

**SURVEI TINGKAT PENGETAHUAN PERMAINAN BOLA TANGAN
PADA SISWA KELAS X DI SMA NEGERI 1 AJIBARANG
TAHUN AJARAN 2023/2024**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Oleh :

**Ira Ariza Fajriyani
NIM. 20601241119**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024**

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ira Ariza Fajriyani
NIM : 20601241119
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul TAS : Survei Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024.

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

Yogyakarta, 10 Jan...2024

Yang Menyatakan,



Ira Ariza Fajriyani

NIM. 20601241119

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**SURVEI TINGKAT PENGETAHUAN PERMAINAN BOLA TANGAN
PADA SISWA KELAS X DI SMA NEGERI AJIBARANG TAHUN AJARAN
2023/2024**

Disusun Oleh:

Ira Ariza Fajriyani
NIM. 20601241119

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan
Ujian Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan

Yogyakarta, 10 Januari 2024

Mengetahui,
Koordinator Program Studi

Disetujui,
Dosen Pembimbing



Dr. Ngatman, M.Pd.
NIP.196706051994031001



Dr. Drs. Sridadi, M.Pd.
NIP.196112301988031001

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

TUGAS AKHIR SKRIPSI

**SURVEI TINGKAT PENGETAHUAN PERMAINAN BOLA TANGAN
PADA SISWA KELAS X DI SMA NEGERI 1 AJIBARANG
TAHUN AJARAN 2023/2024**

**Ira Ariza Fajriyani
NIM. 20601241119**

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal 18 Januari 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Sridadi, M.Pd. (Ketua Tim Penguji)		24/01-24
Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas., M.Or. (Sekretaris Tim Penguji)		24/01 2024
Saryono, M.Or. (Penguji Utama)		23/01 2024

Yogyakarta, 24 Januari 2024
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,




Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or.
NIP.198306262008121002 †

MOTTO

“Layukalifullah Hunafsan Illahwusaha”

”Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

-QS. Al-Baqarah : 286-

“Angin tidak berhembus untuk menggoyangkan pepohonan, melainkan menguji kekuatan akarnya”

-Ali Bin Abi Thalib-

“Semua yang sudah tertakar tidak akan pernah tertukar, Allah sebaik-baik penulis skenario hidup bagi hamba-Nya”

-Ira Ariza Fajriyani-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penulis mempersembahkan karya tulis ini kepada orang-orang yang penulis sayangi dan keberadaannya sangat berharga, antara lain:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Warno dan Ibu Darinah yang selalu memberi doa, dukungan, dan semangat tiada henti serta sepenuh hati tanpa lelah berjuang agar saya dapat memperoleh pendidikan yang terbaik. Selain itu, kasih sayang yang selalu mengiringi perjalanan penulis sampai di titik ini.
2. Saudara saya, Wening Eko Wati dan Norman Pambudi yang selalu memberikan doa, semangat, dan nasihat selama saya menempuh perkuliahan.
3. Keluarga saya, Bima, Baim, Cia, Tata, Vania, dan Helga yang senantiasa menghibur dan menjadi salah satu alasan saya untuk membuat bangga mereka.
4. Kekasih saya, Janata Angga Yuwono yang telah memberikan dukungan pada setiap proses di perkuliahan yang telah saya tempuh.
5. Sahabat-sahabat saya yang senantiasa memberikan bantuan, dukungan, dan doa pada setiap langkah yang saya ambil.

**SURVEI TINGKAT PENGETAHUAN PERMAINAN BOLA TANGAN
PADA SISWA KELAS X DI SMA NEGERI 1 AJIBARANG
TAHUN AJARAN 2023/2024**

Ira Ariza Fajriyani
20601241119

ABSTRAK

Permainan bola tangan merupakan salah satu materi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang telah masuk dalam kurikulum. Di SMA Negeri Ajibarang, materi hasil penilaian menunjukkan sebagian siswa masih kurang dalam memahami dan menguasai materi permainan bola tangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan permainan bola tangan siswa kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Instrumen penelitian menggunakan tes pilihan ganda. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024 sebanyak 432 siswa yang terdiri dari 12 kelas. Teknik penentuan besaran sampel menggunakan metode *Slovin* sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 215 responden yang diambil dengan cara *simple random sampling*. Uji validitas menggunakan bantuan aplikasi *SPSS versi 25.0* dengan rumus *Pearson Product Momen*. Uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dan diperoleh hasil sebesar 0,847, dengan hasil tersebut telah dinyatakan reliabel dan berkategori Tinggi. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase yang terbagi dalam lima kategori yakni Sangat Baik, Baik, Cukup, Kurang, dan Sangat Kurang.

Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan siswa kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang terbagi menjadi lima kategori yakni Sangat Baik (4,65%), Baik (37,68%), Cukup (32,09), Kurang (18,60), dan Sangat Kurang (6,98%). Kemudian, hasil berdasarkan faktor pengetahuan faktual berkategori Cukup (42,79%), pengetahuan konseptual berkategori Baik (43,26%), pengetahuan prosedural berkategori Cukup (40,47%), dan pengetahuan metakognitif berkategori Cukup (43,26%).

Kata kunci: *bola tangan, survei tingkat pengetahuan*

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan segala nikmat, rahmat, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi sebagai bagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Survei Tingkat Pengetahuan Keterampilan Dasar Permainan Bola Tangan pada Kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024” hingga selesai. Dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini, tidak terlepas dari kerja sama dan bantuan dari pihak yang lain. Dengan demikian, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Sridadi, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi dalam memberikan waktu, bimbingan, dan arahan dalam proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Dr. Ngatman, M.Pd. selaku Ketua Departemen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi beserta dosen dan staf yang telah membantu menyediakan fasilitas dalam proses penyelesaian Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah memberikan persetujuan atas pemberian persetujuan atas pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
4. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta atas diberikannya kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan sarjana di Universitas Negeri Yogyakarta.
5. Bapak dan Ibu Dosen di Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah membimbing selama penulis melaksanakan studi.
6. Bapak Saidan, S.Pd., selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Ajibarang yang telah mengizinkan penulis untuk melaksanakan penelitian di sekolah tersebut.
7. Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 1 Ajibarang yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan bantuan selama penelitian berlangsung.

8. Siswa-siswi kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang yang telah memberikan bantuan dan kerja sama dalam proses pengambilan data Tugas Akhir Skripsi.
9. Semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas bantuan dan perhatian selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.

Dengan segala bentuk bantuan yang telah diberikan oleh pihak di atas, semoga mendapatkan balasan dari Allah SWT dan dapat menjadi amalan yang bermanfaat baik untuk diri sendiri maupun orang di sekitarnya. Selain itu, penulis berharap Tugas Akhir Skripsi ini menjadi suatu manfaat bagi para pembaca dan pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 25 Desember 2023

Yang Menyatakan,



Ira Ariza Fajriyani

NIM. 20601241119

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Kajian Teori.....	8
1. Konsep Pengetahuan	8
2. Konsep Kecerdasan	14
3. Permainan Bola Tangan	16
4. Karakteristik Siswa SMA.....	29
5. Profil SMA Negeri 1 Ajibarang	31
6. Kurikulum	32
B. Penelitian yang Relevan	34
C. Kerangka Berpikir	36

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	37
A. Desain Penelitian	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian	37
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	37
D. Populasi dan Sampel Penelitian	38
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengambilan Data	40
F. Teknik Analisis Data	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Deskripsi Hasil Penelitian	49
B. Pembahasan	60
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	65
A. Kesimpulan.....	65
B. Implikasi Hasil Penelitian	65
C. Keterbatasan Hasil Penelitian.....	66
D. Saran-saran	66
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN.....	72

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Ranah dalam <i>Taksonomi Bloom</i>	12
Tabel 2. Data Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang	38
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Tes Uji Coba	41
Tabel 4. Hasil Uji Validitas.....	43
Tabel 5. Koefisien Korelasi oleh Suharsimi Arikunto (2013)	45
Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Tes Pengambilan Data	46
Tabel 7. Interval Kategori	48
Tabel 8. Hasil Analisis Statistik Data Tingkat Pengetahuan.....	50
Tabel 9. Interval Kategori	50
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan....	51
Tabel 11. Hasil Analisis Statistik Data Faktor Pengetahuan Faktual	52
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Faktor Pengetahuan Faktual	53
Tabel 13. Hasil Analisis Statistik Data Faktor Pengetahuan Konseptual	54
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Faktor Pengetahuan Konseptual	55
Tabel 15. Hasil Analisis Statistik Data Faktor Pengetahuan Prosedural	56
Tabel 16. Distribusi Frekuensi Faktor Pengetahuan Prosedural	57
Tabel 17. Hasil Analisis Statistik Data Faktor Pengetahuan Metakognitif.....	58
Tabel 18. Distribusi Frekuensi Faktor Pengetahuan Metakognitif	59

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Perubahan Taksonomi dari Asli ke Revisi	11
Gambar 2. Macam-macam Ukuran Bola Tangan	19
Gambar 3. Lapangan Bola Tangan <i>Indoor</i>	19
Gambar 4. Ukuran Gawang Bola Tangan Tampak Depan	20
Gambar 5. Ukuran Gawang Bola Tangan Tampak Samping (cm)	20
Gambar 6. <i>Short Pass</i> (Umpan Pendek)	22
Gambar 7. <i>Long Pass</i> (Umpan Jauh)	23
Gambar 8. <i>Side Pass</i> (Umpan Sisi).....	23
Gambar 9. <i>Bounce Pass</i> (Umpan Pantul).....	24
Gambar 10. <i>Catching</i> (Menangkap Bola)	24
Gambar 11. <i>Dribbling</i> (Menggiring)	25
Gambar 12. <i>Center Shoot</i> (Tembakan Tengah)	25
Gambar 13. <i>Jump Shoot</i>	26
Gambar 14. <i>Flying Shoot</i> (Tembakan Melayang).....	26
Gambar 15. <i>Blocking</i> (Menghadang)	27
Gambar 16. <i>Blocking</i> (Menghadang) dengan Bola.....	28
Gambar 17. <i>Ball Handling</i> (Memegang Bola).....	28
Gambar 18. <i>Positioning</i> Permainan Bola Tangan.....	29
Gambar 19. <i>Positioning</i> Permainan Bola Tangan 6 vs 6	29
Gambar 20. SMA Negeri 1 Ajibarang	32
Gambar 21. Skema Kerangka Berpikir	36

Gambar 22. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024 tentang Permainan Bola Tangan.....	51
Gambar 23. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Berdasarkan Faktor Pengetahuan Faktual.....	53
Gambar 24. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Berdasarkan Faktor Pengetahuan Konseptual.....	55
Gambar 25. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Berdasarkan Faktor Pengetahuan Prosedural.....	57
Gambar 26. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Berdasarkan Faktor Pengetahuan Metakognitif	59

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. SK Pembimbing Proposal Tugas Akhir Skripsi	73
Lampiran 2. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi.....	74
Lampiran 3. Surat Permohonan dan Keterangan Expert Judgement	75
Lampiran 4. Kisi-kisi dan Instrumen Tes Uji Coba	79
Lampiran 5. Surat Permohonan Izin Uji Coba Instrumen.....	90
Lampiran 6. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Tes Uji Coba	91
Lampiran 7. Kisi-kisi dan Instrumen Pengambilan Data	95
Lampiran 8. Surat Permohonan Izin Penelitian	104
Lampiran 9. Surat Jawaban Permohonan Izin Penelitian.....	105
Lampiran 10. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	106
Lampiran 11. Data Penelitian dan Analisis.....	107
Lampiran 12. Modul Ajar Permainan Bola Tangan.....	113
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian	123

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib diselenggarakan di sekolah. Hakikatnya, pendidikan jasmani merupakan proses pembelajaran yang menggunakan aktivitas fisik sebagai media dalam menyampaikan materi guna mendorong pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikis, motorik, pengetahuan, dan lain sebagainya. Dini Rosdiani (2015: 1) berpendapat bahwa, pendidikan jasmani merupakan proses yang menyediakan berbagai macam kegiatan jasmani, permainan, dan olahraga sebagai pengalaman belajar untuk siswa secara sistematis guna membantu pertumbuhan dan perkembangan fisik, motorik, emosional, moral, dan sosial anak. Selaras dengan pendapat tersebut, Agung dan Thariq Azis (2018: 49) mengungkapkan bahwa hakikat dari pendidikan jasmani adalah pendidikan yang ditujukan untuk dan melalui aktivitas jasmani. Berdasarkan pendapat tersebut, pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan dengan menyediakan aktivitas jasmani sebagai pengalaman belajar bagi siswa. Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan proses pembelajaran yang mengutamakan aktivitas fisik sebagai alat untuk menyampaikan materi guna membantu pertumbuhan dan perkembangan anak baik secara fisik maupun psikis. Selain itu, pendidikan jasmani merupakan bagian penting dalam program pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan, kebugaran, stabilitas emosional, dan kecerdasan seseorang melalui aktivitas fisik atau olahraga.

Dalam meningkatkan keterampilan motorik dan psikomotor anak, pendidikan jasmani dapat dijadikan sebagai media melalui berbagai aktivitas fisik didalamnya. Selain itu, pendidikan yang prosesnya dipenuhi oleh aktivitas fisik dan kebiasaan hidup sehat ini akan membantu memelihara kebugaran jasmani, mental, sosial, dan emosional. Adapun aspek lain yang terdapat dalam pendidikan

jasmani yakni pembentukan karakter seperti percaya diri, kerja sama, sportivitas, disiplin, dan lain-lain. Dengan demikian, manfaat yang diperoleh dalam pendidikan jasmani tidak hanya aspek fisik saja, melainkan kognitif dan afektif.

Dalam aspek kognitif terdapat satu ranah yakni pengetahuan. Soekidjo Notoatmodjo (2007: 139) menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari pengindraan seseorang terhadap suatu objek. Pengindraan dilakukan melalui indra manusia seperti penglihatan (mata), pendengaran (telinga), penciuman (hidung), dan lain-lain. Tingkat pengetahuan seseorang dapat diketahui melalui berbagai macam tes pengukuran. Berdasarkan pendapat Notoatmodjo (2007: 142), wawancara dan pengisian angket dengan materi yang ingin diukur dapat digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan seseorang. Media yang digunakan dapat berupa pertanyaan atau tes. Tes terbagi menjadi dua macam yakni objektif dan subjektif. Tes objektif dapat berupa tes pilihan ganda. Sedangkan tes subjektif dapat berupa uraian. Dalam penerapannya, tes pilihan ganda lebih banyak digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan dikarenakan lebih menghemat waktu dan lebih mudah saat menyesuaikan materi antara pengetahuan itu sendiri dengan objek. Tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor tersebut terbagi menjadi dua yakni faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi usia, pengalaman, intelegensia, dan jenis kelamin. Sedangkan, faktor eksternal meliputi pendidikan, sosial budaya dan ekonomi, lingkungan, dan informasi.

Bola tangan atau *Handball* merupakan salah satu cabang olahraga dalam permainan bola besar yang menggunakan tangan dalam memainkannya. Bola tangan dimainkan oleh 2 regu dengan 7 orang pemain yang ada di dalam lapangan (belum termasuk cadangan) pada masing-masing regunya. Permainan ini bertujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya. Regu yang paling banyak mencetak poin akan keluar sebagai pemenang dalam permainan bola tangan. Sutanto (2016: 80) berpendapat bahwa permainan bola tangan merupakan kolaborasi antara dua cabang olahraga yakni permainan sepak bola dan bola basket. Dalam permainan bola tangan pada saat mengumpan atau

passing, pemain menggunakan tangan sebagaimana dalam permainan bola basket, namun tidak menggunakan ring melainkan gawang sebagai tempat untuk mencetak poin sebagaimana ada dalam permainan sepak bola.

SMA Negeri 1 Ajibarang telah menggunakan Kurikulum Merdeka, yang menyebabkan tidak adanya Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) diganti menjadi Modul Ajar. Capaian pembelajaran pada kelas X atau Fase E mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah peserta didik dapat menunjukkan kemampuan berbagai penerapan keterampilan gerak pada permainan, aktivitas jasmani lainnya, dan kehidupan nyata sehari-hari sebagai hasil evaluasi pengetahuan yang benar, menganalisis dan mempraktikkan latihan pengembangan kebugaran jasmani terkait kesehatan (*physical fitness related health*) dan kebugaran jasmani terkait keterampilan (*physical fitness related skills*), pola perilaku hidup sehat, serta menunjukkan perilaku dalam menumbuhkembangkan nilai-nilai aktivitas jasmani. Selain itu, elemen atau domainnya adalah keterampilan dan pengetahuan gerak dengan kompetensi awal yakni pemahaman dan kemampuan mempraktikkan teknik dasar permainan bola tangan. Adapun tujuan pembelajaran terkait materi ini adalah mempraktikkan hasil evaluasi aktivitas jasmani dan olahraga permainan bola tangan (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak) dan mempraktikkan hasil evaluasi tersebut dalam bentuk permainan sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh siswa dan menganalisis fakta, konsep, prinsip, dan prosedur dalam melakukan keterampilan gerak spesifik dan fungsional permainan bola tangan (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak) dan melakukan pendalaman evaluatif tentang bagaimana teknik dasar yang dipelajari tersebut diterapkan dalam bentuk permainan sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh siswa. Jumlah pertemuan pada setiap semester di kelas X sebanyak 2 pertemuan, pertemuan ke-1 diisi dengan pembelajaran dan pertemuan ke-2 adalah penilaian hasil belajar.

Berdasarkan observasi dan wawancara peneliti mengenai pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi bola tangan pada kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang, peneliti menemukan adanya fakta bahwa sebagian siswa memiliki pengetahuan dan pemahaman yang belum maksimal. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya sesi tanya-jawab pada saat pelaksanaan dan pasca pembelajaran. Siswa belum mampu menjawab pertanyaan seputar permainan bola tangan. Keterbatasan pengetahuan disebabkan oleh siswa belum pernah mendapatkan materi bola tangan sehingga merasa asing dengan materi tersebut. Guru penjas sendiri menyatakan bahwa sebagian besar siswa kelas X baru mengetahui adanya materi tentang permainan bola tangan. Sebagian besar sekolah yang terletak di sekitar lokasi penelitian, belum memperkenalkan materi permainan bola tangan. Hal tersebut menyebabkan siswa yang belum mendapatkan materi bola tangan masih merasa asing dan tidak terlalu paham akan permainan bola tangan yang akhirnya mereka kurang memiliki minat pada olahraga ini. Waktu yang dialokasikan untuk memberikan pengetahuan terkait bola tangan sangat terbatas. Dengan demikian, siswa merasa kesulitan dalam proses pembelajaran. Nilai-nilai yang diperoleh pada saat penilaian praktik masih kurang maksimal. Bahkan, tidak sedikit dari para siswa yang memiliki nilai yang kurang atau belum mencapai nilai minimal. Pemberian materi saat awal pembelajaran sudah sedikit membantu menambah pemahaman siswa. Namun, keterbatasan waktu pemberian teori tersebut menyebabkan siswa kurang maksimal dalam mempraktikkannya di lapangan.

Dalam upaya meningkatkan minat dan wawasan para siswa, khususnya pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, hendaknya siswa mendapatkan pemahaman dan pengetahuan akan teori terlebih dahulu sehingga ketika praktik siswa dapat memaksimalkan nilai. Segala bentuk penerimaan yang mempunyai dasar pengetahuan akan bertahan lebih lama dibandingkan dengan yang tidak. Pengetahuan adalah salah satu domain yang memiliki peran sangat penting dalam proses terbentuknya perilaku atau tindakan manusia, hal tersebut menyebabkan perilaku yang dilandasi dengan pengetahuan dan kesadaran akan bersifat langgeng atau bertahan lama dibandingkan perilaku yang tidak didasari

ilmu pengetahuan dan kesadaran (Notoatmodjo, 2003). Oleh karena itu, mengetahui tingkat pengetahuan siswa sangat penting dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran sekaligus wawasan siswa. Pada saat pembelajaran, sering kali guru penjas hanya terpusat atau fokus pada aspek fisik sehingga siswa belum terlalu paham dan belum mempunyai dasar teori yang kuat terkait materi yang diajarkan. Akibatnya, siswa memiliki pengetahuan yang terbatas dan bertahan dalam jangka pendek atau hanya dapat melakukan hal pada waktu tersebut serta tidak sepenuhnya paham akan konsep dasar dalam materi yang disampaikan.

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan di atas, peneliti ingin melakukan penelitian terkait seberapa tinggi Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah. Mengingat belum adanya penelitian terkait hal tersebut, hasil dari penelitian ini akan diketahui seberapa tinggi tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh siswa terkait materi permainan bola tangan. Dengan demikian, peneliti akan mengangkat fenomena permasalahan tersebut dalam skripsi yang berjudul “Survei Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, ada beberapa masalah yang dapat diidentifikasi, yaitu sebagai berikut :

1. Siswa belum mengetahui dan memahami materi tentang permainan bola tangan
2. Dengan pengetahuan yang terbatas mengakibatkan sebagian besar siswa belum menguasai teknik dasar permainan bola tangan
3. Banyak ditemukan siswa yang keliru dalam melakukan teknik dasar permainan bola tangan
4. Belum adanya survei dan belum diketahui tingkat pengetahuan permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang tahun ajaran 2023/2024.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah di atas, tidak semua permasalahan akan diteliti oleh peneliti karena keterbatasan dalam beberapa hal. Oleh karena itu, akan ada pembatasan masalah yang dijadikan sebagai acuan dalam proses penelitian agar permasalahan menjadi lebih jelas dan spesifik. Pembatasan dalam penelitian ini hanya mencakup perlunya diketahui tingkat pengetahuan permainan bola tangan guna menambah wawasan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang, Kecamatan Ajibarang, Kabupaten Banyumas Tahun Ajaran 2023/2024.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Seberapa tinggi dan bagaimana gambaran tingkat pengetahuan keterampilan dasar bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan paparan mengenai permasalahan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024.

F. Manfaat Penelitian

Dengan adanya hasil yang diperoleh dari penelitian ini, diharapkan dapat memberi manfaat antara lain :

1. Secara Teoretis

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi mengenai tingkat pengetahuan permainan bola tangan, serta dapat menjadi sumbangan dalam hal perkembangan teori untuk meningkatkan kualitas pembelajaran khususnya di SMA Negeri 1 Ajibarang. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi sumber referensi bagi peneliti selanjutnya dalam topik permainan bola tangan.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Peneliti, dapat membantu menambah pengetahuan dan keterampilan mengenai proses pembelajaran di sekolah, meningkatkan kemampuan analisis, memberikan kesempatan mendalami bidang yang diminati, dan memberikan pengalaman mengatasi suatu masalah yang kompleks.
- b. Bagi Guru, dapat mengetahui seberapa tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh siswanya mengenai permainan bola tangan. Dengan demikian, guru akan terbantu dalam menemukan metode yang lebih tepat dan sesuai serta sebagai bahan evaluasi atau masukan agar lebih memperhatikan aspek pengetahuan siswa.
- c. Bagi Siswa, dapat meningkatkan pengetahuan tentang dasar permainan bola tangan. Selain itu, untuk membantu siswa dalam menemukan dan mengembangkan kemampuan maupun kemungkinan adanya potensi yang mereka miliki.
- d. Bagi Sekolah, dengan mengetahui potensi yang ada akan semakin memudahkan sekolah untuk menyediakan wadah bagi para siswanya dalam hal prestasi maupun pembelajaran mengenai permainan bola tangan.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Konsep Pengetahuan

a. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan adalah proses yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, baik secara langsung maupun tidak langsung. Berdasarkan pendapat Notoatmodjo (2012: 37), hasil tahu dari proses pengindraan terhadap objek disebut sebagai pengetahuan. Jalaluddin (2013: 100) menuturkan bahwa ilmu pengetahuan berdasar pada kenyataan yang hasilnya dapat diuji atau dibuktikan secara konkret. Adapun pendapat dari Sugihartono (2012: 105) yang mengungkapkan bahwa pengetahuan dapat diperoleh melalui proses interaksi antara manusia dengan lingkungan. Berdasarkan pada beberapa pendapat tersebut, pengetahuan tidak semata-mata diambil tanpa melalui proses, melainkan melalui tahap penyusunan yang sistematis dan diuji secara empiris sesuai dengan kejadian nyata agar hasilnya dapat dipertanggungjawabkan. Dalam memperoleh suatu pengetahuan dapat melalui berbagai macam pengindraan seperti indra pendengaran, penglihatan, penciuman, perabaan, dan perasaan. Pada dasarnya, ilmu pengetahuan merupakan kumpulan pengetahuan dari berbagai sumber yang diperoleh manusia berupa suatu himpunan pengetahuan yang dikumpulkan dan diuji serta dapat diterima rasio yang berarti hal tersebut dapat dinalar.

