dan atau guru lain untuk merencanakan observasi.
- b. Pengamatan terhadap penerapan model pembelajaran yang dimodifikasi.
- c. Membahas kelemahan dan kekurangan dengan dengan kepala sekolah dan guru lain.

4. Refleksi

Refleksi yaitu upaya evaluasi diri secara kritis dilakukan oleh tim peneliti, kolabolator, dan orang-orang yang terlibat didalamnya. Berdasarkan hasil dari pengamatan yang dikumpulkan dan dianalisa, guru dapat merefleksikan diri dengan data observasi apakah kegiatan ada peningkatan minat dan hasil belajar permainan target oleh siswa. Hasil analisa data yang dilaksanakan dalam tahap ini digunakan sebagai acuan untuk merencanakan siklus berikutnya.

C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengambilan data dalam penelitian tindakan kelas (PTK) ini terdiri dari tes dan observasi. Tes digunakan untuk mendapatkan data tentang hasil lemparan target yang dilakukan siswa. Observasi dipergunakan sebagai teknik untuk mengumpulkan data tentang aktivitas siswa dan guru selama kegiatan belajar mengajar saat penerapan permainan target dengan alat bantu ban bekas, kaleng, yang digantungkan dan beberapa bola tennis.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen pengumpulan data digunakan peneliti untuk mencapai kondisi akhir atau target yang diharapkan didasarkan pada pengalaman yang lalu dan hasil yang diperoleh pada saat melakukan tindakan adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah: instrumen penelitian, pedoman lembar observasi praktek siswa dan lembar observasi minat siswa.

Instrumen ini berupa lembar pengamatan individual untuk menilai praktek siswa dalam melakukan permainan target. Rubrik penilaian disesuaikan dengan komponen-komponen teknik yang harus dilakukan siswa dalam melakukan lemparan target.

1. Presentase rumus yang digunakan untuk menghitung ketuntasan belajar adalah:

$$P = \frac{\sum \text{Siswa yang Tuntas Belajar} \times 100}{\sum \text{Siswa}}$$

(Aqib, 2008 : 41)

2. Rumusan yang digunakan untuk menghitung rata-rata adalah:

$$X = \frac{\sum x}{\sum n}$$

Keterangan:

X = Nilai Rata-Rata

$\sum x$ = Jumlah semua nilai siswa

$\sum n$ = Jumlah siswa

Kriteria ketuntasan mata pelajaran penjasorkes di SD Negeri 1 Wanayasa ada dua kategori yaitu:

1. Nilai ≥ 75 = kualifikasi Tuntas
2. Nilai ≤ 75 = kualifikasi Tidak Tuntas

(sumber : KKM SD Negeri 1 Wanayasa tahun pelajaran 2018/2019)

3. Lembar Pengamatan Aktifitas

Instrumen ini berupa lembar pengamatan klasikal untuk mengetahui presentase keaktifan siswa selama proses belajar.

E. Teknik Analisis Data

Data yang terkumpul setelah dikelompokkan dianalisis untuk mencapai tujuan penelitian. Analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan menggunakan prosentase. Deskripsi kuantitatif adalah analisis dengan cara mendiskripsikan hasil pengamatan kolaborator dan dibandingkan dengan jumlah siswa yang diamati. Untuk penilaian afektif menggunakan rentang nilai 85 -100 (A), 65 -84 (B), 55 – 64 (C), 63 (D) (Aqib, 2016 : 58)

F. Indikator Keberhasilan

Dari penelitian ini diharapkan dengan melalui modifikasi permainan target akan meningkatkan pembelajaran gerak dasar lempar, yaitu suasana pembelajaran dan kempuan gerak dasar lempar. Suasana pembelajaran berupa keaktifan siswa dalam pembelajaran. Siklus pertama dianggap berhasil jika kemampuan gerak dasar lempar tanpa awalan memperoleh nilai lebih besar dari KKM 75 yang telah ditentukan oleh sekolah, ketuntasan klasikal apabila dalam satu kelas yang tuntas 80 %. Siklus kedua dianggap berhasil jika kemampuan gerak dasar lempar dengan awalan memperoleh nilai lebih besar dari KKM 75 dan ketuntasan klasikal apabila dalam satu kelas yang tuntas 80 %, Serta keaktifan siswa lebih besar dari 75 %.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian yang telah dilaksanakan di SD Negeri 1 Wanayasa Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara merupakan penelitian tindakan kelas. Penelitian tindakan yang telah dilakukan ini terdiri dari dua siklus, yang tiap siklus terdiri dari empat tindakan yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, refleksi. Data yang diperoleh adalah data hasil belajar siswa pada aspek psikomotorik, afektif, dan kognitif dan berikut data dan pembahasan dari setiap siklusnya.

1. Data Penelitian Siklus 1

a. Perencanaan

Mempersiapkan media pembelajaran berupa lapangan permainan, bola, hulahop, kaleng bekas, botol bekas peluit. Persiapan instrumen penelitian untuk pembelajaran.

Setelah penelitian selesai peneliti dan guru kolabolator mendiskusikan hasil dari penelitian tersebut dan merencanakan selanjutnya. Apakah akan mengulang siklus pertama atau melanjutkan ke siklus kedua.

b. Pelaksanaan

Guru mempersiapkan siswanya di lapangan dan membariskannya kemudian mempresentasi siswa, guru memimpin doa sebelum pembelajaran dimulai, memberi penjelasan tentang materi yang akan diberikan, siswa melakukan pemanasan dengan

permainan lempar tangkap bola. Dibagian pertama guru mencontohkan gerakan yang akan dilakukan oleh siswa pada kegiatan inti.

Dalam pemanasan peserta dibagi menjadi empat kelompok kemudian dalam satu kelompok orang pertama melempar orang kedua memegang holahop dan orang ketiga menangkap, yang sudah melempar kemudian berlari kebelakang orang kedua jadi pelempar orang ketiga memegang holahop demikian seterusnya sampai semua siswa melakukannya. Di kegiatan inti siswa dibagi menjadi 2 kelompok kemudian melempar ke sasaran yang digantung. Semua siswa melakukan secara bergiliran.

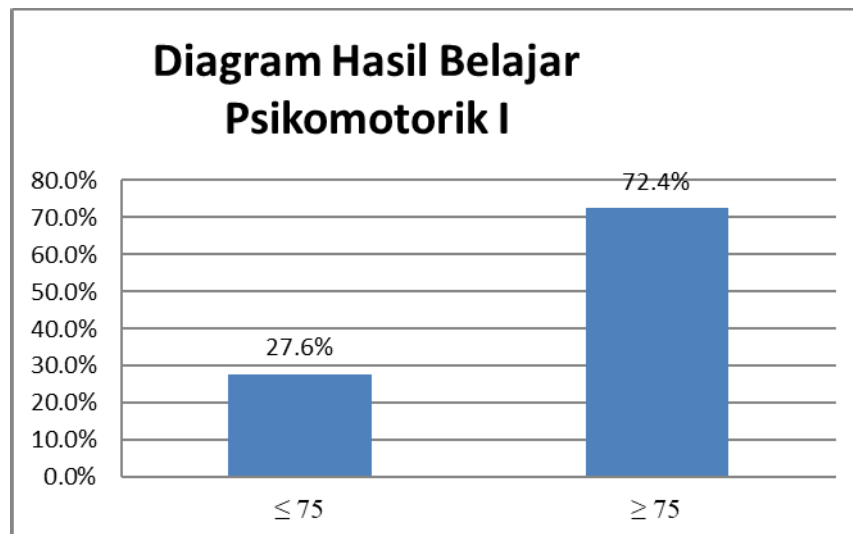
c. Pengamatan

Melakukan pengamatan terhadap aktifitas siswa dalam pembelajaran gerak dasar lempar melalui permainan target dilakukan oleh guru kolabolator Dani Anggana guru SD N 1 Pesantren Kecamatan Wanayasa dan Barokah guru SD N 1 Karangtengah Kecamatan Batur.

1. Aspek psikomotorik

Tabel 1 Hasil Belajar Psikomotorik Siswa Siklus 1

No	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
1.	≥ 75	21	72,4 %
2.	≤ 75	8	27,6 %
Jumlah		29	100 %



Gambar 6. Diagram Hasil Belajar Psikomotorik Siklus 1

Pada aspek psikomotorik siswa melakukan beberapa kali lemparan dan aspek yang dinilai sikap awal, saat melempar, lemparan dan sasaran lempar. Adapun kriteria penilaiannya adalah sebagai berikut :

1. Sikap awal
 - a. Salah satu kaki di depan
 - b. Tangan memegang bola dengan benar
 - c. Gerakan tidak kaku
2. Saat melempar
 - a. Lengan lurus disamping belakang telinga
 - b. Membentuk power posisi atau badan condong ke belakang
 - c. Saat melempar berat badan pada kaki depan

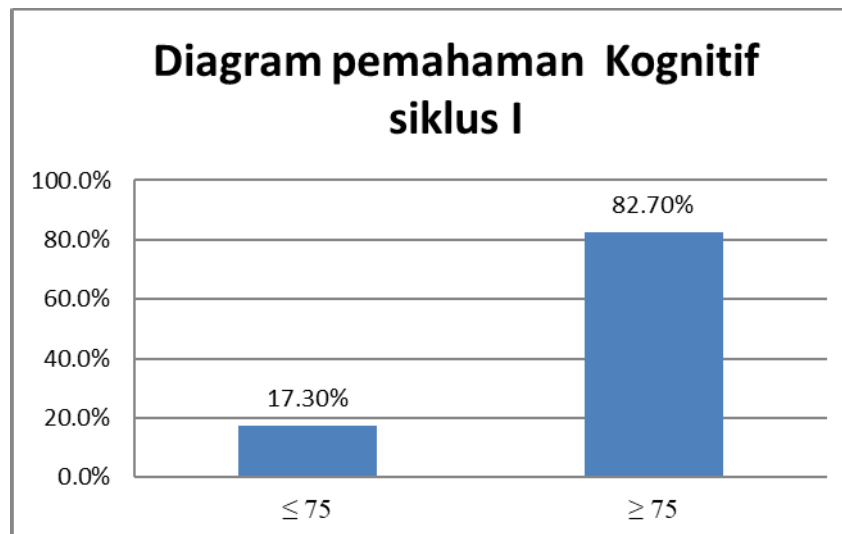
3. Lemparan
 - a. Lepaskan bola antara lengan dan badan pada sudut 45 atau parabolik
 - b. Bola diarahkan jauh ke depan
 - c. Diikuti gerakan lanjutan.
4. Sasaran lempar
 - a. Masuk ke dalam ban bekas/ holahop
 - b. Masuk ke dalam ban bekas/holahop dan mengenai target di dalamnya.

2. Aspek Kognitif

Pada siklus 1 belajar kognitif siswa melalui permainan target, melalui pengisian angket mencakup aspek pengetahuan, pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis, dan evaluasi. Sebanyak 24 siswa dengan kategori tuntas atau 82,7 % dan 5 siswa dengan kategori belum tuntas atau 17,3 %. Berikut tabel aspek kognitif siswa pada siklus 1.

