

**PENINGKATAN KEMAMPUAN GERAK DASAR MANIPULATIF  
MELALUI PERMAINAN TANPA NET SPEEDBALL SISWA KELAS V  
MIN 1 YOGYAKARTA**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar Sarjana  
Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar



Oleh :

**Ramadhani Puspa Nurdiana**

**19604224002**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN

### LEMBAR PERSETUJUAN

PENINGKATAN KEMAMPUAN GERAK DASAR MANIPULATIF  
MELALUI PERMAINAN TANPA NET *SPEEDBALL* SISWA KELAS V  
MIN 1 YOGYAKARTA

### TUGAS AKHIR SKRIPSI

Ramadhani Puspa Nurdiana

NIM. 19604224002

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim penguji Tugas Akhir Fakultas  
Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Tanggal : Juli 2023

Yogyakarta, Juli 2023

Mengetahui,  
Koordinator Program Studi

Disetujui,  
Dosen Pembimbing



Dr. Hari Yulianto, M. Kes  
NIP. 196707011994121001



Prof. Soni Nopembri, S.Pd., M.Pd., Ph.D.  
NIP. 197911122003121002

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan dibawah ini:

Nama : Ramadhani Puspa Nurdiana  
NIM : 19604224002  
Program Studi : Pendidikan Jsamani Sekolah dasar  
Judul Skripsi : Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Melalui Permainan Tanpa Net Speedball Siswa Kelas V Min 1 Yogyakarta

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

Yogyakarta, Juli 2023

Yang Menyatakan,



Ramadhani Puspa Nurdiana

NIM. 19604224002

## LEMBAR PENGESAHAN

### LEMBAR PENGESAHAN

**PENINGKATAN KEMAMPUAN GERAK DASAR MANIPULATIF  
MELALUI PERMAINAN TANPA NET *SPEEDBALL* SISWA KELAS V  
MIN 1 YOGYAKARTA  
TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Ramadhani Puspa Nurfiara  
NIM. 19604224002

Telah dipertalunkan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan,  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Pada tanggal, 14 Juli 2023

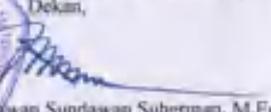
#### TIM PENGLUJI

Nama/Jabatan	Tanda tangan	Tanggal
Prof. Soni Nopentri, S.Pd., M.Pd., Ph.D. (Ketua Penguji/Pembimbing)		21/7 2023
Heri Yogo Prayadi, S. Pd.Jas., M.Or. (Sekertaris Penguji)		24/7 2023
Prof. Dr. Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes (Penguji Utama)		21-7-2023

Yogyakarta, Juli 2023

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



  
Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed  
NIP. 19640707 198812 1 0014

## MOTTO

1. *"Diwajibkan atas kamu berperang. Padahal berperang adalah sesuatu yang kamu benci. Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui."* (Q.S. Al-Baqarah: ayat 216)

*"Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan"* (Q.S. Al-Insyirah: 5-6)

2. *"Just become who you are, because you are warrior in own your world. No manner how hard your journey."* (Ramadhani Puspa Nurdiana)

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya ini untuk orang tersayang:

1. Dian Windiani Siwi, Ibu yang telah membimbing dan mendukung dengan sepenuh kasih sayang
2. Sora dan Momogi, Kucingku yang telah menemani majikannya selama menulis.
3. Supartoyo (Almarhum), Eyang kakung yang telah memberi dorongan untuk maju.
4. Bella (Almarhumah), Teman masa kecil dan terimakasih kenangan yang indahny.

## KATA PENGANTAR

Terima kasih banyak atas kehadiran Allah SWT. Yang telah memberikan anugerah kemurahan hati dan keikhlasan-Nya, sehingga perencanaan Tugas Akhir dengan judul “Mengembangkan Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Siswa Kelas V MIN 1 Yogyakarta Melalui Permainan Tanpa Net *Speed Ball*.”, dapat diselesaikan dengan lancar.

Menyelesaikan penyiapan tugas akhir dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana dari Program Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Fakultas Keolahragaan dan Ilmu Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Bapak Prof. Soni Nopembri, S.Pd., M.Pd., Ph.D. selaku dosen pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan arahan, bimbingan dan motivasi selama penyusunan skripsi. Pada kesempatan ini penulis juga mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., AIFO., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan fasilitas guna terlaksananya penelitian ini.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin sehingga penelitian ini dapat terlaksana.

3. Dosen Validator instrument yakni Bapak Prof. Soni Nopembri, S.Pd., M.Pd., Ph.D.telah memberikan saran yang membangun, perbaikan dan masukan sehingga penelitian Tugas Akhir Skripsi ini dapat terlaksana sesuai dengan tujuan
4. Bapak/Ibu penguji yang telah memberikan koreksi terhadap tugas Akhir Skripsi ini.
5. Bapak Dr. Hari Yulianto, M. Kes., selaku Kaprodi PJSD sekaligus dosen pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan dan semangat selama perkuliahan.
6. Ibu Kepala Sekolah MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta.
7. Bapak Guru PJOK dan peserta didik kelas V MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta.
8. Teman-teman PJSD B 2019 yang senantiasa menemani, memberikan dukungan, dan saling memberikan semangat selama masa perkuliahan awal hingga terselesaikan tugas akhir ini.
9. Seluruh pihak yang ikut adil baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Tiada balasan yang pantas bagi kebaikan selain kebaikan pula. Semoga segala bantuan yang bapak/ibu dan teman-teman berikan menjadi jadi catatan amalan baik dan mendapatkan balasan dari Allah SWT. dan besar harapan dari Tugas Akhir

Skripsi ini dapat menjadi informasi yang bermanfaat bagi pembaca, dan pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, Juli 2023

Penulis,

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized initials 'RSP.' followed by a period.

Ramadhani Puspa Nurdiana

NIM. 19604224002

**PENINGKATAN KEMAMPUAN GERAK DASAR MANIPULATIF  
MELALUI PERMAINAN TANPA NET SPEEDBALL SISWA KELAS V  
MIN 1 YOGYAKARTA**

Oleh:

Ramadhani Puspa Nurdiana

NIM. 19604224002

**ABSTRAK**

Pada Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan gerak dasar manipulatif melalui permainan tanpa net *speedball* terhadap kemampuan gerak dasar manipulatif siswa kelas V di MIN 1 Yogyakarta.

Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen semu atau *Quasi Experimental Design* dengan jenis desain penelitian *Time Series Design*. Dalam desain ini kelompok yang digunakan untuk penelitian tidak dapat dipilih secara random (Sugiyono, 2020: 119). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V dan sampel adalah siswa kelas VB MIN 1 Yogyakarta yang berjumlah 30 siswa. Instrumen yang digunakan yaitu Instrumen Penilaian Keterampilan yang terdiri atas aspek yang dinilai berupa: Memukul bola ke arah lawan/rekan sebaya, mengembalikan bola yang di terima lawan/rekan sebaya, mengarahkan bola yang dipukul ke arah lawan/rekan sebaya/memperoleh poin dalam permainan.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terhadap permainan tanpa net *speedball* terhadap kemampuan gerak dasar manipulatif siswa kelas V MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta dengan nilai  $t_{hitung} 3,303 > t_{tabel} 2,09$ .

Kata kunci: *kemampuan gerak manipulatif, permainan tanpa net speedball*

**IMPROVING BASIC MANIPULATIVE MOVEMENT ABILITY THROUGH  
NO NET SPEEDBALL GAME FOR STUDENTS CLASS V MIN 1  
YOGYAKARTA**

By:

Ramadhani Puspa Nurdiana

NIM. 19604224002

**ABSTRACT**

*On this research it aims to know an improvement of base manipulative motion through a game without net speedball against a basic manipulative class v ability in min 1 Yogyakarta.*

*In this study is a study with the design of one group pretest-posttest design. According to Arikunto (2010: 124) one group pretest-posttest design was the study that gave the initial test (pretest) before treatment, after treatment gave the final test (posttest). The population in the study is a v class student and samples are a VB min 1 Yogyakarta class of 30 students. The instrument used is the assessments' skill instrument consisting of the assessments' aspect: hitting the opponent/peer kea ball, returning the ball received by the opponent/peer, aiming the hit ball at the opponent/peer/gaining point in the game.*

*Based on the results this study shows that there has been an influence on a game without net speedball on a basic manipulation of motion capability for students of class v min 1 Yogyakarta, Defixed by Umbulharjo, Yogyakarta, special region of Yogyakarta, with a value of  $3.303 > t$  table 2.09.*

*Keyword: the capability of manipulative motion, a game without net speedball*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN .....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK .....	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR TABEL.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. LATAR BELAKANG .....	1
B. IDENTIFIKASI MASALAH.....	4
C. PEMBATASAN MASALAH.....	5
D. RUMUSAN MASALAH.....	5
E. TUJUAN PENELITIAN.....	5
F. MANFAAT PENELITIAN.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	7
A. KAJIAN TEORI .....	7
1. MENGEMBANGKAN PERMAINAN SPEED-BALL.....	7
2. GERAK DASAR.....	14
3. KETERAMPILAN GERAK MANIPULATIF .....	15
4. SEKOLAH DASAR.....	18
B. PENELITIAN YANG RELEVAN .....	22
C. KERANGKA BERPIKIR .....	24
D. HIPOTESIS PENELITIAN .....	26
BAB III METODE PENELITIAN .....	27
A. PENDEKATAN PENELITIAN .....	27
B. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN.....	28

C. POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN.....	28
D. DEFINISI OPERASIONAL VARIABLE .....	30
E. TEKNIK DAN INSTRUMEN PENGUMPULANoDATA .....	32
F. TEKNIK ANALISISoDATA.....	38
BAB IV HASIL PENELITIANoDANoPEMBAHASAN .....	42
A. HASIL PENELITIAN.....	42
B. PEMBAHASAN .....	50
C. KETERBATASAN PENELITIANo.....	53
BAB V KESIMPULANoDAN SARAN .....	55
A. KESIMPULAN .....	55
B. IMPLIKASI PENELITIAN .....	55
C. SARAN .....	55
DAFTAR PUSTAKA .....	57
LAMPIRAN .....	60

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Bimbingan Proposal TAS .....	61
Lampiran 2. Kartu Bimbingan .....	62
Lampiran 3. Ijin Survei Penelitian .....	63
Lampiran 4. Surat Ijin Validator .....	64
Lampiran 5. Instrumen Penelitian .....	65
Lampiran 6. Surat Ijin Uji Instrumen Penelitian .....	68
Lampiran 7. Surat Keterangan Uji Instrumen Penelitian .....	69
Lampiran 8. Periodisasi Latihan .....	70
Lampiran 9. Program Latihan .....	71
Lampiran 10. Daftar siswa kelas VB Hasil Mengembangkan Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Siswa Kelas V MIN 1 Yogyakarta Melalui Permainan Tanpa Net Speedball .....	75
Lampiran 11. Hasil Validitas dan Rehabilitas .....	77
Lampiran 12. r Tabel .....	81
Lampiran 13. t Tabel .....	82
Lampiran 14. Hasil Uji Statistika .....	83
Lampiran 15. Dokumentasi .....	85

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pretest Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Melalui Permainan Tanpa Net Speedball Kelas VB MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta .....	43
Gambar 2. Posttest Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Melalui Permainan Tanpa Net Speedball Kelas VB MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta .....	45
Gambar 3. Pelaksanaan Pre=test dengan Permainan Tanpa Net Speedball Single macth .....	85
Gambar 4. Melakukan Perlakuan Tahap Latihan 1 .....	86
Gambar 5. Melakukan Perlakuan Tahap Latihan 2 .....	87
Gambar 6. Pelaksanaan Post-test dengan Permainan Tanpa Net Speedball Single Macth .....	88

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rekapitulasi MIN 1 Yogyakarta .....	29
Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Observasi Gerak Manipulatif Anak Melalui Permainan Tanpa Net Speedball .....	33
Tabel 3. Variable Pre-test.....	33
Tabel 4. Variable Post-test .....	34
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Pretest Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Melalui Permainan Tanpa Net Speedball Kelas VB MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah istimewa Yogyakarta .....	43
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Posttest Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Melalui Permainan Tanpa Net Speedball Kelas VB MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah istimewa Yogyakarta. ....	45
Tabel 7. Hasil dari aplikasi pendukung hitung statistik melalui aplikasi SPSS....	47
Tabel 8. Hasil dari aplikasi pendukung hitung statistik melalui aplikasi SPSS....	47
Tabel 9. Uji Normalitas .....	47
Tabel 10. Hasil dari aplikasi pendukung hitung statistik melalui aplikasi SPSS..	48
Tabel 11. Uji Homogenitas .....	48
Tabel 12. Hasil Uji Hipotesis .....	49

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG**

Gerak dasar seseorang mencakup gerak yang di dilakukan secara berurutan yang meliputi gerak non-lokomotor, lokomotor, dan manipulatif. Menurut Vanagosi (2016: 76-77) menyatakan gerak non-lokomotor “Gerakan dasar ini dilakukan tanpa adanya perpindahan tempat, contohnya meliuk, menggoyangkan pinggul dan bahu, menarik, menekuk, dan memutar”. Pada gerak lokomotor “Gerakan lokomotor merupakan suatu gerakan yang ditandai dengan adanya perpindahan tempat, seperti jalan, lari, melompat, dan mengguling”. Kemudian gerak manipulatif “Gerakan yang memakai alat bantu seperti bola. Contoh gerakan ini adalah melempar, menangkap, dan menyepak”.

Menurut Sabani (2019: 93) menyatakan bahwa “Karakteristik anak usia 6-12 tahun, anak memiliki kemampuan dalam menampilkan suatu kegiatan yang lebih tinggi juga mempunyai kemampuan untuk mengekspresikan dari kegiatan yang dilakukan”. Dari ketiga dasar gerak tersebut gerak non-lokomotor dan lokomotor selalu dilakukan, namun berbeda hal dengan gerak manipulatif yang jarang terlihat ataupun dikembangkan geraknya oleh beberapa guru. Saat ini, hampir sebagian anak kurang dikembangkan gerak manipulatifnya. Berbagai aspek menyatakan bahwa anak memiliki kemampuan masing-masing dan tidak perlu untuk mendalami lebih lanjut akan gerak dasar yang ketiga yaitu gerak manipulatif. Gerak manipulatif merupakan gerak yang multi atau gerak

yang mencakup semua gerak tubuh. Perspektif tersebut dapat menyebabkan anak berpikir untuk tidak melakukan gerakan tersebut dan terkesan tidak diperlukan, padahal gerak manipulatif sangat diperlukan.