Individu dengan pengetahuan atau wawasan yang luas, cenderung akan lebih mampu mempertahankan suatu hal dan mencapai tujuan hidupnya. Dengan perkembangan teknologi pada era kini yang sangat pesat, segala macam informasi dapat diperoleh secara mudah, praktis, dan cepat dengan internet melalui *smartphone*. Selain itu, pengetahuan dapat diperoleh melalui berbagai macam hal seperti sosial budaya, lingkungan masyarakat, dan alam sekitar.

b. Domain/Ranah Kemampuan Intelektual

Dalam mencapai tujuan pendidikan, ada tiga domain atau ranah kemampuan intelektual (*intellectual behaviors*). Dalam *Taksonomi Bloom*, Effendi (2018: 4) membagi tujuan pendidikan menjadi tiga domain/ranah, yaitu sebagai berikut :

1) Ranah Kognitif (*Cognitive Domain*)

Berisi tentang perilaku-perilaku yang menekankan aspek intelektual seperti pengertian, pengetahuan, dan kemampuan dalam berpikir.

2) Ranah Afektif (*Affective Domain*)

Berisi tentang perilaku-perilaku yang menekankan aspek emosi atau perasaan seperti sikap, minat, dan penyesuaian diri serta apresiasi.

3) Ranah Psikomotor (*Psychomotor Domain*)

Berisi perilaku-perilaku yang menekankan aspek keterampilan motorik atau fisik seperti keterampilan dalam menulis, berolahraga, dan mengoperasikan benda.

c. Faktor yang Memengaruhi Pengetahuan

Berdasarkan pendapat Notoatmodjo (2012: 35), mengukur seberapa dalam pengetahuan seseorang dapat disesuaikan dengan tingkat pengetahuan yang ada. Selain itu, dibutuhkan kesesuaian materi dalam proses tersebut. Agus (2014: 4), menyatakan bahwa faktor-faktor yang dapat memengaruhi pengetahuan antara lain:

1) Pendidikan

Pendidikan adalah usaha meningkatkan kemampuan dan kepribadian baik di dalam maupun di luar sekolah secara berkelanjutan. Tingkat pendidikan dapat memengaruhi pengetahuan seseorang. Secara umum, semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang. Namun, hal tersebut tidak dapat dijadikan sebagai acuan. Pengetahuan dapat diperoleh dari berbagai sumber, tidak hanya dari pendidikan formal.

2) Media Massa atau Informasi

Pada masa sekarang, teknologi berkembang makin pesat yang menyebabkan semakin mudahnya seseorang dalam mendapatkan informasi melalui berbagai media seperti gadget, televisi, radio, dan internet. Hal tersebut akan memberikan seseorang sebuah peningkatan pengetahuan.

3) Sosial budaya dan ekonomi

Tradisi dalam masyarakat cenderung tetap dilakukan walaupun tidak disertai dengan ilmu nalar akan baik dan buruknya suatu hal. Oleh karena itu, pengetahuan seseorang akan dapat bertambah meskipun mereka tidak melakukannya sekalipun. Selain itu, tingkat ekonomi yang dimiliki seseorang akan memberikan pengaruh dalam hal kesediaan sarana dan prasarana. Semakin tinggi status ekonomi atau sosial seseorang, maka fasilitas atau sarana prasarana yang tersedia cenderung lebih memadai sehingga dapat memengaruhi pengetahuan seseorang.

4) Lingkungan

Adanya interaksi di dalam lingkungan, baik lingkungan fisik, sosial, maupun biologis akan memberikan pengaruh terhadap pengetahuan kepada seseorang yang berada di lingkungan tersebut. Hal tersebut terjadi karena adanya timbal balik dalam proses interaksi sehingga mempengaruhi pengetahuan seseorang.

5) Pengalaman

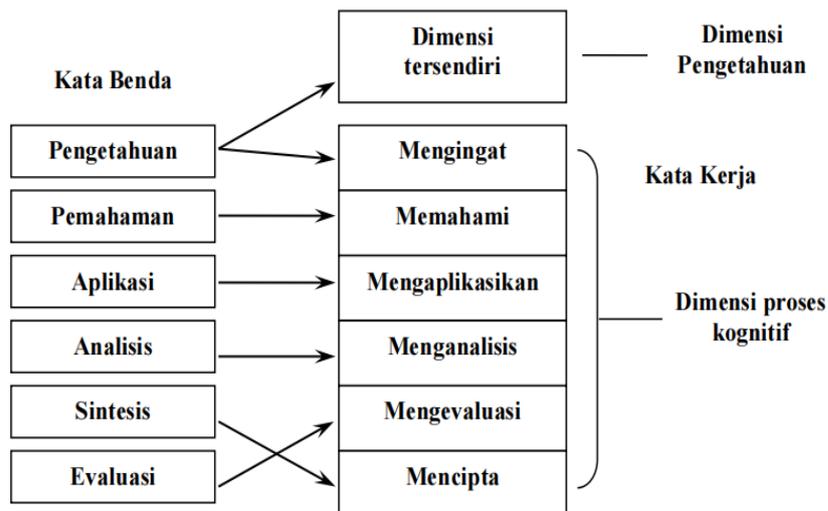
Pengalaman pribadi maupun orang lain dapat mempengaruhi pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang. Melalui pengalaman, seseorang akan mengalami secara langsung proses tersebut dan mengetahui akan kebenaran suatu pengetahuan.

6) Usia

Seiring bertambahnya usia seseorang, maka semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya. Dengan demikian proses penerimaan pengetahuan akan semakin baik. Namun, ketika usia sudah melebihi 60 tahun, dapat terjadi penurunan produktivitas sehingga cenderung sulit untuk menerima hal atau pengetahuan baru.

d. Dimensi *Taksonomi Bloom*

Taksonomi Bloom merupakan kerangka dasar untuk menentukan berbagai macam hal yaitu tujuan pendidikan, penyusunan penilaian, dan kurikulum guna membantu guru dalam mewujudkan tujuan pendidikan dalam proses pembelajaran. Dalam bidang pendidikan, *Taksonomi Bloom* memandang tujuan pembelajaran dari dua dimensi, yakni dimensi proses kognitif dan dimensi pengetahuan. Awalnya, *Taksonomi Bloom* hanya memiliki satu dimensi, kemudian mengalami revisi yang disempurnakan oleh Anderson dan Krathwohl. “*Taksonomi Bloom* hanya mempunyai satu dimensi, sedangkan *Taksonomi Bloom* revisi memiliki dua dimensi. Dua dimensi itu adalah proses kognitif dan pengetahuan”. *Taksonomi Bloom* Revisi memiliki dimensi pengetahuan yang terbagi menjadi empat yaitu pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif (Fauzi, 2016). Athanassiou & Mcnett (2003) menyatakan bahwa struktur pengetahuan pada pengetahuan faktual sampai pengetahuan metakognitif memiliki tingkat keabstrakan yang semakin tinggi. Pengetahuan faktual adalah kategori yang memiliki tingkat keabstrakan paling rendah diantara yang lainnya (Awi & Sukarna, 2013). Di Indonesia, *Taksonomi Bloom* revisi sudah mulai digunakan dalam kurikulum 2013.



Gambar 1. Perubahan Taksonomi dari Asli ke Revisi
(Sumber : Gunawan & Palupi, 2012: 104)

Berikut ini adalah penjabaran dari dimensi proses kognitif dan dimensi pengetahuan:

1) Dimensi Proses Perkembangan Kognitif

Dimensi proses perkembangan kognitif (*cognitive process dimension*) memiliki susunan mulai dari yang sederhana sampai yang paling kompleks. Adapun kategori dalam dimensi proses kognitif yaitu mengingat (*remembering*), memahami/mengerti (*understanding*), menerapkan (*applying*), menganalisis (*analyzing*), mengevaluasi (*evaluating*), dan menciptakan (*creating*). Pada penelitian ini, tingkatan yang digunakan yakni sampai pada C-4. Tingkatan tersebut menyesuaikan tujuan pembelajaran pada Fase E atau Kelas X yang terdapat dalam Modul Ajar. Anderson & Krathwohl dalam (Gunawan & Palupi, 2012: 30) menjabarkan hal mengenai ranah *Taksonomi Bloom* Revisi dalam dimensi proses kognitif yakni sebagai berikut:

Tabel 1. Ranah dalam *Taksonomi Bloom*

Tingkatan	Berpikir Tingkat Tinggi	Komunikasi (Communication Spectrum)
Menciptakan (<i>Creating</i>)	Menggeneralisasikan (<i>generating</i>), merancang (<i>designing</i>), memproduksi (<i>producing</i>), merencanakan kembali (<i>devising</i>)	Negosiasi (<i>negotiating</i>), memoderatori (<i>moderating</i>), kolaborasi (<i>collaborating</i>)
Mengevaluasi (<i>Evaluating</i>)	Mengecek (<i>checking</i>), mengkritisi (<i>critiquing</i>), hipotesa (<i>hypothesising</i>), eksperimen (<i>experimenting</i>)	Bertemu dengan jaringan/ mendiskusikan (<i>net meeting</i>), Berkomentar (<i>commenting</i>), berdebat (<i>debating</i>)
Menganalisis (<i>Analyzing</i>)	Memberi atribut (<i>attributeing</i>), Mengorganisasikan (<i>organizing</i>), mengintegrasikan (<i>integrating</i>), mensahihkan (<i>validating</i>)	Menanyakan (<i>Questioning</i>), meninjau ulang (<i>reviewing</i>)
Menerapkan (<i>Applying</i>)	Menjalankan prosedur (<i>executing</i>), mengimplementasikan (<i>implementing</i>), menyebarkan (<i>sharing</i>),	<i>Posting, blogging</i> , menjawab (<i>replying</i>)
Memahami/mengerti (<i>Understanding</i>)	Mengklasifikasikan (<i>classification</i>), membandingkan (<i>comparing</i>), Menginterpretasikan (<i>interpreting</i>), berpendapat (<i>inferring</i>)	Bercakap (<i>chatting</i>), menyumbang (<i>contributing</i>), <i>networking</i> ,
Mengingat (<i>Remembering</i>)	Mengenali (<i>recognition</i>), memanggil kembali (<i>recalling</i>), mendeskripsikan (<i>describing</i>), mengidentifikasi (<i>identifying</i>)	Menulis teks (<i>texting</i>), mengirim pesan singkat (<i>instant messaging</i>), berbicara (<i>twittering</i>)
	Berpikir Tingkat Rendah	

(Sumber : Gunawan & Palupi, 2012 :30)

2) Dimensi Pengetahuan *Taksonomi Bloom* Revisi

Dimensi pengetahuan (*knowledge dimention*) dibagi menjadi 4 jenis, antara lain:

a) Pengetahuan Faktual

Pengetahuan faktual merupakan pengetahuan yang berisi mengenai unsur atau elemen dasar. Elemen-elemen tersebut dapat berupa pengertian, definisi, dan hal-hal spesifik suatu peristiwa seperti tempat, waktu, kejadian, dan sumber lainnya yang bersifat fakta atau kenyataan. Berdasarkan pendapat Anderson & Krathwohl (2010: 67), pengetahuan faktual meliputi elemen-elemen dasar yang digunakan oleh para pakar dalam menjelaskan, memahami, dan secara sistematis menata disiplin ilmu mereka. Pengetahuan faktual memiliki struktur pengetahuan yang tergolong rendah dengan isi materi yang tidak terlalu kompleks atau sederhana.

b) Pengetahuan Konseptual

Pengetahuan konseptual adalah jenis pengetahuan yang memiliki struktur lebih kompleks daripada pengetahuan faktual. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya pendapat yang dikemukakan oleh Anderson & Krathwohl (2010), yang menyatakan bahwa pengetahuan konseptual adalah pengetahuan yang lebih kompleks dan tertata. Berdasarkan pendapat Jong & Hessler (1996: 107), pengetahuan konseptual merupakan pengetahuan yang statis mengenai fakta, konsep dan prinsip yang berlaku pada suatu domain tertentu. Bentuk-bentuk dari pengetahuan konseptual dapat berupa klasifikasi, prinsip, kategori, dan generalisasi serta hubungan antar elemen dalam sebuah sistem yang besar. Gunawan & Palupi (2012) mengungkapkan, pengetahuan konseptual mencakup pengetahuan tentang kategori, klasifikasi, dan hubungan antara dua atau lebih kategori yang lebih kompleks dan tertata.

c) Pengetahuan Prosedural

Pengetahuan prosedural merupakan pengetahuan yang berisi mengenai tata cara atau langkah-langkah dalam melakukan suatu hal. Larkin (2010: 10), dan Anderson & Krathwohl (2010: 77) menyatakan bahwa pengetahuan prosedural

adalah pengetahuan tentang cara bagaimana melakukan sesuatu. Urutan langkah-langkah harus disusun secara sistematis. Langkah-langkah dalam pengetahuan prosedural mencakup keterampilan, teknik, metode, pengetahuan, dan algoritme yang tepat agar sesuatu yang dilakukan lebih efektif dan efisien. Larkin (2010: 25) mengungkapkan bahwa pengetahuan prosedural merupakan pengetahuan mengenai bagaimana membuat keputusan yang baik atau menyelesaikan masalah.

d) Pengetahuan Metakognitif

Pengetahuan metakognitif merupakan pengetahuan yang berisi tentang kognisi secara umum dan kesadaran serta pengetahuan mengenai konsep diri. Anderson & Krathwohl (2010: 83-90) menyatakan bahwa, pengetahuan metakognitif adalah pengetahuan tentang kognisi secara umum dan kesadaran akan kemampuan yang ada dalam diri seseorang. Pengetahuan ini meliputi kemampuan analisis, strategis, dan pemilihan metode atau keputusan yang tepat dalam memecahkan suatu masalah. Pengetahuan metakognitif memiliki struktur yang paling kompleks daripada pengetahuan lainnya. Ardila, Corebima, & Zubaidah (2012) menyatakan metakognitif mengarah pada kemampuan berpikir tinggi (*high order thinking*) yang meliputi kontrol aktif terhadap proses kognitif dalam pembelajaran. Pengetahuan metakognitif memiliki peran penting karena dapat melatih seseorang untuk berpikir pada level yang lebih tinggi dalam memilih keputusan yang tepat untuk menyelesaikan masalah.

2. Konsep Kecerdasan

a. Definisi Kecerdasan

Berdasarkan pendapat yang dipaparkan oleh Dusek dalam Casmini (2007: 14), kecerdasan memiliki artian melalui dua jalur yaitu kualitatif dan kuantitatif. Kualitatif merupakan suatu pola pikir dengan membentuk konstruk dalam mengaitkan dan mengelola antara informasi yang berasal dari luar dengan diri sendiri. Sedangkan kuantitatif merupakan suatu proses menyelesaikan masalah yang dapat diukur menggunakan tes inteligensi. Selaras dengan pendapat sebelumnya, David Wescler dalam Syaiful Sagala (2010: 82) menyatakan bahwa kecerdasan merupakan suatu kapasitas yang dimiliki oleh seseorang untuk

berperilaku, berpikir secara rasional, dan bersosialisasi dengan lingkungan di sekitarnya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan merupakan kapasitas yang dimiliki individu dalam cara berpikir untuk memecahkan suatu masalah, berinteraksi, dan bertindak tentang suatu hal.

b. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kecerdasan

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan antara lain :

1) Pembawaan

Hal ini ditentukan oleh sifat dan ciri-ciri yang telah ada sejak lahir. Dalam memecahkan suatu masalah, pembawaan akan memberikan pengaruh dalam hal tersebut. Misalnya, satu individu dengan individu lainnya memiliki cara yang berbeda dalam menyelesaikan masalah meskipun mereka memperoleh latihan atau pelajaran yang sama.

2) Kematangan

Jaringan dan organ dalam tubuh manusia akan tumbuh dan berkembang seiring bertambahnya usia. Kematangan sistem secara fisik maupun psikis dapat disebut matang ketika masing-masing menjalankan fungsinya dengan baik.

3) Pembentukan

Pembentukan berasal dari hal yang berada di luar tubuh atau eksternal. Pembentukan ini dapat disengaja dan tidak disengaja. Pembentukan sengaja dapat dilakukan melalui pendidikan di sekolah. Sedangkan pembentukan tidak disengaja dapat diperoleh melalui lingkungan alam sekitar.

4) Minat dan Pembawaan yang Khas

Minat dapat membuat seseorang merasa terdorong dalam melakukan perbuatan tertentu. Dorongan tersebut dapat membuat seseorang berinteraksi dengan dunia luar dan akan muncul minat terhadap suatu hal dari proses tersebut.

5) Kebebasan

Kebebasan memiliki arti bahwa seseorang berhak menentukan metode mana yang akan digunakan dalam memecahkan suatu masalah. Dalam menentukan metode, individu hendaknya menyesuaikan antara masalah dengan metode yang sesuai agar dapat terselesaikan secara baik.

3. Permainan Bola Tangan

a. Definisi Bola Tangan

Bola Tangan merupakan salah satu cabang olahraga yang termasuk dalam kategori permainan dengan kontak fisik dan tempo yang tinggi. Permainan bola tangan merupakan olahraga beregu yang terdiri dari dua regu dengan masing-masing regu berjumlah tujuh pemain, enam pemain sebagai *fielder* dan satu pemain sebagai kiper atau penjaga gawang. Permainan bola tangan adalah olahraga yang memadukan permainan sepak bola dan permainan bola basket (Sutanto, 2016: 80). Hal tersebut disebabkan keterampilan dasarnya sangat mirip dengan permainan bola basket yang terdiri dari *passing*, *dribbling*, *shooting*. Namun, untuk mendapatkan poin, pemain harus memasukkan bola ke dalam gawang, layaknya permainan sepak bola. Tujuan permainan ini adalah mencetak gol dengan memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah lawan mencetak gol ke gawang sendiri. Tim dengan poin tertinggi akan menjadi pemenang.

b. Versi Bola Tangan

Berdasarkan *International Handball Federation 2022*, permainan bola tangan terbagi menjadi 4 versi, antara lain:

1) *Indoor Handball* (Bola Tangan di Dalam Ruangan)

Permainan bola tangan versi *indoor* ini dilakukan di dalam ruangan seperti gor, aula, dan lain-lain. Permainan ini dimainkan oleh 2 regu yang tiap regunya berjumlah 7 orang (tidak termasuk cadangan), terdiri atas 6 pemain dan 1 orang penjaga gawang. Lapangan memiliki permukaan keras dengan ukuran panjang 40 meter dan lebar 20 meter.

2) *Beach Handball* (Bola Tangan Pantai)

Bola Tangan Pantai dilakukan di atas permukaan dari pasir yang diratakan, serata mungkin, bebas dari batu, kerang, dan apa pun, yang dapat menimbulkan risiko luka atau cedera pada pemain. Lapangan berbentuk persegi panjang dengan panjang 27 meter dan lebar 12 meter, yang terdiri dari area bermain dan dua area gawang. Jumlah pemain 5 orang dengan 4 pemain lapangan dan 1 penjaga gawang dengan durasi 2 x 10 menit dan istirahat 5 menit.

3) *Wheelchair Handball Six-a-Side* (Bola Tangan Kursi Roda Enam vs Enam)

Bola tangan kursi roda enam lawan enam dimainkan oleh dua tim yang terdiri dari enam pemain termasuk satu penjaga gawang per tim dengan tujuan untuk mencetak gol dan mencegah tim lain mencetak gol. Bola tangan kursi roda harus didasarkan pada semangat *Fair Play*, yang didedikasikan untuk pemain dengan keterbatasan fisik. Delegasi tim terdiri dari maksimal 20 orang termasuk minimal 12 pemain dan maksimal 16 pemain. Minimal tiga pemain wanita harus menjadi bagian dari tim. Selama pertandingan enam pemain termasuk minimal satu pemain wanita harus berada di lapangan.

Seluruh permukaan lapangan harus memiliki panjang minimal 44 m dan lebar 25 m. Lapangan permainan berukuran panjang 40 meter dan lebar 20 meter, yang terdiri dari dua area gawang dan area bermain. Pertandingan akan dimainkan dengan dua babak yang masing-masing terdiri dari 20 menit. Istirahat di babak pertama akan berlangsung selama 10 menit. Setiap tim akan diberikan satu kali waktu istirahat tim selama 1 menit di setiap paruh waktu permainan reguler. Tim yang meminta waktu istirahat tim harus menguasai bola. Ukuran bola yang digunakan adalah ukuran 2.

4) *Wheelchair Handball Four-a-Side* (Bola Tangan Kursi Roda Empat vs Empat)

Bola tangan kursi roda empat sisi dipertandingkan oleh dua tim yang terdiri dari empat pemain, termasuk satu penjaga gawang per tim. Tujuan masing-masing tim adalah mencetak gol dan mencegah tim lain mencetak gol. Bola tangan kursi roda ini didasarkan pada semangat permainan yang adil dan ditujukan untuk pemain yang memiliki keterbatasan fisik. Ukuran lapangan sama dengan bola tangan enam lawan enam. Pertandingan terdiri dari dua set yang terdiri dari sepuluh menit, yang dinilai secara terpisah. Istirahat di babak pertama adalah lima menit.