Tabel 2 Aspek pengetahuan siswa siklus I

No	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
1.	≥ 75	24	82,7 %
2.	≤ 75	5	17,3 %
Jumlah		29	100 %



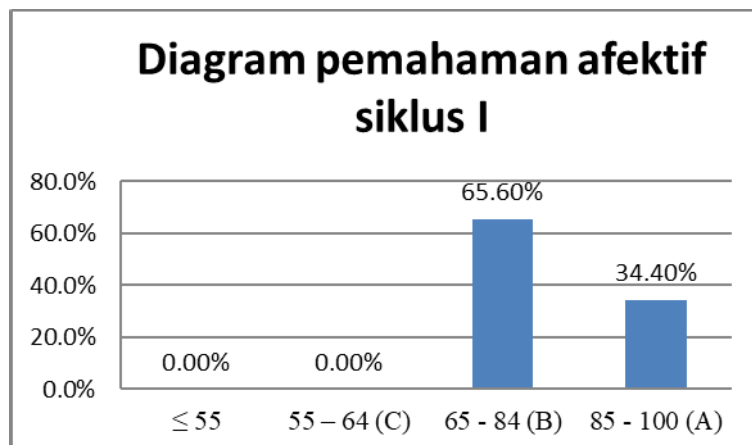
Gambar 7. Diagram Nilai Pemahaman Kognitif siklus 1

3. Aspek Afektif

Pada siklus 1 hasil belajar afektif dengan modifikasi permainan target berupa pengamatan guru mencakup aspek disiplin, percaya diri, semangat, kerjasama, rasa ingin tahu. Hasil belajar afektif siswa dapat dilihat dalam tabel di bawah ini :

Tabel 3 hasil belajar afektif siklus 1

No	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	Presentase
1.	85 - 100	A (amat baik)	10	34,4 %
2.	65 – 84	B (baik)	19	65,6 %
3.	55 – 64	C (cukup)	-	-
4.	≤ 63	D (kurang)	-	-
Jumlah			29	100 %



Gambar 8. Diagram Nilai Afektif Siklus I

Dilihat dari hasil belajar afektif siswa masih banyak yang mendapat nilai C sehingga peneliti harus melakukan pembenahan dan perbaikan pada siklus selanjutnya. Siswa yang mendapat kategori Baik (A) 10 siswa atau 34,5 %, Siswa yang mendapat kategori Cukup (B) 19 siswa atau 65,6 %

Tabel 4 Hasil Pengamatan Aktivitas siswa Siklus 1

N	Skor	Skor	Jml	Presentase	Kategori
O	Kolabolator 1	Kolabolator 2			
1	10	11	22	75	B

Dari tabel keaktifan siswa dalam proses pembelajaran sudah baik, itu artinya dengan pembelajaran gerak dasar lempar melalui permainan target dapat meningkatkan minat belajar siswa namun perlu ditingkatkan pada siklus berikutnya.

Tabel 5 Hasil pengamatan Keterampilan Guru Siklus 1

No	Skor Kolabolator 1	Skor Kolabolator 2	Jml	Presentase	kategori
1	39	40	79	71,81	B

Dari tabel pengamatan keterampilan guru pada siklus 1 yang dilakukan oleh kolabolator sudah baik, namun perlu ditingkatkan pada kegiatan pembelajaran pada siklus II

d. Refleksi

Setelah melakukan diskusi dengan guru kolabolator, tahap pertama pada siklus 1 tidak mengalami hambatan dan berjalan baik sesuai rencana, yaitu sesuai dengan RPP yang sudah dipersiapkan persiapan sarana prasarana yang telah dipersiapkan dan instrumen penelitian yang berupa lembar observasi aktifitas siswa yang diberi petunjuk dengan jelas.

Berdasarkan hasil pengamatan dalam penelitian di atas hasil belajar siswa pada siklus 1 nilai tertinggi 90 dan nilai rata-rata kelas 78,41 dan ketuntasan belajar secara klasikal siswa yang mencapai kategori tuntas sebanyak 21 siswa atau 72,41 % dan yang mendapat kategori belum tuntas 9 atau 31,03 %. Hal ini belum sesuai dengan indikator belajar yang sudah ditetapkan oleh peneliti yaitu ketuntasan belajar secara klasikal 80 % dari jumlah siswa

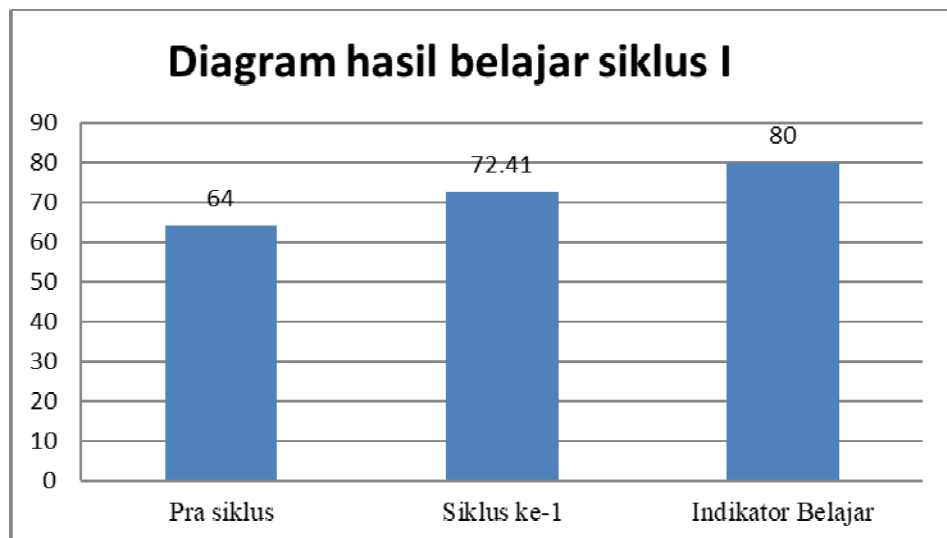
untuk mencapai kategori tuntas. Sehingga peneliti harus melanjutkan ke siklus berikutnya dengan harapan terjadi peningkatan hasil belajar bisa terus menerus dan konsisten. Berdasarkan hasil observasi yang meliputi aspek psikomotorik, afektif dan kognitif hasil belum memuaskan. Dalam hal ini guru mengalami kesulitan untuk mengkondisikan siswa, mengarahkan dan mengkondisikan siswa kurang maksimal. Kurangnya alat pembelajaran sehingga kesempatan siswa untuk melakukan gerakan sangat kurang. Serta siswa baru pertama kali menerima permainan ini sehingga tidak semua siswa antusias mengikutinya. Setelah hasil observasi dianalisis terdapat kelemahan-kelemahan pada pembelajaran siklus 1

Kelemahan-kelemahan itu adalah sebagai berikut : (1) guru kurang mampu menguasai kelas, sehingga masih ada siswanya yang kurang aktif dalam pembelajaran (2) siswa belum terlibat aktif dalam proses pembelajaran, siswa yang belum bisa tidak berani untuk bertanya (3) permainan belum berlangsung dengan baik karena siswa belum menguasai permainan target (4) dengan model yang baru dengan modifikasi permainan target siswa belum dapat menyesuaikan dengan pembelajaran ini karena siswa baru pertama kali menerima permainan tersebut.

Dari data yang diperoleh dari siklus 1 ada beberapa siswa ada yang belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM).

Ada hal-hal yang perlu diperhatikan dan menyebabkan kegagalan di siklus 1. Dalam hal ini peneliti ingin memperbaiki di siklus 2. Kelemahan pertama guru kurang mampu menguasai kelas sehingga masih ada siswa yang kurang aktif dalam pembelajaran. Sebaiknya dalam penyampaian materi guru harus lebih menguasai kelas. Dan memberi materi yang menarik. Sehingga siswa tertarik untuk mengikuti pembelajaran tersebut. Kelemahan kedua siswa belum terlibat aktif dalam pembelajaran, siswa yang kurang memahami belum berani bertanya sebaiknya dilakukan sesi tanya jawab tentang materi yang diajarkan. Kelemahan ketiga permainan belum berlangsung dengan baik karna siswa baru pertama kali melakukannya.

Berikut penyajian data hasil belajar siklus 1



Gambar 9. Diagram hasil belajar siklus I

2. Data Penelitian Siklus 2

a. Perencanaan

Berdasarkan refleksi pada siklus I maka peneliti bersama guru kolabolator memperbaiki rencana pembelajaran dan memperbanyak alat yang digunakan untuk pembelajaran berikutnya. Pada siklus II guru harus mengoptimalkan pembelajaran yaitu menambah sarana dan memperluas lapangan. Ini dimaksud agar siswa dapat mendapatkan kesempatan melempar lebih banyak.

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan pembelajaran pada siklus II dengan materi gerak dasar lempar melalui modifikasi permainan target. Sebelum pembelajaran siswa melakukan pemanasan dalam bentuk permainan lempar tangkap bola melalui holahop. Setelah itu siswa melakukan permainan target dengan melempar bola dengan sasaran holahop yang digantung dan ditengah-tengah holahop diberi kaleng atau botol bekas. Setelah akhir pembelajaran siswa diberi tes akhir praktek gerak dasar melempar dan lembar pengamatan siklus II.

c. Pengamatan

Melakukan pengamatan aktivitas siswa dalam pembelajaran gerak dasar melempar melalui modifikasi permainan target. Peneliti melakukan pengamatan selama pembelajaran. Dari pengamatan

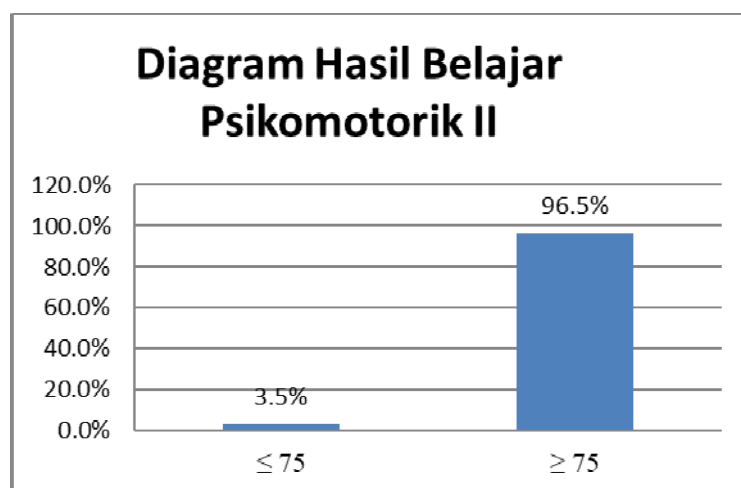
yang telah dilaksanakan pada siklus II, diperoleh data sebagai berikut

1. Aspek psikomotorik

Hasil pengamatan pelaksanaan pembelajaran gerak dasar melempar melalui permainan target pada siklus II pada aspek psikomotorik siswa dengan modifikasi permainan target dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 6 Hasil Belajar Psikomotorik Siklus II

No	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
1.	≥ 75	28	96,5 %
2.	≤ 75	1	3,5 %
Jumlah		29	100 %



Gambar 10. Diagram Hasil Belajar Psikomotorik Siklus II

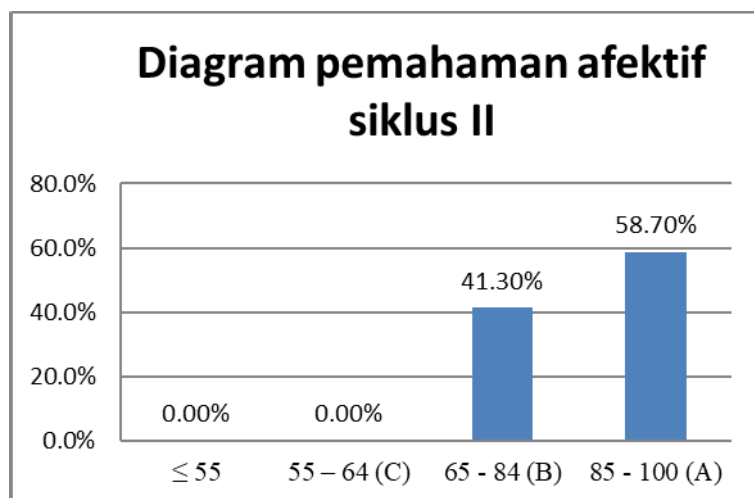
Dari tabel nilai psikomotor dalam permainan target siswa yang mendapat nilai ≥ 75 28 siswa atau 96,5 % dan yang mendapat ≤ 75 1 siswa atau 3,4 %