Kemampuan anak dalam mengolah gerak sangat diuntungkan dalam menghadapi situasi kedepannya. Hal ini diperlukan, karena menyangkut tumbuh kembang anak yang tentunya akan mempengaruhi kinerja tubuh anak, yang dimana notaben seorang anak itu sendiri dalam kehidupan sehari-harinya akan selalu bermain. Menurut Ningsih (2020) menyatakan bahwa “Peran siswa dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar juga sangat penting, jika siswa mempunyai kemampuan gerak yang baik, dimungkinkan siswa akan cenderung lebih mudah di dalam melakukan keterampilan dalam olahraga”.

Pada setiap bermain, anak akan selalu lupa akan batasan dalam bermain yang membuat sebagian dari orang menyatakan bahwa hal tersebut berlebihan dan tidak baik untuk anak dan sebagian orang akan mencegah anak untuk bermain, karena kekhawatiran tersebut hampir sebagian anak kehilangan rasa ingin bermain mereka yang akan tergantikan dengan melakukan hal berbasis pasif atau tidak bergerak. Hal ini anak akan kehilangan gerak dasar yang perlu dilakukan dan normal di lakukan untuk anak di usianya.

Berbagai macam permainan telah banyak disajikan untuk segala macam umur dan aman bagi anak untuk bermain terutama dalam hal olahraga. Pada pembelajaran di sekolah terutama dalam mata pelajaran

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan memiliki materi pembelajaran dengan bermacam variasi untuk dilakukan termasuk materi permainan bola kecil. Pada saat pembelajaran permainan bola kecil khususnya dengan permainan net atau pembatas sebagai bentuk dari kelanjutan atau penerapan semua aspek gerak termasuk dari aspek gerak manipulatif. Dalam pelaksanaan penelitian ini, adanya permasalahan yang terdapat pada MIN 1 Yogyakarta pada masa pembelajaran berbasis net yang belum ada varian lain permainan ataupun media pembelajaran lain untuk mengembangkan gerak dasar manipulatif. Dengan adanya materi tersebut banyak peserta didik atau siswa tertarik dengan permainan bola kecil bahkan ketika melakukan permainan tidak hanya dilakukan di sekolah namun hingga di luar jam pelajaran sekolah. Kendala yang terjadi di sekolah dan beberapa sekolah adalah keterbatasan sarana atau lapangan dan hal ini pula yang terjadi di MIN 1 Yogyakarta, sehingga diperlukan modifikasi alat untuk melakukan permainan yaitu permainan tanpa menggunakan jaring atau net.

Permainan tanpa menggunakan jaring atau net merupakan salah satu dari sekian bentuk permainan dari pengembangan produk yang digunakan dalam pembelajaran. Salah satu contoh dari bentuk permainan tanpa menggunakan jaring atau net ini, menurut Ardi (2013) menyatakan dalam hasil pengembangan model pembelajaran berupa pengembangan model untuk pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan menyatakan bahwa efektif digunakan sebagai salah satu alternatif model pembelajaran.

Maka terciptalah salah satu produk yang diciptakan untuk menangani solusi yaitu alat untuk bermain *Speedball* atau dengan nama lainnya yaitu *Turningball*. *Speedball* adalah solusi untuk permainan bola kecil tanpa memerlukan adanya sarana berupa net atau jaring pembatas. Dalam permainan *speedball* ini awalnya di kembangkan sebagai alat latihan untuk permainan tenis lapangan.

## **B. IDENTIFIKASI MASALAH**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, pada penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut.

1. Mengembangkan gerak manipulatif melalui permainan tanpa net *speedball* pada siswa belum berlangsung, khususnya pada siswa kelas V di MIN 1 Yogyakarta.
2. Pelaksanaan pembelajaran PJOK di MIN 1 Yogyakarta belum melaksanakan permainan yang mengembangkan gerak dasar manipulatif.
3. Dalam mengembangkan gerak manipulatif, siswa belum melaksanakan permainan tanpa net terutama bagi siswa kelas V MIN 1 Yogyakarta.
4. Beberapa siswa belum melaksanakan permainan tanpa net *speedball* selama masa pembelajaran.
5. Diperlukannya pengembangan baru dalam mengembangkan gerak dasar manipulatif siswa melalui permainan di MIN 1 Yogyakarta.

### **C. PEMBATASAN MASALAH**

Berdasarkan permasalahan di atas, maka perlu dilakukan pembatasan masalah untuk memperjelas masalah yang perlu diteliti agar penelitian ini lebih terarah dan mendalam. Pada penelitian ini yang ingin dicapai adalah mengembangkan dalam hal peningkatan kemampuan gerak manipulatif melalui permainan tanpa net *speedball* untuk anak khususnya siswa kelas 5 di MIN 1 Yogyakarta

### **D. RUMUSAN MASALAH**

Rumusan masalah yang dapat diambil adalah.

Apakah ada peningkatan kemampuan gerak dasar manipulatif melalui permainan tanpa net *speedball*?

### **E. TUJUAN PENELITIAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan gerak dasar manipulatif anak melalui permainan tanpa net *speedball* di MIN 1 Yogyakarta

### **F. MANFAAT PENELITIAN**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut.

1. Bagi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
  - a. Sebagai bahan referensi guru dalam modifikasi permainan bola kecil
  - b. Dapat membantu guru dalam memodifikasi bahan ajar

## 2. Bagi Peneliti

- a. Nantinya penelitian ini dapat menjadi bahan pengetahuan yang nyata bila suatu saat peneliti ini menjadi guru atau sebagai seorang yang ahli dibidangnya
- b. Lebih mengerti jika di dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan itu dibutuhkan suatu modifikasi permainan

## 3. Bagi Siswa

- a. Sebagai bentuk pemahaman baru atau referensi baru dalam belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.
- b. Membantu agar meningkatkan gerak dasar siswa dan memberikan dampak Kesehatan bagi siswa

## 4. Bagi Lembaga

- a. Kedepannya dapat menjadi sebuah bentuk refensi baru dalam membentuk materi kependidikan
- b. Dapat digunakan sebagai bahan atau alat pratik untuk rekreasi untuk meningkatkan kebugaran jasmani

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. KAJIAN TEORI**

##### **1. Mengembangkan Permainan Speed-ball**

###### **a. Sejarah *Speed-ball***

Permainan bola kecil yang ada di pembelajaran materi bola kecil tidak luput dari sudut pandang ukuran bola dan ragam permainannya. Salah satu dari permainan dari bola kecil yaitu bulu tangkis, tenis meja dan tenis lapangan merupakan salah satu permainan yang menggunakan pembatas atau batasan dalam bentuk net/jaring dan ukuran lapangan yang digunakan untuk bermain secara teratur.

Pada contohnya permainan tenis lapangan yang dimana dalam permainannya harus menggunakan fasilitas yang memadai untuk menyanggupi permainannya agar terlaksana dengan baik termasuk latihannya harus dilaksanakan ditempat yang khusus. Namun, hal tersebut dapat di tersebut terbantahkan mengenai bagaimana melakukan latihan untuk meningkatkan kualitas tapi dapat digunakan diberbagai kalangan. Hal ini terjadi dikarenakan salah satu ada salah satu alat pengembangan permainan net tanpa menggunakan jaring net sebagai medianya, yaitu *speed-ball*. Menurut Moon (2013) menyatakan sebagai berikut.

“Diciptakan di Mesir pada tahun 1961 oleh Mohamed Lotfy, speed ball pertama kali dirancang sebagai cara melatih pemain tenis. Kini, sebuah olahraga yang dirancahi sendiri, federasi internasional kecepatan-ball (FISB) didirikan pada tahun 1984 oleh Mesir, Prancis, dan tentu saja Jepang.”

Pada pendapat lain mengatakan yang menurut Hanna (2013) yaitu sebagai berikut.

"*Speed-Ball* adalah olahraga bising yang diciptakan di Mesir pada tahun 1961 oleh Mohamed Lotfy untuk melatih pemain tenis pemula. Dewasa ini, olahraga ini tidak hanya populer di Mesir tetapi juga di negeri-negeri lain. Beberapa dari negeri-negeri ini membentuk federasi internasional Speedball (FISB)."

Dari hal ini diketahui bahwa permainan tanpa net *speedball* merupakan permainan yang berasal dari Mesir yang terbentuk dari tahun 1961 oleh Mohammad Lofty dan terbentuknya permainan ini didasarkan untuk melatih para pemain petenis pemula sebagai bahan latihan serta untuk persatuannya telah terbentuk sebagai kesatuan Federasi Internasional Speedball (FISB) yang dibentuk oleh beberapa negeri Mesir, Prancis dan Jepang.

## **b. Ketentuan *Speed-ball***

Ketentuan dalam permainan *speed-ball* menyangkut dalam beberapa hal yang terutama yaitu mengenai ketentuan alat, peraturan dan kategori pemainnya. Mengenai ketentuan permainan yang disebutkan dapat dijabar sebagai berikut oleh Hanna (2013) yaitu sebagai berikut.

### 1) Alat

Sebuah bola berongga dalam lateks berputar di sekitar tiang logam (tinggi 66,929 Inchi) yang dihubungkan dengan benang nilon (jenis benang pancing) dengan panjang 66,929 Inchi. Benang diikat ke tiang dengan lingkaran atau cincin plastik yang berputar bebas di sekitar gulungan. Tiang dipasang di pangkalan dari 88 Pound hingga 198 Pound. Bola berbentuk elips dan dipukul dengan raket plastik kaku dengan pegangan kecil dan tali berdiameter sekitar 9,85 inci. Lapangan bola cepat berukuran sekitar 19,68x13,12 Kaki. untuk pertandingan tunggal dan 26,24x19,68 Kaki. untuk ganda.

### 2) Peraturan

Menurut Hanna (2013) dasar dari peraturan pada permainan ini mencakup untuk semua permainan termasuk pada permainan tunggal (solo) dan berpasangan (double), solo, pertukaran tempat kan dan kiri, yaitu:

a) Peraturan Dasar

Permainan dimulai dengan Melayani dan Menerima, dan secara bergantian mengulangi bola lawan dan reli. Hak Saab ditukar untuk setiap skor. Pemain secara bergantian melayani dan memajukan permainan. Saab meletakkan kakinya di tanda servis dan memukulnya secara horizontal searah jarum jam. Dalam pertarungan reli, harus memukul bola pukulan lawan ke arah yang berlawanan dalam dua putaran. Jika lawan tidak bisa memukul balik, itu akan menjadi skor. Skor permainan akan bersaing dalam satu set 10 poin dalam satu set. Saya mengganti mantel setiap set. Jika mendahului dua set, maka memenangkan permainan. Dalam kasus kompetisi ganda, sebagai pasangan pemain tenis meja bergantian bola untuk setiap bola secara bergantian untuk melanjutkan reli. Lapangan speedball tidak memiliki jaring seperti tenis atau tenis meja, melainkan ada zona Newtown selebar 60 cm di tengah lapangan. Saya akan bertarung melawan pemain lawan dengan lapangan saya sendiri sehingga saya tidak akan memasuki zona netral ini.

b) Pertukaran Tempat

Pengukuran dimulai dengan isyarat (pengukuran berbagai mata selama 1 menit)

Peristiwa pertama: 1 menit

tangan kanan (gunakan dan pukul dengan bolak-balik kedua sisi)

Acara ke-2: 1 menit

tangan kiri (gunakan dan pukul dengan bolak-balik kedua sisi)

c) *Forehand* Dua Tangan

Acara ketiga: 1 menit

Forehand dua tangan (Ayunkan kedua raket ke dalam dengan kedua tangan dan pukul bola dengan forehand)

Acara keempat: 1 menit

Kedua tangan backhand (Gunakan raket ke arah luar dengan kedua tangan dan pukul bola dengan backhand)

d) *Backhand* Dua Tangan

Bersaing dengan jumlah total pukulan dari rekor pukulan yang dilakukan di setiap per menit dengan menguasai empat metode pukulan.

- i. Intervalnya adalah 30 detik.
- ii. Teknik untuk menyesuaikan ritme dan waktu, titik di mana pelatihan kekuatan dan daya tahan sesaat memperpanjang rekor
- iii. Sederhana namun lebih dalam, menantang diri sendiri itu menarik.

### 3) Jenis Permainan

Sperti pada sumber seblumnya oleh Hanna (2013) menyatakan bahwa ada beberapa jenis permainan dari speedball yaitu mencacup sebagai berikut.

#### a) Solo

Speedball tunggal di Super-solo, tujuannya adalah untuk memukul bola sebanyak mungkin dalam satu menit. Mula-mula dengan tangan kanan, lalu semenit lagi dengan tangan kiri, lalu dengan dua raket di tangan depan saja, lalu dengan dua raket di tangan belakang saja. Jumlah pukulan dari setiap gerakan ditambahkan untuk membuat skor akhir solo. Durasi satu gerakan adalah 30 detik untuk pemain di bawah 14 tahun dan satu menit untuk pemain yang lebih tua. Istirahat 30 detik untuk semua kelas diberikan di belakang setiap gerakan.

#### b) Super Solo

Pemain memegang dua raket, satu di masing-masing tangan, dan memukul bola dengan raket di satu tangan dan menerima bola dengan memukulnya lagi dengan raket di tangan lainnya selama jangka waktu tertentu. Wasit akan menghitung hits selama periode waktu.