Setiap tim berjumlah maksimal 14 orang, termasuk maksimal 10 pemain dan maksimal empat orang ofisial tim. Minimal delapan pemain harus hadir pada awal pertandingan. Jumlah total poin klasifikasi pemain di lapangan tidak boleh melebihi total 12 poin per tim setiap saat sesuai dengan peraturan dan regulasi klasifikasi. Untuk kompetisi dengan campuran tim, setiap tim harus memiliki

setidaknya dua pemain wanita, kecuali jika peraturan kompetisi yang bersangkutan menyatakan sebaliknya. Setidaknya satu pemain wanita per tim harus berada di lapangan setiap saat. Setiap pemain yang berada di lapangan dapat bertindak sebagai penjaga gawang kapan saja, tetapi hanya satu pemain yang boleh masuk dan tetap berada di area penjaga gawangnya sendiri pada saat yang bersamaan. Oleh karena itu, penjaga gawang tidak mengenakan baju khusus

c. Ukuran Bola dan Lapangan Bola Tangan *Indoor*

1) Ukuran Bola Tangan *Indoor*

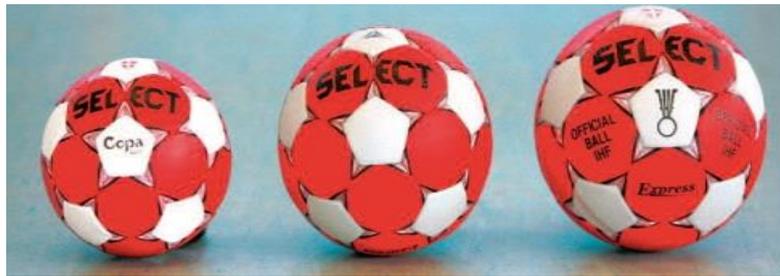
Sesuai dengan aturan yang tercantum di *IHF Rules 2022*, berikut ini adalah ukuran bola yang dipakai pada permainan bola tangan:

a) Bola tangan yang dimainkan dengan resin

- (1) Lingkaran 58 hingga 60 cm dan berat 425 hingga 475 g (IHF ukuran 3) untuk pemain senior putra dan putra pemain muda (berusia 16 tahun ke atas);
- (2) Lingkaran 54 hingga 56 cm dan berat 325 hingga 375 g (IHF ukuran 2) untuk senior wanita, pemain remaja putri (usia 14 tahun ke atas) dan pemain remaja putra (usia 12 hingga 16 tahun);
- (3) Lingkaran 50 hingga 52 cm dan berat 290 hingga 330 g (IHF ukuran 1) untuk pemain remaja putri (usia 8 hingga 14 tahun) dan pemain remaja putra (usia 8 hingga 12 tahun).

b) Bola tangan yang dimainkan tanpa resin

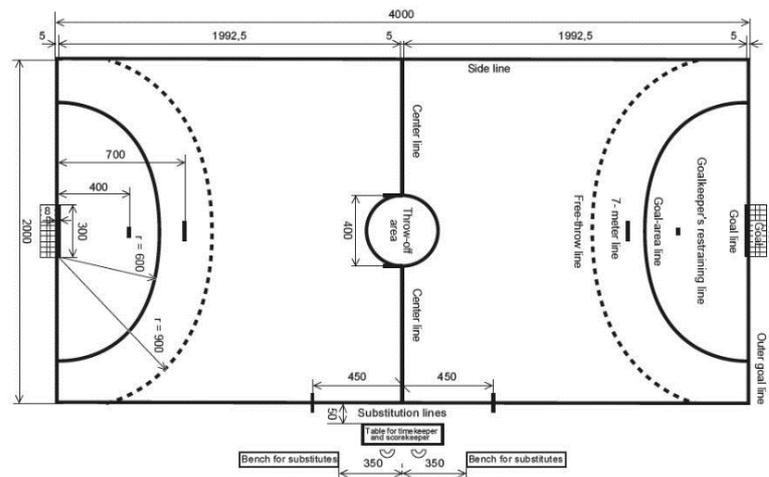
- (1) Lingkaran 55,5 hingga 57,5 cm dan berat 400 hingga 425 g (IHF ukuran 3) untuk pemain senior putra dan pemain remaja putra (berusia 16 tahun ke atas);
- (2) Lingkaran 51,5 hingga 53,5 cm dan berat 300 hingga 325 g (IHF ukuran 2) untuk pemain senior wanita, pemain remaja putri (usia 14 tahun ke atas) dan pemain remaja putra (usia 12 hingga 16 tahun);
- (3) Lingkaran 49 hingga 51 cm dan berat 290 hingga 315 g (IHF ukuran 1) untuk pemain remaja putri (usia 8 hingga 14 tahun) dan pemain remaja putra (usia 8 hingga 12 tahun)



Gambar 2. Macam-macam Ukuran Bola Tangan
(Sumber : *International Handball Federation Rules 2022*)

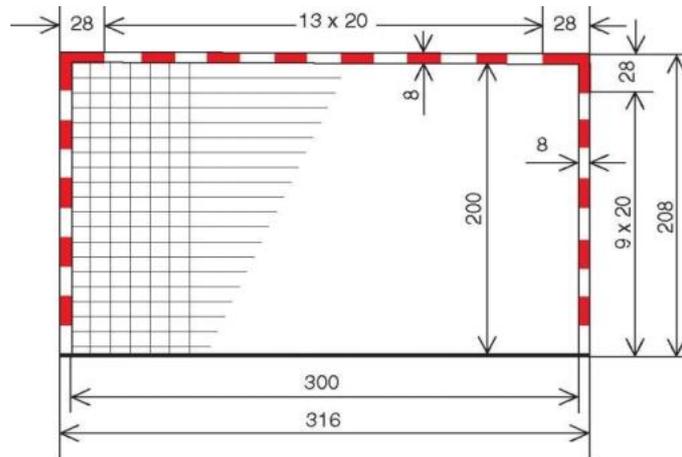
2) Ukuran Lapangan Bola Tangan *Indoor*

Ukuran lapangan bola tangan *indoor* adalah 20 x 40 meter dengan garis pemisah di tengah dan gawang di tengah kedua sisi pendek. Berdasarkan penuturan oleh Muhlisin dan Joko Pranawa (2015:64), lapangan bola tangan memiliki ukuran panjang 40 meter dan lebar 20 meter, dilengkapi 2 gawang pada tiap sisi lapangan. Untuk garis penalti berjarak 7 meter, garis batas kiper untuk menguasai atau memegang bola sepanjang 6 meter, dan garis *free throw* atau lemparan bebas berjarak 9 meter.

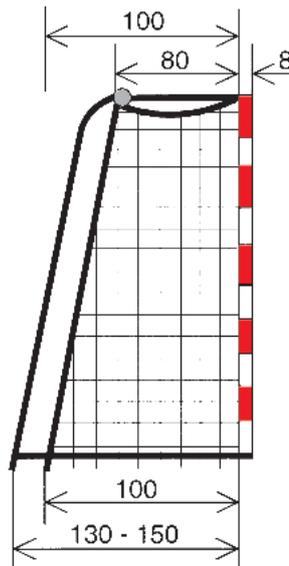


Gambar 3. Lapangan Bola Tangan
(Sumber : *International Handball Federation Rules 2022*)

Gawang pada permainan bola tangan memiliki tinggi 2 meter dan lebar 3 meter yang diberi warna bergaris dengan 2 warna berbeda. Lebar garis gawang adalah 8 cm dan untuk garis yang lain memiliki lebar 5 cm.



Gambar 4. Ukuran Gawang Bola Tangan Tampak Depan
(Sumber : *International Handball Federation Rules 2022*)



Gambar 5. Ukuran Gawang Bola Tangan Tampak Samping (cm)
(Sumber : *International Handball Federation Rules 2022*)

d. Pemain Bola Tangan

Dalam permainan bola tangan, setiap pemain harus mengetahui jumlah dalam setiap tim agar permainan dapat dilakukan. Berdasarkan *IHF Rules 2022*, jumlah pemain pada setiap tim adalah 14 orang. Namun, jumlah pemain yang ada di dalam lapangan hanya 7 dengan komposisi 6 pemain lapangan dan 1 penjaga gawang. Selebihnya berada di luar lapangan sebagai pemain pengganti. Pemain yang masuk dan keluar dari lapangan harus melewati daerah pergantian pemain. Pemain lapangan berganti posisi antara menyerang atau bertahan sesuai dengan

kondisi penguasaan bola. Untuk penjaga gawang harus menggunakan pakaian yang berbeda dari pemain lapangan.

Pada saat posisi menyerang atau *attacking positions* berikut ini adalah nama yang digunakan diantaranya LW (*left wing*), LB (*left back*), CB (*centre back or playmaker*), RB (*right back*), RW (*right wing*), PV (*pivot*), GK (*goal keeper*). Sedangkan pada posisi bertahan atau *defending positions* adalah OD (*outside defender*), HD (*half defender*), FD (*forward defender*), GK (*goal keeper*).

e. Jumlah Official

Untuk menjadi *official* dibutuhkan pengetahuan mendasar dari permainan bola tangan guna membantu kelancaran saat pertandingan berlangsung. Berdasarkan pendapat Ermawan Susanto (2005: 23-24), terdapat 4 *official* yang terdiri dari 2 wasit, 1 pencatat waktu dan pencatat skor. Dengan tempo permainan yang tinggi dan cepat, dibutuhkan 2 wasit dalam pertandingan. Satu wasit berada pada luar garis gol yang bertugas untuk mengawasi apakah ada pelanggaran pada saat terjadinya gol. Satu wasit yang lainnya berada di dalam garis gol bertugas untuk memperhatikan adanya pelanggaran yang terjadi saat berlangsungnya permainan. Pencatat waktu bertugas mengawasi dan mencatat waktu ketika seorang pemain masuk kembali ke lapangan setelah mendapatkan sebuah hukuman. Untuk penjaga papan skor dan statistik bertugas mencatat seluruh gol dan pelanggaran pada saat pertandingan berlangsung. Keduanya wajib menyampaikan ke wasit apabila terjadi suatu hal yang tidak sah.

f. Waktu Bermain

Dalam permainan bola tangan, waktu bermain terbagi menjadi 3. Waktu bermain dibagi sesuai dengan kriteria usia sebagai berikut:

- 1) Usia 8 sampai 12 tahun selama 2 x 20 menit
- 2) Usia 12 sampai 16 tahun selama 2 x 25 menit
- 3) Usia di atas 16 tahun selama 2 x 30 menit

Waktu istirahat selama 10 menit dan untuk *overtime* (setelah istirahat selama 5 menit dari waktu pergantian normal) 2 x 5 menit dengan waktu 1 menit istirahat antar babak. Sedangkan untuk *time out* normal selama 1 menit 1 kali setiap paruh waktu tiap tim.

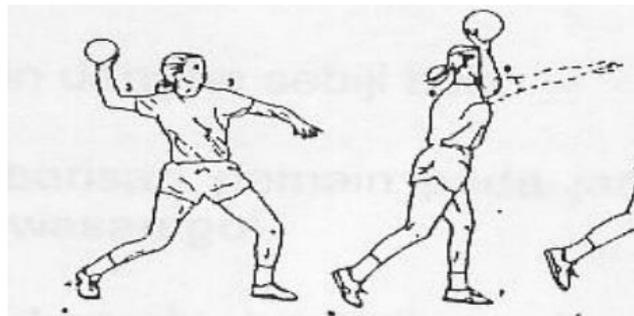
g. Teknik dalam Permainan Bola Tangan

1) Teknik Dasar Melempar Bola (*Passing*)

Teknik *passing* atau melempar bola adalah keterampilan mengumpan bola kepada teman satu tim yang bertujuan untuk memberikan bola atau umpan kepada teman yang selanjutnya akan melakukan *shooting*. Mengumpan bola dapat dijadikan sebagai salah satu strategi menyerang maupun bertahan. Ada beberapa macam teknik dasar *passing* dalam permainan bola tangan, antara lain:

a) Lemparan Pendek (*Short Pass*)

Short pass atau umpan pendek merupakan teknik melempar bola yang dilakukan melalui samping kepala dengan tujuan setinggi dada penerimanya. Umpan pendek biasanya digunakan pada saat mengumpan ke teman yang jaraknya dekat.

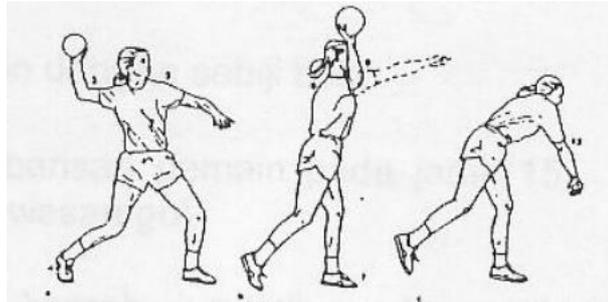


Gambar 6. *Short Pass* (Umpan Pendek)

(Sumber : Diktat Pembelajaran Bola Tangan – Ermawan Suswanto – 2015)

b) Lemparan Jauh (*Long Pass*)

Long pass atau umpan jauh dilakukan saat akan mengumpan atau memberi bola kepada teman yang jaraknya jauh. Lemparan ini dilakukan melalui atas kepala atau *overhead pass* dengan gerakan *follow through* yakni lengan dan badan turut memberi dorongan ke depan.



Gambar 7. *Long Pass* (Umpan Jauh)
(Sumber : Diktat Pembelajaran Bola Tangan – Ermawan Suswanto – 2015)

c) Lemparan Sisi atau Samping (*Side Pass*)

Side pass atau umpan samping merupakan salah satu teknik lemparan yang dilakukan oleh salah satu tangan dalam jarak yang dekat. Lemparan ini tidak memerlukan tenaga yang banyak dari bahu, melainkan hanya meluruskan lengan ke samping dan lecutan dari pergelangan tangan serta jari-jari kaki.



Gambar 8. *Side Pass* (Umpan Sisi)
(Sumber : Diktat Pembelajaran Bola Tangan – Ermawan Suswanto – 2015)

d) Lemparan Pantul (*Bounce Pass*)

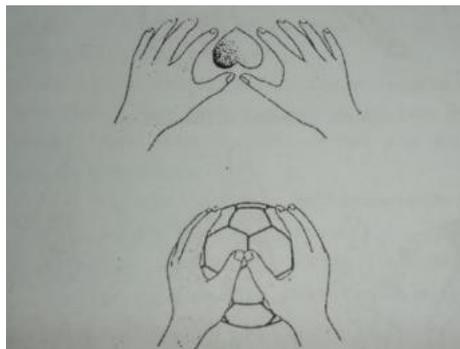
Bounce pass atau umpan pantul dilakukan melalui samping kepala kemudian dilemparkan memantul ke lantai dengan jarak sekitar satu meter dari penerima. Umpan ini biasa dilakukan untuk mengoper bola ke teman yang jaraknya tidak terlalu jauh.



Gambar 9. *Bounce Pass* (Umpan Pantul)
 (Sumber : Diktat Pembelajaran Bola Tangan – Ermawan Suswanto – 2015)

2) Teknik Dasar Menangkap Bola (*Catching*)

Teknik *catching* atau menangkap bola adalah keterampilan untuk menerima bola atau *passing* yang bertujuan untuk menerima dan menguasai bola yang selanjutnya akan diolah baik mengumpan kembali, menggiring, maupun menembak.



Gambar 10. *Catching* (Menangkap Bola)
 (Sumber : Olahraga Permainan Bola Tangan – Ermawan Suswanto – 2017)

3) Teknik Dasar Menggiring Bola (*Dribbling*)

Teknik *dribbling* atau menggiring bola adalah keterampilan memantulkan bola ke lantai secara terus-menerus. *Dribbling* dilakukan sebagai bentuk penyerangan apabila pemain akan membawa atau menggiring bola ke arah daerah tembakan. Keterampilan ini dapat dilakukan dalam 3 situasi, yaitu saat bergerak bebas bila tidak ada penjagaan lawan, satu lawan satu, dan lawan tidak dapat membuat halangan setelah menerima bola (Ermawan Susanto, 2017:18)



Gambar 11. *Dribbling* (Menggiring)

(Sumber : Diktat Pembelajaran Bola Tangan – Ermawan Suswanto – 2015)

4) Teknik Dasar Menembak Bola (*Shooting*)

Teknik *shooting* atau menembak adalah keterampilan dalam menembakkan atau memasukkan bola ke gawang lawan yang bertujuan untuk memperoleh poin sebanyak-banyaknya dengan agar memenangkan pertandingan. Berdasarkan buku olahraga permainan bola tangan oleh Ermawan Susanto (2017), Berikut ini beberapa macam teknik dasar *shooting*, diantaranya adalah :

a) *Center Shoot*

Center shoot atau tembakan tengah merupakan jenis teknik menembak yang dilakukan di posisi tengah pada daerah serang. Kaki terkuat berada di depan dan tangan terkuat berada di belakang (memegang bola) sebagai awalan yang kemudian dilanjutkan dengan melemparkan bola ke arah gawang



Gambar 12. *Center Shoot* (Tembakan Tengah)

(Sumber : Diktat Pembelajaran Bola Tangan – Ermawan Suswanto – 2015)

b) *Center Shoot When Running*

Jenis tembakan ini merupakan tembakan yang dilakukan dari posisi center atau tengah namun dengan awalan berlari pada daerah penyerangan.

c) *Center Shoot Hip Height*

Posisi dalam melakukan tembakan ini berada di tengah daerah penyerangan dengan menembakkan bola setinggi pinggang.

d) *Jump Shoot*

Jump shoot merupakan cara menembak dengan diiringi gerakan melompat (*vertical jump*) di daerah penyerangan.



Gambar 13. *Jump Shoot*

(Sumber : Diktat Pembelajaran Bola Tangan – Ermawan Suswanto – 2015)

e) *Shoot Feinting*

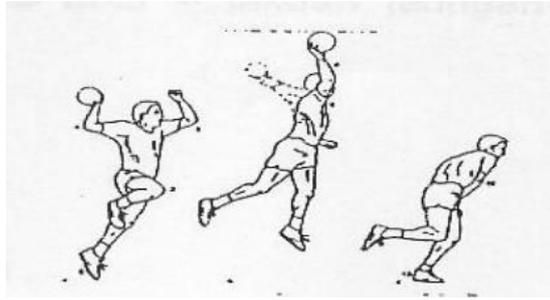
Shoot feinting atau tembakan menipu merupakan jenis tembakan yang biasanya dilakukan oleh pemain untuk mengelabui atau mengecoh lawan. Gerakan dalam teknik menembak ini berupa perubahan arah yang cepat agar lawan dapat terkecoh.

f) *Dive Shoot*

Tembakan berbalik atau *dive shoot* adalah salah satu teknik menembak dengan awalan posisi pemain membelakangi gawang, kemudian ia akan berbalik dan langsung melakukan tembakan ke arah gawang.

g) *Flying Shoot*

Flying shoot atau tembakan melayang adalah salah satu cara menembak yang dilakukan sambil melayang dengan tujuan untuk membuat jarak badan menjadi sedekat mungkin dengan gawang. Dengan demikian, peluang terciptanya gol akan semakin besar.



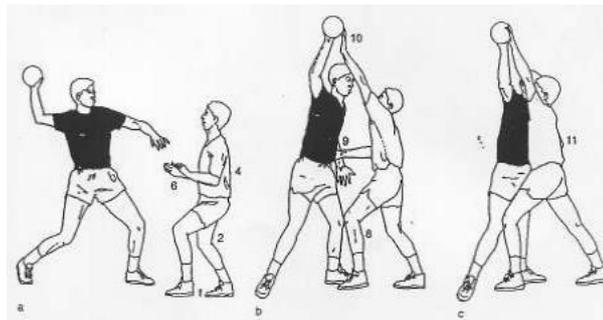
Gambar 14. *Flying Shoot* (Tembakan Melayang)
 (Sumber : Diktat Pembelajaran Bola Tangan – Ermawan Suswanto – 2015)

h) *Side Shoot*

Side shoot atau tembakan menyamping adalah salah satu teknik menembak dalam permainan bola tangan yang dilakukan dengan cara menembak bola melalui samping tubuh. Teknik ini dilakukan pada saat melewati lawan yang memiliki postur lebih besar.

5) Teknik Dasar *Blocking*

Teknik *blocking* atau menghadang adalah keterampilan seorang pemain dalam mengawasi atau mengawal pemain lawan saat adanya penyerangan atau upaya lawan ketika akan menembak bola ke gawang. Tujuan dari teknik *blocking* adalah untuk menghalau atau mengganggu pergerakan lawan dalam upaya mereka mendekati daerah pertahanan dan mencetak gol.



Gambar 15. *Blocking* (Menghadang)
 (Sumber : Olahraga Permainan Bola Tangan – Ermawan Suswanto – 2017)



Gambar 16. *Blocking* (Menghadang) dengan Bola
(Sumber : Olahraga Permainan Bola Tangan – Ermawan Suswanto – 2017)

6) Teknik Dasar *Ball Handling*

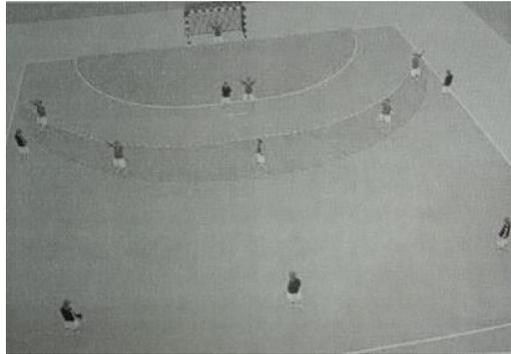
Ball handling atau memegang bola merupakan salah satu keterampilan mendasar yang dibutuhkan untuk menjaga bola dalam penguasaan kita. Selain itu, keterampilan *ball handling* akan membantu pemain dalam melatih penguasaan bola agar tidak mudah lepas dari genggaman tangan. Mengingat tempo permainan yang tinggi, keterampilan ini sangat penting untuk dimiliki oleh setiap pemain.



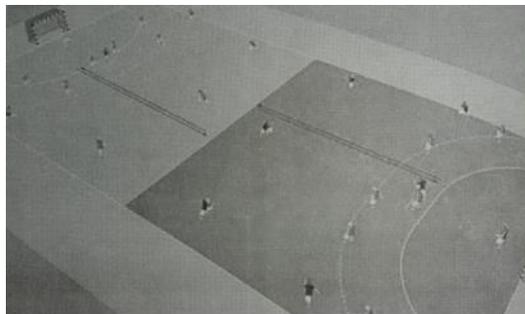
Gambar 17. *Ball Handling* (Memegang Bola)
(Sumber : *Introduction to Handball for aged 5-11* – Hassan Moustafa – 2010)

7) Teknik Dasar Positioning

Teknik *positioning* atau memposisikan diri merupakan keterampilan seseorang dalam mencari celah, ruang, atau posisi yang bertujuan untuk memudahkan teman dalam mengumpan bola dan menempatkan diri pada posisi yang paling menguntungkan dalam melakukan tembakan.



Gambar 18. *Positioning* Permainan Bola Tangan
(Sumber : Olahraga Permainan Bola Tangan – Ermawan Suswanto – 2017)



Gambar 19. *Positioning* Permainan Bola Tangan 6 vs 6
(Sumber : Olahraga Permainan Bola Tangan – Ermawan Suswanto – 2017)

4. Karakteristik Siswa SMA

Siswa merupakan setiap orang yang terdaftar secara resmi untuk mengikuti pelajaran di dunia pendidikan (Sarwono, 2007: 27). Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa siswa atau peserta didik merupakan orang yang secara resmi terdaftar dalam dunia pendidikan untuk mengikuti proses pembelajaran guna mengembangkan potensi diri. Siswa atau peserta didik merupakan salah satu komponen penting yang terdapat dalam proses belajar mengajar yang ingin mencapai tujuan atau cita-cita secara optimal dan memiliki pengaruh yang besar karena menjadi faktor penentu dalam mencapai tujuan belajar.

Berdasarkan pendapat Rithaudin & Sari (2019: 36), Anak usia SMA mempunyai rentang usia antara 15-18 tahun. Perkembangan kognitif pada rentang usia tersebut cenderung sudah semakin baik daripada fase sebelumnya, karena

anak sudah dapat berpikir secara logis dari berbagai segi. Selaras dengan pendapat sebelumnya, Piaget mengemukakan bahwa anak usia 12-18 tahun termasuk dalam tahapan paling kompleks perkembangan kognitifnya.