2. Aspek afektif

Pada siklus II hasil belajar afektif siswa dengan pendekatan permainan target dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 7 hasil belajar afektif siklus II

No	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	Presentase
1.	85 - 100	A (amat baik)	17	58,7 %
2.	65 – 84	B (baik)	12	41,3 %
3.	55 – 64	C (cukup)	-	-
4.	≤ 63	D (kurang)	-	-
Jumlah			29	100 %



Gambar 11. Diagram Nilai Afektif Siklus II

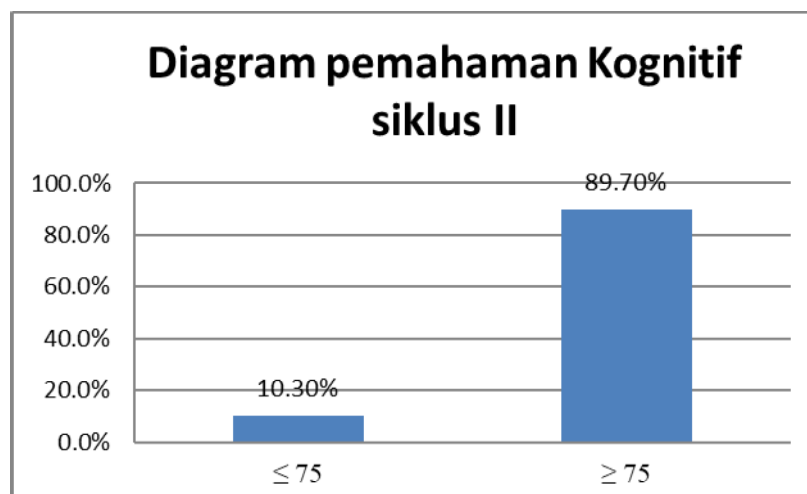
Dari tabel pemahaman afektif diatas siswa yang mendapat nilai A 17 siswa pada siklus I yang mendapat nilai A 10 siswa itu artinya ada kenaikan dari siklus I.

3. Aspek kognitif

Pada siklus II hasil belajar kognitif siswa dengan pembelajaran gerak dasar melalui modifikasi permainan target 26 siswa mendapat skor 25 dari semua pernyataan dan 3 siswa mendapat skor 25 dari 2 pernyataan.

Tabel 8 Aspek Kognitif siswa siklus II

No	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
1.	≥ 75	26	89,7 %
2.	≤ 75	3	10,3 %
Jumlah		29	100 %



Gambar 12. Diagram Nilai Kognitif Siklus II

Tabel 9 Hasil Pengamatan Aktivitas siswa Siklus II

No	Skor Kolabolator 1	Skor Kolabolator 2	Jmlh	presentase	Kategori
1	11	12	22	82,14	B

Tabel 10 Hasil pengamatan Keterampilan Guru Siklus II

No	Skor Kolabolator 1	Skor Kolabolator 2	Jmlh	presentase	Kategori
1	42	43	85	77,27	B

Dari hasil pengamatan keterampilan guru siklus II mengalami kenaikan 77,27 pada siklus I 71,81

d. Refleksi

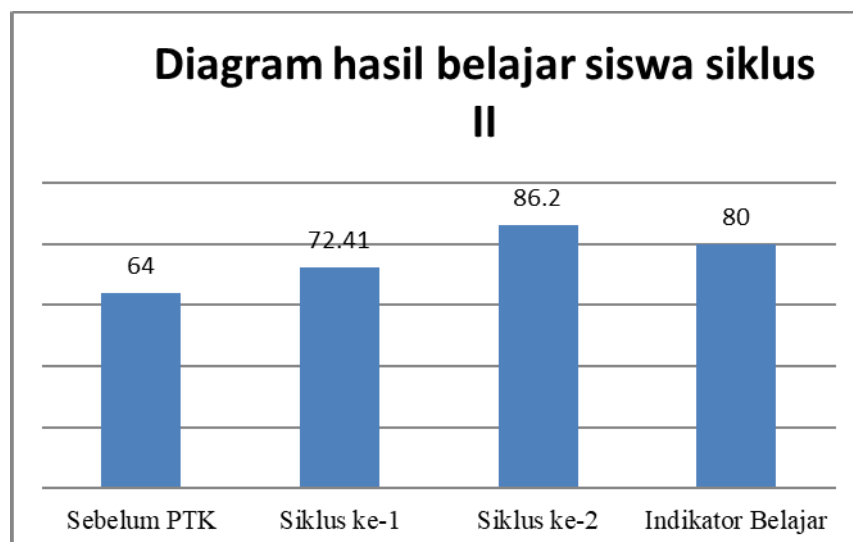
Setelah melakukan diskusi dengan guru kolabolator pembelajaran pada siklus II tidak mengalami hambatan baik dari segi perencanaan sampai dengan pelaksanaan, yaitu sesuai dengan RPP yang sudah dipersiapkan, persiapan sarana dan sumber pembelajaran yang sudah tersedia di sekolah, dan instrumen penelitian yang berupa lembar observasi aktivitas siswa yang sudah diberi petunjuk dengan jelas.

Berdasarkan hasil pengamatan penelitian pada siklus II hasil belajar siswa nilai tertinggi 92 dan nilai rata-rata kelas

mencapai 84,86 dan secara klasikal siswa yang tuntas 25 atau 86.20 % dan siswa yang belum tuntas 4 atau 13.79 %.

Kelemahan – kelemahan pada siklus II masih ada siswa yang belum menggunakan awalan dan asik melempar ke sasaran, siswa yang kurang aktif kalah dengan siswa yang aktif dalam kesempatan melempar.

Mengacu pada indikator ketercapaian indikator aktivitas siswa sebesar 80 %, maka hasil belajar gerak dasar melempar melalui modifikasi permainan target pada siklus II dikatakan berhasil karena hasil yang diperoleh melalui indikator belajar yang sudah ditetapkan oleh peneliti yaitu sebesar 80 %. Berikut hasil belajar siswa siklus II



Gambar 13. diagram hasil belajar siklus II

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh pengamat, aktivitas siswa dalam pembelajaran gerak dasar melempar melalui modifikasi permainan target pada siklus I mencapai 72,41 atau 21 siswa yang tuntas itu artinya aktivitas siswa dalam mengikuti gerak dasar melempar melalui modifikasi permainan target belum mencapai indikator belajar yang diharapkan 80 %, sehingga guru harus melanjutkan ke siklus kedua untuk mencapai target indikator ketercapaian aktivitas guru dan siswa yaitu sebesar 80 % yang sudah ditentukan oleh guru/peneliti.

Pelaksanaan pembelajaran pada siklus I dengan materi permainan target dengan tindakan yang sudah dirancang. Sebelum melakukan pembelajaran siswa diberi pemanasan yang menarik yaitu dengan permainan yang mengandung unsur gerak dasar melempar ini bertujuan untuk merangsang kemampuan siswa untuk pembelajaran yang akan diberikan. Dalam tahap ini siswa diberi penjelasan tentang pembelajaran gerak dasar melempar melalui modifikasi permainan target. Dengan pembelajaran gerak dasar melempar melalui permainan target siswa merasa senang dan bersemangat karena sesuai dengan karakteristik anak sekolah dasar. Karena permainan ini mudah dimainkan dan dimengerti siswa. Peneliti dan siswa melakukan tanya jawab agar siswa aktif dalam pembelajaran dan hal-hal yang belum dimengerti dan dipahami siswa menjadi lebih paham. Selama proses pembelajaran guru mengamati siswa dengan lembar pengamatan siklus I.

Pada hasil belajar siswa siklus I di atas, terlihat bahwa secara klasikal siswa yang mencapai tuntas sebanyak 20 siswa atau 72,41 %. Hal ini belum sesuai dengan indikator belajar sudah ditentukan oleh peneliti ketuntasan belajar secara klasikal 80% dari jumlah siswa mencapai ketuntasan belajar. Berdasarkan hasil observasi yang meliputi aspek psikomotorik, afektif, dan kognitif diperoleh hasil belum memuaskan. Pada tahap ini guru mengalami kesulitan dalam mengkondisikan siswanya dan dalam membimbing/mengarahkan siswanya kurang maksimal selain itu dalam menetapkan pembelajaran gerak dasar melempar melalui modifikasi permainan target juga masih kurang efektif.

Hasil dari diskusi yang dilakukan dengan guru kolaborator, diharapkan dapat memberikan ide-ide yang kreatif untuk mendapatkan perhatian dari siswanya, sehingga siswanya dapat dikondisikan dengan baik sesuai dengan apa yang tercantum pada rencana pembelajaran yang telah dibuat. Selain itu, guru juga harus lebih terampil dalam membimbing siswanya agar lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran. Dalam pembelajaran pada siklus 1 sarana dan prasarana kurang banyak sehingga kesempatan melakukan gerakan sangat kurang, sehingga dalam siklus II penambahan sarana harus dilakukan.

Pada hasil belajar siswa pada siklus II di atas, terlihat secara klasikal siswa yang mendapat kategori tuntas 25 siswa atau 86,20%. Hal ini sudah sesuai dengan indikator belajar yang sudah ditetapkan yaitu ketuntasan klasikal 80% siswa dapat mencapai kategori tuntas. Sedangkan

pada tahap tindakan, guru sudah dapat mengatasi permasalahan yang dialaminya pada pembelajaran siklus I sehingga terdapat peningkatan pada aktivitas siswa pada pembelajaran siklus II.

Berdasarkan hasil belajar pada siklus I maka peneliti bersama guru kolabolator memperbaiki rencana pembelajaran dan memperbanyak sarana yang pada awalnya hanya menggunakan dua holahop menjadi empat dan digantung pada tempat yang lebih luas. Dan hasil refleksi pada siklus I dapat digunakan untuk memperbaiki pembelajaran berikutnya. Pada siklus II guru menggunakan 4 holahop dan gawang sebagai gantungan holahop sehingga siswa dapat leluasa untuk melakukan gerak dasar melempar. Selain itu guru juga harus merangsang minat dan memberi motivasi dan memberikan penghargaan kepada siswa yang memperoleh nilai baik.

Dari hasil diskusi dengan guru kolabolator pada siklus II peneliti dan guru kolabolator menyimpulkan hasil refleksi pada siklus kedua yaitu hasil dari perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi yang dilakukan oleh guru/peneliti pada siklus dua sudah berjalan dengan baik dan mengalami peningkatan dari siklus pertama ke siklus kedua, sehingga pada penelitian siklus kedua ini dikatakan berhasil dengan kata lain penelitian ini sudah selesai pada siklus kedua dan tidak ada tindakan selanjutnya. Tercapainya ketuntasan belajar siswa pada siklus II dikarenakan semakin meningkatnya keaktifan siswa dalam proses pembelajaran baik pada saat pembelajaran maupun pada saat melakukan permainan. Siswa telah dapat bekerjasama dengan temannya baik dalam

pembelajaran maupun permainan. Dari kedua siklus yang telah dilakukan ternyata penerapan pembelajaran gerak dasar melempar melalui modifikasi permainan target meningkatkan minat dan hasil belajar siswa.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data dan refleksi pada setiap siklus yang sudah dilakukan, maka peneliti dapat menarik kesimpulan dan mengemukakan saran sebagai berikut :

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian tindakan kelas yang berjudul “ Upaya Meningkatkan Minat dan Hasil Belajar Gerak Dasar Lempar Melalui Permainan Target Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Wanayasa Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara Tahun Ajaran 2019/2020 ” adalah dari hasil data yang diperoleh hasil belajar permainan target pada siklus I ketuntasan belajar klasikal sebanyak 21 siswa atau 72,41 %, dan pada siklus II ketuntasan belajar klasikal sebanyak 25 siswa atau 86,20 %. Ini berarti ada kenaikan ketuntasan belajar yaitu 4 siswa. Untuk keaktifan siswa pada siklus I 75% dan untuk siklus II 82,14, itu artinya ada kenaikan keaktifan siswa. Mengacu pada indikator ketercapaian aktivitas siswa yang telah ditentukan, maka hasil belajar gerak dasar lempar melalui permainan target pada siklus II dikatakan berhasil, karena hasil yang diperoleh sudah melampaui indikator ketercapaian ketuntasan belajar.