#### c) Solo Relay

Setiap tim terdiri dari empat pemain dan setiap pemain akan memainkan satu jenis permainan (posisi) yang berbeda selama tiga puluh detik. Para pemain bermain berturut-turut mulai setelah mendengar sinyal dari wasit setelah tiga puluh detik.

d) Single Match

Pertandingan tunggal dimainkan oleh dua pemain, masing-masing dengan satu raket. Setiap pemain memiliki lapangannya sendiri, dipisahkan oleh garis netral selebar 60 cm (diameter alas speed-ball). Pertandingan dibagi menjadi permainan 10 poin. Para pemain mencoba untuk memukul bola satu kali secara bergiliran, membalikkan arah putarannya. Untuk mencetak poin, bola harus melewati dua kali berturut-turut melintasi tanah lawan, tanpa lawan bisa mengembalikannya. Jika ada kesalahan, intinya hilang dan ada layanan baru. Layanan ini berganti-ganti sesuai dengan siapa yang memenangkan setiap poin. Pemain pertama yang mencetak 10 poin memenangkan permainan. Pemain pertama yang memenangkan dua game (tiga game untuk senior pria) memenangkan pertandingan.

e) Double Match

Pertandingan ganda berlangsung seperti tunggal, dalam dua tim yang terdiri dari dua pemain. Di setiap tim, pemain

melakukan servis dan memukul bola secara bergantian. Aturan umumnya sama dengan single. Kesalahan spesifik melibatkan rotasi pemain dan penerimaan bola.

Dapat diketahui dari sini bahwa inilah awal mula dapat menggantikan sebagai bentuk latihan serta dapat dimainkan oleh berbagai kalangan meskipun belum terkenal secara luas, akan tetapi memiliki dampak positif bagi gerak termasuk dalam gerak dasar manipulatif sekaligus menjadi alternatif dari permainan bola kecil.

## **2. Gerak Dasar**

Dalam pengembangan gerak termasuk bagian gerak dasar merupakan salah satu sering muncul di berbagai pembahasan, baik dari segi masalah dan pembuatan pelatihan untuk membentuk gerak dasar dalam berbagai bidang termasuk dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) yang berada di sekolah. Pengajaran gerak dasar merupakan salah satu pondasi atau dasar dari ketangkasan yang kompleks. Salah satu dari gerak dasar ini terdapat 3 bentuk yaitu gerak dasar non-lokomotor, lokomotor dan manipulatif yang mana hal ini dinyatakan oleh Mahendra (2015: 21-22) yaitu sebagai berikut.

### **a. Gerak dasar non-lokomotor**

Gerak dasar non lokomotor meliputi gerakan menekuk, menekuk, menekuk, menarik, mendorong, merentang, dan memutar. Perbuatan tersebut tidak mengharuskan orang untuk berpindah tempat.

b. Gerak dasar lokomotor

Dalam gerak lokomotor, suatu perkembangan menimbulkan perbedaan susunan atau suatu keahlian yang digunakan untuk menggerakkan tubuh mulai dari satu titik kemudian ke titik berikutnya. Kemampuan tersebut meliputi hal-hal seperti berlari, berjalan, melompat, dan sebagainya.

c. Gerak dasar manipulatif

Sedangkan gerak manipulatif merupakan gerakan yang lebih kompleks karena melibatkan anggota tubuh untuk memanipulasi benda diluar tubuh. Gerakan manipulatif biasanya digambarkan mengendalikan benda-benda tertentu sebagai medium, atau kesanggupan yang mempengaruhi kapasitas seseorang untuk menggunakan bagian-bagian tubuhnya guna mengendalikan benda-benda yang ada di luar tubuhnya. Keterampilan ini seperti menendang, menangkap, melempar dan memukul.

### **3. Keterampilan Gerak Manipulatif**

Paduan dari ketiga gerak tadi terdapat salah satunya yang paling menonjol yaitu manipulatif sebagaimana gerak ini merupakan pemanduan dari kedua gerak sebelumnya berupa gerak non-lokomotor dan lokomotor yang dimana gerak manipulatif merupakan rangkaian

gerak kompleks yang susah disampaikan dan dilaksanakan oleh anak atau siswa dalam masa pembelajaran di sekolah. Pada hal ini mempunyai makna sama dengan pendapat menurut Sukintaka (1992: 65) keterampilan manipulatif merupakan kegiatan mengontrol suatu objek, terutama dengan tangan dan kaki. Dalam hal ini pula menurut pendapat teratas menurut Rahayu (2019: 15) menyatakan bahwa keterampilan manipulatif adalah gerakan memanipulasi atau mengontrol objek tertentu dengan menggunakan tangan, kaki seperti melempar, menangkap, memukul dan menyetop bola.

Maka dari itu, dapat di ketahui dari pendapat di atas bahwasannya pembelajaran permainan bola kecil masuk dalam pembelajaran di sekolah yang dimana permainan yang menggunakan basis sarana berupa bola kecil yang telah ditentukan sebagai perantaran keterampilan gerak manipualtif. Hal ini telah di paparkan oleh Kalaja dkk. (2012: 421) menyatakan bahwa.

“Keterampilan manipulatif meliputi gerakan motorik kasar atau motorik halus. Keterampilan manipulatif motorik kasar melibatkan gerakan yang memberi kekuatan pada benda atau menerima gaya dari benda. Melempar, menangkap, menendang, menjebak, mencolok, voli, memantul, bergulir, dan punting adalah contoh keterampilan manipulatif motorik kasar dasar. Manipulatif motorik halus keterampilan mengacu pada aktivitas penanganan objek kecil yang menekankan motorik kontrol, presisi, dan akurasi gerakan.”

Setiap permainan bola kecil akan meliputi tidak jauh dari berbagai cabang olahraga yang diresmikan oleh berbagai pihak dari skala nasional dan internasional. Salah satu dari permainan bola kecil yang sering dan muncul dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) yaitu permainan bola kasti, bulu tangkis, tenis meja, tenis lapangan dan lainnya sebagainya.

Dalam setiap pembelajaran berbasis permainan bola kecil merupakan salah satu hal yang ada di sekolah dan dilaksanakan berdasarkan kurikulum yang ditentukan. Pada permainan bola kecil tentukan akan memiliki beberapa ketentuan dalam permainannya yang tentunya telah disesuaikan sesuai dengan jenis serta variasi lainnya begitu juga pada peraturan yang digunakan. Menurut (Pratama & Amiq: 2017) menyatakan bahwa “Salah satu teknik dari permainan bola kecil yang diajarkan pada jenjang sekolah dasar yaitu teknik lempar, tangkap dan pukul. Dalam penyampaian materi pembelajaran tentunya diperlukan variasi model pembelajaran. Variasi model pembelajaran tersebut disesuaikan dengan kebutuhan, sehingga tujuan dari pembelajaran dapat tercapai dengan baik dan lebih maksimal”.

Pembelajaran dengan penggunaan materi permainan bola kecil sering banyak dibahas dalam berbagai macam permasalahan di dalamnya termasuk dalam melakukan modifikasi alat seperti pengembangnya dalam dunia pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

#### **4. Sekolah Dasar**

##### **a. Konsep sekolah dasar**

Kesatuan pendidikan yang telah ditetapkan menyatakan bahwa pendidikan secara formal dibagi menjadi 3 jenjang yaitu Sekolah dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA). Dalam hal yang telah disebut sekolah dasar merupakan salah satu sekolah yang dimana didasarkan untuk menerima ilmu dasar dari berbagai aspek mulai dari pengetahuan hingga praktiknya.

Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 47 Tahun 2008 Pasal 1 ayat 3 menyatakan bahwa Sekolah Dasar yang selanjutnya disebut SD adalah salah satu bentuk satuan pendidikan formal yang menyelenggarakan pendidikan umum pada jenjang pendidikan dasar. Pada dasarnya adapula MI (Madrasah Ibtidaiyah) yang masih menjadi satu kesatuan pendidikan yang mana juga dijelaskan oleh Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 47 Tahun 2008 Pasal 1 ayat 4 menyatakan Madrasah Ibtidaiyah yang selanjutnya disebut MI adalah salah satu bentuk satuan pendidikan formal yang menyelenggarakan pendidikan umum dengan kekhasan agama Islam pada jenjang pendidikan dasar, di dalam pembinaan Menteri Agama.

Setelah mendapat penjabaran tersebut dinyatakan bahwa pendidikan dasar merupakan salah satu bagian dari pendidikan formal yang diselenggarakan oleh lembaga meskipun memiliki perbedaan lembaga yang menaunginya. Setiap pendidikan sekolah dasar memiliki tema dan subtema pembelajaran sebagai penunjang pembelajaran termasuk dalam melakukan pengajaran untuk guru sesuai dengan mata pembelajaran yang ditampung. Kesesuaian untuk memasuki sekolah dasar tentunya harus diperhatikan demi terjadi masa kecil seorang anak seperti halnya yang dijabarkan sebelumnya memiliki usia masuk yang disesuaikan yang dimana dinyatakan oleh Kurniawan (2015: 47) bahwa.

“Jika usia anak pada saat masuk sekolah, merujuk pada definisi pendidikan dasar dalam undang-undang tersebut, berarti pengertian sekolah dasar dapat dikatakan sebagai institusi pendidikan yang menyelenggarakan proses pendidikan dasar selama masa enam tahun yang ditujukan bagi anak usia 7-12 tahun”.

Maka dari itu, hal ini dapat diharapkan menjadi pertimbangan ketika ingin memasukkan sekolah pada usia yang cukup.

## **b. Tujuan sekolah dasar**

Setiap sekolah memiliki tujuan masing-masing dalam mendidik siswanya yaitu tidak lepas dari visi dan misi sekolah tersebut untuk mencapai tujuannya. Menurut Suharjo (2006: 8) menyatakan ada beberapa tujuan dalam sekolah dasar yaitu sebagai berikut.

- 1) Menuntun pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani, bakat dan minat siswa. Memberikan bekal pengetahuan, keterampilan dan sikap dasar yang bermanfaat bagi siswa.
- 2) Membentuk warga negara yang baik.
- 3) Melanjutkan pendidikan ke jenjang pendidikan di SLTP.
- 4) Memiliki pengetahuan, keterampilan dan sikap dasar bekerja di masyarakat.
- 5) Terampil untuk hidup di masyarakat dan dapat mengembangkan diri sesuai dengan asas pendidikan seumur hidup.

Dari sini pada diketahui bahwa tujuan pendidikan tidak lepas dari hubungannya dengan keterampilan ataupun terampil dalam hidup serta di hubungannya dengan penelitian ini yang menyangkut dengan pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta pengembangan bakat dan minat anak kemungkinan kedepannya.

## **c. Karakteristik anak sekolah dasar**

Karakteristik dalam sekolah memiliki ciri aspek terutama dalam perkembangan untuk mendidik anak didiknya. Pada anak

tentunya memiliki karakteristik yang dapat dilihat secara fisik maupun kognitif dalam kaitannya berpikir anak. Pada hal ini karakteristik menuju dalam tahap perkembangan anak yaitu melalui aspek perkembangan yang akan berhubungan dalam penelitian ini. Menurut Latifa (2017: 187) menyatakan ada tiga aspek perkembangan sebagai berikut.

- 1) Perkembangan individu merupakan integrasi dari beberapa proses, yakni biologis, kognitif, dan sosio-emosional.
- 2) Aspek kognitif atau intelektual
- 3) aspek perkembangan sosial, perkembangan sosial individu ditandai dengan pencapaian kematangan dalam interaksi sosialnya.
- 4) Aspek perkembangan bahasa
- 5) Aspek perkembangan emosi
- 6) Aspek kepribadian dan seni
- 7) Aspek perkembangan moral dan penghayatan agama

Selain dari aspek yang disebutkan, adapun menurut Sugiyanto (2010) menyatakan bahwa “Pertumbuhan dan perkembangan fisik anak berlangsung secara teratur dan terus menerus ke arah kemajuan. Anak SD merupakan anak dengan kategori banyak mengalami perubahan yang sangat drastis baik mental maupun fisik”.

Maka dalam hal ini, apa yang telah dijabarkan tidak lepas darinya perkembangan dan pertumbuhan sama seperti yang

dijelaskan sebelumnya. Dalam penelitian ini memfokuskan pada tahap peningkatan anak dari segi gerak dasar anak melalui permainan yang sesuai dengan materi pembelajaran yang ada disekolah serta dapat dimainkan sesuai usia ditentukan atau melalui tingkat kelas yang ditentukan sesuai dengan untuk menunjang aspek perkembangan anak.

## **B. PENELITIAN YANG RELEVAN**

Pada penelitian ini, perlu menggunakan kajian penelitian yang signifikan untuk membantu penyelidikan hipotetis yang telah selesai sehingga dapat dimanfaatkan sebagai alasan untuk suatu sistem penalaran atau mendukung kajian teori. Penelitian relevan yang digunakan dalam penelitian ini tercantum di bawah ini.

1. Pada penelitian yang berjudul Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Untuk Anak Usia 2-4 Tahun Prayitno & Sukadiyanto (2014) menyatakan bahwa gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif merupakan pondasi utama untuk menanamkan kesadaran gerak (*movement awareness*) menjadi fondasi keterampilan gerak. Maka dalam hal ini dapat diketahui bahwa keterampilan sangatlah penting karena merupakan salah satu dari keterampilan dasar gerak sekaligus menjadi fondasi bagi seluruh macam gerak yang diciptakan.
2. Pada Penelitian Pengaruh Permainan Kasti Terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Bagi Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar Negeri Tegiri Kecamatan Kokap Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran

2014/2015 oleh Sumarna (2015) dalam kesimpulannya menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan permainan kasti terhadap peningkatan kemampuan motorik bagi siswa putra kelas IV, V, dan VI Sekolah Dasar Negeri Tegiri, Kecamatan Kokap Kabupaten Kulon Progo, dengan nilai  $t$  hitung 4,014 dan  $t$  tabel 2,06, dan kenaikan persentase sebesar 3,06%. Sedangkan dalam implikasi hasil penelitiannya juga menyatakan. Jika siswa dan guru tahu bahwa latihan permainan kasti mampu meningkatkan kemampuan motorik siswa, maka latihan permainan kasti dapat digunakan untuk variasi bentuk latihan agar kemampuan motorik siswa dapat meningkat.

3. Pada penelitian yang berjudul Kemampuan Gerak Manipulatif Melalui Permainan Bowling Botol (2019) menurut Alawiyah Rahmah, Yasbiati, Lutfi Nur, dan Ervan Kastrena menyatakan dalam kesimpulannya sebagai berikut.