Fase masa remaja (pubertas) yaitu antara umur 12-21 tahun, dengan pembagian 12-15 tahun termasuk masa remaja awal, 15-18 tahun termasuk masa remaja pertengahan, 18-21 tahun termasuk masa remaja akhir (Azinar, 2013). Berdasarkan pendapat tersebut, penelitian ini termasuk dalam fase remaja pertengahan dengan rentang usia 15-18 tahun. Siswa SMA (Sekolah Menengah Atas) umumnya berumur lima belas tahun sampai delapan belas tahun. SMA (Sekolah Menengah Atas) merupakan tahap belajar yang ditempuh sebelum seseorang menduduki bangku perkuliahan. Pada tahap ini, pembelajaran pendidikan jasmani dapat dikatakan terbatas. Untuk kelas X, materi yang diberikan hanya sekadar mempelajari dasar-dasar permainan dalam berbagai cabang olahraga. Pada kelas XI, mulai diajarkan atau diarahkan mengenai latihan-latihan suatu cabang olahraga. Sedangkan di kelas XII, siswa akan diberikan pemahaman tentang pola-pola dari strategi dan taktik permainan dalam suatu cabang olahraga. Berdasarkan pendapat Sukintaka (1992: 45-46) dalam Rori Lanun (2007: 19-20), karakteristik anak SMA umur 16-18 tahun terbagi dalam empat aspek, yakni jasmani, psikis atau mental, sosial, dan perkembangan motorik. Berikut adalah rincian dari setiap aspek:

a. Jasmani

Pada aspek jasmani, ada beberapa karakteristik yang dimiliki oleh siswa SMA, diantaranya adalah:

- 1) Berkembang baiknya kekuatan dan daya tahan otot
- 2) Menyukai keterampilan yang mengarah pada gerak akrobatik
- 3) Kondisi jasmani yang cukup matang pada laki-laki
- 4) Posisi tubuh yang makin baik pada perempuan
- 5) Dapat mengatur penggunaan energi
- 6) Adanya kemauan dan semangat yang besar saat belajar gerak

b. Psikis atau Mental

Dalam aspek psikis atau mental, siswa SMA memiliki beberapa karakteristik di bawah ini:

- 1) Cenderung memikirkan diri sendiri
- 2) Kematangan dan kestabilan mental yang bertambah
- 3) Kebutuhan pengalaman yang semakin tinggi dari segala segi
- 4) Sangat menyukai hal yang ideal dan memutuskan suatu masalah.

c. Sosial

Karakteristik siswa SMA pada aspek sosial ditunjukkan dengan beberapa hal berikut ini :

- 1) Kesadaran dan kepekaan kepada lawan jenis
- 2) Lebih bebas.
- 3) Adanya keinginan untuk lepas dari pengawasan orang dewasa
- 4) Menyukai perkembangan sosial.
- 5) Kesenangan akan kebebasan diri dan petualangan
- 6) Kesadaran dalam berpenampilan
- 7) Tidak senang dengan aturan
- 8) Pandangan kelompoknya sangat menentukan sikap pribadinya.

d. Perkembangan Motorik

Pada masa dewasa, anak akan mencapai tahap tumbuh kembang yang membuat tubuhnya menjadi lebih kuat. Oleh karena itu, kemampuan motoriknya juga lebih siap untuk menerima berbagai macam latihan guna meningkatkan keterampilan gerak dalam mencapai tujuan pembelajaran yang lebih baik, khususnya pada pelajaran pendidikan jasmani.

5. Profil SMA Negeri 1 Ajibarang

SMA N 1 Ajibarang merupakan sekolah menengah atas negeri satu-satunya di Kecamatan Ajibarang. Berdiri pada tanggal 18 Februari 1984. SMA N 1 Ajibarang beralamat di Jalan Raya Pancurendang, Pondokgandu, Pancurendang, Kecamatan Ajibarang, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah. Lokasi sangat

strategis karena berada di tepi jalan raya. Selain itu, sekolah ini juga memiliki tanah yang cukup luas sehingga dapat mendukung proses pembelajaran dan kelengkapan fasilitas yang lebih baik. Kelas X terdiri atas 12 kelas tanpa adanya jurusan, sesuai dengan peraturan terbaru yang ditetapkan oleh pemerintah



Gambar 20. SMA Negeri 1 Ajibarang

SMA N 1 Ajibarang memiliki fasilitas yang terbilang lengkap, baik dalam kegiatan di dalam kelas maupun di luar kelas. Dalam setiap ruang kelas terdapat LCD proyektor, CCTV, dan speaker yang dapat dimanfaatkan untuk membantu proses pembelajaran di kelas. Selain itu, banyak fasilitas penunjang lainnya seperti Laboratorium, Perpustakaan, Masjid, Aula Pertemuan, GOR, Lapangan Sepak bola, Tenis Meja, Voli, Basket Outdoor dan Tenis Lapangan. Dengan banyaknya fasilitas dan wadah penyaluran keterampilan siswa baik dalam akademik maupun non-akademik membuat banyak prestasi yang diraih oleh SMA N 1 Ajibarang. Pada agenda tahunan, terdapat event khusus olahraga dan seni yang dinamakan BOSNIA (Bulan Olahraga dan Seni Smana). Adanya kegiatan tersebut menjadi motivasi tersendiri bagi setiap kelas untuk mendapatkan kemenangan pada cabang olahraga yang dipertandingkan.

6. Kurikulum

Dalam dunia pendidikan, kurikulum berperan sebagai pedoman/acuan. Proses pembelajaran yang baik harus berpedoman pada kurikulum yang telah ditetapkan. Oleh karena itu, keberadaan kurikulum sangat penting. Tanpanya, proses belajar-mengajar tidak dapat terlaksana sebagaimana mestinya.

Mohammad (2013: 5) berpendapat bahwa, kurikulum merupakan seperangkat alat untuk merencanakan dan mengatur standar kelulusan, materi, proses pembelajaran, dan penilaian yang digunakan untuk jaminan mencapai tujuan pendidikan. Sebagai alat pendidikan, kurikulum bertujuan untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas. Selain itu, kurikulum dapat dijadikan sebagai wadah yang dimanfaatkan oleh siswa untuk menjalani proses pendidikan dan pembelajaran dalam mencapai tujuan pendidikan nasional.

Kurikulum akan mengalami perubahan dan perkembangan seiring berjalannya waktu dengan mempertimbangkan situasi serta kondisi terbaru. Untuk saat ini, kurikulum yang terbaru adalah Kurikulum Merdeka. Namun, penerapan kurikulum tersebut belum merata. Biasanya, sekolah yang belum menggunakan kurikulum merdeka, masih menggunakan kurikulum 2013, namun dengan merujuk ke kurikulum terbaru. SMA Negeri 1 Ajibarang, lokasi yang dijadikan sasaran untuk tempat penelitian ini telah menerapkan kurikulum merdeka pada semua mata pelajaran, termasuk pendidikan jasmani. Seluruh proses pembelajaran mulai dari rencana, pelaksanaan, hingga evaluasi mengacu pada kurikulum merdeka.

Kurikulum merdeka adalah kurikulum yang menggunakan pembelajaran intrakurikuler dengan berbagai macam konten yang lebih optimal supaya siswa lebih punya banyak waktu dalam mendalami konsep dan kompetensi. Dalam kurikulum ini, guru lebih leluasa dalam memilih perangkat pembelajaran sesuai kebutuhan dan minat siswa. Salah satu tujuan pada kurikulum ini adalah penguatan Profil Pelajar Pancasila yang telah ditentukan dan dikembangkan oleh pemerintah. Walaupun demikian, proyek tersebut tidak menjadi suatu target dalam capaian pembelajaran. Model kurikulum merdeka menyediakan buku untuk guru dan siswa, sama halnya pada kurikulum 2013. Buku guru dapat dimanfaatkan oleh guru dalam mempersiapkan materi pembelajaran. Bagi siswa, buku tersebut dapat dijadikan pedoman untuk mengerjakan tugas, mempelajari materi selanjutnya, dan mendalami materi yang masih kurang dipahami.

Penyusunan Modul Ajar atau dalam kurikulum sebelumnya lebih dikenal dengan RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran) berpedoman pada buku pegangan guru. Hal tersebut juga berlaku pada jadwal pembelajaran. Urutan materi sesuai dengan apa yang telah tertera pada buku panduan guru. Berdasarkan pada Modul Ajar yang disusun oleh guru penjas di SMA Negeri 1 Ajibarang, Kelas X mendapatkan pembelajaran bola tangan sebanyak 2 kali pertemuan pada semester ganjil dengan materi teknik dasar *passing*, *catching*, *dribbling*, dan *shooting*. Pertemuan pertama digunakan untuk pembelajaran dan pertemuan kedua digunakan untuk penilaian. Masing-masing teknik akan dinilai oleh guru pada saat pembelajaran untuk penilaian dalam aspek psikomotor.

B. Penelitian yang Relevan

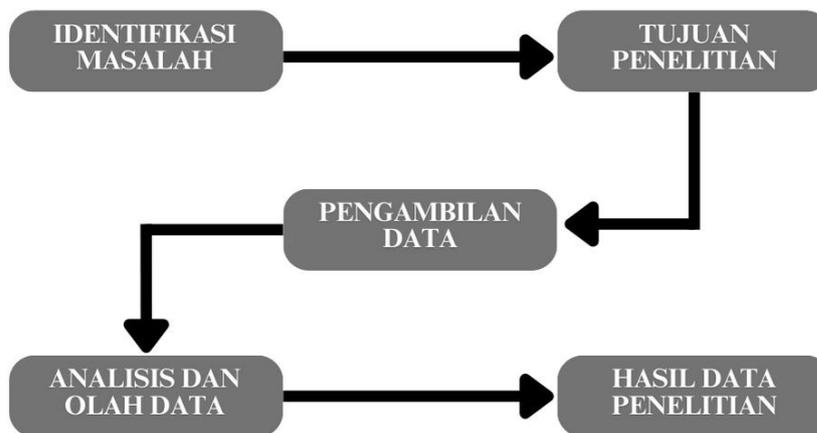
1. Penelitian oleh Baharudin Yusuf Setiawan (2017) yang berjudul “Survei Tingkat Pengetahuan Keterampilan Dasar Bola Tangan di Kelas VIII A & B SMP Negeri 1 Wates Kabupaten Kulon Progo TA 2016/2017”. Penelitian ini memiliki latar belakang tentang pembelajaran bola tangan yang kurang optimal. Penelitian deskriptif kuantitatif ini menggunakan metode survei. Teknik pengumpulan data menggunakan tes pilihan ganda yang telah melewati tahap *Expert Judgement* oleh para ahli materi. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII A & B SMP Negeri 1 Wates dengan sampel sebanyak 56 siswa secara *purposive sampling*. Dari 35 pertanyaan, 5 pertanyaan tidak lolos dalam uji validitas dan reliabilitas sehingga hanya tersisa 30 butir pertanyaan. Penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik dengan persentase. Adapun hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : kategori “sangat baik” dengan (3,57%), kategori “baik” dengan persentase (28,57%), kategori “cukup” (39,28%), kategori “kurang” 25%, dan kategori “sangat kurang” 3,57%. Selain itu, ada beberapa faktor dalam pengetahuan keterampilan dasar yakni sebagai berikut : faktor pengetahuan faktual dalam kategori baik (44,64%), faktor pengetahuan konseptual dalam kategori cukup (55,35%), faktor pengetahuan prosedural dalam kategori kurang (33,92%), dan faktor pengetahuan metakognisi dalam kategori baik (41,07%).

2. Penelitian oleh Anton Cahyo N. (2020) yang berjudul "Tingkat Pengetahuan Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMA Negeri 2 Klaten tentang Strategi dan Teknik Dalam Bermain Futsal". Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kurangnya pengetahuan siswa akan strategi dan taktik dalam bermain bola futsal yang disebabkan oleh berbagai faktor. Dengan demikian, penelitian deskriptif kuantitatif melalui metode survei ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta ekstrakurikuler tentang strategi dan taktik dalam bermain bola futsal. Populasi dari penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 2 Klaten yang berjumlah 37 siswa, diambil menggunakan teknik total sampling. Dengan menggunakan instrumen tes pilihan benar-salah. Teknik analisis deskriptif dengan hasil yang berbentuk persentase. Berdasarkan analisis data, hasil menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 2 Klaten tentang strategi dan taktik dalam bermain futsal berada pada kategori "kurang" sebesar 59.46% (22 siswa), "cukup" sebesar 37,84% (14 siswa), dan "baik" sebesar 2,70% (1 siswa).

3. Penelitian dengan judul "Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Banguntapan Kabupaten Bantul terhadap Peraturan Permainan Bola Basket" oleh Akbar Fadlilah (2020). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa mengenai peraturan bola basket kelas X di SMA Negeri 1 Banguntapan karena belum adanya tes pengetahuan mengenai materi tersebut dan sarana prasarana yang kurang memadai. Jenis penelitian deskriptif dengan variabel pengetahuan peraturan permainan bola basket. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 1 Banguntapan yang berjumlah 62 anak. Analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif dengan persentase. Instrumen berupa angket dengan nilai validitas sebesar 0,856 dan reliabilitas 0,930. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa kelas X SMA Negeri 1 Banguntapan Kabupaten Bantul dalam kategori sangat tinggi sebesar 8,06 %, kategori tinggi sebesar 17,74 %, kategori sedang sebesar 48,38 %, kategori rendah sebanyak sebesar 22,58 %, dan kategori sangat rendah sebesar 5,55 %.

C. Kerangka Berpikir

Tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan mengenai keterampilan dasar permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024 agar membantu dan mendorong siswa untuk meningkatkan pengetahuan mereka dalam permainan bola tangan. Dalam penelitian ini, alur pemikiran diawali dengan mengumpulkan informasi tentang teknik dasar bola tangan yang akan digunakan dalam penyusunan instrumen tes. Instrumen tes disusun dengan bantuan serta masukan dari *expert judgement* kemudian diuji coba untuk memastikan bahwa instrumen valid dan reliabel. Setelah diperoleh item yang valid dan reliabel, kemudian data diambil menggunakan instrumen tersebut. Teknik pengumpulan data menggunakan *form* tes berbentuk pilihan ganda yang akan diberikan kepada sampel penelitian. Data yang telah diperoleh selanjutnya akan diolah dan dianalisis dalam bentuk deskriptif kuantitatif hingga diketahui hasil akhir dari data tersebut dan dapat ditarik suatu kesimpulan. Berdasarkan alur pemikiran tersebut, gambarannya dapat ditunjukkan pada gambar di bawah ini:



Gambar 21. Skema Kerangka Berpikir

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif mengenai tingkat pengetahuan permainan bola tangan pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang. Metode penelitian deskriptif kuantitatif ini akan menghasilkan suatu gambaran dalam bentuk numerik hal yang diteliti. Teknik pengumpulan data yang digunakan biasanya berupa wawancara, observasi, angket, dan kuesioner (Sugiyono, 2022: 7).

Metode dalam penelitian ini adalah survei. Sugiyono (2022:6) menuturkan bahwa, metode ini bertujuan untuk memperoleh data dari tempat yang bersifat alamiah, dengan adanya perlakuan dari peneliti berupa tes, kuesioner, wawancara, dan sebagainya yang tidak sama seperti dalam eksperimen. Sesuai dengan pendapat tersebut, peneliti menggunakan metode survei dengan instrumen tes dan pengukuran sebagai alat pengumpulan data untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa tentang permainan bola tangan.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Ajibarang yang beralamat di Jalan Raya Pancurendang, Pondokgandu, Pancurendang, Kecamatan Ajibarang, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah.

2. Waktu Penelitian

Pengambilan data dilaksanakan dalam rentang waktu satu minggu yakni terhitung dari tanggal 13 sampai 17 November 2023.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel penelitian berdasarkan pendapat Sugiyono (2022: 38) merupakan perlengkapan sifat individu, objek atau aktivitas dengan jenis tertentu yang ditunjuk oleh peneliti untuk dikaji agar memperoleh suatu kesimpulan. Variabel

dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu tingkat pengetahuan dalam keterampilan dasar permainan bola tangan pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024 yang akan diukur menggunakan instrumen tes pilihan ganda mengenai keterampilan dasar permainan bola tangan yang disusun oleh peneliti. Instrumen tersebut telah melewati tahap *expert judgement* oleh dosen ahli yaitu Bapak Dr. Ermawan Susanto, S.Pd., M.Pd. dan Bapak Ismail Gani M.Or. Selain itu, telah dilakukan uji coba tes untuk menentukan nilai validitas dan reliabilitas sebelum akhirnya digunakan dalam proses pengambilan data.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Berdasarkan pendapat dari Sugiyono (2022: 130), populasi merupakan suatu wilayah generalisasi yang berisi objek/subjek dengan ciri atau karakteristik sesuai ketetapan peneliti yang pada akhirnya akan dapat diperoleh suatu kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024 Kecamatan Ajibarang, Banyumas, Jawa Tengah dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 2. Data Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang

Kelas	Siswa Laki-laki	Siswa Perempuan	Jumlah
X-1	14	22	36
X-2	12	24	36
X-3	12	24	36
X-4	14	22	36
X-5	15	21	36
X-6	12	24	36
X-7	12	24	36
X-8	12	24	36
X-9	12	24	36
X-10	12	24	36
X-11	12	24	36
X-12	11	25	36
Jumlah			432

2. Sampel

Sugiyono (2022: 131) menyatakan bahwa sampel merupakan sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Dengan demikian, sampel dapat dikatakan baik apabila dapat menggambarkan populasi sebenarnya (*representative*). Sampel diharapkan dapat mencerminkan sifat dan ciri yang sama

dengan populasinya. Dalam penelitian ini, teknik yang digunakan adalah teknik *probability sampling* yaitu *simple random sampling*. Sugiyono (2022: 82) menjelaskan bahwa *simple random sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dari suatu populasi yang dilakukan secara acak tanpa melihat tingkatan yang ada dalam populasi tersebut. Penentuan jenis teknik sampling dalam penelitian ini disebabkan jumlah populasi yang banyak dan adanya keterbatasan waktu, tenaga, dan biaya sehingga teknik sampling ini sangat cocok untuk digunakan dalam penelitian ini. Untuk menentukan jumlah minimal sampel yang dibutuhkan dalam pengolahan data, maka digunakan rumus *Slovin*:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n : Ukuran Sampel

N : Ukuran Populasi

e : Presentasi kelonggaran ketidakteelitian yang masih dapat ditolerir dalam pengambilan sampel (5% atau 0,05)

Nilai N merupakan jumlah dari keseluruhan siswa kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024 yakni sebanyak 432 siswa. Jadi, minimal jumlah sampel dengan menggunakan rumus *Slovin* yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2} = \frac{432}{1+432(0,05)^2} = \frac{432}{2,08} = 207,6 = 208$$

Berdasarkan interpretasi di atas, jumlah sampel minimum yang harus diperoleh datanya pada penelitian ini adalah sebanyak 208 responden dari total populasi yakni 432 siswa yang terdiri dari 12 kelas. Sampel tersebut dipilih secara acak atau *simple random sampling* dengan subjek penelitian yakni siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 yang sebelumnya sudah mengikuti pembelajaran permainan bola tangan.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengambilan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian berfungsi sebagai alat dalam proses pengambilan data agar penelitian menjadi sistematis (Arikunto, 2013: 193). Sebagai alat pengumpul data, instrumen dalam suatu penelitian harus diperhitungkan dan dirancang sebaik mungkin agar data yang diperoleh sesuai dengan data di lapangan. Sugiyono (2022: 102) berpendapat bahwa, instrumen dalam penelitian dapat berupa angket/kuesioner, wawancara, observasi, tes, dan lain sebagainya. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah bentuk tes. Suharsimi Arikunto (2013: 67) menyatakan bahwa tes adalah suatu alat untuk mengukur atau mengetahui berbagai hal yang dilengkapi dengan aturan atau cara yang telah ditetapkan. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini merupakan tes pengetahuan dengan bentuk tes pilihan ganda guna mengetahui tingkat pengetahuan siswa mengenai permainan bola tangan. Tes pilihan ganda termasuk dalam jenis tes objektif. Tes objektif merupakan tes yang dapat diperiksa kebenarannya secara objektif (Arikunto, 2016: 177). Pemeriksaan tes objektif dapat dilaksanakan dengan bantuan teknologi seperti komputer dan aplikasi. Tes pilihan ganda merupakan tes yang menyediakan alternatif jawaban pada setiap butir pertanyaan sehingga responden dapat memilih jawaban (Mardapi, 2008: 71).

Adapun beberapa langkah-langkah yang dilakukan dalam menyusun sebuah instrumen, yakni sebagai berikut: 1) Mendefinisikan konstruk, 2) Menentukan faktor dan indikator, 3) Menyusun pertanyaan berdasarkan indikator yang ada (Widoyoko, 2012: 127):

1) Mendefinisikan/mengidentifikasi konstruk

Konstruk yang terdapat dalam penelitian ini adalah survei tingkat pengetahuan mengenai permainan bola tangan. Tingkat pengetahuan dalam hal ini adalah pengetahuan yang dimiliki oleh siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024 tentang permainan bola tangan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa dalam melakukan teknik dasar bola tangan secara baik dan benar.

2) Menyidik atau Menentukan Faktor dan Indikator

Berdasarkan teori-teori yang telah dijelaskan sebelumnya, ada 4 faktor yang menjadi konstrak dalam variabel tingkat pengetahuan siswa kelas X tentang permainan bola tangan yaitu pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif. Kemudian, langkah yang dilakukan selanjutnya yaitu membuat indikator yang sesuai dengan variabel tingkat pengetahuan permainan bola tangan. Faktor pengetahuan faktual memiliki indikator yaitu pengetahuan umum, pemain, lapangan, dan bola. Pengetahuan konseptual dan prosedural memiliki indikator berupa berbagai teknik dasar dalam permainan bola tangan yaitu *passing*, *catching*, *dribbling*, dan *shooting*. Kemudian, untuk faktor pengetahuan metakognitif terdiri atas indikator konsep diri dan kemampuan analisis

3) Menyusun Kisi-kisi Instrumen

Terdapat 4 indikator pada setiap faktor tingkat pengetahuan permainan bola tangan yang selanjutnya akan dikonversikan ke dalam bentuk butir-butir pertanyaan. Selanjutnya, konversi tersebut dituangkan pada tabel di bawah ini dalam kisi-kisi tes sebagai berikut:

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Tes Uji Coba

Variabel	Faktor-faktor	Indikator	No. Item Tes	Jumlah Soal
Pengetahuan	Pengetahuan Faktual	a) Pengetahuan Umum	1, 13, 23, 27, 34	5
		b) Pemain	2, 16, 29	3
		c) Lapangan	3, 14, 24, 35, 41	5
		d) Bola	4, 17, 30	3
	Pengetahuan Konseptual	e) <i>Passing</i>	5, 18, 37,	3
		f) <i>Catching</i>	6, 19, 38	3
		g) <i>Dribbling</i>	7, 20, 43	3
		h) <i>Shooting</i>	8, 21, 44	3
	Pengetahuan Prosedural	i) <i>Passing</i>	9, 22, 33	3
		j) <i>Catching</i>	11, 26, 36	3
		k) <i>Dribbling</i>	12, 28, 39	3
		l) <i>Shooting</i>	15, 31, 42	3
	Pengetahuan Metakognitif	m) Konsep Diri dan Kemampuan Analisis	10, 25, 32, 40, 45	5
Jumlah Butir Pertanyaan				45

2. *Expert Judgement* (Kalibrasi Ahli)

Sebelum melaksanakan uji coba, instrumen tes dalam penelitian ini telah mendapatkan *judgement* dari yakni Bapak Dr. Ermawan Susanto, S.Pd., M.Pd. dan Bapak Ismail Gani M.Or. yang memberikan masukan agar instrumen tersebut lebih baik dan lengkap sehingga layak untuk diberikan kepada siswa. Jumlah soal tes awal yaitu sebanyak 45 butir soal.

Saat melaksanakan diskusi bersama Bapak Dr. Ermawan Susanto, S.Pd., M.Pd., beliau memberikan masukan untuk memberikan konsep *shooting* atau menembak jenis *feinting* (tipuan) dalam instrumen tes uji coba. Selain itu, beliau juga menyarankan untuk melakukan pemerataan jumlah soal pada tiap indikator. Sedangkan Bapak Ismail Gani M.Or. memberikan berbagai koreksi, antara lain dalam hal penulisan, variasi soal seperti pemberian gambar atau tabel, dan memberi tahu tentang kaidah penulisan tes pilihan ganda. Selain itu, beliau juga memberikan masukan untuk penulisan alternatif jawaban agar tidak terlalu mudah ditebak oleh siswa. Dengan kata lain, beliau meminta untuk menambah tingkat kesulitan agar siswa dapat menganalisis soal pada item tes uji coba tersebut.

Setelah melakukan kalibrasi bersama dua ahli di atas, langkah selanjutnya adalah menyusun kembali butir-butir pertanyaan sesuai dengan apa yang telah didiskusikan dan dikonsultasikan kembali kepada dosen pembimbing. Ketika dosen pembimbing telah menyetujui instrumen tersebut, maka dapat dilakukan proses uji coba instrumen.