B. Keterbatasan Hasil Penelitian

Peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala ketentuan yang dipersyaratkan, bukan berarti peneliti tanpa kelemahan dan kekurangan.

Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan oleh peneliti antara lain :

1. Peneliti sudah melakukan analisis dari segi psikomotorik, afektif, dan kognitif namun pada kenyataannya yang tertuang dalam rapor siswa hanya nilai kognitif dan psikomotorik untuk mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.
2. Peneliti tidak memvalidasi instrumen penelitian yang termuat dalam rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP).

C. Saran

1. Bagi siswa sebaiknya selalu mengikuti pembelajaran PJOK dengan baik, untuk meningkatkan kebugaran jasmani, meningkatkan semangat belajar dalam kondisi dan keadaan apapun, karena belajar dengan media permainan itu menyenangkan.
2. Bagi guru diharapkan dapat memberikan ide-ide yang kreatif dalam proses pembelajaran dan memanfaatkan permainan-permainan di sekitar sekolah agar proses belajar-mengajar lebih menyenangkan dan anak termotivasi untuk mengikutinya. Pembelajaran dengan pendekatan permainan diperoleh hasil yang lebih baik dari pada pembelajaran yang monoton, maka guru PJOK diharapkan dapat menggunakan variasi-variasi pembelajaran yaitu pendekatan permainan, baik permainan yang ada di lingkungan sekolah ataupun permainan yang diciptakan guru itu

sendiri, sehingga hasil belajar yang diperoleh siswa dapat memenuhi kriteria ketuntasan belajar yang sudah ditentukan.

3. Bagi kepala sekolah sebaiknya meningkatkan mutu pembelajaran PJOK dengan cara memberikan kesempatan kepada guru PJOK untuk mengikuti seminar-seminar dan diklat di lembaga yang terkait.
4. Bagi peneliti lain yang berminat meneliti kembali masalah ini, disarankan hasil penelitian ini dijadikan pembandingan. Sebaiknya digunakan pemanasan dalam bentuk permainan agar pembelajaran lebih menarik dan menyenangkan bagi siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Anni, C T. 2006. *Psikologi Belajar*. Semarang: UPT MKK UNNES
- Angraeni, S. Sutiarsih Dessy. 2018. *Peningkatan hasil belajar gerak dasar melempar melalui pendekatan bermain*. JPJI
- Anonim. 2019 *pengertian dan tujuan pendidikan jasmani*. <http://materipenjasorkes.blogspot.com> 8 Juli 2019
- Anonim. 2019. *Definisi pendidikan jasmani menurut tokoh-tokoh pendidikan jasmani*. <http://pendidikanjasmani13.blogspot.com> 9 Juli 2019
- Anonim. 2019. *Pengertian permainan target*. <http://Kebugarandanjasmani.blogspot.com> 10 Juli 2019
- Anonim. 2019. *teori belajar bloom*. <http://www.psychologimania.com> 11 Juli 2019
- Anugrahaeni, Rizki. 2012. *Karakteristik anak usia sekolah dasar*. <http://peluangbisnisonlinemodalkecil.blogspot.com> 12 Juli 2019
- Aprilia, Widi. 2012. *Definisi belajar menurut para ahli (Indonesian version)*. <http://widhiieaprilias.blogspot.com> 12 Juli 2019
- Aqib, Zainal . 2008. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Yrama Widya
- Bower, Gordon H & Ernes. 1981. *Theoris of Learning Englewood Cliffs*, New Jersey: Prentice Hall, Inc
- Butler, J.I & Linda L. Griffin. 2010. *More Teaching Games for Understanding Moving Globally*. America : Human Kinetics
- Chitika. 2012. *Teori bermain menurut para pakar*. <http://teknik-dasar.blogspot.com> 13 Juli 2019
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2002. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Djumidar. *Belajar berlatih Gerak-Gerak Dasar Atletik dalam Bermain*. Jakarta: Divisi buku sport PT Rajagra,indo Persada
- Firmansyah, Helmy. 2009. *Hubungan motivasi berprestasi siswa dengan hasil belajar pendidikan jasmani*. JPJI
- Mcniff, Jean & Jack Whitehead. 2006. *All You Need Obout Action Research*. London : SAGE Publication

- Permendikbud No 24 Tahun 2016 tentang Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Pelajaran pada Kurikulum 2013
- Rithaudin, Ahmad. 2016. *Upaya meningkatkan Pembelajaran Passing Bawah Permainan Bola Voli SD Negeri dengan Permainan Bola Pantul Pada Siswa Kelas IV Glagahombo 1 Tempel Sleman Yogyakarta*. JPJI
- Rusman. 2012. *Belajar dan Pembelajaran Berbasis Komputer Mengembangkan Profesional Guru Abad 21*. Bandung: ALFABET
- Saputra, Y.M 2001. *Dasar-dasar Keterampilan Atletik Pendekatan Bermain*. Jakarta: Depdikbud
- Sudjana, Nana. 1989. *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar CV*. Sinar Baru
- Suharsimi Arikunto, dkk 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rinka Cipta
- Syah, Muhibbin. 2003. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*
- Triyanto, Slameto. 2015. *Upaya Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Lempar melalui Modifikasi Permainan Lempar Bola pada Siswa Kelas V Tahun Pelajaran 2014/2015 SD Negeri 1 Makam Kecamatan Rembang Kabupaten Purbalingga Jawa Tengah*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Lampiran 1

 **KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI**
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : J. Sekeloa No.1 Yogyakarta 55161 Telp. (0274) 25493, 248128 fax- 242, 299, 274, 381

Nomor : 10.20/UN.34.16/PP/2019
Lamp. 1 lks.
Hal : Permohonan Izin Penelitian

16 Oktober 2019

Kepada Yth.
Kepala SD Negeri 1 Wanyasa
di Tempat.

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

Nama : Micheliana Laranthiningati
NIM : 17604227013
Program Studi : PGSD Penjás
Dosen Pembimbing : Alimod Rithaudin, M.Dr.
NIP : 198101252006041001
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : 27 s.d 28 Agustus 2019
Tempat : SD Negeri 1 Wanyasa
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Minat dan Hasil Belajar Gerak Dasar Lempar melalui Perencanaan Target pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Wanyasa Kecamatan Wanyasa Kabupaten Banjarnegara Jawa Tengah Tahun Pelajaran 2019/2020

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

Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kerjasama

Dr. G. Mansur M.S.
NIP. 19570519 198502 1 001

Tembusan :

1. Kaprodi PGSD Penjás
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs

Lampiran 2



Nomor Statistika Sekolah

1 | 0 | 1 | 0 | 3 | 0 | 4 | 1 | 7 | 1 | 0 | 1

SURAT KETERANGAN

NO. 421/A/.....2019

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Dasar Negeri 1 Wanayasa, Dengan ini menerangkan dengan sebenarnya bahwa:

Nama : Micheliana Loranthiningsih
NIM : 17604227013
Prodi : PGSD Penjaja
Jurusan/Fakultas : PIKR/PIK UNY

Mahasiswa tersebut telah melaksanakan pengambilan data untuk mengetahui minat dan hasil belajar gerak dasar lempar siswa kelas IV sebagai bahan pembuatan TA Skripsi dengan judul "Upaya Meningkatkan Minat dan Hasil Belajar Gerak Dasar Lempar melalui Pemetaan Target pada Siswa Kelas IV SD N 1 Wanayasa Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara Tahun 2019/2020". Pengambilan data tersebut dilaksanakan pada

Hari / Tanggal : Rabu, 21 Agustus dan 28 Agustus 2019
Tempat : Lapangan Desa Wanayasa
Waktu : Pukul 07.30 – 9.45 WIB.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Wanayasa, 18 September 2019

Kepala Sekolah



HERI WIDIYANTO, S.Pd, SD

NIP. 196402131990081001

Lampiran 3

ANGKET SISWA
TINGKAT KEPUASAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR LEMPAR
MELALUI PERMAINAN TARGET

Nama :

No absen :

Petunjuk umum

1. Tulislah terlebih dahulu nama.
2. Pilihlah salah satu jawaban yang kamu anggap benar.
3. Teliti kembali sebelum diserahkan ke bpk/ibu guru.

I. Berilah tanda centang (V) pada jawaban yang tepat menurut pendapatmu!

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Apakah permainan gerak dasar lempar menyenangkan?		
2.	Apakah jenis permainan target menyenangkan?		
3.	Apakah alat yang digunakan menyenangkan?		
4.	Apakah permainan melempar bola melewati ban menyenangkan?		
5.	Apakah suasana pembelajaran menyenangkan?		
6.	Apakah banyak kesempatan melakukan gerakan?		
7.	Apakah dengan modifikasi permainan pembelajaran menjadi menyenangkan?		
8.	Apakah dengan modifikasi permainan jadi lebih termotivasi?		

9.	Apakah dengan permainan target siswa tidak takut melakukan?		
10.	Apakah pembelajaran gerak dasar lempar dengan permainan target waktu pembelajaran terasa lebih singkat?		

Lampiran 4

Pengamatan Keterampilan Guru Selama Pembelajaran gerak dasar lempar melalui permainan target

Petunjuk

1. Cermatilah indikator keterampilan guru.
2. Berilah tanda check (V) pada kolom tingkat kemampuan yang sesuai dengan aspek yang dinilai.

No	Aspek yang dinilai	Skor penilaian					Keterangan
		1	2	3	4	5	
1.	Kesesuaian dengan kompetensi dasar						
2.	Kesesuaian dengan indikator						
3.	Kesesuaian dengan tujuan pembelajaran						
4.	Keterampilan membuka pelajaran						
5.	Keterampilan menjelaskn						
6.	Keterampilan mengadakan variasi metode pembelajaran						
7.	Keterampilan mengajar kelompok kecil dan perseorangan						
8.	Keterampilan mengelola kelas						
9.	Keterampilan bertanya						
10	Keterampilan memberikan penguatan						
11	Keterampilan menutup pelajaran						

Skor maksimal	55
Skor minimal	0
Persentase	: $\frac{\sum \text{ skor yang diperoleh}}{\sum \text{ skor maksimal}} \times 100 \%$

Keterangan

Keterampilan Guru 85 – 100 % = Sangat baik (A)

Keterampilan Guru 65 – 84 % = Baik (B)

Keterampilan Guru 55 – 64 % = Cukup (C)

Keterampilan Guru 0 – 54 % = Kurang (D)

Wanayasa,

2019

Observer

Barokah

Lampiran 5

Lembar Pengamatan Aktivitas Siswa Selama Pembelajaran Gerak Dasar Lempar Melalui permainan Target

Petunjuk

1. Cermatilah Indikator aktivitas siswa.
2. Berilah tanda (V) pada kolom tingkat kemampuan yang sesuai dengan indikator pengamatan
3. Skor penilaian
3 : apabila ada 3 deskriptor muncul
2 : apabila ada 2 deskriptor muncul
1 : apabila 1 deskriptor muncul
0 : apabila tidak ada deskriptor yang muncul

No	Indikator	Deskriptor	Skor Penilaian			
			3	2	1	0
1.	Siswa aktif	<ul style="list-style-type: none">- Memperhatikan penjelasan guru dengan sungguh – sungguh.- Tidak bermain sendiri/ menyimpang saat pembelajaran berlangsung- Mampu menjawab dengan spontan pertanyaan dari guru.				
2.	Siswa aktif bertanya	<ul style="list-style-type: none">- Siswa bertanya 1 kali- Siswa bertanya lebih dari 1 kali- Sikap siswa yang baik dalam menyampaikan pertanyaan				
3.	Siswa aktif menjawab pertanyaan	<ul style="list-style-type: none">- Siswa menjawab pertanyaan 1 kali- Siswa menjawab pertanyaan lebih dari 1 kali				