- a) Perencanaan pembelajaran melalui permainan bowling botol untuk meningkatkan kemampuan gerak manipulatif anak pada kelompok A RA Al Istiqomah Kota Tasikmalaya yang disusun oleh peneliti sudah sesuai dengan kriteria keberhasilan.
- b) Pelaksanaan pembelajaran dengan melalui permainan bowling botol untuk meningkatkan kemampuan gerak manipulatif anak di kelompok A RA Al Istiqomah Kota Tasikmalaya ternyata dapat meningkatkan kemampuan guru dalam kegiatan pembelajaran melalui permainan bowling botol.

- c) Kemampuan gerak manipulatif anak di kelompok A RA Al Istiqomah Kota Tasikmalaya mengalami peningkatan yang baik pada setiap siklus
4. Dalam penelitian menurut Ricky dan Triana (2019) dalam Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Dengan Modifikasi Permainan Kecil Di Sekolah Dasar menyatakan bahwa “Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan terhadap tanggapan dari ahli/pelatih, hasilnya adalah 86,11 %, dari kriteria yang ditentukan dan dapat dikatakan bahwa Model Pembelajaran gerak dasar melalui Permainan kecil ini memenuhi kriteria VALID (80% - 100%) sehingga dapat digunakan dan dipraktekkan dalam proses pembelajaran di Sekolah Dasar”. Hal ini juga sama apa yang dipaparkan Nugraha dkk menyatakan dalam penelitiannya bahwa “Hasil penelitian ini membuktikan bahwa model pendidikan gerak (Movement Education) dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif model dalam meningkatkan pola gerak dasar manipulatif siswa di sekolah dasar, sehingga semua guru penjas SD perlu didorong untuk menguasai dan mempraktekkannya” (2019).

### **C. KERANGKA BERPIKIR**

Permainan bola kecil merupakan sebagai komponen pendidikan termasuk dalam pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

yang secara keseluruhan telah disadari oleh banyak kalangan. Namun, dalam pelaksanaannya pengajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terutama dalam permainan bola kecil belum berjalan efektif seperti yang diharapkan. Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan cenderung bersifat tradisional. Model pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak harus terpusat pada guru, tetapi pada siswa.

Dalam orientasi pembelajaran harus disesuaikan, dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya. Konsep gerak dasar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan serta model pengajaran yang efektif perlu dipahami oleh mereka yang hendak mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Termasuk salah satu gerak dasar manipulatif yang merupakan salah satu gerak dasar yang perlu dikembangkan ada pembelajarannya

Maka dalam hal ini, pembelajaran permainan bola kecil berbasis net merupakan salah satu upaya yang diwujudkan. Melalui permainan tanpa net *speedball* dengan pendekatan fisik diluar lingkungan sekolah diharapkan mampu membuat anak lebih aktif dalam bergerak di berbagai situasi dan kondisi yang menyenangkan, ketika mengikuti pembelajaran

pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terutama untuk permainan bola kecil yang berbasis dengan net.

#### **D. HIPOTESIS PENELITIAN**

Pertanyaan penelitian merupakan penjabaran dari rumusan masalah yang telah ditentukan, maka dalam pertanyaan penelitian ini dapat dirumuskan.

“Permainan tanpa net *speedball* dapat meningkatkan gerak manipulatif siswa kelas 5 di MIN 1 Yogyakarta.”

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. PENDEKATAN PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen semu atau *Quasi Experimental Design* dengan jenis desain penelitian *Time Series Design*. Dalam desain ini kelompok yang digunakan untuk penelitian tidak dapat dipilih secara random (Sugiyono, 2020: 119). Sedangkan menurut Arbraham dan Supriyati (2022) *Desain Time Series* sebagai kuasi eksperimen memiliki ciri adanya pengukuran yang berulang-ulang, baik sebelum maupun sesudah perlakuan terhadap satu atau beberapa *intact group*

Metode penelitian eksperimen semu atau kuasi menurut Cook (1979) menyatakan bahwa Quasi eksperiment didefinisikan sebagai eskperimen yang memiliki perlakuan, pengukuran dampak, unit eksperimen namun tidak menggunakan penugasan acak untuk menciptakan perbandingan dalam rangka menyimpulkan perubahan yang disebabkan perlakuan. Penelitian ini dilakukan dengan melaksanakan permainan tanpa net *speedball* dengan tujuan untuk mengetahui gerak dasar manipulatif siswa kelas V MIN 1 Yogyakarta. Dalam hal metode akan menggunakan metode kuantitatif yang merupakan metode penelitian yang berdasarkan filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat

kuantitatif statistik, dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2018: 16).

## **B. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN**

Pelaksanaan penelitian ini peneliti akan melakukan rangkaian penelitian yang akan berlangsung selama kurun waktu 2 bulan. Lokasi atau tempat yang akan digunakan untuk peneliti untuk melakukan penelitian ini bertempat di MIN 1 Yogyakarta yang beralamat Jl. Mendung Warih No.149A, Giwangan, Kec. Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55163.

## **C. POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN**

Populasi dan sampel penelitian ini yang terlibat yaitu sebagai berikut.

### **1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018: 126). Populasi dalam penelitian ini adalah 5 kelas V MIN 1 Yogyakarta, berikut dibawah ini data serta daftar siswa kelas 5.

Tabel 1. Rekapitulasi MIN 1 Yogyakarta

Jumlah siswa	523
Jumlah romble	18
Laki-laki	238
Perempuan	285
Siswa berkebutuhan khusus	1
Jurusan IPA	0
Jurursan IPS	0
Jurusan Bahasa	0
Jurusan Agama	0

Sumber: <https://madrasah.kemenag.go.id/kelembagaan/web/profile?nsm=111134710001&provinsi=34&kota=3471&status=&akreditasi=A>

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2018: 127). Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel ini menggunakan *simple random sampling*. Dapat dikatakan *simple* (sederhana) karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada di dalam populasi (Sugiyono, 2018: 129). Pada penelitian ini populasi yang digunakan 3 rombel kelas V, maka dalam penelitian hanya mengambil 1 rombel kelas yaitu kelas 5B yang akan diambil sebagai *sampel random* (acak). Jumlah siswa kelas ini berjumlah 30 siswa dengan jumlah siswa laki-laki berjumlah 12 dan siswa perempuan berjumlah 16.

#### **D. DEFINISI OPERASIONAL VARIABLE**

Menurut Sugiyono (2018: 67) variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Pada variabel dalam penelitian ini menggunakan dua variabel (variabel bebas dan variable terikat), yaitu meliputi kemampuan gerak dasar manipulatif dan permainan tanpa net *speedball*. Dalam permainan *speedball* salah satu permainan yang mengutamakan gerak dasar manipulative seseorang baik pada masa perkembangan seperti pada usia anak. Hal ini juga dijabarkan oleh Otsuka (2013) menyatakan bahwa.

“Speedball adalah permainan raket yang berasal dari Mesir. Ini adalah olahraga seumur hidup yang dapat dinikmati oleh semua orang mulai dari anak-anak hingga orang tua.”

Sedangkan menurut Macfarquhar dan Bell (2013) menyatakan bahwa speedball adalah olahraga serba cepat di mana pemain menggunakan raket untuk memukul bola yang ditambatkan ke tiang tinggi.

Ada dari pelaksanaan penelitian ini tidak lepas dari kemampuan gerak dasar manipulatif yang yang di tujuan untuk mengetahui

peningkatnya melalui permainan tanpa net *speedball*. Hal ini sependapat oleh Rahayu (2019) menyatakan bahwa

“Keterampilan manipulatif merupakan keterampilan gerak kombinasi antara gerak lokomotor dan non lokomotor dengan menggunakan objek sebagai alat yang dimainkannya.”

Dari hal ini, sependapat McKenzie dkk. (2016: 329) menyatakan bahwa.

“Penguasaan dasar keterampilan manipulatif memungkinkan anak-anak untuk mencoba lebih khusus dan kompleks gerakan yang merupakan bagian dari permainan dan permainan olahraga yang lebih dinamis, dan penguasaan keterampilan lanjutan biasanya diperlukan jika remaja ingin dipertahankan dalam olahraga pemuda.”

Dapat diketahui dari definisi di atas dapat disimpulkan atau dapat diketahui bahwa permainan tanpa net *speedball* merupakan permainan dengan menggunakan raket yang dapat menunjang keterampilan gerak dasar manipulatif orang yang dimulai dari masa usia anak hingga bisa dilakukan usia dewasa. Dalam hal variable ini pengujian akan dilakukan dengan melakukan permainan tanpa net *speedball*.

## **E. TEKNIK DAN INSTRUMEN PENGUMPULAN DATA**

### **1. Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan yaitu dengan mengumpulkan data yang sesuai dengan variabel yang telah ditetapkan dalam penelitian (Rasyid, 2009: 47). Instrumen penelitian ini menggunakan instrumen kuantitatif dengan menggunakan observasi atau tes pengamatan. Menurut Sutrisno (1986) menyatakan bahwa, observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis dalam pengumpulan data berupa pada tahap pengenalan dan pelaksanaan permainan tanpa net/jaring *speedball* yang menggunakan penyesuaian peraturan dalam permainan *single match* yang pemberian waktu *realy* selama 30 detik sesuai dengan dengan peraturan (Hanna, 2013) Saat dalam pengumpulan test akan menggunakan instrument aspek penilaian yang terdiri dari 4 aspek penilaian. Instrumen penilaian terdapat di halaman 66 lampiran 5

### **2. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik yang digunakan dalam penelitian digunakan tata instrument penelitian. Pada penelitian peneliti melakukan dengan pengumpulan data yaitu data *pretest* dan *posttest* untuk mengukur peningkatan gerak dasar manipulatif melalui permainan tanpa net. Pada penggunaan test siswa akan diberikan *pretest* sebagai

pengenalan permainan beserta aturan yang digunakan dalam permainan dan pemilihan sampel random dari setiap rombel kelas. Setelah melakukan *pretest*, maka dilakukan *posttest* dengan sampel siswa yang diambil untuk di uji kemampuan gerak manipualtifnya melalui permainan tanpa net *speedball*.

Pada penelitian pengumpulan data yang valid. Berikut instrumen yang digunakan dalam penelitian ini:

Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Observasi Gerak Manipulatif Anak Melalui Permainan Tanpa Net Speedball

<b>Kisi-Kisi Instrumen Observasi Gerak Manipulatif Anak Melalui Permainan Tanpa Net Speedball</b>	
Nama sekolah	: MIN 1 Yogyakarta
Kelas	: 5
Semester	: II

Kemampuan yang diharapkan dalam permainan tanpa net/jaring *speedball* dalam *pretest*

Tabel 3. Variable Pre-test

<b>Variabel</b>	<b>Indikator</b>	<b>Stimulasi</b>
Pengenalan	Memukul bola ke arah lawan/rekan sebaya	Memukul

koordinasi memukul dan mengembalikan	Mengembalikan bola yang diterima lawan/rekan sebaya	Mengembalikan
	Mengarahkan bola yang di pukul ke arah lawan/rekan sebaya	Memukul
	Memperoleh poin dalam permainan	Mengembalikan

Kemampuan yang diharapkan dalam permainan tanpa net/jaring *speedball* dalam posttest.

Tabel 4. Variable Post-test

Variabel	Indikator	Stimulasi
Pelaksanaan Koordinasi memukul dan mengembalikan	Memukul bola ke arah lawan/rekan sebaya	Memukul
	Mengembalikan bola yang diterima lawan/rekan sebaya	Mengembalikan
	Mengarahkan bola yang di pukul ke arah lawan/rekan sebaya	Memukul
	Memperoleh poin dalam permainan	Mengembalikan

Pada penelitian ada beberapa tahap pelaksanaan yang dilakukan penelitian ini. Berikut ini perlakuan yang digunakan.

a. Dilaksanakan *pretest* dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan gerak dasar manipulatif siswa. Berikut ini tahap pelaksanaan pada siswa.

**Pelatihan Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif *Speedball***

Waktu : 120 menit      Periodisa : Persiapan/perkembangan  
 Sasaran : Gerak si : gan  
 Latihan : manipualt Mikro : 2  
 Jumlah : if Sesi : 4 kali  
 Atlet : 30 Peralatan : *Speedball*  
 Hari/Tanggal : 13 Mei 2023 Intensitas Sedang

Tingkat siswa U-10/U-12

No	Materi Latihan	Dosis	Formasi	Catatan
1	Pendahuluan, berkumpul, berdoa, menyampain tujuan latihan	5 menit	XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX	Ditampaikan secara singkat serta jelas
	Pemanasan	10 menit		
	a. Jogging	2x		Jogging mengelilingi lapangan
	b. Stretching static	8x20 timentan		
2	Uji pre test	70 menit		
	Pretest kelompok putra	1 set 30 detik		Melakukan <i>single march</i> dengan peraturan yang telah dijelaskan di awal
	Pretest kelompok putri	1 set 30 detik		Melakukan <i>single march</i> dengan peraturan yang telah dijelaskan di awal
3	Pemutup	10-15 menit		
	Pelepasan dan pelapagan a. Pelepasan b. E. aluksi c. Motivasi d. Berdoa			

b. Memberikan perlakuan terhadap siswa selama 4 kali pertemuan. Pada pertemuan sebelumnya merupakan pertemuan pertama berikut latihan lanjutannya.

### Pelatihan Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif *Speedball*

Waktu : 120 menit                      Periodisa si : Persiapan/perkembangan

Sasaran : Gerak Mikro : 2

Latihan manipualtif Sesi : 4 kali

Jumlah :                                      Peralatan : *Speedball*

Atlet : 30 s                                      Intensita : Sedang

Hari/Tanggal : 16 Mei 2023

Tingkat : U-10/U-12

No	Materi Latihan	Desk	Formasi	Catatan
1	Pendahuluan, berbaris pul, berdoa, menyampaikan tujuan latihan	5 menit	x x x x x x x x x x x x x x x x x x	Disampaikan secara singkat set la jelas
	Pemanasan a. Jogging	20 menit 1x		Jogging mengelilingi lapangan
	b. Stretching statis	8x2 hitungan		
2	Latihan inti	70 menit		
	Latihan 1 memukul bola ke udara dan menjaga keseimbangan yang disertai teknik cara memegang pukulan forehand dengan benar	3 set 25 menit		
	Latihan 1 memukul bola ke udara dan menjaga keseimbangan yang disertai teknik cara memegang pukulan forehand dengan benar	3 set 25 menit		
3	Pemutup Pelemasan dan pelepasan a. Pelepasan b. Evaluasi c. Motivasi d. Refleksi	10-15 menit		

Pertemuan Latihan ketiga.