3. Uji Coba Penelitian

Uji coba dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen tes yang akan digunakan dalam pengambilan data benar-benar valid dan reliabel. Ketika instrumen tes dalam penelitian tersebut valid dan reliabel, maka hasil yang diperoleh pun akan lebih bermutu, karena syarat instrumen yang baik adalah valid dan reliabel. Arikunto (2010: 211) menyatakan bahwa, ada dua syarat suatu instrumen dikatakan sudah baik, yakni valid dan reliabel. Baik tidaknya suatu instrumen dilihat dari tingkat validitas dan reliabilitas. Untuk mengetahui hal tersebut, maka harus dilakukan uji coba instrumen. Uji coba instrumen

dilaksanakan pada salah satu kelas yakni X1-4 di SMA Negeri 1 Ajibarang. Awalnya, instrumen akan diuji coba pada kelas X, namun pada saat itu kelas X belum melaksanakan pembelajaran bola tangan. Oleh karena itu, kelas XI yang telah melalui setidaknya satu kali pertemuan materi permainan bola tangan menjadi responden dalam uji coba yang dilaksanakan pada 12-15 September 2023. Berikut ini adalah proses dari uji validitas dan reliabilitas terhadap instrumen yang telah dilakukan uji coba.

a. Uji Validitas

Berdasarkan pendapat Suharsimi Arikunto (2013: 211), validitas merupakan suatu ukuran yang dapat menyatakan seberapa tingkat keabsahan suatu instrumen. Instrumen dapat dikatakan valid apabila dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur dan mampu menemukan data dari variabel dalam penelitian secara tepat. Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah instrumen yang akan digunakan dalam penelitian benar-benar dapat mengukur apa yang seharusnya diukur oleh peneliti.

Hasil uji validitas yang telah diperoleh dari uji coba instrumen tes menggunakan rumus *Pearson Product Momen* dengan alat bantu *SPSS versi 25.0 for Windows*. Sebuah item tes akan dinyatakan valid apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$ pada nilai signifikansi 5%. Sebaliknya, apabila $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka item tes dinyatakan tidak valid pada nilai signifikansi 5%. Jumlah responden sebanyak 34 siswa, sehingga diperoleh nilai r_{tabel} dari tabel distribusi nilai dalam $n-2$ atau 32 yakni 0,2869.

Tabel 4. Hasil Uji Validitas

No. Butir Soal	r_{hitung}	r_{tabel}	Keterangan
Soal 1	0,525	0,2869	Valid
Soal 2	0,299	0,2869	Valid
Soal 3	0,139	0,2869	Tidak Valid
Soal 4	0,298	0,2869	Valid
Soal 5	0,275	0,2869	Tidak Valid
Soal 6	0,539	0,2869	Valid
Soal 7	0,421	0,2869	Valid
Soal 8	0,474	0,2869	Valid
Soal 9	0,384	0,2869	Valid
Soal 10	0,432	0,2869	Valid
Soal 11	0,569	0,2869	Valid

Lanjutan Tabel. 4

No. Butir Soal	rhitung	rtabel	Keterangan
Soal 12	0,605	0,2869	Valid
Soal 13	0,235	0,2869	Tidak Valid
Soal 14	0,349	0,2869	Valid
Soal 15	0,360	0,2869	Valid
Soal 16	0,469	0,2869	Valid
Soal 17	0,354	0,2869	Valid
Soal 18	0,296	0,2869	Valid
Soal 19	0,316	0,2869	Valid
Soal 20	0,285	0,2869	Tidak Valid
Soal 21	0,293	0,2869	Valid
Soal 22	0,400	0,2869	Valid
Soal 23	0,092	0,2869	Tidak Valid
Soal 24	0,419	0,2869	Valid
Soal 25	0,397	0,2869	Valid
Soal 26	0,358	0,2869	Valid
Soal 27	0,325	0,2869	Valid
Soal 28	0,434	0,2869	Valid
Soal 29	0,290	0,2869	Valid
Soal 30	0,046	0,2869	Tidak Valid
Soal 31	0,475	0,2869	Valid
Soal 32	0,468	0,2869	Valid
Soal 33	0,357	0,2869	Valid
Soal 34	0,174	0,2869	Tidak Valid
Soal 35	0,383	0,2869	Valid
Soal 36	0,440	0,2869	Valid
Soal 37	0,221	0,2869	Tidak Valid
Soal 38	0,416	0,2869	Valid
Soal 39	0,365	0,2869	Valid
Soal 40	0,473	0,2869	Valid
Soal 41	0,137	0,2869	Tidak Valid
Soal 42	0,359	0,2869	Valid
Soal 43	0,248	0,2869	Tidak Valid
Soal 44	0,257	0,2869	Tidak Valid
Soal 45	0,216	0,2869	Tidak Valid

Berdasarkan tabel di atas, ada 12 soal yang gugur dari 45 soal sehingga menyisakan 33 item soal yang valid dan dapat digunakan untuk proses pengambilan data. Sebanyak 33 butir soal yang valid dan layak untuk diolah dalam data penelitian yaitu nomor : 1, 2, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 35, 36, 38, 39, 40, 42. Sedangkan untuk item soal yang tidak valid namun tetap diikutsertakan dalam instrumen pengambilan data karena sudah melalui tahap perbaikan adalah soal nomor 5 dan 43. Sehingga jumlah soal dalam instrumen tes pengambilan data sebanyak 35 butir pertanyaan. Seharusnya, item soal yang tidak valid harus melalui tahap uji

coba kembali, namun dengan adanya keterbatasan waktu, biaya, dan tenaga. Maka, peneliti memutuskan untuk mengikutsertakan item soal yang tidak valid ke dalam instrumen pengambilan data dengan adanya perbaikan melalui diskusi dengan ahli.

b. Uji Reliabilitas

Suharsimi Arikunto (2013: 221) berpendapat bahwa uji reliabilitas pada suatu instrumen dapat memperlihatkan apakah instrumen tersebut sudah cukup untuk digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian. Uji reliabilitas memakai bantuan *SPSS versi 25.0 for Windows* menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan nilai signifikansi pada taraf *alpha* 0,05. Setelah melakukan uji validitas, item soal yang valid kemudian di uji reliabilitasnya sehingga menghasilkan instrumen tes yang valid dan reliabel. Ketika suatu instrumen telah memiliki syarat valid dan reliabel, maka instrumen tersebut sudah memenuhi syarat sebagai instrumen yang baik dan dapat digunakan dalam proses pengambilan data. Berikut ini adalah tabel hasil uji reliabilitas:

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,847	33

Hasil tersebut kemudian diinterpretasikan terhadap koefisien korelasi yang diperoleh dari pendapat Suharsimi Arikunto (2013: 319) yakni sebagai berikut:

Tabel 5. Koefisien Korelasi oleh Suharsimi Arikunto (2013)

No.	Interval <i>Alpha Cronbach</i>	Kriteria
1.	Antara 0,800 sampai dengan 1,00	Tinggi
2.	Antara 0,600 sampai dengan 0,800	Cukup
3.	Antara 0,400 sampai dengan 0,600	Agak Rendah
4.	Antara 0,200 sampai dengan 0,400	Rendah
5.	Antara 0,000 sampai dengan 0,200	Sangat Rendah

Berdasarkan interpretasi data di atas, nilai reliabilitas instrumen yang diperoleh dari hasil analisis instrumen uji coba menggunakan SPSS versi 25.0 menunjukkan hasil sebesar **0,847** termasuk dalam kategori **Tinggi** dan dinyatakan reliabel.

4. Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Setelah peneliti melakukan uji coba instrumen, menguji nilai validitas dan reliabilitas, dan instrumen telah dinyatakan valid dan reliabel sesuai dengan kaidah yang berlaku, maka instrumen tersebut sudah dapat digunakan untuk proses pengambilan data penelitian. Berikut ini adalah kisi-kisi instrumen penelitian setelah melewati beberapa proses di atas:

Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Tes Pengambilan Data

Variabel	Faktor-faktor	Indikator	No. Item Tes	Jumlah Soal
Pengetahuan	Pengetahuan Faktual	a) Pengetahuan Umum	1, 11	2
		b) Pemain	2, 13, 27	3
		c) Lapangan	3, 15, 31	3
		d) Bola	4, 17	2
	Pengetahuan Konseptual	e) <i>Passing</i>	5, 33	2
		f) <i>Catching</i>	6, 21, 28	3
		g) <i>Dribbling</i>	7, 35	2
		h) <i>Shooting</i>	8, 23	2
	Pengetahuan Prosedural	i) <i>Passing</i>	9, 18, 26	3
		j) <i>Catching</i>	12, 19, 29	3
		k) <i>Dribbling</i>	14, 22, 32	3
		l) <i>Shooting</i>	16, 24, 34	3
	Pengetahuan Metakognitif	m) Konsep Diri dan Kemampuan Analisis	10, 20, 25, 30	4
Jumlah Butir Pertanyaan				35

5. Teknik Pengumpulan Data

Proses pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen berupa tes pilihan ganda yang sesuai dengan tujuan penelitian yaitu mengetahui seberapa tinggi tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh siswa kelas X SMA Negeri Ajibarang TA 2023/2024 tentang permainan bola tangan. Untuk

memperoleh data, peneliti mendatangi lokasi penelitian yaitu SMA Negeri 1 Ajibarang. Berikut adalah langkah-langkah yang dilakukan oleh peneliti:

- 1) Sebelum melaksanakan proses pengambilan data, peneliti berkoordinasi dengan guru penjas terlebih dahulu. Koordinasi tersebut terkait pemberian materi kepada siswa oleh peneliti dengan bantuan guru penjas dan waktu untuk melaksanakan pengerjaan tes tingkat pengetahuan siswa terhadap permainan bola tangan.
- 2) Setelah menentukan waktu dan pemberian materi selesai, peneliti akan membagikan *link google form* kepada guru penjas untuk kemudian diberikan dan dikerjakan oleh siswa.
- 3) Sebelum mengisi tes, siswa diminta untuk membaca dan memahami tata cara atau prosedur pengerjaan tes kepada para siswa.
- 4) Setelah seluruh subjek penelitian sudah mengerjakan tes, kemudian peneliti akan melakukan tindak lanjut berupa merekap hasil pengerjaan tes tersebut.
- 5) Ketika peneliti telah selesai merekap seluruh hasil pengerjaan tes oleh siswa, peneliti akan melakukan pengolahan dan analisis data yang kemudian dapat diperoleh suatu kesimpulan dari hasil tersebut.

F. Teknik Analisis Data

Data yang sudah terkumpul, kemudian dianalisis agar dapat ditarik suatu kesimpulan. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif. Statistik deskriptif merupakan statistik yang dapat menggambarkan hasil dari suatu penelitian, namun tanpa menghasilkan kesimpulan yang lebih luas (Sugiyono, 2018: 147). Penyajian data menggunakan statistik deskriptif dengan persentase.

Setiap jawaban dari pertanyaan akan diberikan skor karena data yang dihasilkan dalam penelitian ini berupa data kuantitatif. Butir pertanyaan secara keseluruhan berjumlah 35 soal. Skor maksimum 35 dan skor minimum 0. Setiap jawaban benar diberi nilai 1 dan jawaban salah diberi nilai 0 tanpa pengurangan nilai. Dari jumlah skor yang telah diserahkan oleh responden, akan diketahui berbagai hal seperti skor maksimum, minimum, rata-rata (mean), dan standar

deviasi (SD) yang kemudian diimplementasikan dalam rumus interval kategori oleh Anas Sudijono (2012: 175) berikut ini:

Tabel 7. Interval Kategori

Rentang Nilai			Kategori
Mean + 1,5 SD	$\leq X$		Sangat Baik
Mean + 0,5 SD	$\leq X <$	Mean + 1,5 SD	Baik
Mean - 0,5 SD	$\leq X <$	Mean + 0,5 SD	Cukup
Mean - 1,5 SD	$\leq X <$	Mean - 0,5 SD	Kurang
	$X <$	Mean - 1,5 SD	Sangat Kurang

Sumber: Anas Sudijono (2012)

Keterangan

\bar{x} : Rata-rata Skor

SD : Standar Deviasi

Rumus interval kategori di atas, digunakan untuk menentukan rentang nilai yang ada pada setiap kategori. Untuk mengetahui rentang nilai pada setiap kategori, dibutuhkan nilai *Mean* dan Standar Deviasi. Kemudian, besarnya frekuensi relatif dengan persentase dapat diketahui melalui rumus oleh Anas Sudijono (2015: 40) di bawah ini:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Subjek

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian yang berlangsung di SMA Negeri 1 Ajibarang ini melibatkan seluruh siswa kelas X Tahun Ajaran 2023/2024. Dengan perhitungan jumlah sampel menggunakan rumus *Slovin*, diperoleh sebanyak 208 sampel minimal yang harus diperoleh dalam penelitian ini. Peneliti mengambil data sejumlah 215 dari total 432 siswa secara acak atau menggunakan teknik *simple random sampling* yang kemudian diolah dan dianalisis datanya sehingga dapat diambil suatu kesimpulan.

Bentuk data dalam penelitian ini adalah skor yang diperoleh dari empat faktor yakni pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif. Pengambilan data menggunakan jenis tes yang bertujuan untuk mengetahui seberapa tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh siswa kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 tentang permainan bola tangan. Instrumen tes dalam penelitian ini telah melalui tahap *expert judgement*, uji validitas, dan reliabilitas. Kemudian, tes bentuk pilihan ganda tersebut dikerjakan oleh subjek penelitian dengan jumlah sebanyak 35 soal dan 4 alternatif jawaban.

Penentuan kategori tingkat pengetahuan siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024, dilihat dari kemampuan siswa dalam menjawab 35 item tes tentang permainan bola tangan. Skor 1 untuk jawaban yang benar dan skor 0 untuk jawaban yang salah. Dengan demikian, siswa berpeluang untuk mendapatkan skor maksimal 35 dan skor minimal 0. Ketika data sudah terkumpul, peneliti kemudian melakukan rekap data perhitungan skor pada tiap butir soal. Agar dapat mempermudah dan memperkecil kemungkinan kesalahan dalam mengolah data, peneliti menggunakan bantuan aplikasi *Microsoft 365 Excel 2022* dan *SPSS versi 25.0*. Untuk memudahkan penyajian data dan pembaca dalam memahami penelitian ini, data penelitian akan dideskripsikan sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil Analisis Statistik Data Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan pada Siswa Kelas X

No.	Analisis	Hasil
1.	Skor Tertinggi (<i>Maksimum</i>)	29
2.	Skor Terendah (<i>Minimum</i>)	10
3.	Rata-rata (<i>Mean</i>)	19,84
4.	Nilai Tengah (<i>Median</i>)	21
5.	<i>Modus</i>	17
6.	Standar Deviasi	4,731

Berdasarkan data di atas, hasil penelitian menunjukkan bahwa Skor Tertinggi 29, Skor Terendah 10, *Mean* (rata-rata) 19,84, *Median* (nilai tengah) 21, *Modus* (nilai atau data yang sering muncul) 17, dan Standar Deviasi (simpangan baku) 4,731 dengan subjek penelitian yakni siswa-siswi Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024. Setelah diketahui beberapa hal di atas, data tersebut kemudian didistribusikan ke dalam tabel interval kategori di bawah ini:

Tabel 9. Interval Kategori

Rentang Nilai			Kategori
Mean + 1,5 SD	$\leq X$		Sangat Baik
Mean + 0,5 SD	$\leq X <$	Mean + 1,5 SD	Baik
Mean - 0,5 SD	$\leq X <$	Mean + 0,5 SD	Cukup
Mean - 1,5 SD	$\leq X <$	Mean - 0,5 SD	Kurang
	$X <$	Mean - 1,5 SD	Sangat Kurang

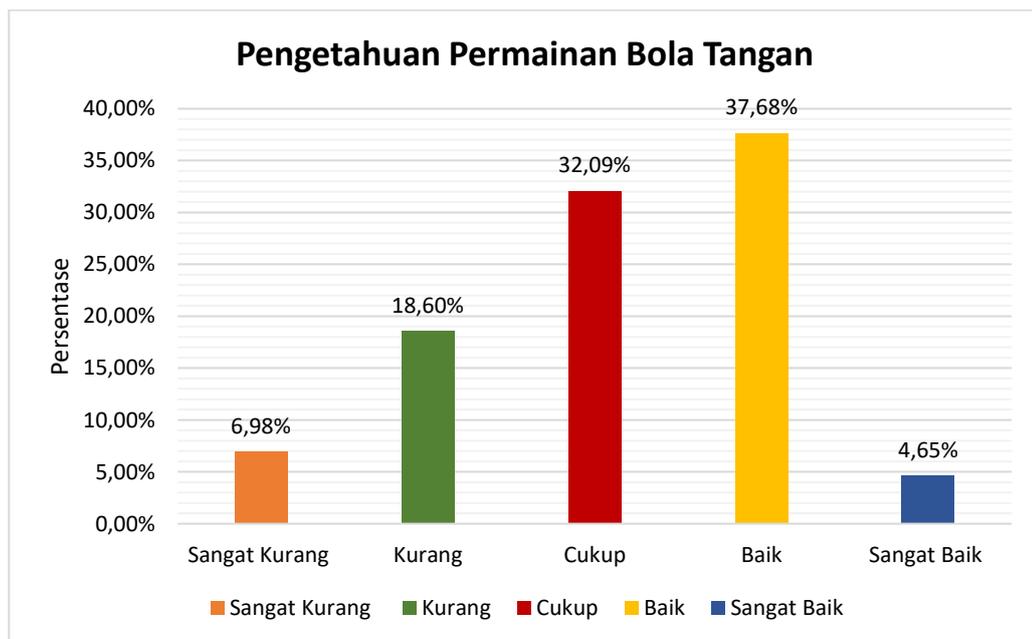
Sumber: Anas Sudijono (2012)

Berikut ini merupakan hasil distribusi frekuensi tingkat pengetahuan siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024:

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan

Interval		Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
27	$\leq X$	Sangat Baik	10	4,65
22	$\leq X <$	Baik	81	37,68
17	$\leq X <$	Cukup	69	32,09
13	$\leq X <$	Kurang	40	18,60
	$X <$	Sangat Kurang	15	6,98
Jumlah			215	100,0

Penyajian data dalam bentuk grafik yang menginterpretasikan hasil data di atas adalah sebagai berikut:



Gambar 22. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024 tentang Permainan Bola Tangan

Berdasarkan tabel dan grafik di atas, hasil penelitian tingkat pengetahuan permainan bola tangan pada kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 menunjukkan hasil sebagai berikut: Siswa dengan kategori Sangat Baik sebanyak 10 orang (4,65%), pada kategori Baik sebanyak 81 orang (37,68%), pada kategori Cukup sebanyak 69 orang (32,09%), pada kategori

Kurang sebanyak 40 orang (18,60%), dan pada kategori Sangat Kurang sebanyak 15 orang (6,98%).

Selanjutnya, deskripsi dari masing-masing faktor yakni faktor pengetahuan faktual, pengetahuan konseptual, pengetahuan prosedural, dan pengetahuan metakognitif. Deskripsi beberapa faktor tersebut bertujuan untuk mengetahui seberapa tingkat pengetahuan siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024 tentang permainan bola tangan sebagai berikut:

1. Pengetahuan Faktual

Hasil penelitian tingkat pengetahuan permainan bola tangan yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor pengetahuan faktual dapat diketahui melalui pengukuran menggunakan tes dengan 10 butir pertanyaan dan 4 alternatif jawaban. Rentang skor berada pada nilai 0-1, soal dengan skor 1 diberikan untuk jawaban yang benar, dan skor 0 untuk jawaban yang salah. Hasil penelitian dari 215 responden dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 11. Hasil Analisis Statistik Data Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan Berdasarkan Faktor Pengetahuan Faktual

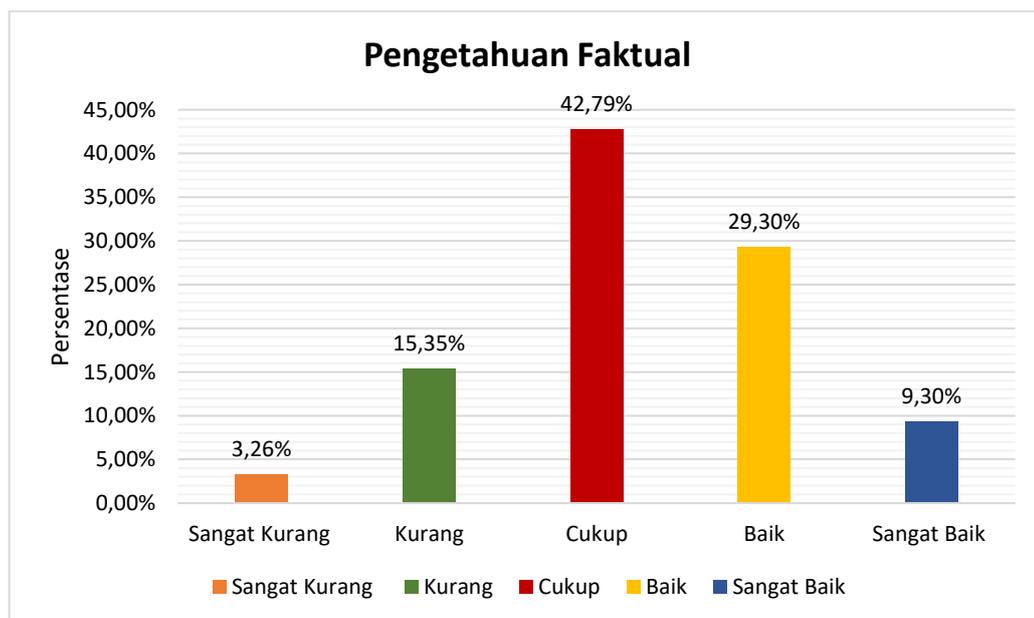
No.	Analisis	Hasil
1.	Skor Tertinggi (<i>Maksimum</i>)	10
2.	Skor Terendah (<i>Minimum</i>)	2
3.	Rata-rata (<i>Mean</i>)	6,08
4.	Nilai Tengah (<i>Median</i>)	6
5.	<i>Modus</i>	6
6.	Standar Deviasi	1,840

Data faktor di atas selanjutnya dikonversikan ke dalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan Berdasarkan Faktor Pengetahuan Faktual

Interval			Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
9	$\leq X$		Sangat Baik	20	9,30
7	$\leq X <$	9	Baik	63	29,30
5	$\leq X <$	7	Cukup	92	42,79
3	$\leq X <$	5	Kurang	33	15,35
	$X <$	3	Sangat Kurang	7	3,26
Jumlah				215	100,0

Kemudian, untuk penyajian data hasil penelitian pada faktor pengetahuan faktual dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 23. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024 Berdasarkan Faktor Pengetahuan Faktual

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi yang tertera pada tabel dan grafik di atas, siswa kelas X yang masuk dalam kategori Sangat Baik berjumlah 20 siswa atau sebesar 9,30%, dalam kategori Baik berjumlah 63 orang atau sebesar 29,30%, dalam kategori Cukup berjumlah 92 orang atau sebesar 42,79%, dalam

kategori Kurang berjumlah 33 orang atau sebesar 15,35%, dan dalam kategori Sangat Kurang berjumlah 7 orang atau sebesar 3,26%.

Berdasarkan pada hasil yang telah diuraikan di atas, kesimpulan yang dapat diambil adalah peran faktor pengetahuan faktual dalam pengetahuan tentang permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 adalah Cukup.