		- Jawaban siswa sesuai dengan pertanyaan yang diajukan				
4.	Siswa melakukan teknik dasar lempar dengan permainan target	- Semua siswa dalam kelompok ikut berpartisipasi dalam permainan target - Siswa melakukan rangkaian permainan lempar bola ke ban/ simpai yang digantung sesuai dengan yang diperintahkan - Siswa berusaha melakukan rangkaian permainan target untuk mendapatkan poin baik				
5.	Memiliki perasaan senang dalam pembelajaran	- Siswa senang mengikuti kegiatan pembelajaran dengan menggunakan permainan target - Siswa bersemangat dalam melakukan permainan target				

Skor maksimal : 14

Skor minimal : 0

Keterangan :

Aktivitas siswa : 85 – 100 % = sangat baik (A)

Aktivitas Siswa : 65 – 84 % = baik (B)

Aktivitas siswa : 55 – 64 % = cukup (C)

Aktivitas siswa : 0 – 54 % = kurang (D)

(Zainal Aqib, 2008:161)

Wanayasa,

Observer

Lampiran 6

Rpp Siklus I

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

RPP

Satuan Pendidikan : SDN 1 Wanayasa

Kelas : IV (Empat)

Pembelajaran : 3 (Tiga)

Alokasi Waktu : 4 x 35 menit

A. Kompetensi Inti

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

B. KOMPETENSI DASAR

PJOK

3.4. Memahami Variasi Gerak Dasar Jalan, Lari, Lompat dan Lempar melalui permainan olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.

4.3. Mempraktikan Variasi Gerak Dasar Jala, Lari, Lompat dan Lempar melalui permainan olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.

C. INDIKATOR

1. Psikomotor

- Mempraktekkan Gerak Dasar Lempar.
- Melempar sasaran/ target
- Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi

2. Kognitif

- Mengetahui teknik dasar melempar
- Memahami cara melakukan awalan melempar
- Mengetahui peraturan permainan yang dimodifikasi

3. Afektif

Disiplin, percaya diri, dan dapat bekerjasama dengan teman sekelompok dalam melakukan permainan.

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Setelah mengikuti pembelajaran ini, siswa mampu melempar mengenai sasaran dengan awalan dan tanpa awalan dengan jarak 3-5 meter.
- Setelah mengikuti pembelajaran ini, siswa dapat mengetahui teknik dasar melempar, memahami cara melakukan awalan melempar, mengetahui peraturan permainan yang dimodifikasi.
- Setelah mengikuti pembelajaran ini, siswa memiliki sikap disiplin, percaya diri, dan dapat bekerjasama.

E. MATERI


- Gerak dasar lempar dengan permainan target

F. PENDEKATAN DAN METODE

- Pendekatan : Scientific, TGFU
- Strategy : Kooperatif Learning.
- Teknik : Example, Non Example
- Metode : ceramah, demonstrasi, tanya jawab

G. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi kegiatan	Gambar	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">• Guru menyiapkan siswa• Guru memimpin doa• Guru mengabsen siswa• Guru menyampaikan tujuan pembelajaran• Guru memberikan motivasi agar siswa	<p style="text-align: center;">G</p> <p style="text-align: center;">X X</p>	20 menit

	<p>aktif dalam mengikuti pembelajaran.</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan pemanasan: <ul style="list-style-type: none"> Dengan Permainan lempar tangkap bola Saling berhadapan dengan jarak 3 meter 	<p style="text-align: center;">G</p> <table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>X</td> <td></td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>X</td> <td></td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>X</td> <td></td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>X</td> <td>3 m</td> <td>X</td> </tr> </table>	X		X	X		X	X		X	X	3 m	X	
X		X													
X		X													
X		X													
X	3 m	X													
Inti	<p>Game 1</p> <ul style="list-style-type: none"> Siswa dibagi menjadi 2 kelompok Siswa melemparkan bola hingga dapat masuk ke dalam ban bekas/ holahop Siswa yang lain menghadang bola dari lemparan teman untuk bergantian bermain Siswa melakukan lemparan bola ke target dari jarak 3 meter dan 5 meter Setiap siswa berusaha melemparkan bola hingga masuk ke dalam ban bekas/ holahop <p>Question</p> <ol style="list-style-type: none"> Apa yang terjadi saat siswa melemparkan bola ke target dengan jarak yang berbeda ? Berapa kali siswa dapat melemparkan bola masuk ke dalam ban bekas/holahop? <p>Pratice</p>		105 menit												

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Semua siswa di bagi menjadi dua kelompok dan berbaris berbanjar ke belakang 2. Barisan siswa paling depan melemparkan bola hingga masuk ke dalam lingkaran sebanyak 5 kali 3. Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang sampai masuk ke dalam lingkaran, apabila belum dapat masuk maka jarak lemparan didekatkan. <p>Game 2</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game kedua hampir sama dengan game pertama, hanya saja di game kedua di dalam ban bekas/holahop terdapat botol bekas yang di gantung. 2. Setiap siswa berusaha melemparkan bola mengenai botol/kaleng bekas yang ada di ban bekas/ holahop. 		
Penutup	- Siswa dikumpulkan melakukan pendinginan dan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah		15 menit

	<p>dilakukan/ diajarkan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Evaluasi proses pembelajaran, tanya jawab dan berdo'a 		
--	---	--	--

H. SUMBER DAN MEDIA

- Buku Gerak Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain (M.Djumidar A.Widya)
- Rafia
- holahop
- bola
- botol bekas

I. PENILAIAN

1. Tes keterampilan psikomotorik

- a. Lakukan gerak dasar lempar permainan target !

Unsur-unsur yang diamati adalah sikap awal, saat melempar, lemparan, sasaran/target.

- b. Berikan pengamatan terhadap kualitas unjuk kerja siswa dengan rentang nilai seperti pada tabel !

2. Tes sikap afektif

Pengamatan terhadap sikap afektif dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran PJOK di sekolah. Unsur yang diamati

diantaranya : Disiplin, percaya diri, semangat, kerjasama, rasa ingin tahu.

3. Tes Kognitif

- a. Menanggapi pernyataan pengetahuan tentang pembelajaran permainan target
- b. Berilah nilai terhadap kualitas tanggapan siswa dengan rentang nilai seperti tabel

4. Nilai Akhir

Nilai akhir = Nilai psikomotor + afektif + kognitif

Wanayasa, Agustus 2019

Mengetahui

Guru PJOK

Kepala Sekolah

Heri Widiyanto, S.Pd.SD

Micheliana Loranthiningsih

NIP: 19690313 199908 1 001

NIM: 17604227013

**TABEL RUBRIK PENILAIAN PSIKOMOTORIK/UNJUK KERJA GERAK
DASAR LEMPAR PERMAINAN TARGET TANPA AWALAN**

NO	ASPEK YANG DINILAI	SKOR	NILAI
1.	SIKAP AWAL	10-25	
2.	SAAT MELEMPAR	10-25	
3.	LEMPARAN	10-25	
4.	SASARAN LEMPAR	10-25	
	JUMLAH NILAI		
	JUMLAH NILAI MAKSIMAL : 100		

Keterangan :

1. Sikap awal
 - a. Salah satu kaki di depan
 - b. Tangan memegang bola dengan benar
 - c. Gerakan tidak kaku
2. Saat melempar
 - a. Lengan lurus disamping belakang telinga
 - b. Membentuk power posisi atau badan condong ke belakang
 - c. Saat melempar berat badan pada kaki depan
3. Lemparan
 - a. Lepaskan bola antara lengan dan badan pada sudut 45 atau parabolik
 - b. Bola diarahkan jauh ke depan
 - c. Diikuti gerakan lanjutan.

4. Sasaran lempar

- a. Masuk ke dalam ban bekas/ holahop
- b. Masuk ke dalam ban bekas/holahop dan mengenai target di dalamnya.

TABEL RUBRIK PENILAIAN AFEKTIF PEMBELAJARAN
PERMAINAN TARGET

NO	PERILAKU YANG DIHARAPKAN	SKOR	NILAI
1.	DISIPLIN	10-20	
2.	PERCAYA DIRI	10-20	
3.	SEMANGAT	10-20	
4.	KERJASAMA	10-20	
5.	RASA INGIN TAHU	10-20	
	Jumlah nilai		
	Jumlah Nilai Maksimal : 100		

Keterangan :

Nilai 20 : menunjukkan sikap yang lebih baik

Nilai 15 : menunjukkan sikap yang baik

Nilai 10 : menunjukkan sikap yang cukup baik

TABEL RUBRIK PENILAIAN KOGNITIF PEMAHAMAN PERMAINAN

TARGET

NO	PERNYATAAN YANG DIAJUKAN	SKOR	NILAI
1.	Awalan pada lempar sasaran adalah tiga langkah atau berlari	25	
2.	Saat melempar Lengan lurus disamping belakang telinga, membentuk power posisi atau badan condong ke belakang Saat melempar berat badan pada kaki depan	25	
3.	Tujuan melakukan awalan agar dalam tahapan pelepasan bola dihasilkan kecepatan tambahan	25	
	Jumlah nilai		
	Jumlah nilai maksimal : 75		

Jawaban

1. Setuju
2. Tidak setuju

Lampiran 7

Rpp Siklus II

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
RPP

Satuan Pendidikan : SDN 1 Wanayasa

Kelas : IV (Empat)

Pembelajaran : 1 (pertama)

Alokasi Waktu : 4 x 35 menit

A. Kompetensi Inti

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

B. KOMPETENSI DASAR

PJOK

3.4. Memahami Variasi Gerak Dasar Jalan, Lari, Lompat dan Lempar melalui permainan olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.

4.3. Mempraktikan Variasi Gerak Dasar Jala, Lari, Lompat dan Lempar melalui permainan olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.

C. INDIKATOR

1. Psikomotor

- Mempraktekkan Gerak Dasar Lempar.
- Melempar sasaran/ target
- Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi

2. Kognitif

- Mengetahui teknik dasar melempar
- Memahami cara melakukan awalan melempar
- Mengetahui peraturan permainan yang dimodifikasi

3. Afektif

Disiplin,percaya diri, dan dapat bekerjasama dengan teman sekelompok dalam melakukan permainan.

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Setelah mengikuti pembelajaran ini siswa mampu melempar mengenai sasaran dengan awalan dan tanpa awalan dengan jarak 3-5 meter.
- Setelah mengikuti pembelajaran ini, siswa dapat mengetahui teknik dasar melempar, memahami cara melakukan awalan melempar, mengetahui peraturan permainan yang dimodifikasi.
- Setelah mengikuti pembelajaran ini, siswa memiliki sikap disiplin, percaya diri, dan dapat bekerjasama.