### Pelatihan Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif *Speedball*





Dalam hal ini, uji atau test dalam basis normalitas dan homogenitas (Suharsimi Arikunto, 2006: 299). Berikut langkah-langkah analisis data.

## 1. Uji Prasyarat

### a. Uji Normalitas

Melakukan pengujian normalitas digunakan untuk menentukan sebagian data akan dianalisis tidak lain adalah pengujian normal. Hal ini bergantung pada variabel yang akan dilakukan tes atau diolah. Dalam memanfaatkan SPSS 29 untuk menguji normalitas distribusi data menggunakan Uji *Kolmogorov-Smirnov*. Jika nilai  $p > 0,05$  maka datanya normal, namun sebaliknya jika hasil pemeriksaan menunjukkan nilai  $p < 0,05$  maka datanya tidak normal. Menurut Sugiyono (2011: 107) dengan rumus:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^k \frac{(f_o - f_h)^2}{f_h}$$

Keterangan:

$\chi^2$  = Chi Kuadrat

$F_o$  = Frekuensi yang diobservasi

$F_h$  = Frekuensi yang diharapkan

### b. Uji Homogenitas

Selain melakukan menguji penelitian untuk pemeriksaan, tes homogen diperlukan untuk memastikan bahwa pengumpulan yang membentuk contoh berasal dari populasi homogen. Homogenitas dicari dengan uji F dari data *pretest* dan *posttest* dengan menggunakan bantuan program SPSS 29. Uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan uji anova test, jika hasil analisis menunjukkan nilai  $p >$  dari 0.05, maka dapat dikatakan data tersebut homogen, akan tetapi jika hasil analisis data menunjukkan nilai  $p <$  dari 0.05, maka data tersebut tidak homogen. Menurut Sugiyono (2011: 125):

$$f = \frac{\text{varians terbesar}}{\text{varians terkecil}}$$

Keterangan :  
F = nilai f yang di cari

## 2. Pengujian Hipotesis

Pada pengujian hipotesis menggunakan uji t dengan program SPSS 29 yaitu dengan membandingkan mean antara *pretest* dan *posttest*. Apabila nilai  $t_{\text{hitung}} <$  dari  $t_{\text{tabel}}$ , maka  $H_a$  ditolak atau dapat dikatakan ada hubungnan, jika  $t_{\text{hitung}} >$  besar dibanding  $t_{\text{tabel}}$  maka  $H_a$  diterima atau dapat dikatakan tidak ada berhungungan. Menurut Sugiyono (2011: 122) rumus uji-t adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{x_1 - x_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2} - 2r \left( \frac{s_1}{\sqrt{n_1}} \right) \left( \frac{s_2}{\sqrt{n_2}} \right)}}$$

Keterangan :

$\bar{x}_1$  = rata-rata sampel 1

$\bar{x}_2$  = rata-rata sampel 2

$s_1$  = simpangan baku sampel 1

$s_2$  = simpangan baku sampel 2

$s_1^2$  = varians sampel 1

$s_2^2$  = varians sampel 2

r = korelasi antara dua sampel

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. HASIL PENELITIAN

##### 1. Deskripsi Hasil Penelitian

Kemampuan gerak dasar manipulatif *pretest* dan *posttest* melalui permainan tanpa net *speedball* kelas V B MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta. Berikut tabel 5 yang dapat disajikan. Tabel terjadi dalam lampiran 5 halaman 66

##### a. Data Hasil *Pretest* Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Melalui Permainan Tanpa Net *Speedball*

Hasil analisis statistik deskriptif dari *pretest* kemampuan gerak dasar manipulatif melalui permainan tanpa net *speedball* kelas VB MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta nilai minimal = 280, nilai maksimal = 340, rata-rata (*mean*) = 312 , dengan simpangan baku = 16

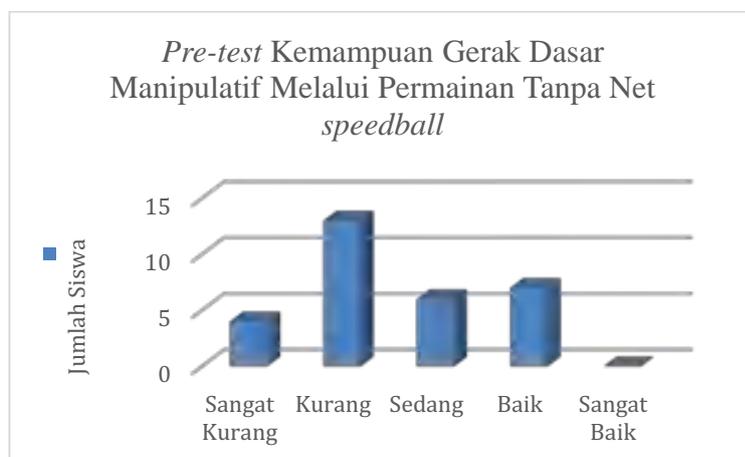
Dalam hal ini, ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, *pretest* kemampuan gerak dasar manipulatif melalui permainan tanpa net *speedball* kelas VB MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta dapat pada disajikan table 6 sebagai berikut.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Pretest Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Melalui Permainan Tanpa Net Speedball Kelas VB MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah istimewa Yogyakarta

No.	Interval	Katagori	F	%
1	280 $X \leq$ 296	Sangat kurang	4	13%
2	296 $X \leq$ 312	Kurang	13	43%
3	312 $X \leq$ 328	Sedang	6	20%
4	326 $X \leq$ 342	Baik	7	23%
5	342 $X \leq$ 358	Sangat baik	0	0%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi di atas, *pretest* kemampuan gerak dasar manipulatif melalui permainan tanpa net *speedball* kelas VB MIN 1 Yogyakarta, kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta dapat disajikan dalam tabel sebagai berikut.

Gambar 1. Pretest Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Melalui Permainan Tanpa Net Speedball Kelas VB MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta



Berdasarkan tabel 6 dan gambar diatas menunjukkan bahwa dalam *pre-test* kemampuan gerak dasar manipulatif melalui permainan tanpa net speedball kelas VB MIN 1 Yogyakarta, kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta berada di kategori “sangat kurang” sebesar 13% (4 siswa), “kurang” sebesar 43% (13 siswa), “sedang” 20% (6 siswa), “baik” 23% (7 siswa), “sangat baik” 0% (0 siswa).

**b. Data Hasil *Posttest* Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Melalui Permainan Tanpa Net *Speedball***

Hasil analisis statistic deskriptif dari *posttest* kemampuan gerak dasar manipulatif melalui permainan tanpa net *speedball* kelas VB MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta nilai minimal = 290, nilai maksimal = 360, rata-rata (*mean*) = 325, dengan simpangan baku = 18

Dalam hal ini, ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, *pretest* kemampuan gerak dasar manipulatif melalui permainan tanpa net speedball kelas VB MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta dapat disajikan pada tabel 8 sebagai berikut.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Posttest Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Melalui Permainan Tanpa Net Speedball Kelas VB MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah istimewa Yogyakarta.

No.	Interval	Kategori	F	%
1	290 $X \leq$ 308	Sangat kurang	6	20%
2	308 $X \leq$ 326	Kurang	7	23%
3	326 $X \leq$ 344	Sedang	13	43%
4	344 $X \leq$ 362	Baik	4	13%
5	362 $X \leq$ 380	Sangat baik	0	0%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi di atas, *post-test* kemampuan gerak dasar manipulatif melalui permainan tanpa net speedball kelas VB MIN 1 Yogyakarta, kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta dapat disajikan dalam gambar diagram sebagai berikut.

Gambar 2. Posttest Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Melalui Permainan Tanpa Net Speedball Kelas VB MIN 1 Yogyakarta,

Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta



Berdasarkan gambar tabel 8 dan gambar diatas menunjukkan bahwa dalam *post-test* kemampuan gerak dasar manipulatif melalui permainan tanpa net speedball kelas VB MIN 1 Yogyakarta, kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta berada di kategori “sangat kurang” sebesar 20% (6 siswa), “kurang” sebesar 23% (7 siswa), “sedang” 43% (13 siswa), “baik” 13% (4 siswa), “sangat baik” 13% (4 siswa).

## 2. Hasil Uji Prasyarat

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk melihat apakah faktor-faktor dalam penelitian ini memiliki peredaran yang normal atau tidak. Dalam mengerjakan tes ini menggunakan rumus *Kolmogorov Smirnov Z* dan *Shapiro-Wilk* dengan bantuan SPSS 29 hasil terdapat tabel sebagai berikut.

Tabel 7. Hasil dari aplikasi pendukung hitung statistik melalui aplikasi SPSS

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pretest kemampuan gerak manipulatif	.131	30	.200 <sup>a</sup>	.953	30	.203
posttest kemampuan gerak manipulatif	.169	30	.028	.950	30	.167

<sup>a</sup>. This is a lower bound of the true significance.  
<sup>a</sup>. Lilliefors Significance Correction

Tabel 8. Hasil dari aplikasi pendukung hitung statistik melalui aplikasi SPSS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test						
		pretest kemampuan gerak manipulatif	posttest kemampuan gerak manipulatif			
N		30	30			
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	311.8867	325.3333			
	Std. Deviation	16.20629	17.95268			
Most Extreme Differences	Absolute	.131	.169			
	Positive	.131	.121			
	Negative	-.130	-.169			
Test Statistic		.131	.169			
Asymp. Sig. (2-tailed) <sup>c</sup>		.200 <sup>d</sup>	.028			
Monte Carlo Sig. (2-tailed) <sup>e</sup>	Sig.	.207	.027			
	95% Confidence Interval	Lower Bound	.197	.022		
		Upper Bound	.218	.031		

a. Test distribution is Normal  
b. Calculated from data  
c. Lilliefors Significance Correction  
d. This is a lower bound of the true significance.  
e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

Tabel 9. Uji Normalitas

Kelompok	p	Sig.	Keterangan
Pretest	0,218	0,05	Normal
Posttest	0,031	0,05	Normal

Dari hasil tabel 10, 11 dan 12 di atas dapat dilihat bahwa semua data memiliki nilai p (sig.) >0.05, maka variable berdistribusi normal. Dalam hal ini, semua data

berdistribusi normal dapat dilanjutkan. Hasil lengkap dari analisis ini terlampir pada bagian lampiran 48 halaman 69.

### b. Uji Homogenitas

Pada uji homogenitas berguna untuk menguji kesamaan sample yaitu sama/seragam atau tidaknya varian sampel yang diambil dari populasi. Kaidah homogenitas jika  $p > 0,05$ , maka tes dinyatakan homogen, jika  $p < 0,05$ , maka test digunakan tidak homogen. Hasil uji homogenitas ini dapat dilihat di table sebagai berikut.

Tabel 10. Hasil dari aplikasi pendukung hitung statistik melalui aplikasi SPSS

ANOVA					
pretest kemampuan gerak manipulatif					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2406.667	7	343.810	1.452	.236
Within Groups	5210.000	22	236.818		
Total	7616.667	29			

Tabel 11. Uji Homogenitas

Kelompok	df 1	df 2	Sig.	Keterangan
<i>Pretest-posttest</i>	13	16	0,236	Homogen

Dalam hal ini terlihat pada nilai pretest yang terlihat pada tabel 13 dan 14. Sig. p 0,236 > 0,05 dapat di informasi bersifat homogen. Karena dalam statistik parameter, maka dapat digunakan untuk melanjutkan analisis data dengan

data yang homogen. Hasil lengkap dapat terlihat pada sambungan/lampiran 48 halaman 69.

### 3. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan uji t yang untuk menguji hipotesis “Apakah ada peningkatan kemampuan gerak dasar manipulatif melalui permainan tanpa net *speedball*”. Berdasarkan hasil dari pre-test dan post-test yang dilakukan VB MIN 1 Yogyakarta. Apabila hasil analisis menunjukkan perbedaan, maka permainan tanpa net *speedball* berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan gerak manipulatif siswa kelas V. kesimpulan dalam penelitian ini dinyatakan signifikan, jika nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka  $H_0$  (hipotesis) ditolak. Berdasarkan hasil analisis diperoleh data pada tabel berikut.

Tabel 12. Hasil Uji Hipotesis

Kelompok	Rata-rata	t-test for Equality of Means				
		$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	Sig.	Selisih	%
Pre-test	311,6666 7	3,30 3	29	0,00 1	14,666 6	7,14 %
Post-test	325,3333 3					

Hasil uji t dapat dilihat, bahwa  $t_{hitung}$  3,303 dan  $t_{tabel}$  2,05 (df 29). Maka dalam  $t_{hitung}$  3,303 >  $t_{tabel}$  2,09  $H_0$  (hipotesis) ditolak yang berbunyi “ada peningkatan kemampuan gerak dasar manipulatif

melalui permainan tanpa net *speedball* yang dilakukan siswa kelas VB MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta. Dalam hal ini, diketahui bahwa melalui permainan tanpa net *speedball* terdapat peningkatan kemampuan gerak dasar manipulatif bagi siswa kelas V MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta. Dari hasil data *pretest* memiliki rata-rata 311,66667, selanjutnya pada saat melakukan *posttest* mendapat rata-rata 325,33333. Besarnya peningkatan kemampuan gerak dasar manipulatif yang dapat dilihat dari perbedaan rata-rata yaitu sebesar 14,6666 dengan kenaikan persentase 7,14%.

## **B. PEMBAHASAN**

Sesuai dengan analisis data penelitian yang diperoleh, kelas atau kelompok yang sedang dipelajari semakin berkembang. Pemberian perlakuan secara bergantian selama 4 kali pertemuan secara nyata dapat mempengaruhi peningkatan kemampuan perkembangan manipulatif dasar siswa kelas V MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta melalui permainan tanpa net *speedball*.

Hal ini dapat dibuktikan dalam melalui beberapa pendapat mengenai terjadinya peningkatan kemampuan gerak dasar manipulatif yang terjadi pada anak. Pada pendapat Prayitno dan Sukadiyanto (2014) menyatakan bahwa.

“Gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif merupakan pondasi utama untuk menanamkan kesadaran gerak (*movement awareness*) menjadi fondasi keterampilan gerak. Maka dalam hal ini dapat diketahui bahwa keterampilan sangatlah penting karena merupakan salah satu dari keterampilan dasar gerak sekaligus menjadi fondasi bagi seluruh macam gerak yang diciptakan.”

Pada pendapat ini dinyatakan bahwa keterampilan gerak manipulatif merupakan fondasi dari keseluruhan macam gerak dan dapat diciptakannya suatu gerak.

Selanjutnya, dari pendapat tadi dapat diketahui dalam penelitian ini dinyatakan dari permainan bola kecil dapat meningkatkan keterampilan gerak manipulatif. Hal ini juga selaras dengan pendapat dari Sumarna (2015) yang menyatakan bahwa.

“Dalam implikasi hasil penelitiannya juga menyatakan Jika siswa dan guru tahu bahwa latihan permainan kasti mampu meningkatkan kemampuan motorik siswa, maka latihan permainan kasti dapat digunakan untuk variasi bentuk latihan agar kemampuan motorik siswa dapat meningkat.”

Hal yang dapat diketahui dari pendapat ini pula, ada pendapat Rahmah dkk. (2019) yang menyatakan dari hasil penelitiannya bahwa “Kemampuan gerak

manipulatif anak di kelompok A RA Al Istiqomah Kota Tasikmalaya mengalami peningkatan yang baik pada setiap siklus guru dalam kegiatan pembelajaran melalui permainan bowling botol”. Dari hal ini, penelitian yang telah disebutkan bahwa adanya peningkatan gerak manipulatif yang tentunya dalam gerak manipulatif ini tidak jauh dari perlu benda untuk perantara sebagai penunjang terlaksananya keterampilan gerak manipulatif.

Pada penelitian ini dapat diketahui dan dikaitkan bahwa permainan tanpa net *speedball* ini dapat menjadi sebagai bentuk untuk melakukan peningkatan keterampilan gerak dasar manipulatif pada siswa termasuk pada usia anak atau siswa sekolah dasar

Kemampuan peningkatan terhadap perkembangan fundamental manipulatif merupakan hal yang perlu ditingkatkan bagi anak-anak yang sedang dalam masa pembinaan, khususnya siswa kelas V yang duduk di bangku kelas atas sekolah dasar. Dalam hal ini, siswa pasti akan mendapat manfaat dari memiliki keterampilan gerakan manipulatif mendasar yang siswa butuhkan untuk melakukan keterampilan yang lebih kompleks di masa depan.

Pada pengukuran kemampuan gerak dasar manipulatif yang dilakukan dapat diketahui melalui test permainan tanpa net *speedball*. Dalam permainan tanpa net *speedball* siswa diberikan pemberlakuan permainan *single match* sebagai tahap awal sekaligus melakukan *pretest*, yang dimana setelah melakukan tes siswa akan diberikan tindakan berupa latihan selama 4 kali pertemuan kedepannya. Dalam masa pertemuan

hingga dalam pertemuan akhir *posttest*, siswa akan dites kembali dengan melakukan permainan *single match* kembali. Hasil yang diperoleh merupakan hasil kasar yang kemudian diubah menjadi skor baku (t-skor). Nilai ini lalu digunakan untuk mencari hasil serta mendeskripsikan hasil dari *pre-test* dan *post-test*.

Hasil uji-t menunjukkan bahwa permainan tanpa net *speedball* berpengaruh terhadap kemampuan gerak dasar manipulatif siswa kelas V MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta. Hal ini terbukti dengan  $t_{hitung} 3,303 > t_{tabel} 2,05$ . Kemampuan gerak dasar manipulatif mengalami peningkatan setelah melakukan perlakuan yang diiringi Latihan ditunjukkan oleh nilai *pre-test* dan *post-test*. Dalam tes tersebut *posttest* dengan skor rata-rata 3,303 lebih besar dari pada *pretest* dengan skor rata-rata 2,09. Hal ini terbukti bahwa permainan tanpa net *speedball* dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif siswa kelas V MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta.

### **C. KETERBATASAN PENELITIAN**

Pada penelitian ini telah dilakukan persiapan dengan baik dan sepenuh hati oleh peneliti, namun tetap disadari bahwa dalam penelitian ini tidak lepas dari keterbatasannya, baik dalam faktor internal maupun external yang dihadapi peneliti dan siswa VB sebagai subjek. Berikut ini keterbatasan penelitian ini.

1. Subjek dari sampel kemana-mana atau kata lain berpencar sehingga penelitian harus memanggil kembali siswa ketika sedang melakukan penjelasan ulang.
2. Pada peneliti kurang dapat mengontrol faktor dari luar atau kejadian tidak terduga yang mempengaruhi test seperti siswa terkena bola, siswa terjatuh, terlilit tali hingga alat untuk praktik jatuh.
3. Terdapat penundaan hari test yang disebabkan karena kurangnya komunikasi dengan guru PJOK bahwa ada acara maupun kegiatan lainnya yang ada di sekolah
4. Program latihan yang dapat dikatakan kurang efektif
5. Tidak memiliki variabel pembanding

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Pada analisis hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan, bahwa ada pengaruh permainan tanpa net *speedball* terhadap peningkatan kemampuan gerak manipulatif siswa kelas V MIN 1 Yogyakarta, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta. Dengan hasil nilai  $t_{hitung} 3,303 > t_{tabel} 2,09$  dan kenaikan pada persentase sebesar 7,14%.

#### **B. IMPLIKASI PENELITIAN**

Berdasarkan kesimpulan yang diatas, hasil penelitian ini berimplikasi yaitu, jika permainan tanpa net *speedball* mampu meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif, maka siswa maupun guru tahu bahwa dengan menggunakan latihan dan permainan tanpa net *speedball* dapat digunakan sebagai bentuk variasi latihan atau referensi untuk mengembangkn kemamapuan gerak dasar manipulatif.

#### **C. SARAN**

Pada kesimpulan penelitian ini, beberapa saran yang dapat disampaikan sebagai berikut.

1. Bagi peneliti selanjutnya sebagai mempersiapkan variabel pembandingan
2. Bagi peneliti selanjutnya harus lebih waspada terhadap kejadian diluar dugaan
3. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat membuat program yang permainan tanpa net *speedball* lebih jelas
4. Masih terdapat kekurangan dalam skripsi ini, maka bagi peneliti yang ingin memperbaiki dan menyempurnakan penelitian ini hendaknya melakukannya dengan sepenuh hati.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, I., & Supriyati, Y. (2022). Desain Kuasi Eksperimen dalam Pendidikan Literatur Review. *Mandala Education*, 2656-5862.
- Ardi, S. W. (2013). *Pengembangan Model Pembelajaran Tenis Meja Lantai dalam Penjasorkes Pada Siswa kelas VI SD Puri 01 Kecamatan Pati Kabupaten Pati*. Semarang: Pendidikan Jasmani dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosuder Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bell, M. d. (2013). *Content Speedball*. Retrieved from Britannica Kids: <https://kids.britannica.com/students/article/speedball/633500#intro>
- Cook, T. D. (1979). *Quasi Experimentation Design & Analysis Issues For Field Setting*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Freenkel, J. R., & Wallen, N. E. (2009). *How to Design and Evaluate Research in Education*. New York: McGraw Hill Publishing Coy.
- Hanna, W. (2013). *General Information*. Retrieved from The exciting Sport of Speedball has arrived to USA: <https://speedballusa.com/>
- INDONESIA, P. P. (2018, Oktober 4). *PERATURAN PEMERINTAH REPUBLIK INDONESIA NOMOR 47 TAHUN 2008*. Retrieved from [simpuh.kemenag: https://simpuh.kemenag.go.id/regulasi/pp\\_47\\_08.pdf](https://simpuh.kemenag.go.id/regulasi/pp_47_08.pdf)
- Kalaja, S. P., Jaakkola, T. T., OlaviLiukkonen, J., & Digelidis, & N. (2012). Development of junior high school students' fundamental movement skills and physical activity in a naturalistic physical education setting. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 411-428.
- Kurniawan, M. I. (2015). Tri Pusat pendidikan Sebagai Saran pendidikan Karakter Anak Sekolah Dasar. *Journal Pedagogia*, 41-49.
- Latifa, U. (2017). Aspek Perkembangan pada Ank Sekolah Dasar: Masalah dan Perkembangan. *Academica: Journal of Multidisciplinary Studies*, 185-195.
- Mahendra, A. (2015). *Filsafat Pendidikan Jasmani: Dasar-dasar Pembelajaran Penjas di Sekolah dasar*. Bandung: CV. Bintang WarliArtika.
- Mahendra, A. (2015). *Pembelajaran Musik dan Gerak: Dasar Pengembangan Gerak Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar*. Bandung: CV. Bintang WarliArtika.
- Mahendra, A. (2015). *Permainan Anak dan Permainan Tradisional*. Bandung: CV. Bintang WarliArtika.

- McKenzie, T. L., Alcaraz, J. E., Sallis, J. F., & Faucette, & F. (2016). Effects of a Physical Education Program on Children's Manipulative Skills. *Journal of Teaching in Physical Education*, 327-341.
- Metodologi Research* . (n.d.).
- Moon, R. (2013, November 20). *Mysterious sport "speed ball" causes chuckles in Japan*. Retrieved from SoraNews24:  
<https://soraneews24.com/2013/11/20/mysterious-sport-speedball-has-japanese-netizens-in-tears-of-laughter/>
- Ningsih, A. (2020). *Survei Penguasaan Gerak Dasar Motorik pada Siswa kelas V di SD Negeri Ketol*. Banda Aceh: Bina Bangsa Getsempena .
- Otsuka, Y. (2013). *Japan Speedball Federation*. Retrieved from Apa itu Speedball?: <http://www.speedball.jp/Speedball/aboutsb.html>
- Pratama, G. N., & Amiq, F. (2017). Pengembangan Model Variasi Permainan Bola kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk Siswa Kelas IV SD. *Sekolah Dasar Kajian Teori dan Praktik Kependidikan*, 144-158.
- Prayitno, B., & Sukadiyanto. (n.d.). Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar untuk usia 2-4 Tahun.
- Rahayu, R. J. (2019). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar keterampilan Manipulatif Lengan Pada Pembelajaran Model Pendidikan Gerak Berformat Permainan*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Rahmah, A., Yasbiati, Nur, L., & Kastrena, E. (2019). Peningkatan kemampuan Gerak Manipulatif Permaiana Bowling Botol. *Jurnal Maenpo : Jurnal Pendidikan Jasmani kesehatan dan rekreasi*, 48-65.
- Rahmah, A., Yasbiati, Nur, L., & Kastrena4, E. (2019). Peningkatan Kemampuan Gerak Manipulatif Melalui Permainan Bowling Botol. *Jurnal Maenpo : Jurnal Pendidikan Jasmani kesehatan dan rekreasi*, 48-65.
- Rasyid, H. (2009). *Asesmen Perkembangan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Multi Presindo.
- Ricky, Z., & Triana, E. (2019). Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar dengan modifikasi Permaiana Kecil di Sekolah Dasar. *Biormatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan*, 161-167.
- Sabani, F. (2019). Perkembangan Anak-anak Selama Masa Sekolah Dasar (6-7 Tahun). *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 89-100.
- Speedball, A. F. (2022). *About us: General Information*. Retrieved from speedballusa: <https://speedballusa.com/>
- Sugiyanto. (2010). *Model-model Pembelajaran Inovatif*. Surakarta: Yuma Pustaka.

- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharjo. (2006). *Mengenal pendidikan sekolah dasar teori dan praktek*. Jakarta: Dikti.
- Sukinta. (1992). *Teori Bermain*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Sumarna. (2015). *Pengaruh Permainan Kasti Terhadap Tingkat Kemampuan Motorik Bagi Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar Negeri Tegiri Kecamatan Kokap Kabupaten Kulon Progo Tahu Ajaran 2014/2015*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sutrisno. (1986). *Metodologi Research* . Yogyakarta: Andi.
- Vanagosi. (2016). Konsep Gerak Dasar Untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi. IKIP PGRI Bali Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi*, 72-76.

# LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Bimbingan Proposal TAS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 552814, 512892, Faksimile (0274) 512892.

Laman : <http://www.uniyog.ac.id> Email : [info@uniyog.ac.id](mailto:info@uniyog.ac.id)

11 April 2022

Kpd Yth Saudara Ramadani Puja Nurdiana NIM 19604224002

Mahasiswa Prodi PGSD Penjara

Dengan hormat,

Berdasarkan surat saudara tentang permohonan judul penelitian Tugas Akhir Skripsi. Kami menyetujui judul Tugas Akhir Skripsi saudara dengan:

Judul Tugas Akhir : Pengembangan Permainan Tangpa Net Speed Ball Untuk Mengembangkan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Siswa Kelas V MIN Yogyakarta.

Dosen Pembimbing : Prof. Sani Nopembri, M.Pd., Ph.D.