2. Pengetahuan Konseptual

Hasil penelitian tingkat pengetahuan permainan bola tangan yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor pengetahuan konseptual dapat diketahui melalui pengukuran menggunakan tes dengan 9 butir pertanyaan dan 4 alternatif jawaban. Rentang skor berada pada nilai 0-1, soal dengan skor 1 diberikan untuk jawaban yang benar, dan skor 0 untuk jawaban yang salah. Hasil penelitian dari 215 responden dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 13. Hasil Analisis Statistik Data Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan Berdasarkan Faktor Pengetahuan Konseptual

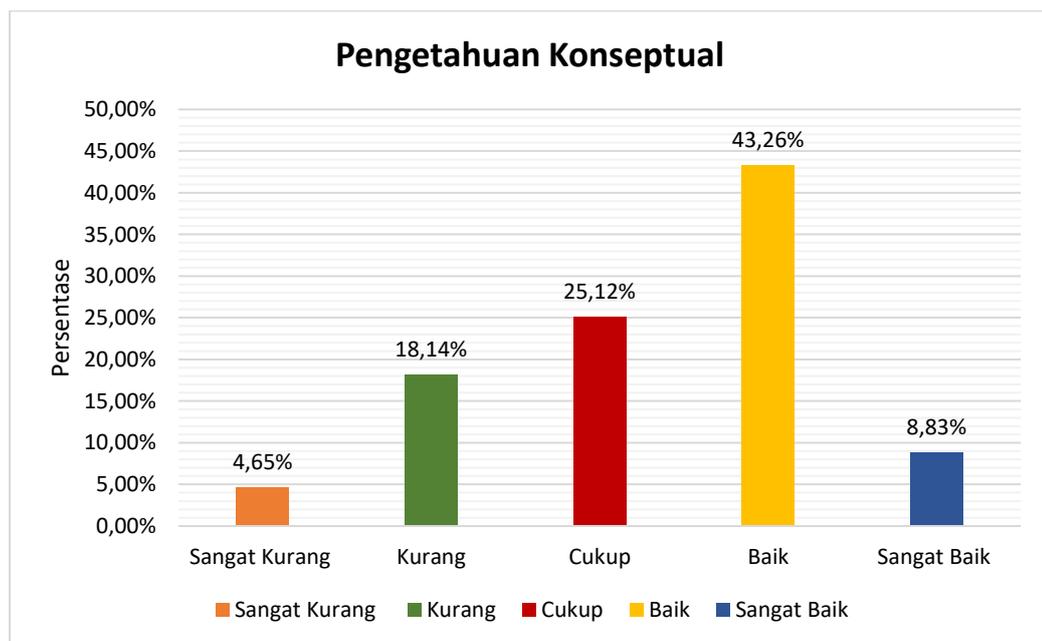
No.	Analisis	Hasil
1.	Skor Tertinggi (<i>Maksimum</i>)	9
2.	Skor Terendah (<i>Minimum</i>)	1
3.	Rata-rata (<i>Mean</i>)	6,16
4.	Nilai Tengah (<i>Median</i>)	7
5.	<i>Modus</i>	8
6.	Standar Deviasi	1,973

Data faktor di atas selanjutnya dikonversikan ke dalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan Berdasarkan Faktor Pengetahuan Konseptual

Interval			Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
9	$\leq X$		Sangat Baik	19	8,83
7	$\leq X <$	9	Baik	93	43,26
5	$\leq X <$	7	Cukup	54	25,12
3	$\leq X <$	5	Kurang	39	18,14
	$X <$	3	Sangat Kurang	10	4,65
Jumlah				215	100,0

Kemudian, untuk penyajian data hasil penelitian pada faktor pengetahuan konseptual dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 24. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024 Berdasarkan Faktor Pengetahuan Konseptual

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi yang tertera pada tabel dan grafik di atas, siswa kelas X yang masuk dalam kategori Sangat Baik berjumlah 19 siswa atau sebesar 8,83%, dalam kategori Baik berjumlah 93 orang atau sebesar 43,26%, dalam kategori Cukup berjumlah 54 orang atau sebesar 25,12%, dalam

kategori Kurang berjumlah 39 orang atau sebesar 18,14%, dan dalam kategori Sangat Kurang berjumlah 10 orang atau sebesar 4,65%.

Berdasarkan pada hasil yang telah diuraikan di atas, kesimpulan yang dapat diambil adalah peran faktor pengetahuan konseptual dalam pengetahuan tentang permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 adalah Baik.

3. Pengetahuan Prosedural

Hasil penelitian tingkat pengetahuan permainan bola tangan yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor pengetahuan prosedural dapat diketahui melalui pengukuran menggunakan tes dengan 12 butir pertanyaan dan 4 alternatif jawaban. Rentang skor berada pada nilai 0-1, soal dengan skor 1 diberikan untuk jawaban yang benar, dan skor 0 untuk jawaban yang salah. Hasil penelitian dari 215 responden dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 15. Hasil Analisis Statistik Data Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan Berdasarkan Faktor Pengetahuan Prosedural

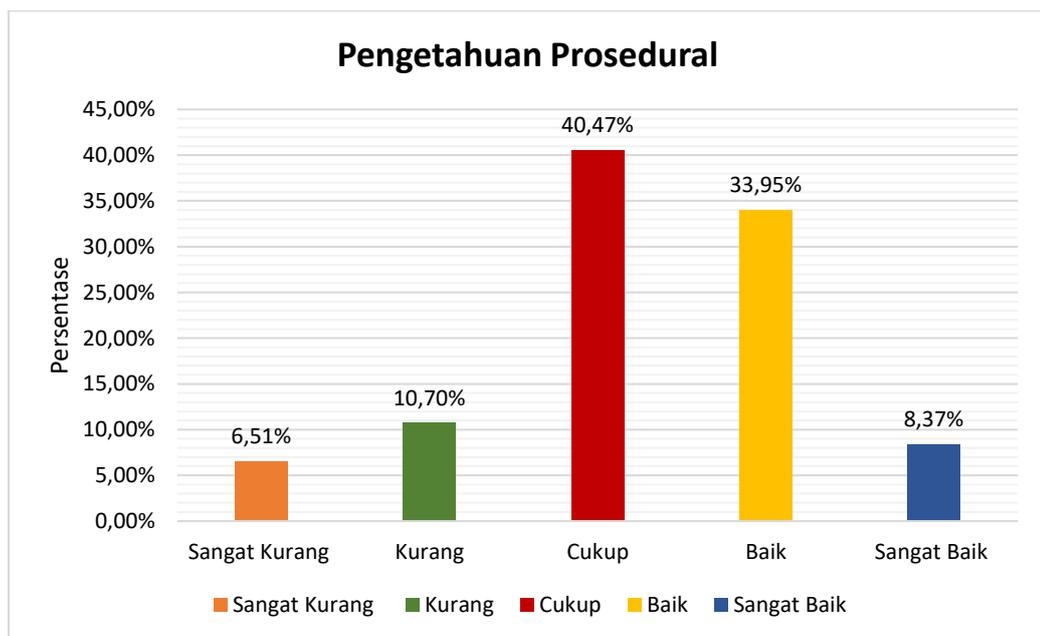
No.	Analisis	Hasil
1.	Skor Tertinggi (<i>Maksimum</i>)	11
2.	Skor Terendah (<i>Minimum</i>)	1
3.	Rata-rata (<i>Mean</i>)	6,22
4.	Nilai Tengah (<i>Median</i>)	6
5.	<i>Modus</i>	6
6.	Standar Deviasi	1,760

Data faktor di atas selanjutnya dikonversikan ke dalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 16. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan Berdasarkan Faktor Pengetahuan Prosedural

Interval			Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
9	$\leq X$		Sangat Baik	18	8,37
7	$\leq X <$	9	Baik	73	33,95
5	$\leq X <$	7	Cukup	87	40,47
4	$\leq X <$	5	Kurang	23	10,70
	$X <$	4	Sangat Kurang	14	6,51
Jumlah				215	100,0

Kemudian, untuk penyajian data hasil penelitian pada faktor pengetahuan prosedural dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 25. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024 Berdasarkan Faktor Pengetahuan Prosedural

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi yang tertera pada tabel dan grafik di atas, siswa kelas X yang masuk dalam kategori Sangat Baik berjumlah 18 siswa atau sebesar 8,37%, dalam kategori Baik berjumlah 73 orang atau sebesar 33,95%, dalam kategori Cukup berjumlah 87 orang atau sebesar 40,47%, dalam

kategori Kurang berjumlah 23 orang atau sebesar 10,70%, dan dalam kategori Sangat Kurang berjumlah 14 orang atau sebesar 6,51%.

Berdasarkan pada hasil yang telah diuraikan di atas, kesimpulan yang dapat diambil adalah peran faktor pengetahuan prosedural dalam pengetahuan tentang permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 adalah Cukup.

4. Pengetahuan Metakognitif

Hasil penelitian tingkat pengetahuan permainan bola tangan yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor pengetahuan metakognitif dapat diketahui melalui pengukuran menggunakan tes dengan 4 butir pertanyaan dan 4 alternatif jawaban. Rentang skor berada pada nilai 0-1, soal dengan skor 1 diberikan untuk jawaban yang benar, dan skor 0 untuk jawaban yang salah. Hasil penelitian dari 215 responden dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 17. Hasil Analisis Statistik Data Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan Berdasarkan Faktor Pengetahuan Metakognitif

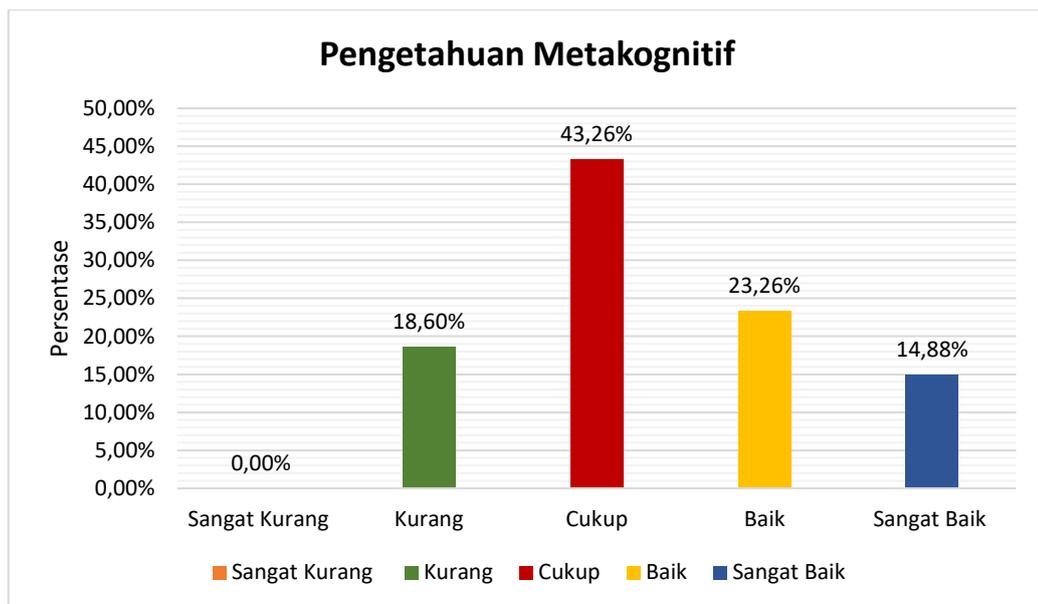
No.	Analisis	Hasil
1.	Skor Tertinggi (<i>Maksimum</i>)	4
2.	Skor Terendah (<i>Minimum</i>)	0
3.	Rata-rata (<i>Mean</i>)	1,38
4.	Nilai Tengah (<i>Median</i>)	1
5.	<i>Modus</i>	1
6.	Standar Deviasi	1,020

Data faktor di atas selanjutnya dikonversikan ke dalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 18. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan Berdasarkan Faktor Pengetahuan Metakognitif

Interval		Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
3	$\leq X$	Sangat Baik	32	14,88
2	$\leq X < 3$	Baik	50	23,26
1	$\leq X < 2$	Cukup	93	43,26
-0,1	$\leq X < 1$	Kurang	40	18,60
	$X < -0,1$	Sangat Kurang	0	0
Jumlah			215	100

Kemudian, untuk penyajian data hasil penelitian pada faktor pengetahuan metakognitif dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 26. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024 Berdasarkan Faktor Pengetahuan Metakognitif

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi yang tertera pada tabel dan grafik di atas, siswa kelas X yang masuk dalam kategori Sangat Baik berjumlah 32 siswa atau sebesar 14,88%, dalam kategori Baik berjumlah 50 orang atau sebesar 23,26%, dalam kategori Cukup berjumlah 93 orang atau sebesar 43,26%, dalam kategori Kurang berjumlah 40 orang atau sebesar 18,60%, dan tidak ada siswa yang terdapat dalam kategori Sangat Kurang atau sebesar 0%.

Berdasarkan pada hasil yang telah diuraikan di atas, kesimpulan yang dapat diambil adalah peran faktor pengetahuan metakognitif dalam pengetahuan tentang permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 adalah Cukup.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil dari perhitungan yang ditunjukkan pada tabel dan diagram batang distribusi frekuensi di atas, tingkat pengetahuan siswa kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 mengenai permainan bola tangan dikonversikan ke dalam 5 kategori dengan uraian sebagai berikut:

Siswa yang masuk dalam kategori Sangat Baik sebanyak 10 orang atau sebesar 4,65%, siswa yang masuk dalam pada kategori Baik sebanyak 81 orang atau sebesar 37,68%, siswa yang masuk dalam kategori Cukup sebanyak 69 orang atau sebesar 32,09%, siswa yang masuk dalam kategori Kurang sebanyak 40 orang atau sebesar 18,60%, dan siswa yang masuk dalam kategori Sangat Kurang sebanyak 15 orang atau sebesar 6,98%. Dengan demikian, hasil data penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 berada pada kategori Baik dengan jumlah 81 orang atau sebesar 37,68% dari total keseluruhan responden.

Adapun pembahasan dari hasil analisis yang terbagi menjadi empat faktor yakni faktor pengetahuan faktual, pengetahuan konseptual, pengetahuan prosedural, dan pengetahuan metakognitif. Hasil analisis dari tiap masing-masing faktor dapat dilihat sebagai berikut:

1. Pengetahuan Faktual

Dengan melihat hasil data analisis pada tabel distribusi frekuensi di atas, tingkat pengetahuan permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 berdasarkan faktor pengetahuan faktual termasuk dalam kategori Cukup dengan jumlah frekuensi sebanyak 92 siswa atau sebesar 42,79%. Hal tersebut memiliki arti bahwa pengetahuan sebagian besar siswa tentang permainan bola tangan pada faktor pengetahuan faktual sudah cukup baik. Adanya pemberian materi oleh guru penjas pada pertemuan

sebelumnya ternyata sudah cukup memberikan efek yang cukup baik pada siswa sebelum mereka mengerjakan tes pengetahuan tersebut. Selain itu, para siswa juga diberikan kesempatan untuk melaksanakan praktik teknik-teknik dasar dalam permainan bola tangan, sehingga dapat menambah pengetahuan siswa.

Masuknya tingkat pengetahuan siswa tentang permainan bola tangan ke dalam kategori Cukup tidak lepas dari peran guru penjas dalam memberikan materi permainan bola tangan. Namun, pemberian materi masih belum terlalu maksimal, dikarenakan pembelajaran materi permainan bola tangan cenderung lebih pada hal praktis, sehingga siswa masih belum terlalu menguasai materi permainan bola tangan secara teoritis. Walaupun demikian, pembelajaran sudah berjalan cukup baik dan mampu memberikan pengetahuan yang cukup kepada para siswa.

Pengetahuan faktual merupakan dasar pengetahuan yang wajib oleh siswa dalam memecahkan suatu masalah. Pengetahuan faktual memiliki tingkat abstrak paling rendah karena bersifat pada fakta yang ada atau sudah ditentukan sejak awal. Dalam penelitian ini, pengetahuan faktual tentang permainan bola tangan meliputi berbagai hal seperti jumlah pemain, ukuran lapangan, bola, definisi teknik-teknik dasar bola tangan, dan lain sebagainya. Kesimpulan yang dapat diambil adalah, pengetahuan siswa tentang permainan bola tangan pada faktor pengetahuan faktual sudah Cukup. Dengan hasil tersebut, guru dapat meningkatkan faktor pengetahuan faktual siswa dengan memberikan waktu tambahan pada hal teori agar siswa memiliki pengetahuan yang baik sebelum melaksanakan pembelajaran dalam hal praktik.

2. Pengetahuan Konseptual

Dengan melihat hasil data analisis pada tabel distribusi frekuensi di atas, tingkat pengetahuan permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 berdasarkan faktor pengetahuan konseptual termasuk dalam kategori Baik dengan jumlah frekuensi sebanyak 93 orang atau sebesar 43,26%. Hal tersebut memiliki arti bahwa pengetahuan sebagian besar siswa tentang permainan bola tangan pada faktor pengetahuan konseptual sudah baik. Pemberian materi oleh guru penjas telah terlaksana dengan baik, meskipun

masih ada sebagian siswa yang masih kesulitan dalam mengerjakan item tes pengetahuan konseptual ini. Dengan adanya hasil penelitian ini, diharapkan guru penjas dapat memberikan tambahan untuk meningkatkan pengetahuan siswa akan konsep-konsep dasar dalam permainan bola tangan sehingga siswa dapat memiliki pengetahuan yang lebih luas dan mendalam akan hal tersebut.

Pengetahuan konseptual merupakan pengetahuan yang berisi hubungan antar elemen dalam suatu struktur yang besar. Elemen ini memiliki kemungkinan yang besar untuk berjalan secara beriringan atau bersamaan. Dengan demikian, pengetahuan konseptual memiliki struktur yang lebih kompleks daripada pengetahuan faktual. Pengetahuan konseptual dapat meliputi berbagai hal seperti prinsip, konsep, hubungan, dan lain-lain. Dalam penelitian ini, pengetahuan konseptual meliputi konsep-konsep teknik dasar seperti *passing*, *catching*, *dribbling*, dan *shooting*. Sebagian besar siswa kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang sudah mengetahui materi tersebut dengan baik. Namun, masih terdapat siswa yang kesulitan dalam memahami konsep teknik dasar *shooting*, terutama *flying shoot*. Hal tersebut dikarenakan pembelajaran bola tangan pada saat itu lebih cenderung dalam hal praktik, sehingga para siswa fokus untuk melakukan praktik dibandingkan mengetahui konsep dasar dalam melakukan teknik tersebut. Walaupun demikian, sebagian besar siswa sudah mampu menguasai dan memahami konsep dasar dalam permainan bola tangan dengan baik ditunjukkan dengan adanya data penelitian di atas.

3. Pengetahuan Prosedural

Dengan melihat hasil analisis data pada tabel distribusi frekuensi di atas, tingkat pengetahuan permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 berdasarkan pada faktor pengetahuan prosedural termasuk dalam kategori Cukup dengan jumlah frekuensi sebanyak 87 siswa atau sebesar 40,47%. Hal tersebut memiliki arti bahwa pengetahuan siswa tentang permainan bola tangan pada faktor pengetahuan prosedural sudah cukup baik. Pembelajaran dan materi yang dilaksanakan sudah cukup baik, meskipun masih ada sebagian siswa yang kurang memahami materi tentang tata cara melakukan atau langkah-langkah yang benar dalam teknik dasar permainan bola

tangan. Dengan demikian, diharapkan pada guru penjas untuk memberikan tambahan akan materi tersebut agar siswa dapat meningkatkan pengetahuan mereka dalam tata cara melakukan teknik-teknik dasar yang benar dalam permainan bola tangan.

Pengetahuan prosedural memiliki arti pengetahuan yang berisi tentang tata cara yang telah disusun secara sistematis agar lebih efektif dan efisien dalam mencapai suatu tujuan. Dalam penelitian ini, pengetahuan prosedural mencakup tata cara atau langkah-langkah dalam melakukan berbagai teknik dasar permainan bola tangan seperti *passing*, *catching*, *dribbling*, dan *shooting*. Meskipun tingkat pengetahuan siswa tentang permainan bola tangan dalam pengetahuan prosedural sudah cukup baik, sebagian siswa masih kurang memahami prosedur atau langkah-langkah dalam melaksanakan teknik dasar permainan bola tangan, terutama pada teknik dasar *shooting* yakni *jump shoot*, *flying shoot*, dan *shoot feinting*. Oleh karena itu guru penjas perlu untuk meningkatkan intensitas dan penjelasan secara lebih mendalam dan progresif. Penyampaian materi secara progresif dari tingkatan yang paling mudah ke tingkatan yang sulit akan memudahkan siswa dalam memahami materi. Tidak hanya sekadar memberikan contoh lalu dipraktikkan, melainkan memberikan tata cara yang mudah untuk dipahami, agar siswa memiliki pengetahuan sebelum melakukan praktik teknik dasar tersebut.

4. Pengetahuan Metakognitif

Dengan melihat hasil analisis data pada tabel distribusi frekuensi di atas, tingkat pengetahuan permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 berdasarkan faktor pengetahuan metakognitif termasuk dalam kategori Cukup dengan frekuensi sebanyak 93 orang atau sebesar 43,26%. Hal tersebut memiliki arti bahwa pengetahuan metakognitif siswa mengenai permainan bola tangan sudah cukup baik. SMA Negeri 1 Ajibarang merupakan sekolah favorit yang dikenal dengan kebiasaan dan cara pembelajaran yang mengajarkan siswanya untuk memiliki minat belajar tinggi sehingga siswa memiliki kecerdasan kognisi lebih baik dibandingkan dengan sekolah lain di kawasan tersebut.

Pengetahuan metakognitif merupakan pengetahuan mengenai kognisi secara umum dan kesadaran akan kemampuan tentang diri sendiri. Dalam penelitian ini, pengetahuan metakognitif mencakup tentang analisis untuk memecahkan suatu masalah. Pengetahuan metakognitif memiliki tingkat abstraksi tinggi dan bersifat kompleks atau membutuhkan kemampuan berpikir tingkat tinggi. Dengan demikian, kesadaran akan kemampuan yang dimiliki oleh diri siswa ditunjukkan ketika memilih *flying shoot* merupakan teknik menembak yang paling sulit karena membutuhkan koordinasi tubuh yang tinggi. Selain itu, keputusan untuk melihat kondisi sekitar setelah berhasil merebut bola menunjukkan bahwa sebelum mengambil keputusan di lapangan, hendaknya melihat situasi terlebih dahulu. Kemudian kecerdasan dalam menentukan pentingnya teknik *catching* dalam permainan bola tangan agar bola tetap dalam penguasaan. Kemudian, memilih *passing* dan *catching* sebagai teknik yang paling mudah untuk dikuasai karena tidak memerlukan koordinasi tubuh yang terlalu tinggi. Sebagian besar siswa masih banyak yang salah dalam memilih jawaban pada item tes pengetahuan metakognitif dikarenakan pengetahuan mereka terkait bola tangan masih belum maksimal. Oleh karena itu, dasar pengetahuan perlu ditingkatkan agar kemampuan siswa dalam menganalisis lebih baik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada data hasil penelitian dan pembahasan yang telah tertera di atas, dapat diketahui tingkat pengetahuan tentang permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 terbagi dalam 5 kategori. Siswa yang masuk dalam kategori “Sangat Baik” sebanyak 10 orang atau sebesar 4,65%, siswa dalam kategori “Baik” sebanyak 81 orang atau sebesar 37,68%, siswa dalam kategori “Cukup” sebanyak 69 orang atau sebesar 32,09%, siswa dalam kategori “Kurang” sebanyak 40 orang atau sebesar 18,60%, dan siswa dalam kategori “Sangat Kurang” sebanyak 15 orang atau sebesar 6,98%. Jadi, dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan tentang permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 berada dalam kategori “Baik”.

Berdasarkan hasil data analisis penelitian, faktor-faktor dalam pengetahuan permainan bola tangan pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024 adalah pengetahuan faktual berkategori “Cukup” dengan jumlah 92 orang atau sebesar 42,79%, pengetahuan konseptual berkategori “Baik” dengan jumlah 93 orang atau sebesar 43,26%, pengetahuan prosedural berkategori “Cukup” dengan jumlah 87 orang atau sebesar 40,47%, dan pengetahuan metakognitif berkategori “Cukup” dengan jumlah 93 orang atau sebesar 43,26%

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan yang telah tertera di atas, maka hasil penelitian ini memiliki implikasi sebagai berikut:

1. Adanya penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu pandangan bagi guru penjas di SMA Negeri 1 Ajibarang untuk menambah intensitas pemberian materi secara teoritis sebelum melaksanakan pembelajaran secara praktis agar pengetahuan yang diterima oleh siswa lebih bersifat langgeng.