E. MATERI


- Gerak dasar lempar dengan permainan target

F. PENDEKATAN DAN METODE

- Pendekatan : Scientific, TGFU
- Strategy : Cooperatif Learning.
- Tekhnik : Example, Non Example
- Metode : ceramah, demonstrasi, tanya jawab

G. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi kegiatan	Gambar	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> • Guru menyiapkan siswa • Guru memimpin doa • Guru mengabsen siswa • Guru menyampaikan tujuan pembelajaran • Guru memberikan motivasi agar siswa aktif dalam 	<p>G</p> <p>X X X X X X X X</p> <p>X X X X X X X X</p> <p>X X X X X X X X</p>	15 menit

	<p>mengikuti pembelajaran.</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan pemanasan: Dengan Permainan lempar tangkap bola Saling berhadapan dengan jarak 3 meter 	<p style="text-align: center;">G</p> <table style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>X</td> <td></td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>X</td> <td></td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>X</td> <td></td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>X</td> <td>3 m</td> <td>X</td> </tr> </table>	X		X	X		X	X		X	X	3 m	X	
X		X													
X		X													
X		X													
X	3 m	X													
Inti	<p>Game 1</p> <ul style="list-style-type: none"> Siswa dibagi menjadi 2 kelompok Siswa melemparkan bola dengan awalan tiga langkah hingga dapat masuk ke dalam ban bekas/ holahop Siswa yang lain menghadang bola dari lemparan teman untuk bergantian bermain Siswa melakukan lemparan bola ke target dari jarak 3 meter dan 5 meter dengan awalan tiga langkah Setiap siswa berusaha melemparkan bola hingga masuk ke dalam ban bekas/ holahop <p>Question</p> <ol style="list-style-type: none"> Apa yang terjadi saat siswa melemparkan bola ke target dengan jarak yang berbeda ? Berapa kali siswa dapat melemparkan bola masuk ke dalam 		80 menit												

	<p>ban bekas/holahop?</p> <p>Pratice</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Semua siswa di bagi menjadi dua kelompok dan berbaris berbanjar ke belakang 2. Barisan siswa paling depan melemparkan bola hingga masuk ke dalam lingkaran sebanyak 5 kali 3. Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang sampai masuk ke dalam lingkaran, apabila belum dapat masuk maka jarak lemparan didekatkan. <p>Game 2</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Game kedua hampir sama dengan game pertama, hanya saja di game kedua di dalam ban bekas/holahop terdapat botol bekas yang di gantung. 2. Setiap siswa berusaha melemparkan bola mengenai botol/kaleng bekas yang ada di ban bekas/ holahop. 		
Penutup	- Siswa dikumpulkan melakukan pendinginan dan mendengarkan		10 menit

	penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan - Evaluasi proses pembelajaran, tanya jawab dan berdo'a		
--	--	--	--

H. SUMBER DAN MEDIA

- Buku Gerak Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain (M.Djumidar A.Widya)
- Rafia
- holahop
- bola
- botol bekas

I. PENILAIAN

1. Tes keterampilan psikomotorik

- a. Lakukan gerak dasar lempar permainan target !

Unsur-unsur yang diamati adalah sikap awal, saat melempar, lemparan, sasaran/target.

- b. Berikan pengamatan terhadap kualitas unjuk kerja siswa dengan rentang nilai seperti pada tabel !

2. Tes sikap afektif

Pengamatan terhadap sikap afektif dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran PJOK di sekolah. Unsur yang diamati

diantaranya : Disiplin, percaya diri, semangat, kerjasama, rasa ingin tahu.

3. Tes Kognitif

- a. Menanggapi pernyataan pengetahuan tentang pembelajaran permainan target
- b. Berilah nilai terhadap kualitas tanggapan siswa dengan rentang nilai seperti tabel

4. Nilai Akhir

Nilai akhir = Nilai psikomotor + afektif + kognitif

Wanayasa, 28 Agustus 2019

Mengetahui

Guru PJOK

Kepala Sekolah

Heri Widiyanto, S.Pd.SD

Micheliana Loranthiningsih

NIP: 19690313 199908 1 001

NIM: 17604227013

**TABEL RUBRIK PENILAIAN PSIKOMOTORIK/UNJUK KERJA GERAK
DASAR LEMPAR PERMAINAN TARGET DENGAN AWALAN**

NO	ASPEK YANG DINILAI	SKOR	NILAI
1.	SIKAP AWAL	10-25	
2.	SAAT MELEMPAR	10-25	
3.	LEMPARAN	10-25	
4.	SASARAN LEMPAR	10-25	
	JUMLAH NILAI		
	JUMLAH NILAI MAKSIMAL : 100		

Keterangan :

1. Sikap awal
 - a. Salah satu kaki di depan
 - b. Tangan memegang bola dengan benar
 - c. Awalan dengan tiga langkah atau berlari
2. Saat melempar
 - a. Lengan lurus disamping belakang telinga
 - b. Membentuk power posisi atau badan condong ke belakang
 - c. Saat melempar berat badan pada kaki depan
3. Lemparan
 - a. Lepaskan bola antara lengan dan badan pada sudut 45 atau parabolik
 - b. Bola diarahkan jauh ke depan
 - c. Diikuti gerakan lanjutan.

4. Sasaran lempar

- a. Masuk ke dalam ban bekas/ holahop
- b. Masuk ke dalam ban bekas/holahop dan mengenai target di dalamnya

TABEL RUBRIK PENILAIAN AFEKTIF PEMBELAJARAN
PERMAINAN TARGET

NO	PERILAKU YANG DIHARAPKAN	SKOR	NILAI
1.	DISIPLIN	10-20	
2.	PERCAYA DIRI	10-20	
3.	SEMANGAT	10-20	
4.	KERJASAMA	10-20	
5.	RASA INGIN TAHU	10-20	
	Jumlah nilai		
	Jumlah Nilai Maksimal : 100		

Keterangan :

Nilai 20 : menunjukkan sikap yang lebih baik

Nilai 15 : menunjukkan sikap yang baik

Nilai 10 : menunjukkan sikap yang cukup baik

TABEL RUBRIK PENILAIAN KOGNITIF PEMAHAMAN PERMAINAN

TARGET

NO	PERNYATAAN YANG DIAJUKAN	SKOR	NILAI
1.	Awalan pada lempar sasaran adalah tiga langkah atau berlari	25	
2.	Saat melempar Lengan lurus disamping belakang telinga, membentuk power posisi atau badan condong ke belakang Saat melempar berat badan pada kaki depan	25	
3.	Tujuan melakukan awalan agar dalam tahapan pelepasan bola dihasilkan kecepatan tambahan	25	
	Jumlah nilai		
	Jumlah nilai maksimal : 75		

Jawaban

1. Setuju
2. Tidak setuju

Lampiran 8

PENILAIAN PSIKOMOTOR (SIKLUS 1)

No	Nama Siswa	Aspek Yang Dinilai				NA
		Sikap Awal	Saat Melempar	Lemparan	Sasaran Lempar	
1	Risda Nuraini	20	15	15	25	75
2	Hanafa Amaro	20	25	15	20	80
3	Muh. Lutfi Akbar	20	20	20	25	85
4	Raditya Setiawan	20	15	15	20	75
5	Sauqi Wildani	25	20	20	20	85
6	Syifa Maisaroh	20	25	15	20	80
7	Vella Radiyana	20	15	15	20	70
8	Abdul Rasid	20	20	15	15	70
9	Abi Bagus Prasetyo	20	15	20	25	80
10	Affan Ainun Sya'ban	20	20	20	25	75
11	Afif Abdilah	25	20	20	20	85
12	Arya Tri Kusuma	20	20	20	25	85
13	Azan Abdilah P	20	15	20	25	80
14	Dafa Hanif Abdul F	25	15	20	20	80
15	Dani Ahmad Maulana	15	15	15	25	70
16	Dias Fahril Ulul	20	15	15	20	70
17	Elviera Anindia Soland	15	15	20	20	70

18	Eni Apriliani	15	20	15	20	75
19	Herma Latifatul C	15	20	20	15	75
20	Mutiara hayuningsih	15	20	20	20	75
21	Nasya Zhora Syahdila	20	20	15	15	70
22	Nindya Puspita Desi	15	20	20	15	70
23	Nurani Puspitasari	25	15	20	20	80
24	Ridho Budi S	20	15	20	15	75
25	Singgih Amir H	20	20	20	20	80
26	Usfatun Khasanah	15	20	15	25	75
27	Vandilas Zilan P	20	20	20	15	75
28	Velma Yatha Fara	20	20	20	15	75
29	Ana aulia Altafun	20	20	15	15	70

Lampiran 9

PENILAIAN AFEKTIF SIKLUS 1

No	Nama	Aspek yang dinilai					NA
		Disiplin	Percaya diri	semangat	kerjasama	Rasa Ingin tahu	
1	Risda Nuraini	15	20	20	20	20	85
2	Hanafa Amaro	20	20	20	15	15	90
3	Muh. Lutfi Akbar	15	20	20	20	15	80
4	Raditya Setiawan	15	15	20	15	15	80
5	Sauqi Wildani	15	15	15	15	10	70
6	Syifa Maisaroh	20	20	15	15	15	85
7	Vella Radiyana	15	20	20	15	15	85
8	Abdul Rasid	15	15	20	15	15	80
9	Abi Bagus Prasetyo	15	15	20	15	15	80
10	Affan Ainun Sya'ban	20	15	15	15	15	80
11	Afif Abdilah	15	20	15	15	15	80
12	Arya Tri Kusuma	15	20	20	20	10	85
13	Azan Abdilah P	15	20	15	15	15	80
14	Dafa Hanif Abdul F	15	20	15	15	15	80
15	Dani Ahmad Maulana	20	20	20	10	15	85
16	Dias Fahril Ulul	20	15	15	15	15	80
17	Elviera Anindia Soland	20	20	15	15	15	85

18	Eni Apriliani	20	20	15	15	10	80
19	Herma Latifatul C	15	15	20	15	15	80
20	Mutiara hayuningsih	20	20	15	15	15	85
21	Nasya Zhora Syahdila	15	20	15	15	15	80
22	Nindya Puspita Desi	20	20	15	15	20	90
23	Nurani Puspitasari	20	15	15	15	20	85
24	Ridho Budi S	15	15	20	20	20	80
25	Singgih Amir H	15	15	15	15	10	70
26	Usfatun Khasanah	20	20	20	15	15	80
27	Vandilas Zilan P	15	15	15	15	15	75
28	Velma Yatha Fara	20	15	20	10	15	80
29	Ana aulia Altafun	20	20	15	15	10	80

Lampiran 10

Lembar Penilaian Kognitif Siklus 1

No	Nama	Pernyat 1		Pernyat 2		Pernyat 3		Jml
		S	TS	S	TS	S	TS	
1	Risda Nuraini	25		25		-		66
2	Hanafa Amaro	25		25		25		100
3	Muh. Lutfi Akbar	25		-		25		66
4	Raditya Setiawan	25		25		-		66
5	Sauqi Wildani	25		-		25		66
6	Syifa Maisaroh	25		-		-		33
7	Vella Radiyana	25		25		25		100
8	Abdul Rasid	25		25		-		66
9	Abi Bagus Prasetyo	25		25		-		66
10	Affan Ainun Sya'ban	25		25		-		66
11	Afif Abdilah	25		25		-		66
12	Arya Tri Kusuma	25		25		-		66
13	Azan Abdilah P	25		-		25		66
14	Dafa Hanif Abdul F	25		25		25		100
15	Dani Ahmad Maulana	25		25		25		100
16	Dias Fahril Ulul	25		25		-		66
17	Elviera Anindia Soland	25		25		25		100
18	Eni Apriliani	25		-		-		33
19	Herma Latifatul C	25		25		25		100

20	Mutiara hayuningsih	25		25		25		100
21	Nasya Zhora Syahdila	25		25		-		66
22	Nindya Puspita Desi	25		25		25		100
23	Nurani Puspitasari	25		25		25		100
24	Ridho Budi S	25		25		-		66
25	Singgih Amir H	25		25		25		100
26	Usfatun Khasanah	25		25		-		66
27	Vandilas Zilan P	25		25		-		66
28	Velma Yatha Fara	25		25		25		100
29	Ana aulia Altafun	25		25		25		100