Selanjutnya saudara bisa segera menghubungi dosen pembimbing untuk memulai proses bimbingan dengan menyertakan judul, permasalahan singkat dan metode penelitian.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Koorprodi PGSD Penjara

Dr. Hani Yulianto, M. Kes.  
NIP 19670701 199412 1 001

Lampiran 2. Kartu Bimbingan

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

Nama Mahasiswa : Ramadhani Puspa Nurdiana  
NIM : 19604224002  
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Sekolah Dasar  
Departemen : Pendidikan Jasmani, Sekolah Dasar  
Pembimbing : Prof. Sari Nofembri, S.Pd., M.Pd., Ph.D

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1)	9 Januari	Pertemuan Pertama dan Pengajuan bimbingan	
2)	24 Februari 2023	Pengajuan file serta revisi pada metode penelitian	
3)	31 Maret 2023	Pengajuan file serta revisi pada metode penelitian dan desain penelitian	
4)	6 April 2023	Pengajuan file, pemberian masukan dari keseluruhan bab 1-3	
5)	26 April 2023	Pengajuan file, pemberian arahan untuk mencari validitator	
6)	2 Mei 2023	Pengajuan validitator untuk instrumen	
7)	5 Mei 2023	Melakukan diskusi untuk pelaksanaan instrumen penelitian	
8)	8 Mei 2023	Melakukan penelitian dan diskusi 1 bul	
9)	16 Juni 2023	Pengajuan file serta revisi keseluruhan skripsi	
10)	20 Juni 2023	Pengajuan file serta membantukan kelengkapan skripsi	
11)	22 Juni 2023	Pengajuan berkas dan kelengkapan skripsi untuk pelaksanaan ujian	

Mengetahui  
Koord. Padi PISD



Dr. Hari Yulianto, M.Kes.  
NIP. 19630701 199412 1 001

### Lampiran 3. Ijin Survei Penelitian

SURAT IZIN OBSERVASI

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-observasi>



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
Alamat : Jalan Colomado Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-511092  
Lamaran: [fil.uny.ac.id](mailto:fil.uny.ac.id) E-mail: [humas\\_fil@uny.ac.id](mailto:humas_fil@uny.ac.id)

Nomor : IB/155/UN34.16/DL.16/2023

10 April 2023

Lampiran : -

Hal : Permohonan Izin Observasi

Yth. Kepala sekolah MIN 1 Yogyakarta

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini, akan melaksanakan observasi di lingkungan instansi yang Bapak/Ibu pimpin, dalam rangka untuk melengkapi tugas mata kuliah "Skripsi" atas nama :

Nama : Ramadhani Puspa Nurdiana  
NIM : 19604224002  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1  
Waktu Pelaksanaan Observasi : Senin - Selasa, 10 - 11 April 2023  
Judul / Keperluan : Pengambilan data atau informasi data siswa

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan sepeertinya.

Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,  
Kemahasiswaan dan Alumni,

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

Terbuan :

1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

## Lampiran 4. Surat Ijin Validator

URAT IZIN UJI INSTRUMEN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-uji-instrumen>



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

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : B/470/UN34.16/L.T/2023

12 Mei 2023

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

**Yth . Prof. Soni Nopembri, S.Pd., M.Pd., Ph.D.  
Jl. Colombo Yogyakarta No.1, Karang Malang, Caturtunggal, Kec. Depok, Kabupaten  
Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281**

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama : Ramadhani Puspa Nurdiana  
NIM : 19604224002  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1  
Judul Tugas Akhir : Mengembangkan Gerak Dasar Manipulatif Siswa Kelas V MIN. 1  
Yogyakarta Melalui Permainan Tanpa Net Speedball  
Waktu Uji Instrumen : 14 - 31 Mei 2023

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tugas Akhir. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.

Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,  
Kemahasiswaan dan Alumni,



**Wijantoro, M.Pd.**  
NIP. 19810926 200604 1 001

Tembusan:  
1. Kepala Layanan Administrasi;  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 5. Instrumen Penelitian

**Instrumen Tes Gerak Dasar Manipulatif Permainan Tanpa  
Net *Speedball***

Nama :  
Absen :  
Kelas :

No.	Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
		1	2	3	4
1.	Memukul bola ke arah lawan/rekan sebaya				
2.	Mengembalikan bola yang diterima lawan/rekan sebaya				
3.	Mengarahkan bola yang di pukul ke arah lawan/rekan sebaya				
4.	Memperoleh poin dalam permainan				
	Jumlah skor yang diperoleh				
	Nilai akhir				

Keterangan :

- a. Memukul bola ke arah lawan/rekan sebaya

- Kualitas gerak 1 : Siswa tidak dapat memukul bola ke arah lawan/rekan sebaya dan harus didampingi peneliti
- Kualitas gerak 2 : Siswa dapat memukul bola ke arah lawan/rekan sebaya, namun dengan didampingi peneliti
- Kualitas gerak 3 : Siswa dapat memukul bola ke arah lawan/rekan sebaya, namun dengan pendampingan sedikit
- Kualitas gerak 4 : Siswa dapat memukul bola ke arah lawan tanpa pendampingan

b. Mengembalikan bola yang diterima lawan/rekan sebaya

- Kualitas gerak 1 : Siswa tidak dapat mengembalikan bola yang diterima lawan/rekan sebaya dan harus didampingi peneliti
- Kualitas gerak 2 : Siswa dapat mengembalikan bola yang diterima lawan/rekan sebaya dan harus didampingi peneliti
- Kualitas gerak 3 : Siswa dapat mengembalikan bola yang diterima lawan/rekan sebaya, namun pendampingan sedikit
- Kualitas gerak 4 : Siswa dapat mengembalikan bola yang diterima lawan/rekan sebaya tanpa pendampingan

c. Mengarahkan bola yang di pukul ke arah lawan/rekan sebaya

- Kualitas gerak 1 : Siswa tidak dapat mengarahkan bola yang di pukul ke arah lawan/rekan sebaya dan harus didampingi peneliti
- Kualitas gerak 2 : Siswa dapat mengarahkan bola yang di pukul ke arah lawan/rekan sebaya dan harus didampingi peneliti
- Kualitas gerak 3 : Siswa dapat mengarahkan bola yang di pukul ke arah lawan/rekan sebaya, namun pendampingan sedikit
- Kualitas gerak 4 : Siswa dapat mengarahkan bola yang di pukul ke arah lawan/rekan sebaya tanpa pendampingan

d. Memperoleh point dalam permainan

- Kualitas gerak 1 : Siswa tidak dapat memperoleh poin dalam permainan dan harus didampingi
- Kualitas gerak 2 : Siswa dapat memperoleh poin dalam permainan dan harus didampingi
- Kualitas gerak 3 : Siswa dapat memperoleh poin dalam permainan, namun pendampingan sedikit
- Kualitas gerak 4 : Siswa dapat memperoleh poin dalam permainan tanpa pendampingan sedikit

## Lampiran 6. Surat Ijin Uji Instrumen Penelitian

URAT IZIN UJI INSTRUMEN

<https://admisia.eservice.uny.ac.id/surat-izin/betak-uji-instrumen>



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

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586188, ext. 560, 357, 0274-350826, Fax 0274-513092  
Lamar: fku.uny.ac.id E-mail: lamar\_fku@uny.ac.id

Nomor : B/466/UN34.16/T.U/2023

5 Mei 2023

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hai : **Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian**

Yth. **Kepala sekolah MIN 1 Yogyakarta  
Jl. Mendung Warih No.149A, Giwangan, Kec. Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah  
Istimewa Yogyakarta 55163**

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama : Ramadhani Puspa Nurdiana  
NIM : 19604224002  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1  
Judul Tugas Akhir : Mengembangkan Gerak Dasar Manipulatif Siswa Kelas V MIN 1 Yogyakarta Melalui Permainan Tempo Net Speedball  
Waktu Uji Instrumen : 8 - 31 Mei 2023

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tugas Akhir. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.

Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,  
Mahasiswa dan Alumni,  


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

Tembusan :  
1. Kepala Layanan Administrasi;  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

## Lampiran 7. Surat Keterangan Uji Instrumen Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA YOGYAKARTA  
MADRASAH IBTIDAIYAH NEGERI 1 YOGYAKARTA  
Jalan Merduwangari No. 149.A, Giwangan, Umbulharjo, Yogyakarta 55183  
Telepon 0274-372421 email : mkg@yogyakarta2@gmail.com  
Homepage : min1yogyakarta.nid

### SURAT KETERANGAN

Nomor : B- 324/Mi.12.05.01/PP.004/05/2023

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : ZUMAROH NAZULANINGSIH, S.Pd.I., M.S.I.  
NIP : 197603271998022001  
Pangkat/Golongan : Pembina /IVa  
Jabatan : Kepala Madrasah

menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : Ramadhani Puspa Nurdiana  
Jenis Kelamin : Perempuan  
NIM : 19804224002  
Program studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar  
Jurusan : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta (UNY),

Yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian di MIN 1 Yogyakarta pada tanggal 02-30 Mei 2023, dengan Judul : "Mengembangkan Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif siswa Kelas V MIN 1 Yogyakarta Melalui Permainan Tanpa Net Speedball"

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 31 Mei 2023  
Kepala Madrasah



Lampiran 8. Periodisasi Latihan

**PERIODISASI LATIHAN MENGEMBANGAKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR MANIPULATIF**

<b>Fase Latihan</b>	<b>Persiapan</b>		<b>Pengambilan</b>	
<b>Sub fase</b>	<b>Pre-test</b>	<b>Latihan 1</b>	<b>Latihan 2</b>	<b>Post-test</b>
<b>Siklus latihan</b>	Selasa, 9 Mei 2023, Jadi Sabtu, 13 Mei 2023  Pengambilan nilai pre-test dan pemberian penjelasan teknik pukulan	Selasa, 16 Mei 2023,  Latihan teknik atau cara memukul bola dengan pukulan fronhand	Selasa, 16 Mei 2023, Jadi Sabtu, 27 Mei 2023  Latihan teknik atau cara memukul bola dengan pukulan backhand	30 Mei 2023  Pengambilan nilai post-test dan penutup

Lampiran 9. Program Latihan

**Pelatihan Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif**

*Speedball*

Waktu : 120 menit  
 Sasaran : Gerak manipulatif  
 Latihan :  
 Jumlah Atlet : 30  
 Hari/Tanggal : 13 Mei 2023  
 Tingkat siswa : U-10/U-12

Periodisasi : Persiapan/perkembangan  
 Mikro : 2  
 Sesi : 4 kali  
 Peralatan : *Speedball*  
 Intensitas : Sedang

No	Materi Latihan	Dosis	Formasi	Catatan
1	Pendahuluan, berkumpul, berdoa, menyanyikan nyanyian latihan	5 menit	XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX	Disampaikan secara singkat serta jelas
	Pemanasan	10 menit		
	a. Jogging	2x		Jogging mengelilingi lapangan
	b. Stretching static	8x70 detik		
2	Uji pre test	70 menit		
	Pretest kelompok putra	1 set 30 detik		Melakukan <i>single march</i> dengan peraturan yang telah dijelaskan di awal
	Pretest kelompok putri	1 set 30 detik		Melakukan <i>single march</i> dengan peraturan yang telah dijelaskan di awal
3	Penutup	10-15 menit		
	Pelebaran dan pelapangan a. Pelepasan b. Ekuasi c. Motivasi d. Berdoa			

## Pelatihan Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif

### *Speedball*

Waktu	: 120 menit	Periodisasi	: Persiapan/perkembangan
Sasaran	: Gerak manipulatif	Mikro	: 2
Latihan		Sesi	: 4 kali
Jumlah Atlet	: 30	Peralatan	: <i>Speedball</i>
Hari/Tanggal	: 16 Mei 2023	Intensitas	: Sedang
Tingkat siswa	: U-10/U-12		

No	Materi Latihan	Durasi	Fasilitas	Catatan
1	Pendahuluan, berhenti pul, landing, menyampaikan tujuan latihan	5 menit	XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX	Disampaikan secara simplis dan jelas
	Pemanasan a. Jogging	20 menit 1/4		Jogging mengelilingi lapangan
	b. Stretching statis	3x2 hitungan		
2	Latihan inti	70 menit		
	Latihan 1 memelihara pukulan forehand kalampayan putra	3 set 25 menit		Melakukan latihan memantulkan bola ke udara dan menjaga keseluruhan yang serta teknik cara memegang pukulan forehand dengan benar
	Latihan 1 memelihara pukulan forehand kalampayan putra	3 set 25 menit		Melakukan latihan memantulkan bola ke udara dan menjaga keseluruhan yang serta teknik cara memegang pukulan forehand dengan benar
3	Pemutup Pelebaran dan pelepasan a. Pelepasan b. Evaluasi c. Motivasi d. Refleksi	10-15 menit		

## Pelatihan Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif

### *Speedball*

Waktu	: 120 menit	Periodisasi	: Persiapan/perkembangan
Sasaran	: Gerak manipulatif	Mikro	: 2
Latihan	: 30	Sesi	: 4 kali
Jumlah Atlet	: 27 Mei 2023	Peralatan	: <i>Speedball</i>
Hari/Tanggal	: U-10/U-12	Intensitas	: Sedang
Tingkat siswa			

No.	Materi Latihan	Dosis	Format:	Catatan
1	Pendahuluan, berhimpun, Und dua, menyampaikan tujuan latihan	5 menit	XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX	Dissampaikan secara singkat serta jelas
	Pemanasan	20 menit		
	a. Jogging	2x		Jogging mengelilingi lapangan
	b. Stretching statis	8x2 hitungan		
2	Latihan inti	70 menit		
	Latihan 1 menpelajari pukulan backhand kalosenport putra	3 set 25 menit		Melakukan latihan memantulkan bola ke udara dan menjaga posisi badan yang di serta teknik cara memegang pukulan forehand dengan benar
	Latihan 2 menpelajari pukulan backhand kalosenport putra	3 set 25 menit		Melakukan latihan memantulkan bola ke udara dan menjaga posisi badan yang di serta teknik cara memegang pukulan forehand dengan benar
3	Penutup	10-15 menit		
	Pelepasan dan pelepasan a. Pelepasan b. Formasi c. Menutup d. Berdoa			

## Pelatihan Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif

### *Speedball*

Waktu	: 120 menit	Periodisasi	: Persiapan/perkembangan
Sasaran	: Gerak manipualtif	Mikro	: 2
Latihan	: 30	Sesi	: 4 kali
Jumlah Atlet	: 30 Mei 2023	Peralatan	: <i>Speedball</i>
Hari/Tanggal	: U-10/U-12	Intensitas	: Sedang
Tingkat siswa			

No.	Materi Latihan	Dosis	Formasi	Catatan
1	Pendahuluan, berkumpul, berdoa, menyamapain tujuan latihan	5 menit	XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX	Disampaikan secara singkat serta jelas
	Pemanasan	10 menit		
	a. Jogging	2x		Jogging mengelilingi lapangan
	b. Stretching statis	8x2 hitungan		
2	Uji pre-test	70 menit		
	Posttest kelompok putra	1 set 30 detik		Melakukan <i>single march</i> dengan peraturan yang telah dijelaskan di awal
	Posttest kelompok putri	1 set 30 detik		Melakukan <i>single march</i> dengan peraturan yang telah dijelaskan di awal
3	Penutup	10-15 menit		
	Pelepasan dan pelepasan a. Pelepasan b. Evaluasi c. Motivasi d. Berdoa			