2. Munculnya semangat dan minat yang lebih tinggi dari siswa-siswi SMA Negeri 1 Ajibarang terkait permainan bola tangan, baik untuk pembelajaran maupun prestasi.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Peneliti telah berupaya semaksimal mungkin dalam melaksanakan penelitian. Namun, masih terdapat keterbatasan, diantaranya adalah:

1. Peneliti sedikit kesulitan dalam menyusun item tes dalam faktor pengetahuan metakognitif dikarenakan item tersebut membutuhkan tingkatan berpikir yang tinggi sehingga jumlah item tes lebih sedikit dibandingkan dengan item tes pada faktor yang lain.
2. Item tes yang gugur setelah uji coba langsung tidak diikutsertakan dan hanya ada dua item tes gugur yang di revisi serta digunakan pada saat proses pengambilan data.
3. Keterbatasan tenaga, pikiran, dan waktu menyebabkan peneliti tidak dapat mengontrol keseriusan responden pada saat mengisi tes.

D. Saran-saran

Adapun beberapa saran yang perlu disampaikan terkait dengan hasil penelitian di atas, antara lain:

1. Bagi siswa, agar lebih bersungguh-sungguh dan semangat dalam mengikuti pembelajaran mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, salah satunya materi permainan bola tangan.
2. Bagi Guru Penjas untuk senantiasa meningkatkan kualitas dan menyesuaikan metode sesuai dengan kebutuhan para siswanya. Salah satunya adalah meningkatkan intensitas pembelajaran teori sebelum melaksanakan praktik.
3. Bagi sekolah, agar menyediakan wadah untuk para siswa yang memiliki minat dan bakat pada cabang olahraga permainan bola tangan. Melihat potensi dan prestasi yang dimiliki oleh para siswa pada angkatan sebelumnya tergolong baik.

4. Bagi peneliti selanjutnya, agar menjadikan hasil penelitian ini sebagai salah satu referensi dalam penelitiannya dan mampu untuk meningkatkan jumlah sampel agar lebih kompleks.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, 2014., Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Ibu tentang Gizi dengan Status Gizi Anak Balita (1-5 Tahun) di Jorong Surau Laut Wilayah Kerja Puskesmas Biaro Kecamatan IV Angkek Kabupaten Agam Tahun 2008. *Jurnal Gizi dan Pangan*. Vol 1, No 1: 23-28.
- Agung Widodo & M. Thariq Azis. 2018. Pengembangan Bahan Ajar Pendidikan jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK) terintegrasi dengan Al-Islam Kemuhammadiyah Bahasa Arab (ISMUBA) di SD/MI Muhammadiyah. *Jurnal Jendela Olahraga* Volume 3, Nomor 1, hal 14-21.
- Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (2010). *Kerangka Landasan untuk Pembelajaran, Pengajaran, dan Asesmen: Revisi Taksonomi Bloom* (Terjemahan Agung Prihantoro). New York: Pearson Addison-Wesley.
- Ardila, C., Corebima, A. D., & Zubaidah, S. (2012). Hubungan Keterampilan Metakognitif terhadap Hasil Belajar Biologi dan Resensi Siswa Kelas X dengan Penerapan Strategi Pemberdayaan Berpikir melalui Pertanyaan (PBMP) di SMAN 9 Malang. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 2(1), 1-9.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S., & dkk. (2013). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Athanassiou, N. &. (2003). Critical Thinking In The Management Classroom : Bloom's Taxonomy As A Learning Tool. *Journal of Management Eduation*, 27(5), 533-555. doi:<https://doi.org/10.1177/1052562903252515>

- Awi, & Sukarna. (2013). Perangkat Asesmen Model PKM Yang Melibatkan Scaffolding Metakognitif berdasarkan Revisi Taksonomi Bloom. *Jurnal Penelitian Pendidikan INSANI*, 14(1), 7-13.
- Azinar, M. (2013). Perilaku Seksual Pranikah Berisiko Terhadap Kehamilan Yang Tidak Diinginkan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 154-160. doi:<https://doi.org/10.15294/kemas.v8i2.2639>
- Casmini. (2007). *Emotional Parenting*. Yogyakarta: Pilar Media.
- Dini Rosdiani. 2015. *Kurikulum Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Effendi, R. (2018). Konsep Revisi Taksonomi Bloom dan Implementasinya pada Pelajaran Matematika SMP. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika*, 2(1), 4-9.
- Fauzi, A. (2016). Daya Serap Siswa terhadap Pembelajaran Taksonomi Pendidikan Agama Islam. *Jurnal Pustaka*, 8(1),9-11. doi:<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- IHF Rules. (2022). Regulations Documents. Diakses Januari 19, 2024, dari IHF Info: [https://www.ihf.info/regulations_documents/361_selected=Rules of the Game](https://www.ihf.info/regulations_documents/361_selected=Rules_of_the_Game)
- Jalaluddin. (2013). *Filsafat Ilmu Pengetahuan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Jong, T. D., & Hessler, M. (1996). Types and Qualities of Knowledge. *Educational Psychologist*, 31(2), 105-113.
- Krathwohl, R. D., & Anderson, W. L. (2010). Wittrock and the Revision of Bloom's Taxonomy. *Educational Psychologist*, 45(1), 64-65. doi:<https://doi.org/10.1080/00461520903433562>
- Larkin, S. (2010). *Metacognition in Young Children*. MD Routledge, 22-25.

- Mardapi, D. (2008). Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian. Yogyakarta: Mitra Cendekia Offset.
- Moustofa, H. (2010). Teaching Handball at School. Introduction to Handball for Student aged 5 to 11. Handbook: International Handball Federation. (IHF).
- Notoatmodjo, S. (2003). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2007). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Renika Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuh, Muhammad. (2013). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 81A Tahun 2013 Tentang Implementasi Kurikulum. KEMENDIKBUD: 2013
- Rachman, H. A., & Susanto, E. (2005). Bola Tangan, Sebuah Pengantar dalam Pembelajaran. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rithaudin, A., & Sari, I. (2019). Analisis Pembelajaran Aspek Kognitif Materi Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMA/SMK. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 15(1), 33-38. FIK UNY
- Rori Lanun. (2007). Persepsi Siswa SMA Muhamadiyah 1 Bantul Terhadap Ekstrakurikuler Bolavoli. Skripsi S1. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sagala, Syaiful. (2010). Konsep dan Makna Pembelajaran. Bandung: Alfabeta.
- Sarwono. (2007). Psikologi Remaja. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

- Sudijono, A. (2012). Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta: PT Rajagrafindo Perseda.
- Sudijono, A. (2015). Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta: PT Rajagrafindo Perseda.
- Sugihartono. (2012). Psikologi Pendidikan. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Susanto, E. (2004). Diktat Pembelajaran Dasar Gerak Bolatangan. Tersedia: staff.uny.ac.id/dosen/ernawan-susanto-mpd.[24 februari 2017].
- Susanto, E. (2017). Olahraga Permainan Bola Tangan. Yogyakarta: UNY Press.
- Susanto, E. (2017). Pengembangan Tes Keterampilan Dasar Olahraga Bola Tangan bagi Mahasiswa. Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan, 21(1), 116-125. doi:<http://journal.uny.ac.id/index.php/jpep>
- Sutanto, T. (2016). Buku Pintar Olahraga. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Widoyoko, E. (2012). Teknik Penyusunan Instrument Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing Proposal Tugas Akhir Skripsi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092, 586168 Psw. 1341

Nomor : 022.c/POR/III/2023
Lamp. : 1 bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

21 Maret 2023

Yth. Dr. Sridadi, M.Pd.
Departemen POR FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS untuk persyaratan ujian TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS saudara :

Nama : Ira Ariza Fajriyani
NIM : 20601241119
Judul Skripsi : SURVEI TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA TANGAN PADA SISWA KELAS X DI SMA NEGERI 1 AJIBARANG TAHUN 2023/2024

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Ketua Departemen POR,

Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or.
NIP. 19770218 200801 1 002

Lampiran 2. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Ira Ariza Fajriyani
 NIM : 20601241119
 Program Studi : PSKR
 Pembimbing : Dr. Drs. Sridadi M.Pd.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	9/8/23	Pembahasan Bab 1-3, Persiapan untuk menyusun Instrumen	
2.	29/8/23	Penyerahan proposal dan revisi Instrumen uji coba	
3.	3/9/23	Revisi Bab 3 dan ACC Instrumen sebelum expert judgement	
4.	7/9/23	Revisi Instrumen setelah expert judgement	
5.	10/9/23	ACC Instrumen sebelum expert judgement	
6.	26/9/23	Revisi Instrumen parafitian setelah analisis uji validitas dan reliabilitas	
7.	19/10/23	ACC Instrumen pengumpulan data	
8.	11/12/23	Revisi bab 1-5 Hgj parafitian dan tambahan referensi	
9.	18/12/23	Revisi Bab 1-5 dan melengkapi dokumen	
10.	3/1/24	Revisi Bab 1-5 dan tambahan referensi	
11.	5/1/24	ACC Sidang	

Ketua Departemen POR,



Dr. Ngatman, M.Pd.
 NIP. 19670605 199403 1 001



Lampiran 3. Surat Permohonan dan Keterangan Expert Judgement

SURAT PERMOHONAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI (TAS)

Hal : Permohonan Validasi Instrumen Penelitian TAS

Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth.

Dr. Ermawan Susanto, S.Pd., M.Pd.

Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Sehubungan dengan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi (TAS), dengan ini saya:

Nama : Ira Ariza Fajriyani

NIM : 20601241119

Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Survei Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024

Dengan hormat, mohon kesediaan Bapak untuk memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TAS yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan: (1) Kisi-kisi Instrumen Penelitian TAS dan (2) Instrumen Penelitian TAS.

Demikian permohonan yang saya ajukan, atas kesediaan dan perhatian Bapak diucapkan terima kasih.

Dosen Pembimbing TAS



Dr. Drs. Sridadi, M.Pd.
NIP. 196112301988031001

Yogyakarta, 4 September 2023

Pemohon



Ira Ariza Fajriyani
NIM. 20601241119

SURAT KETERANGAN VALIDASI (*EXPERT JUDGEMENT*)

INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Ermawan Susanto, S.Pd., M.Pd.

NIP : 197807022002121004

Unit Kerja : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Menerangkan bahwa instrumen penelitian TAS yang disusun oleh:

Nama : Ira Ariza Fajriyani

NIM : 20601241119

Dep/Prodi : POR/ S1-PJKR

Telah di *expert judgement* dan memutuskan bahwa instrumen penelitian TAS tersebut dapat dinyatakan:

- Layak digunakan untuk penelitian
- Layak digunakan dengan perbaikan
- Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

Demikian agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 8 September 2023

Validator



Dr. Ermawan Susanto, S.Pd., M.Pd.

NIP. 197807022002121004

Catatan : Beri tanda ✓ pada salah satu

SURAT PERMOHONAN VALIDASI
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI (TAS)

Hal : Permohonan Validasi Instrumen Penelitian TAS

Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth.

Ismail Gani, M.Or.

Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Sehubungan dengan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi (TAS), dengan ini saya:

Nama : Ira Ariza Fajriyani

NIM : 20601241119

Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Survei Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024

Dengan hormat, mohon kesediaan Bapak untuk memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TAS yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan: (1) Kisi-kisi Instrumen Penelitian TAS dan (2) Instrumen Penelitian TAS.

Demikian permohonan yang saya ajukan, atas kesediaan dan perhatian Bapak diucapkan terima kasih.

Dosen Pembimbing TAS



Dr. Drs. Sridadi, M.Pd.
NIP. 196112301988031001

Yogyakarta, 4 September 2023

Pemohon



Ira Ariza Fajriyani
NIM. 20601241119

SURAT KETERANGAN VALIDASI (*EXPERT JUDGEMENT*)

INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Ermawan Susanto, S.Pd., M.Pd.

NIP : 197807022002121004

Unit Kerja : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Menerangkan bahwa instrumen penelitian TAS yang disusun oleh:

Nama : Ira Ariza Fajriyani

NIM : 20601241119

Dep/Prodi : POR/ S1-PJKR

Telah di *expert judgement* dan memutuskan bahwa instrumen penelitian TAS tersebut dapat dinyatakan:

- Layak digunakan untuk penelitian
 Layak digunakan dengan perbaikan
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

Demikian agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 8 September 2023

Validator



Dr. Ermawan Susanto, S.Pd., M.Pd.

NIP. 197807022002121004

Catatan : Beri tanda ✓ pada salah satu

Lampiran 4. Kisi-kisi dan Instrumen Tes Uji Coba

Kisi-kisi Instrumen Tes Uji Coba Survei Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan pada Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024

Variabel	Faktor-faktor	Indikator	No. Item Tes	Jumlah Soal
Pengetahuan	Pengetahuan Faktual	a) Pengetahuan Umum	1, 13, 23, 27, 34	5
		b) Pemain	2, 16, 29	3
		c) Lapangan	3, 14, 24, 35, 41	5
		d) Bola	4, 17, 30	3
	Pengetahuan Konseptual	e) <i>Passing</i>	5, 18, 37,	3
		f) <i>Catching</i>	6, 19, 38	3
		g) <i>Dribbling</i>	7, 20, 43	3
		h) <i>Shooting</i>	8, 21, 44	3
	Pengetahuan Prosedural	i) <i>Passing</i>	9, 22, 33	3
		j) <i>Catching</i>	11, 26, 36	3
		k) <i>Dribbling</i>	12, 28, 39	3
		l) <i>Shooting</i>	15, 31, 42	3
	Pengetahuan Metakognitif	m) Konsep Diri dan Kemampuan Analisis	10, 25, 32, 40, 45	5
Jumlah Butir Pertanyaan				45

**INSTRUMEN TES UJI COBA SURVEI TINGKAT PENGETAHUAN
PERMAINAN BOLA TANGAN
KELAS X SMA NEGERI 1 AJIBARANG TA 2023/2024**

Petunjuk Cara Mengerjakan Soal

1. Bacalah soal secara seksama
 2. Pilih salah satu jawaban (a, b, c, atau d) yang menurut Anda paling benar
 3. Kerjakan soal secara jujur dan sungguh-sungguh
 4. Semua soal wajib untuk dikerjakan
-
1. Permainan bola tangan *indoor* merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh ... regu dan terdiri atas ... pemain tiap regunya yang bertujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya.
 - a. 2 dan 11
 - b. 2 dan 8
 - c. 2 dan 9
 - d. 2 dan 7**
 2. Dalam satu tim/regu bola tangan jumlah pemain ada ... orang termasuk ... penjaga gawang.
 - a. 6 orang termasuk 1 penjaga gawang
 - b. 7 orang termasuk 1 penjaga gawang**
 - c. 8 orang termasuk 1 penjaga gawang
 - d. 9 orang termasuk 1 penjaga gawang
 3. Berapakah luas lapangan pada permainan bola tangan indoor?
 - a. 40x25 meter
 - b. 40x20 meter**
 - c. 50x25 meter
 - d. 50x20 meter
 4. Bahan yang digunakan dalam permainan bola tangan yang sesuai standar Internasional terbuat dari?
 - a. Karet
 - b. Plastik
 - c. Kulit/Bahan Sintetis**
 - d. Polyvinyl Chloride
 5. Salah satu keterampilan seseorang dalam permainan bola tangan yakni dengan mengumpan bola kepada rekan satu timnya dinamakan?
 - a. Dribbling
 - b. Passing**
 - c. Shooting
 - d. Catching
 6. Salah satu keterampilan dalam permainan bola tangan yang dilakukan sebagai akibat dari lemparan rekan maupun lawan dalam permainan bola tangan adalah?
 - a. Passing
 - b. Shooting
 - c. Dribbling
 - d. Catching**

7. Teknik menggiring bola atau *dribbling* dalam permainan bola tangan dikenal dengan sebutan?
- 2 langkah 1 kali pantul
 - 3 langkah 1 kali pantul**
 - 2 langkah 2 kali pantul
 - 3 langkah 3 kali pantul
8. Mencetak gol ke gawang lawan dengan sebanyak-banyaknya, merupakan tujuan dari teknik?
- Shooting**
 - Catching
 - Dribbling
 - Passing
9. Simak langkah-langkah di bawah ini!

- 1) Bawa bola setinggi bahu dan berada di belakang kepala dengan posisi siku menekuk
- 2) Badan tegak, angkat kepala dan arahkan pandangan ke sasaran
- 3) Satu kaki berada di depan berlawanan dengan tangan yang memegang bola (kanan dengan kiri dan sebaliknya)
- 4) Pindahkan berat badan ke depan bersamaan dengan mengayunkan lengan
- 5) Ayunkan bola dengan melepaskan tangan ke bawah diikuti jari-jari saat bola dilepaskan

Langkah-langkah di atas merupakan tahapan dalam melakukan teknik lemparan?

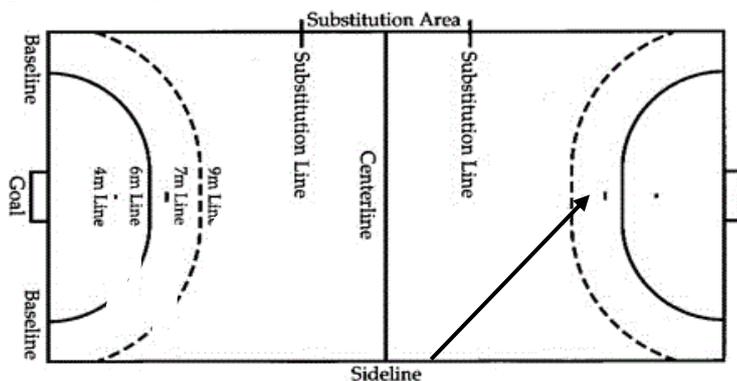
- Lemparan sisi
 - Lemparan atas setinggi bahu**
 - Lemparan bawah
 - Lemparan lompat
10. Apa yang akan Anda lakukan apabila berhasil menguasai atau merebut bola lawan saat berada dalam situasi dan area bertahan?
- Melempar bola kepada rekan satu tim
 - Melihat situasi dan kondisi sekitar**
 - Menggiring bola ke arah gawang lawan
 - Memberikan bola kepada kiper/penjaga gawang
11. Simak beberapa tahapan di bawah ini!

- 1) Buka kaki selebar bahu
- 2) Pandangan, kepala, dan bahu menghadap ke arah datangnya bola
- 3) Bagian atas pinggang agak condong ke arah bola
- 4) Telapak tangan memegang seluruh permukaan bola
- 5) Siku ditekuk sedikit mengikuti arah datangnya bola

Langkah-langkah di atas merupakan tahapan dalam melaksanakan teknik?

- Shooting
 - Catching**
 - Dribbling
 - Passing
12. Salah satu tahapan yang keliru dalam melakukan teknik menggiring bola tangan adalah
- Pantulkan bola secara bergantian menggunakan 2 tangan dua tangan**

- b. Pantulkan bola dengan menggunakan satu tangan
 - c. Jarak bola sekitar 1 meter di depan tubuh pemain dengan diiringi gerakan berjalan atau berlari ke depan
 - d. Bola dipantulkan dengan memberikan lecutan pada pergelangan tangan dan sentuhan pada ujung-ujung jari tangan
13. Waktu yang dibutuhkan dalam satu kali pertandingan permainan bola tangan pada usia 16 tahun keatas adalah?
- a. **2x30 menit**
 - b. 2x25 menit
 - c. 2x20 menit
 - d. 2x15 menit
14. Gambar di bawah ini merupakan salah satu sisi lapangan dalam permainan bola tangan, bagian yang ditunjuk oleh anak panah merupakan garis lemparan penalti yang memiliki jarak?



- a. 9 meter
 - b. 8 meter
 - c. **7 meter**
 - d. 6 meter
15. Berikut ini merupakan langkah-langkah menembak dalam permainan bola tangan
- 1) Awali dengan 3 langkah sebelum menembak dengan posisi bola dibawa setinggi bahu
 - 2) Lompat menggunakan kaki berlawanan dengan tangan yang membawa bola (pemain dengan tangan kanan membawa bola, loncat dengan kaki kiri)
 - 3) Lompatan dilakukan secara vertikal
 - 4) Ayunkan lengan dengan kuat saat melepaskan bola
 - 5) Mendarat menggunakan kedua kaki
- Pernyataan di atas merupakan tahap-tahap dalam melakukan teknik menembak?
- a. Flying Shoot
 - b. **Jump Shoot**
 - c. Center Shoot
 - d. Shoot Feinting
16. Pemain selain penjaga gawang dalam permainan bola tangan dinamakan?
- a. **Fielders**
 - b. Playmaker
 - c. Right/Left Wing

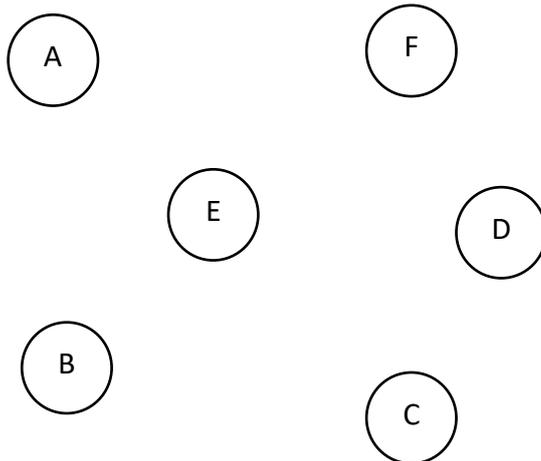
d. Goal Keeper

17. Ukuran bola tangan pada usia lebih dari 16 tahun menggunakan size ... dengan diameter bola 58-60 cm.



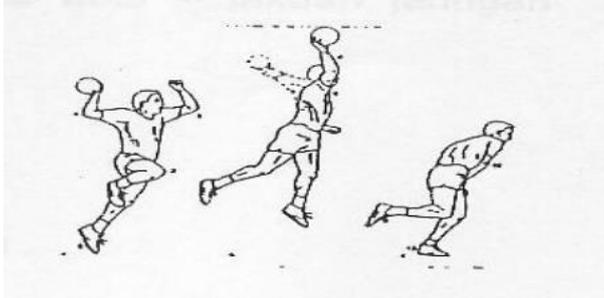
- a. 0
- b. 1
- c. 2
- d. 3**

18. Pada gambar di bawah ini, jenis lemparan yang paling cocok untuk dilakukan apabila pemain A akan mengumpan bola ke pemain D adalah



- a. Bounce pass
 - b. Short pass
 - c. Long pass**
 - d. Side pass
19. Tujuan dari teknik *catching* adalah?
- a. Menerima dan menguasai bola**
 - b. Melakukan serangan yang efektif
 - c. Mengecoh pertahanan lawan
 - d. Mencetak poin/gol
20. Dalam situasi seperti apa pemain tidak dianjurkan menggunakan teknik menggiring bola?
- a. Saat berhadapan dengan lawan**
 - b. Bergerak bebas bila tidak ada penjagaan lawan
 - c. Satu lawan satu
 - d. Pemain lawan tidak dapat membuat halangan setelah menerima bola

21. Melakukan tembakan sambil melayang dalam permainan bola tangan dikenal dengan teknik?



- a. Jump shoot
b. Side shoot
c. Flying shoot
d. Center shoot
22. Perhatikan tahapan di bawah ini!
- | |
|---|
| <ol style="list-style-type: none">1) Lemparan ini dilakukan ke arah samping lengan2) Sesaat setelah bola lepas, luruskan lengan dan ayunkan ke arah sasaran3) Saat lengan lurus, pergelangan tangan melecut diikuti dengan jari-jari tangan |
|---|
- Tahapan di atas merupakan cara yang dilakukan untuk lemparan jenis?
- a. Lemparan atas setinggi bahu
b. Lemparan sisi
c. Lemparan lompat
d. Lemparan bawah
23. Apakah nama Induk Organisasi Bola Tangan di Indonesia?
- a. PBVSI
b. ABTI
c. IPSI
d. PBSI
24. Pada permainan bola tangan, ada daerah yang tidak boleh dimasuki oleh pemain selain kiper bernama *goal line*. Berapa jarak *goal line* tersebut?
- a. 9 meter
b. 8 meter
c. 7 meter
d. 6 meter
25. Teknik menangkap bola merupakan salah satu keterampilan yang penting dalam permainan bola tangan karena?
- a. Bola tidak mudah terlepas dan tetap dalam penguasaan**
b. Dapat memperbesar kemungkinan mencetak poin
c. Mudah untuk melakukan teknik lanjutan yang lainnya setelah menerima bola
d. Menyulitkan lawan dalam merebut bola
26. Perhatikan tahapan di bawah ini!
- | |
|---|
| <ol style="list-style-type: none">1) Buka kaki selebar bahu2) Pandangan, kepala, dan bahu menghadap ke arah datangnya bola3) Bagian atas pinggang agak condong ke arah bola4) Posisi tangan membentuk segitiga, ibu jari dan jari telunjuk antara tangan kanan dan kiri hampir bersentuhan |
|---|

5) Telapak tangan memegang seluruh permukaan bola dengan siku ditebuk sedikit mengikuti arah datangnya bola

Tahapan di atas merupakan langkah-langkah dalam melakukan teknik menangkap atau *catching* ketika posisi bola berada di?