Lampiran 11

Rekap Hasil Belajar Siklus I

No	Nama Siswa	Aspek Yang Dinilai			Jml	NA P+A+K/3	Ket
		P	A	K			
1	Risda Nuraini	75	85	66	226	75	T
2	Hanafa Amaro	80	90	100	270	90	T
3	Muh. Lutfi Akbar	85	80	66	231	77	T
4	Raditya Setiawan	75	80	66	221	74	TT
5	Sauqi Wildani	85	70	66	221	74	TT
6	Syifa Maisaroh	80	85	33	198	66	T
7	Vella Radiyana	70	85	100	255	85	T
8	Abdul Rasid	70	80	66	216	72	TT
9	Abi Bagus Prasetyo	80	80	66	226	75	T
10	Affan Ainun Sya'ban	75	80	66	221	74	T
11	Afif Abdilah	85	80	66	231	77	T
12	Arya Tri Kusuma	85	85	66	236	79	T
13	Azan Abdilah P	80	80	66	226	75	T
14	Dafa Hanif Abdul F	80	80	100	260	87	T
15	Dani Ahmad Maulana	70	85	100	255	85	T
16	Dias Fahril Ulul	70	80	66	216	72	TT
17	Elviera Anindia Soland	70	85	100	255	85	T
18	Eni Apriliani	75	80	33	188	63	TT
19	Herma Latifatul C	75	80	100	255	85	T

20	Mutiara hayuningsih	75	85	100	260	87	T
21	Nasya Zhora Syahdila	70	80	66	216	72	TT
22	Nindya Puspita Desi	70	90	100	260	87	T
23	Nurani Puspitasari	80	85	100	265	88	T
24	Ridho Budi S	75	80	66	221	74	TT
25	Singgih Amir H	75	70	100	245	82	T
26	Usfatun Khasanah	75	80	66	221	74	TT
27	Vandilas Zilan P	75	75	66	216	72	TT
28	Velma Yatha Fara	75	80	100	255	85	T
29	Ana aulia Altafun	70	80	100	250	83	T

Lampiran 12

PENILAIAN PSIKOMOTOR (SIKLUS II)

No	Nama Siswa	Aspek Yang Dinilai				NA
		Sikap Awal	Saat Melempar	Lemparan	Sasaran Lempar	
1	Risda Nuraini	20	20	20	20	80
2	Hanafa Amaro	20	25	20	20	85
3	Muh. Lutfi Akbar	20	20	20	25	85
4	Raditya Setiawan	20	20	15	20	75
5	Sauqi Wildani	25	20	20	20	85
6	Syifa Maisaroh	20	25	20	20	85
7	Vella Radiyahana	15	20	20	20	75
8	Abdul Rasid	20	20	15	20	75
9	Abi Bagus Prasetyo	20	15	20	25	80
10	Affan Ainun Sya'ban	25	20	20	20	85
11	Afif Abdilah	25	25	20	15	85
12	Arya Tri Kusuma	25	20	20	20	85
13	Azan Abdilah P	20	20	20	20	80
14	Dafa Hanif Abdul F	25	20	20	20	85
15	Dani Ahmad Maulana	20	20	15	25	80
16	Dias Fahril Ulul	20	20	15	20	75

17	Elviera Anindia Soland	20	20	20	20	80
18	Eni Apriliani	20	20	15	15	70
19	Herma Latifatul C	20	20	20	15	75
20	Mutiara hayuningsih	20	20	25	20	85
21	Nasya Zhora Syahdila	20	20	15	20	75
22	Nindya Puspita Desi	20	20	20	20	80
23	Nurani Puspitasari	25	20	20	20	85
24	Ridho Budi S	20	20	20	15	75
25	Singgih Amir H	20	20	20	20	80
26	Usfatun Khasanah	20	20	20	15	75
27	Vandilas Zilan P	15	20	20	20	75
28	Velma Yatha Fara	20	20	20	20	80
29	Ana aulia Altafun	20	20	20	15	75

Lampiran 13

PENILAIAN AFEKTIF SIKLUS II

No	Nama						Jml
		Disiplin	Percaya diri	Semangat	kerjasama	Rasa Ingin tahu	
1	Risda Nuraini	20	15	20	20	20	85
2	Hanafa Amaro	15	20	20	15	15	85
3	Muh. Lutfi Akbar	20	20	20	15	15	90
4	Raditya Setiawan	15	20	20	15	10	80
5	Sauqi Wildani	15	20	20	15	15	85
6	Syifa Maisaroh	20	20	15	15	15	85
7	Vella Radiyana	20	15	20	15	15	85
8	Abdul Rasid	15	15	20	15	15	80
9	Abi Bagus Prasetyo	15	20	15	15	15	80
10	Affan Ainun Sya'ban	20	15	20	15	15	85
11	Afif Abdilah	15	15	15	15	15	75
12	Arya Tri Kusuma	20	15	20	20	15	90
13	Azan Abdilah P	15	15	15	15	15	75
14	Dafa Hanif Abdul F	20	20	20	15	15	90
15	Dani Ahmad Maulana	20	20	20	10	15	85

16	Dias Fahril Ulul	20	15	15	15	15	80
17	Elviera Anindia Soland	20	15	20	15	15	85
18	Eni Apriliani	15	15	15	15	15	75
19	Herma Latifatul C	15	15	20	15	15	80
20	Mutiara hayuningsih	20	20	15	15	20	90
21	Nasya Zhora Syahdila	20	15	20	15	15	80
22	Nindya Puspita Desi	20	15	15	15	20	85
23	Nurani Puspitasari	20	15	15	15	20	85
24	Ridho Budi S	15	15	15	20	15	80
25	Singgih Amir H	15	15	20	15	15	80
26	Usfatun Khasanah	20	20	20	15	15	80
27	Vandilas Zilan P	15	10	15	15	15	70
28	Velma Yatha Fara	20	15	20	15	15	85
29	Ana Aulia A	20	20	15	15	15	85

Lampiran 14

Lembar Penilaian Kognitif Siklus II

No	Nama	Pernyat 1		Pernyat 2		Pernyat 3		NA
		S	TS	S	TS	S	TS	
1	Risda Nuraini	25		25		25		100
2	Hanafa Amaro	25		25		25		100
3	Muh. Lutfi Akbar	25		25		25		100
4	Raditya Setiawan	25		25		-		66
5	Sauqi Wildani	25		25		25		100
6	Syifa Maisaroh	25		25		-		66
7	Vella Radiyana	25		25		-		66
8	Abdul Rasid	25		25		25		100
9	Abi Bagus Prasetyo	25		25		25		100
10	Affan Ainun Sya'ban	25		25		25		100
11	Afif Abdilah	25		25		25		100
12	Arya Tri Kusuma	25		25		25		100
13	Azan Abdilah P	25		25		25		100
14	Dafa Hanif Abdul F	25		25		25		100
15	Dani Ahmad Maulana	25		25		25		100
16	Dias Fahril Ulul	25		25		25		100
17	Elviera Anindia Soland	25		25		25		100
18	Eni Apriliani	25		25		-		66
19	Herma Latifatul C	25		25		25		100

20	Mutiara hayuningsih	25		25		25		100
21	Nasya Zhora Syahdila	25		25		25		100
22	Nindya Puspita Desi	25		25		25		100
23	Nurani Puspitasari	25		25		25		100
24	Ridho Budi S	25		25		-		66
25	Singgih Amir H	25		25		-		66
26	Usfatun Khasanah	25		25		25		100
27	Vandilas Zilan P	25		25		-		66
28	Velma Yatha Fara	25		25		25		100
29	Ana aulia Altafun	25		25		25		100

Lampiran 15

Rekap Hasil Belajar Siklus II

No	Nama Siswa	Aspek Yang Dinilai			Jml	NA P+A+K/3	Ket
		P	A	K			
1	Risda Nuraini	80	85	100	265	88	T
2	Hanafa Amaro	85	85	100	270	90	T
3	Muh. Lutfi Akbar	85	90	100	275	92	T
4	Raditya Setiawan	75	80	66	221	74	TT
5	Sauqi Wildani	85	85	100	270	90	T
6	Syifa Maisaroh	85	85	66	236	79	T
7	Vella Radiyana	75	85	66	226	75	T
8	Abdul Rasid	75	80	100	255	85	T
9	Abi Bagus Prasetyo	80	80	100	260	87	T
10	Affan Ainun Sya'ban	85	85	100	270	90	T
11	Afif Abdilah	85	75	100	260	87	T
12	Arya Tri Kusuma	85	90	100	275	92	T
13	Azan Abdilah P	80	75	100	255	85	T
14	Dafa Hanif Abdul F	85	90	100	275	92	T
15	Dani Ahmad Maulana	80	85	100	265	88	T
16	Dias Fahril Ulul	75	80	100	255	85	T
17	Elviera Anindia Soland	80	85	100	265	88	T

18	Eni Apriliani	70	75	66	211	70	TT
19	Herma Latifatul C	75	80	100	255	85	T
20	Mutiara hayuningsih	85	90	100	275	92	T
21	Nasya Zhora Syahdila	75	80	100	255	85	T
22	Nindya Puspita Desi	80	85	100	265	88	T
23	Nurani Puspitasari	85	85	100	270	90	T
24	Ridho Budi S	75	80	66	221	74	TT
25	Singgih Amir H	80	80	66	226	75	T
26	Usfatun Khasanah	75	80	100	255	85	T
27	Vandilas Zilan P	75	70	66	211	70	TT
28	Velma Yatha Fara	80	85	100	265	88	T
29	Ana aulia Altafun	75	85	100	260	87	T

Lampiran 16

Tingkat Kepuasan Pembelajaran Gerak Dasar Lempar Melalui Permainan Target

No	Nama	Pernyataan									
		1		2		3		4		5	
		ya	Tdk	ya	tdk	Ya	tdk	ya	tdk	Ya	tdk
1	Risda Nuraini	V		V		V			V	V	
2	Hanafa Amaro	V		V		V			V	V	
3	Muh. Lutfi Akbar	V		V		V		V		V	
4	Raditya Setiawan	V		V		V		V		V	
5	Sauqi Wildani	V		V		V		V		V	
6	Syifa Maisaroh	V		V		V		V		V	
7	Vella Radiyana	V		V		V			V	V	
8	Abdul Rasid	V		V		V		V		V	
9	Abi Bagus Prasetyo	V		V		V		V		V	
10	Affan Ainun Sya'ban	V		V		V		V		V	
11	Afif Abdilah	V		V		V		V		V	
12	Arya Tri Kusuma	V		V		V		V		V	
13	Azan Abdilah P	V			V	V		V		V	
14	Dafa Hanif Abdul F	V		V		V		V		V	
15	Dani Ahmad Maulana	V		V		V		V		V	

16	Dias Fahril Ulul	V		V		V		V		V	
17	Elviera Anindia Soland	V		V		V		V		V	
18	Eni Apriliani	V		V		V		V		V	
19	Herma Latifatul C	V		V		V		V		V	
20	Mutiara hayuningsih	V		V		V		V		V	
21	Nasya Zhora Syahdila	V		V		V		V		V	
22	Nindya Puspita Desi	V		V		V		V		V	
23	Nurani Puspitasari	V		V		V		V		V	
24	Ridho Budi S	V		V		V		V		V	
25	Singgih Amir H	V		V		V		V		V	
26	Usfatun Khasanah	V		V		V			V	V	
27	Vandilas Zilan P	V		V		V		V		V	
28	Velma Yatha Fara	V		V		V		V		V	
29	Ana aulia Altafun	V		V		V		V		V	