Lampiran 10. Daftar siswa kelas VB Hasil Mengembangkan Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Siswa Kelas V MIN 1 Yogyakarta Melalui Permainan Tanpa Net Speedball

No.	Nama	Pre-test	Post-test
1	ARS	320	300
2	AAF	310	330
3	AA	300	330
4	APR	300	330
5	ANS	310	330
6	ACPW	300	320
7	ARNF	300	320
8	DRZ	320	310
9	DN	330	310
10	FGA	330	350
11	FSA	330	340
12	GFY	320	340
13	GKA	340	360
14	JIA	340	330
15	KMR	280	340
16	LAY	300	300
17	MF	330	300
18	MFN	310	340
19	MIHP	320	290
20	MNF	320	350
21	NZV	310	350
22	NAS	310	340
23	PAF	320	330
24	RAFS	310	330
25	RDA	290	330
26	SNH	330	300
27	SHN	300	320

28	SNKR	280	300
29	SRAI	290	320
30	ZNH	300	320

Lampiran 11. Hasil Validitas dan Rehabilitas

**TABEL HASIL VALIDITAS REHABILITAS PRE-TEST**

<b>No.</b>	<b>Nama</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>Jumlah</b>
1	Adinda Rahma Sari	3	3	3	3	12
2	Afif Abdurrohman Fawwaz	3	3	3	2	11
3	Ahza Aira	2	3	3	2	10
4	Aisyah Putri Ramadhani	2	3	3	2	10
5	Aliyana Nadia Satrio	3	3	2	3	11
6	Alya Citra Putri Wibowo	2	3	2	3	10
7	Annisa Ramadhani Nur Fachrozi	2	3	2	3	10
8	Davin Rafisqy Zhafran	3	3	3	3	12
9	Dira Nurcahyani	4	3	3	3	13
10	Falah Gibran Alamsyah	3	3	4	3	13
11	Fikriyyus Syafi' Al Anhuri	3	4	3	3	13
12	Ganta Fairuz Yafi'	3	3	4	2	12
13	Gea Keykhusna Allegra	4	3	3	4	14
14	Jefril Ilmi Arrozaq	4	3	4	3	14
15	Kresna Majid Rorimsa	1	2	3	2	8
16	Larissa Azzahera Yunansa	3	2	2	3	10
17	Mizan Fadhil	3	4	3	3	13
18	Muhammad Fauzi Novianto	3	3	3	2	11
19	Muhammad Irfansyah Hariono Putra	3	3	3	3	12

20	Muhammad Nur Fadhlirrokhim	3	3	3	3	12
21	Nadia Zulfa Valencia	2	3	2	4	11
22	Nisrina Aulia Sabila	3	3	3	2	11
23	Patrayuda Aluqman Falah	3	3	3	3	12
24	Ramadhan Akbar Fatra Surya	3	2	3	3	11
25	Riska Destina Asmarani	2	3	2	2	9
26	Salsabila Nur Hafiza	3	3	3	4	13
27	Sayyeedah Haudan Nafi'ah	3	2	3	2	10
28	Shahnaz Nayla Khaerani Rosady	2	2	2	2	8
29	Syah Rana Anur Islami	2	2	2	3	9
30	Zaneta Nurfathi Hayati	3	2	2	3	10
	r hitung	0,820077	0,634845	0,627593	0,549441	
	r tabel	0,361	0,361	0,361	0,361	
	keterangan	valid	valid	valid	valid	

**TABEL HASIL VALIDITAS REHABILITAS POST-TEST**

<b>No.o</b>	<b>Nama o</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>Jumlah</b>
1	Adinda Rahma Sari	2	3	3	2	10
2	Afif Abdurrohman Fawwaz	4	3	3	3	13
3	Ahza Aira	4	3	3	3	13
4	Aisyah Putri Ramadhani	3	4	3	3	13
5	Aliyana Nadia Satrio	3	4	3	3	13
6	Alya Citra Putri Wibowo	3	3	3	3	12
7	Annisa Ramadhani Nur Fachrozi	3	3	3	3	12
8	Davin Rafisqy Zhafran	3	3	3	2	11
9	Dira Nurcahyani	3	3	2	3	11
10	Falah Gibran Alamsyah	3	4	4	4	15
11	Fikriyyus Syafi' Al Anhuri	3	4	4	3	14
12	Ganta Fairuz Yafi'	3	3	4	4	14
13	Gea Keykhusna Allegra	4	4	4	4	16
14	Jefril Ilmi Arrozaq	3	3	4	3	13
15	Kresna Majid Rorimsa	3	3	4	4	14
16	Larissa Azzahera Yunansa	3	2	3	2	10
17	Mizan Fadhil	2	3	3	2	10
18	Muhammad Fauzi Novianto	3	3	4	4	14
19	Muhammad Irfansyah Hariono Putra	3	2	2	2	9
20	Muhammad Nur Fadhlirokhim	3	4	4	4	15

21	Nadia Zulfa Valencia	4	3	4	4	15
22	Nisrina Aulia Sabila	4	4	3	3	14
23	Patrayuda Aluqman Falah	4	3	3	3	13
24	Ramadhan Akbar Fatra Surya	4	3	3	3	13
25	Riska Destina Asmarani	3	3	3	4	13
26	Salsabila Nur Hafiza	3	2	2	3	10
27	Sayyeedah Haudan Nafi'ah	3	3	3	3	12
28	Shahnaz Nayla Khaerani Rosady	3	2	2	3	10
29	Syah Rana Anur Islami	3	3	3	3	12
30	Zaneta Nurfathi Hayati	3	3	3	3	12

	r hitung	0,518796	0,739938	0,810547	0,824305	
	r tabel	0,361	0,361	0,361	0,361	
	validitas	valid	valid	valid	valid	

Lampiran 12. r Tabel

**DISTRIBUSI NILAI  $r_{tabel}$  SIGNIFIKANSI 5% dan 1%**

N	The Level of Significance		N	The Level of Significance	
	5%	1%		5%	1%
3	0.997	0.999	38	0.320	0.413
4	0.950	0.990	39	0.315	0.408
5	0.878	0.959	40	0.312	0.403
6	0.811	0.917	41	0.305	0.398
7	0.751	0.871	42	0.301	0.393
8	0.707	0.831	43	0.301	0.389
9	0.666	0.798	44	0.297	0.384
10	0.632	0.765	45	0.294	0.380
11	0.602	0.735	46	0.291	0.376
12	0.576	0.708	47	0.288	0.372
13	0.553	0.684	48	0.284	0.368
14	0.532	0.661	49	0.281	0.364
15	0.514	0.641	50	0.279	0.361
16	0.497	0.623	55	0.266	0.345
17	0.482	0.605	60	0.254	0.330
18	0.468	0.590	65	0.244	0.317
19	0.456	0.575	70	0.235	0.306
20	0.444	0.561	75	0.227	0.296
21	0.433	0.549	80	0.220	0.286
22	0.432	0.537	85	0.213	0.278
23	0.413	0.525	90	0.207	0.267
24	0.404	0.515	95	0.202	0.263
25	0.396	0.505	100	0.195	0.256
26	0.388	0.495	125	0.175	0.220
27	0.381	0.487	150	0.159	0.210
28	0.374	0.478	175	0.148	0.194
29	0.367	0.470	200	0.138	0.181
30	0.361	0.463	300	0.113	0.148
31	0.355	0.456	400	0.098	0.128
32	0.349	0.449	500	0.088	0.115
33	0.344	0.442	600	0.080	0.105
34	0.339	0.436	700	0.074	0.097
35	0.334	0.430	800	0.070	0.091
36	0.329	0.424	900	0.065	0.086
37	0.325	0.418	1000	0.062	0.081

<https://wikielektronika.com/r-tabel-uji-validitas/2/>

Lampiran 13. t Tabel

Tabel Nilai Kritis Uji Kolmogorov-Smirnov

<i>n</i>	$\alpha = 0,20$	$\alpha = 0,10$	$\alpha = 0,05$	$\alpha = 0,02$	$\alpha = 0,01$
1	0,900	0,950	0,975	0,990	0,99
2	0,684	0,776	0,842	0,900	0,92
3	0,565	0,636	0,708	0,785	0,82
4	0,493	0,565	0,624	0,689	0,73
5	0,447	0,509	0,563	0,627	0,66
6	0,410	0,468	0,519	0,577	0,61
7	0,381	0,436	0,483	0,538	0,57
8	0,359	0,410	0,454	0,507	0,54
9	0,339	0,387	0,430	0,480	0,51
10	0,323	0,369	0,409	0,457	0,48
11	0,308	0,352	0,391	0,437	0,46
12	0,296	0,338	0,375	0,419	0,44
13	0,285	0,325	0,361	0,404	0,43
14	0,275	0,314	0,349	0,390	0,41
15	0,266	0,304	0,338	0,377	0,40
16	0,258	0,295	0,327	0,366	0,39
17	0,250	0,286	0,318	0,355	0,38
18	0,244	0,279	0,309	0,346	0,37
19	0,237	0,271	0,301	0,337	0,36
20	0,232	0,265	0,294	0,329	0,35
21	0,226	0,259	0,287	0,321	0,34
22	0,221	0,253	0,281	0,314	0,33
23	0,216	0,247	0,275	0,307	0,33
24	0,212	0,242	0,269	0,301	0,32
25	0,208	0,238	0,264	0,295	0,31
26	0,204	0,233	0,259	0,290	0,31
27	0,200	0,229	0,254	0,284	0,30
28	0,197	0,225	0,250	0,279	0,30
29	0,193	0,221	0,246	0,275	0,29
30	0,190	0,218	0,242	0,270	0,29
35	0,177	0,202	0,224	0,251	0,26
40	0,165	0,189	0,210	0,235	0,25
45	0,156	0,179	0,198	0,222	0,23
50	0,148	0,170	0,188	0,211	0,22
55	0,142	0,162	0,180	0,201	0,21
60	0,136	0,155	0,172	0,193	0,20
65	0,131	0,149	0,166	0,185	0,19
70	0,126	0,144	0,160	0,179	0,19
75	0,122	0,139	0,154	0,173	0,18
80	0,118	0,135	0,150	0,167	0,17
85	0,114	0,131	0,145	0,162	0,17
90	0,111	0,127	0,141	0,158	0,16
95	0,108	0,124	0,137	0,154	0,16
100	0,106	0,121	0,134	0,150	0,16

**Pendekatan**

<i>n</i>	$1,07/\sqrt{n}$	$1,22/\sqrt{n}$	$1,35/\sqrt{n}$	$1,52/\sqrt{n}$	$1,63/\sqrt{n}$
200	0,076	0,086	0,096	0,107	0,115

<https://www.scribd.com/document/318730076/11-Tabel-Nilai-Kritis-Uji-Kolmogorov-Smirnov-docx>

Lampiran 14. Hasil Uji Statistika

**UJI NORMALITAS**

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
pre test kemampuan gerak manipulatif	30	311,6667	15,20529	280,00	340,00
post test kemampuan gerak manipulatif	30	325,3333	17,95268	290,00	360,00

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		pretest kemampuan gerak manipulatif	posttest kemampuan gerak manipulatif	
N		30	30	
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	311,6667	325,3333	
	Std. Deviation	15,20529	17,95268	
Most Extreme Differences	Absolute	.131	.169	
	Positive	.131	.121	
	Negative	-.130	-.169	
Test Statistic		.131	.169	
Asymp. Sig. (2-tailed) <sup>c</sup>		.260 <sup>d</sup>	.028	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) <sup>e</sup>	Sig.	.207	.027	
	95% Confidence Interval	Lower Bound	.197	.022
		Upper Bound	.218	.031

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.
- e. Lilliefors' method based on: 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

**UJI HOMOGENITAS**

### Tests of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
pretest kemampuan gerak manipulatif	Based on Mean	1.435	5	22	.261
	Based on Median	1.019	5	22	.431
	Based on Median and with adjusted df	1.019	5	15.352 <sup>a</sup>	.441
	Based on trimmed mean	1.442	5	22	.249

### ANOVA

pretest kemampuan gerak manipulatif

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2406.667	7	343.810	1.452	.236
Within Groups	5210.000	22	236.818		
Total	7616.667	29			

## UJI HIPOTESIS

### Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest kemampuan gerak manipulatif	311.6667	30	16.20629	2.95885
	posttest kemampuan gerak manipulatif	325.3333	30	17.95268	3.27770

### Paired Samples Correlations

		N	Correlation	One-Sided p	Two-Sided p
Pair 1	pretest kemampuan gerak manipulatif & posttest kemampuan gerak manipulatif	30	.177	.283	.519

### Paired Samples Test

		Paired Differences					Significance			
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	One-Sided p	Two-Sided p
					Lower	Upper				
Pair 1	pretest kemampuan gerak manipulatif - posttest kemampuan gerak manipulatif	-13.6667	27.65447	4.13796	-27.72972	-5.26361	-3.303	29	.001	.003

Lampiran 15. Dokumentasi

Gambar 3. Pelaksanaan Pre=test dengan Permainan Tanpa Net Speedball Single macth



Melakukan penjelasan dan pemasangan bersama



Melakukan permainan tanpa net *speedball solo relay*



Melakukan pendingin dan penjelasan ulang untuk pertemuan selanjutnya

Gambar 4. Melakukan Perlakuan Tahap Latihan 1



Melakukan pemanasan dan penjelasan pelaksanaan latihan



Melakukan latihan sederhana untuk pukulan *forehand*



Melakukan pendingian dan penjelasan ulang untuk pertemuan selanjutnya

Gambar 5. Melakukan Perlakuan Tahap Latihan 2

a.



Melakukan pemanasan dan penjelasan pelaksanaan latihan

b.



Melakukan latihan sederhana untuk pukulan *backhand*

c.



Melakukan pendingian dan penjelasan ulang untuk pertemuan selanjutnya

Gambar 6. Pelaksanaan Post-test dengan Permainan Tanpa Net Speedball Single Match

a.



Melakukan penjelasan dan pemasangan bersama

b.



Melakukan permainan tanpa net *speedball solo relay*

c.



Melakukan pendingin dan penjelasan serta penutupan pertemuan