Tingkat Kepuasa Pembelajaran Gerak Dasar Lempar Melalui Permainan Target

No	Nama	Pernyataan									
		6		7		8		9		10	
		ya	tdk	ya	tdk	Ya	tdk	Ya	tdk	ya	tdk
1	Risda Nuraini	V		V		V			V	V	
2	Hanafa Amaro	V		V		V			V	V	
3	Muh. Lutfi Akbar		V	V		V			V	V	
4	Raditya Setiawan	V		V		V			V	V	
5	Sauqi Wildani	V		V		V			V	V	
6	Syifa Maisaroh	V		V		V			V	V	
7	Vella Radiyana	V		V		V			V	V	
8	Abdul Rasid		V	V		V			V	V	
9	Abi Bagus Prasetyo	V		V		V			V	V	
10	Affan Ainun Sya'ban	V		V		V			V	V	
11	Afif Abdilah		V	V		V			V	V	
12	Arya Tri Kusuma	V			V	V			V	V	
13	Azan Abdilah P	V		V		V			V	V	
14	Dafa Hanif Abdul F		V	V		V			V	V	
15	Dani Ahmad Maulana	V		V		V			V	V	
16	Dias Fahril Ulul		V	V		V			V	V	

17	Elviera Anindia Soland	V		V		V			V	V	
18	Eni Apriliani		V	V		V			V	V	
19	Herma Latifatul C		V	V		V			V	V	
20	Mutiara hayuningsih	V		V		V			V	V	
21	Nasya Zhora Syahdila		V	V		V			V	V	
22	Nindya Puspita Desi	V		V		V			V	V	
23	Nurani Puspitasari	V		V		V			V	V	
24	Ridho Budi S	V		V		V			V	V	
25	Singgih Amir H	V		V		V			V	V	
26	Usfatun Khasanah	V			V		V		V	V	
27	Vandilas Zilan P	V		V		V		V		V	
28	Velma Yatha Fara		V	V		V			V	V	
29	Ana aulia Altafun	V		V		V			V	V	

Keterangan Skor Maksimal 100

Menjawab tepat skor 2

Menjawab tidak tepat skor 1

Lampiran 17

Hasil Pengamatan Aktivitas siswa Siklus 1

No	Indikator	Deskriptor	Skor Penilaian			
			3	2	1	0
1.	Siswa aktif	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan penjelasan guru dengan sungguh – sungguh. - Tidak bermain sendiri/ menyimpang saat pembelajaran berlangsung - Mampu menjawab dengan spontan pertanyaan dari guru. 		V		
2.	Siswa aktif bertanya	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa bertanya 1 kali - Siswa bertanya lebih dari 1 kali - Sikap siswa yang baik dalam menyampaikan pertanyaan 	V			
3.	Siswa aktif menjawab pertanyaan	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa menjawab pertanyaan 1 kali - Siswa menjawab pertanyaan lebih dari 1 kali - Jawaban siswa sesuai dengan pertanyaan yang diajukan 		V		
4.	Siswa melakukan teknik dasar lempar dengan permainan target	<ul style="list-style-type: none"> - Semua siswa dalam kelompok ikut berpartisipasi dalam permainan target - Siswa melakukan rangkaian permainan lempar bola ke ban/ simpai yang digantung sesuai dengan yang diperintahkan - Siswa berusaha melakukan rangkaian permainan target untuk mendapatkan poin baik 			V	
5.	Memiliki perasaan senang dalam pembelajaran	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa senang mengikuti kegiatan pembelajaran dengan menggunakan permainan target - Siswa bersemangat dalam melakukan permainan target 		V		
Jumlah			10			
Presentase			71,42			
Kategori			Baik			

Kolaborator

Dani Anggana

Lampiran 18

Hasil Pengamatan Aktivitas siswa Siklus 1

No	Indikator	Deskriptor	Skor Penilaian			
			3	2	1	0
1.	Siswa aktif	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan penjelasan guru dengan sungguh – sungguh. - Tidak bermain sendiri/ menyimpang saat pembelajaran berlangsung - Mampu menjawab dengan spontan pertanyaan dari guru. 		V		
2.	Siswa aktif bertanya	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa bertanya 1 kali - Siswa bertanya lebih dari 1 kali - Sikap siswa yang baik dalam menyampaikan pertanyaan 	V			
3.	Siswa aktif menjawab pertanyaan	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa menjawab pertanyaan 1 kali - Siswa menjawab pertanyaan lebih dari 1 kali - Jawaban siswa sesuai dengan pertanyaan yang diajukan 		V		
4.	Siswa melakukan teknik dasar lempar dengan permainan target	<ul style="list-style-type: none"> - Semua siswa dalam kelompok ikut berpartisipasi dalam permainan target - Siswa melakukan rangkaian permainan lempar bola ke ban/ simpai yang digantung sesuai dengan yang diperintahkan - Siswa berusaha melakukan rangkaian permainan target untuk mendapatkan poin baik 		V		
5.	Memiliki perasaan senang dalam pembelajaran	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa senang mengikuti kegiatan pembelajaran dengan menggunakan permainan target - Siswa bersemangat dalam melakukan permainan target 		V		
Jumlah			11			
Presentase			78,57			
Kategori			Baik			

Kolabolator

Barokah

Lampiran 19

Hasil Pengamatan Aktivitas siswa Siklus II

No	Indikator	Deskriptor	Skor Penilaian			
			3	2	1	0
1.	Siswa aktif	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan penjelasan guru dengan sungguh – sungguh. - Tidak bermain sendiri/ menyimpang saat pembelajaran berlangsung - Mampu menjawab dengan spontan pertanyaan dari guru. 	V			
2.	Siswa aktif bertanya	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa bertanya 1 kali - Siswa bertanya lebih dari 1 kali - Sikap siswa yang baik dalam menyampaikan pertanyaan 	V			
3.	Siswa aktif menjawab pertanyaan	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa menjawab pertanyaan 1 kali - Siswa menjawab pertanyaan lebih dari 1 kali - Jawaban siswa sesuai dengan pertanyaan yang diajukan 		V		
4.	Siswa melakukan teknik dasar lempar dengan permainan target	<ul style="list-style-type: none"> - Semua siswa dalam kelompok ikut berpartisipasi dalam permainan target - Siswa melakukan rangkaian permainan lempar bola ke ban/ simpai yang digantung sesuai dengan yang diperintahkan - Siswa berusaha melakukan rangkaian permainan target untuk mendapatkan poin baik 			V	
5.	Memiliki perasaan senang dalam pembelajaran	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa senang mengikuti kegiatan pembelajaran dengan menggunakan permainan target - Siswa bersemangat dalam melakukan permainan target 		V		
Jumlah			11			
Presentase			78,57			
Kategori			Baik			

Kolabolator

Dani Anggana

Lampiran 20

Hasil Pengamatan Aktivitas siswa Siklus II

No	Indikator	Deskriptor	Skor Penilaian			
			3	2	1	0
1.	Siswa aktif	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan penjelasan guru dengan sungguh – sungguh. - Tidak bermain sendiri/ menyimpang saat pembelajaran berlangsung - Mampu menjawab dengan spontan pertanyaan dari guru. 	V			
2.	Siswa aktif bertanya	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa bertanya 1 kali - Siswa bertanya lebih dari 1 kali - Sikap siswa yang baik dalam menyampaikan pertanyaan 	V			
3.	Siswa aktif menjawab pertanyaan	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa menjawab pertanyaan 1 kali - Siswa menjawab pertanyaan lebih dari 1 kali - Jawaban siswa sesuai dengan pertanyaan yang diajukan 		V		
4.	Siswa melakukan teknik dasar lempar dengan permainan target	<ul style="list-style-type: none"> - Semua siswa dalam kelompok ikut berpartisipasi dalam permainan target - Siswa melakukan rangkaian permainan lempar bola ke ban/ simpai yang digantung sesuai dengan yang diperintahkan - Siswa berusaha melakukan rangkaian permainan target untuk mendapatkan poin baik 			V	
5.	Memiliki perasaan senang dalam pembelajaran	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa senang mengikuti kegiatan pembelajaran dengan menggunakan permainan target - Siswa bersemangat dalam melakukan permainan target 		V		
Jumlah			11			
Presentase			78,57			
Kategori			Baik			

Kolabolator

Barokah

Lampiran 21

Hasil pengamatan Keterampilan Guru Siklus 1

No	Aspek yang dinilai	Skor penilaian					Keterangan
		1	2	3	4	5	
1.	Kesesuaian dengan kompetensi dasar				V		
2.	Kesesuaian dengan indikator				V		
3.	Kesesuaian dengan tujuan pembelajaran				V		
4.	Keterampilan membuka pelajaran			V			
5.	Keterampilan menjelaskn			V			
6.	Keterampilan mengadakan variasi metode pembelajaran			V			
7.	Keterampilan mengajar kelompok kecil dan perseorangan			V			
8.	Keterampilan mengelola kelas				V		
9.	Keterampilan bertanya				V		
10	Keterampilan memberikan penguatan			V			
11	Keterampilan menutup pelajaran				V		
Jumlah		39					
Presentase		71,0					
Kategori		Baik					

Kolaborator

Dani Anggana

Lampiran 22

Hasil pengamatan Keterampilan Guru Siklus 1

No	Aspek yang dinilai	Skor penilaian					Keterangan
		1	2	3	4	5	
1.	Kesesuaian dengan kompetensi dasar				V		
2.	Kesesuaian dengan indikator				V		
3.	Kesesuaian dengan tujuan pembelajaran				V		
4.	Keterampilan membuka pelajaran			V			
5.	Keterampilan menjelaskn			V			
6.	Keterampilan mengadakan variasi metode pembelajaran			V			
7.	Keterampilan mengajar kelompok kecil dan perseorangan			V			
8.	Keterampilan mengelola kelas				V		
9.	Keterampilan bertanya				V		
10	Keterampilan memberikan penguatan				V		
11	Keterampilan menutup pelajaran				V		
Jumlah		40					
Presentase		72,72					
Kategori		Baik					

Kolabolator

Barokah

Lampiran 23

Hasil pengamatan Keterampilan Guru Siklus II

No	Aspek yang dinilai	Skor penilaian					Keterangan
		1	2	3	4	5	
1.	Kesesuaian dengan kompetensi dasar				V		
2.	Kesesuaian dengan indikator				V		
3.	Kesesuaian dengan tujuan pembelajaran				V		
4.	Keterampilan membuka pelajaran				V		
5.	Keterampilan menjelaskn				V		
6.	Keterampilan mengadakan variasi metode pembelajaran			V			
7.	Keterampilan mengajar kelompok kecil dan perseorangan			V			
8.	Keterampilan mengelola kelas				V		
9.	Keterampilan bertanya				V		
10	Keterampilan memberikan penguatan				V		
11	Keterampilan menutup pelajaran				V		
Jumlah		42					
Presentase		76,36					
Kategori		Baik					

Kolabolator

Dani anggana

Lampiran 24

Hasil pengamatan Keterampilan Guru Siklus II

No	Aspek yang dinilai	Skor penilaian					Keterangan
		1	2	3	4	5	
1.	Kesesuaian dengan kompetensi dasar				V		
2.	Kesesuaian dengan indikator				V		
3.	Kesesuaian dengan tujuan pembelajaran				V		
4.	Keterampilan membuka pelajaran				V		
5.	Keterampilan menjelaskn				V		
6.	Keterampilan mengadakan variasi metode pembelajaran			V			
7.	Keterampilan mengajar kelompok kecil dan perseorangan				V		
8.	Keterampilan mengelola kelas				V		
9.	Keterampilan bertanya				V		
10	Keterampilan memberikan penguatan				V		
11	Keterampilan menutup pelajaran				V		
Jumlah		43					
Presentase		78,18					
Kategori		Baik					

Kolabolator

Barokah

Lampiran 25

Kegiatan pembelajaran siklus I



Guru sedang memberikan penjelasan tentang materi yang akan diajarkan



Siswa melakukan pemanasan permainan lempar tangkap bola melewati holahop



Game 1



Question



Game 2



Game 2



Pendinginan dan penutup

Lampiran 26

Kegiatan Pembelajaran siklus II



Apersepsi



Guru memberikan penjelasan tentang materi yang akan diajarkan



Pemanasan dengan lempar tangkap bola melalui holahop



Game 1



Question



Practice



Game 2



Pendinginan dan penutup