- a. **Setinggi Dada**
- b. Setinggi Lutut
- c. Setinggi Perut
- d. Bergulir di Lantai

27. Permainan bola tangan merupakan gabungan dari 2 cabang olahraga, yakni bola basket dan ...

- a. Futsal
- b. **Sepak Bola**
- c. Bola Voli
- d. Rugby

28. Berikut ini adalah beberapa pernyataan terkait pelaksanaan teknik menggiring bola

- 1) Posisikan bola dengan jarak sekitar 1 meter di depan tubuh dengan diiringi gerakan berjalan atau berlari ke depan
- 2) Fokuskan pandangan ke depan dan tentukan arah kemana bola akan dibawa
- 3) Pantulkan bola dengan menggunakan satu tangan
- 4) Pantulkan dengan memberikan lecutan pada pergelangan tangan dan sentuhan pada ujung-ujung jari tangan
- 5) Jaga posisi anda dengan melihat posisi lawan agar bola tetap dalam penguasaan

Urutan tahap-tahap melakukan teknik menggiring bola dalam permainan bola tangan yang benar adalah?

- a. **2, 5, 3, 1, 4**
- b. 2, 3, 1, 5, 4
- c. 2, 1, 5, 3, 4
- d. 2, 5, 3, 4, 1

29. Pemain yang bertugas untuk mencegah terjadinya gol dalam area tembakan adalah?

- a. Forward Defender
- b. Fielders
- c. **Goal Keeper**
- d. Half Defender

30. Putra usia 12-16 tahun dan putri usia lebih dari 14 tahun menggunakan bola dengan diameter ... cm

- a. 50-52 cm
- b. 52-54 cm
- c. **54-56 cm**
- d. 58-60 cm

31. Perhatikan beberapa langkah di bawah!

- 1) Awali dengan 3 langkah sebelum menembak dengan posisi bola dibawa setinggi bahu

- 2) Lakukan lompatan dengan menggunakan kaki terkuat
- 3) Lompatan mengarah ke depan dengan gerakan seperti melayang atau terbang di udara
- 4) Tembakan dilakukan pada saat tubuh mencapai titik tertinggi lompatan
- 5) Mendarat dengan 2 kaki jauh di depan

Tahapan di atas merupakan cara dalam melakukan teknik menembak jenis?

- a. Center Shoot
- b. Jump Shoot
- c. Dive Shoot

d. Flying Shoot

32. Dalam permainan bola tangan, jenis tembakan apakah yang paling sulit untuk dikuasai?

- a. Jump Shoot
- b. Flying shoot**
- c. Center Shoot
- d. Center Shoot When Running

33. Perhatikan langkah-langkah di bawah ini!

- 1) Pegang bola di bagian bawah depan pinggang
- 2) Saat kaki kiri melangkah ke depan, dua tangan melepas bola dari bagian bawah depan pinggang menuju kaki depan
- 3) Arah bola dilepaskan dengan dua tangan dari bawah
- 4) Jenis lemparan ini digunakan saat pada jarak yang dekat

Langkah-langkah di atas adalah tahapan dalam melakukan teknik?

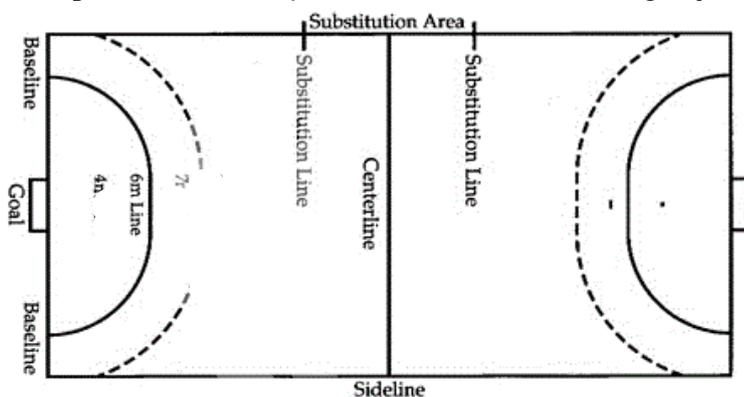
- a. Lemparan bawah
- b. Lemparan bawah dua tangan**
- c. Lemparan atas setinggi bahu
- d. Lemparan sisi

34. Dalam permainan bola tangan, terdapat dua versi yaitu *Indoor* dan *Outdoor*. Persamaan yang ada dalam keduanya adalah?

- a. Jumlah Pemain
- b. Ukuran Lapangan
- c. Peraturan

d. Tujuan Permainan

35. Garis lemparan bebas atau *freethrow* berbentuk ... dengan jarak ...



- a. Garis putus-putus dengan jarak 7 meter

b. Garis putus-putus dengan jarak 9 meter

- c. Garis tidak putus dengan jarak 7 meter
- d. Garis tidak putus dengan jarak 9 meter

36. Perhatikan tahapan di bawah ini!

- 1) Buka kaki selebar bahu
- 2) Pandangan, kepala, dan bahu menghadap ke arah datangnya bola
- 3) Bagian atas pinggang agak condong ke arah bola
- 4) Posisi telapak tangan menghadap keluar dan jari kelingking saling bersentuhan
- 5) Telapak tangan memegang seluruh permukaan bola dengan siku ditekuk sedikit mengikuti arah datangnya bola

Tahapan di atas merupakan langkah-langkah dalam melakukan teknik menangkap atau *catching* ketika posisi bola berada di?

a. Setinggi Lutut

- b. Setinggi Perut
- c. Bergulir di Lantai
- d. Setinggi Dada

37. Teknik dalam permainan bola tangan yang sering digunakan saat penyerangan ketika berada dekat dengan area tembakan yang bertujuan untuk mengacaukan formasi bertahan lawan agar memudahkan dalam mencetak poin adalah?



- a. Dribbling
- b. Passing**
- c. Shooting
- d. Catching

38. Teknik lanjutan apa yang dilakukan ketika teman satu tim mengumpan bola?

- a. Shooting
- b. Dribbling
- c. Passing
- d. Catching**

39. Perhatikan beberapa langkah di bawah ini:

- 1) Posisikan bola dengan jarak sekitar 1 meter di depan tubuh dengan diiringi gerakan berjalan atau berlari ke depan
- 2) Pantulkan dengan memberikan lecutan pada pergelangan tangan dan sentuhan pada ujung-ujung jari tangan
- 3) Pantulkan bola dengan menggunakan satu tangan
- 4) Jaga posisi anda dengan melihat posisi lawan agar bola tetap dalam penguasaan
- 5) Pantulkan bola secara bergantian menggunakan dua tangan

6) Fokuskan pandangan ke depan dan tentukan arah kemana bola akan dibawa

Urutkan tahap-tahap dalam menggiring bola yang benar!

- a. **1, 6, 3, 2, 4**
- b. 1, 6, 5, 2, 4
- c. 1, 3, 6, 4, 2
- d. 1, 3, 6, 2, 4

40. Dua teknik dasar yang paling mudah untuk dikuasai dalam permainan bola tangan adalah?

- a. Passing dan Dribbling
- b. **Passing dan Catching**
- c. Dribbling dan Catching
- d. Dribbling dan Shooting

41. Ukuran tinggi dan lebar gawang pada permainan bola tangan *indoor* adalah?

- a. 2x4 meter
- b. **2x3 meter**
- c. 3x3 meter
- d. 3x2 meter

42. Perhatikan tahap-tahap di bawah ini

- 1) Berlari ke arah gawang dengan kecepatan penuh
- 2) Gerak lanjutan berupa pivot, apabila tangan kanan memegang bola, kaki kiri digunakan sebagai pivot, dan sebaliknya
- 3) Gerakan pivot tersebut berguna untuk menipu lawan dikarenakan pemain akan mengubah arah secara cepat. Contohnya ketika pivot dengan kaki kanan, maka pemain bertahan akan mengira bahwa penembak akan melepaskan bola ke kanan, tetapi justru ke kiri.

Tahapan di atas merupakan langkah-langkah dalam melakukan tembakan jenis?

- a. **Shoot Feinting**
- b. Jump Shoot
- c. Flying Shoot
- d. Dive Shoot

43. Melakukan penyerangan dengan membawa bola mendekati area tembakan merupakan tujuan dari teknik?

- a. Shooting
- b. Passing
- c. Catching
- d. **Dribbling**

44. Keterampilan melakukan tembakan yang diiringi dengan lompatan (*vertical jump*) dalam permainan bola tangan disebut?



- a. Center shoot
 - b. Jump shoot**
 - c. Flying shoot
 - d. Side shoot
45. Apabila bola ada dalam penguasaan Anda dan tidak ada kawalan dari tim lawan, apa yang akan Anda lakukan?
- a. Mengumpan bola ke teman satu tim
 - b. Menggiring bola dengan mendekatkannya ke area tembakan**
 - c. Menembak bola agar mencetak gol
 - d. Mengumpan bola ke kiper untuk menyusun serangan

Lampiran 5. Surat Permohonan Izin Uji Coba 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/86/UN34.16/LT/2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

7 September 2023

Yth . Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Ajibarang
JL. Raya Pancurendang, Pancurendang, Kec. Ajibarang, Kab. Banyumas, Jawa Tengah,
53163.

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

Nama : Ira Ariza Fajriyani
NIM : 20601241119
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Judul Tugas Akhir : Survei Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024
Waktu Uji Instrumen : Selasa - Jumat, 12 - 15 September 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,

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

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

Lampiran 6. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Tes Uji Coba

No. Butir Soal	rhitung	Rtabel	Keterangan
Soal 1	0,525	0,2869	Valid
Soal 2	0,299	0,2869	Valid
Soal 3	0,139	0,2869	Tidak Valid
Soal 4	0,298	0,2869	Valid
Soal 5	0,275	0,2869	Tidak Valid
Soal 6	0,539	0,2869	Valid
Soal 7	0,421	0,2869	Valid
Soal 8	0,474	0,2869	Valid
Soal 9	0,384	0,2869	Valid
Soal 10	0,432	0,2869	Valid
Soal 11	0,569	0,2869	Valid
Soal 12	0,605	0,2869	Valid
Soal 13	0,235	0,2869	Tidak Valid
Soal 14	0,349	0,2869	Valid
Soal 15	0,360	0,2869	Valid
Soal 16	0,469	0,2869	Valid
Soal 17	0,354	0,2869	Valid
Soal 18	0,296	0,2869	Valid
Soal 19	0,316	0,2869	Valid
Soal 20	0,285	0,2869	Tidak Valid
Soal 21	0,293	0,2869	Valid
Soal 22	0,400	0,2869	Valid
Soal 23	0,092	0,2869	Tidak Valid
Soal 24	0,419	0,2869	Valid
Soal 25	0,397	0,2869	Valid
Soal 26	0,358	0,2869	Valid
Soal 27	0,325	0,2869	Valid
Soal 28	0,434	0,2869	Valid
Soal 29	0,290	0,2869	Valid
Soal 30	0,046	0,2869	Tidak Valid
Soal 31	0,475	0,2869	Valid
Soal 32	0,468	0,2869	Valid
Soal 33	0,357	0,2869	Valid
Soal 34	0,174	0,2869	Tidak Valid
Soal 35	0,383	0,2869	Valid
Soal 36	0,440	0,2869	Valid
Soal 37	0,221	0,2869	Tidak Valid
Soal 38	0,416	0,2869	Valid
Soal 39	0,365	0,2869	Valid
Soal 40	0,473	0,2869	Valid
Soal 41	0,137	0,2869	Tidak Valid
Soal 42	0,359	0,2869	Valid
Soal 43	0,248	0,2869	Tidak Valid
Soal 44	0,257	0,2869	Tidak Valid
Soal 45	0,216	0,2869	Tidak Valid

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	34	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,847	33

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Soal1	22,29	52,093	,484	,822
Soal2	22,38	53,516	,236	,828
Soal3	22,21	56,350	-,185	,836
Soal4	22,44	53,406	,242	,828
Soal5	22,24	53,882	,228	,828
Soal6	22,65	51,629	,501	,821
Soal7	22,56	52,557	,355	,825

Soal8	22,18	52,998	,439	,824
Soal9	22,32	53,013	,326	,826
Soal10	22,65	52,538	,369	,825
Soal11	22,59	51,401	,521	,820
Soal12	22,65	51,205	,563	,819
Soal13	22,32	53,983	,180	,829
Soal14	22,56	52,981	,296	,827
Soal15	22,47	52,984	,298	,826
Soal16	22,74	52,443	,413	,824
Soal17	22,71	53,123	,300	,826
Soal18	22,68	53,498	,238	,828
Soal19	22,38	53,334	,262	,827
Soal20	22,53	53,529	,220	,829
Soal21	22,56	53,406	,238	,828
Soal22	22,47	52,681	,340	,825
Soal23	22,26	54,988	,039	,832
Soal24	22,62	52,486	,371	,825
Soal25	22,53	52,681	,337	,825
Soal26	22,38	53,092	,297	,827
Soal27	22,50	53,167	,271	,827
Soal28	22,74	52,685	,376	,825
Soal29	22,44	53,466	,234	,828
Soal30	22,44	55,284	-,015	,835
Soal31	22,76	52,488	,421	,824
Soal32	22,62	52,243	,406	,824

Soal33	22,53	53,045	,287	,827
Soal34	22,71	54,456	,106	,831
Soal35	22,65	52,902	,317	,826
Soal36	22,71	52,578	,381	,824
Soal37	22,68	54,104	,152	,830
Soal38	22,65	52,599	,361	,825
Soal39	22,56	52,981	,296	,827
Soal40	22,68	52,286	,414	,823
Soal41	22,41	54,613	,078	,832
Soal42	22,59	53,037	,290	,827
Soal43	22,62	53,880	,176	,830
Soal44	22,38	53,880	,184	,829
Soal45	22,29	54,153	,162	,830

Lampiran 7. Kisi-kisi dan Instrumen Pengambilan Data

Kisi-kisi Instrumen Penelitian “Survei Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan pada Kelas X SMA Negeri 1 Ajibarang TA 2023/2024”

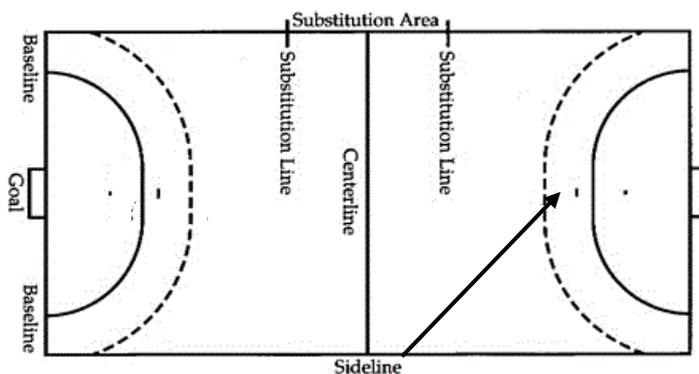
Variabel	Faktor-faktor	Indikator	Nomor Item Tes Pengetahuan	Jumlah Butir Soal
Pengetahuan	Pengetahuan Faktual	a) Pengetahuan Umum	1, 11	2
		b) Pemain	2, 13, 27	3
		c) Lapangan	3, 15, 31	3
		d) Bola	4, 17	2
	Pengetahuan Konseptual	e) <i>Passing</i>	5, 33	2
		f) <i>Catching</i>	6, 21, 28	3
		g) <i>Dribbling</i>	7, 35	2
		h) <i>Shooting</i>	8, 23	2
	Pengetahuan Prosedural	i) <i>Passing</i>	9, 18, 26	3
		j) <i>Catching</i>	12, 19, 29	3
		k) <i>Dribbling</i>	14, 22, 32	3
		l) <i>Shooting</i>	16, 24, 34	3
	Pengetahuan Metakognitif	m) Konsep Diri dan Kemampuan Analisis	10, 20, 25, 30	4
Jumlah Butir Pertanyaan				35

INSTRUMEN TES PENGAMBILAN DATA
“SURVEI TINGKAT PENGETAHUAN PERMAINAN BOLA TANGAN
KELAS X SMA NEGERI 1 AJIBARANG TA 2023/2024”

Petunjuk Cara Mengerjakan Soal

1. Bacalah soal secara seksama
2. Pilih salah satu jawaban (a, b, c, atau d) yang menurut Anda paling benar
3. Kerjakan soal secara jujur dan sungguh-sungguh
4. Semua soal wajib untuk dikerjakan

1. Permainan bola tangan *indoor* merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh ... regu dan terdiri atas ... pemain tiap regunya yang bertujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya.
 - a. 2 dan 11
 - b. 2 dan 8
 - c. 2 dan 9
 - d. 2 dan 7**
2. Dalam satu tim/regu bola tangan jumlah pemain ada ... orang termasuk ... penjaga gawang.
 - a. 6 orang termasuk 1 penjaga gawang
 - b. 7 orang termasuk 1 penjaga gawang
 - c. 8 orang termasuk 1 penjaga gawang
 - d. 9 orang termasuk 1 penjaga gawang
3. Gambar di bawah ini merupakan salah satu sisi lapangan dalam permainan bola tangan, bagian yang ditunjuk oleh anak panah merupakan garis lemparan penalti yang memiliki jarak?

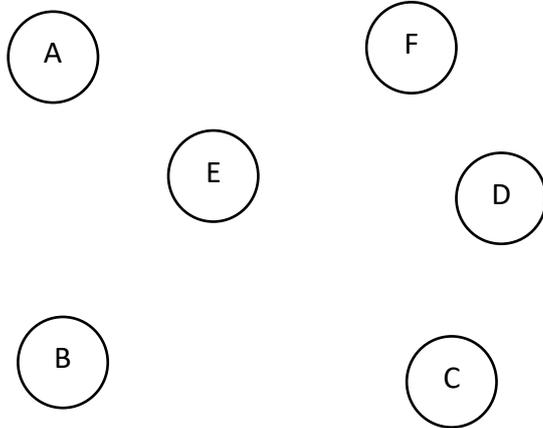


- a. 9 meter
 - b. 8 meter
 - c. 7 meter**
 - d. 6 meter
4. Bahan yang digunakan dalam permainan bola tangan yang sesuai standar Internasional terbuat dari?
 - a. Karet
 - b. Plastik

c. Kulit/Bahan Sintetis

d. Polyvinyl Chloride

5. Pada gambar di bawah ini, jenis lemparan yang paling cocok untuk dilakukan apabila pemain A akan mengumpan bola ke pemain D adalah



- a. Bounce pass
b. Short pass
c. Long pass
d. Side pass
6. Salah satu keterampilan dalam permainan bola tangan yang dilakukan sebagai akibat dari lemparan rekan maupun lawan dalam permainan bola tangan adalah?
- a. Passing
b. Shooting
c. Dribbling
d. Catching
7. Teknik menggiring bola atau *dribbling* dalam permainan bola tangan dikenal dengan sebutan?
- a. 2 langkah 1 kali pantul
b. 3 langkah 1 kali pantul
c. 2 langkah 2 kali pantul
d. 3 langkah 3 kali pantul
8. Mencetak gol ke gawang lawan dengan sebanyak-banyaknya, merupakan tujuan dari teknik?
- a. Shooting**
b. Catching
c. Dribbling
d. Passing
9. Simak langkah-langkah di bawah ini!

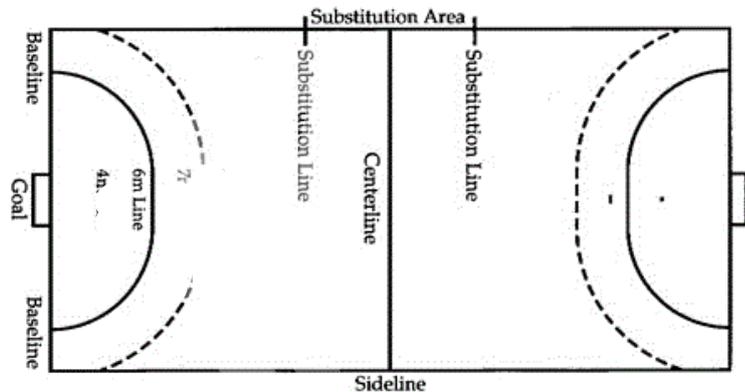
- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1) Bawa bola setinggi bahu dan berada di belakang kepala dengan posisi siku menekuk2) Badan tegak, angkat kepala dan arahkan pandangan ke sasaran3) Satu kaki berada di depan berlawanan dengan tangan yang memegang bola (kanan dengan kiri dan sebaliknya)4) Pindahkan berat badan ke depan bersamaan dengan mengayunkan lengan5) Ayunkan bola dengan melepaskan tangan ke bawah diikuti jari-jari saat bola |
|--|

dilepaskan

Langkah-langkah di atas merupakan tahapan dalam melakukan teknik lemparan?

- a. Lemparan sisi
 - b. Lemparan atas setinggi bahu**
 - c. Lemparan bawah
 - d. Lemparan lompat
10. Apa yang akan Anda lakukan apabila berhasil menguasai atau merebut bola lawan saat berada dalam situasi dan area bertahan?
- a. Melempar bola kepada rekan satu tim
 - b. Melihat situasi dan kondisi sekitar**
 - c. Menggiring bola ke arah gawang lawan
 - d. Memberikan bola kepada kiper/penjaga gawang
11. Waktu yang dibutuhkan dalam satu kali pertandingan permainan bola tangan pada usia 16 tahun keatas adalah?
- a. 2x30 menit**
 - b. 2x25 menit
 - c. 2x20 menit
 - d. 2x15 menit
12. Simak beberapa tahapan di bawah ini!
- | |
|---|
| <ol style="list-style-type: none">1) Buka kaki selebar bahu2) Pandangan, kepala, dan bahu menghadap ke arah datangnya bola3) Bagian atas pinggang agak condong ke arah bola4) Telapak tangan memegang seluruh permukaan bola5) Siku ditekek sedikit mengikuti arah datangnya bola |
|---|
- Langkah-langkah di atas merupakan tahapan dalam melaksanakan teknik?
- a. Shooting
 - b. Catching**
 - c. Dribbling
 - d. Passing
13. Pemain selain penjaga gawang dalam permainan bola tangan dinamakan?
- a. Playmaker
 - b. Goal Keeper
 - c. Fielders**
 - d. Right/Left Wing
14. Salah satu tahapan yang keliru dalam melakukan teknik menggiring bola tangan adalah
- a. Pantulkan bola secara bergantian menggunakan 2 tangan dua tangan**
 - b. Pantulkan bola dengan menggunakan satu tangan
 - c. Jarak bola sekitar 1 meter di depan tubuh pemain dengan diiringi gerakan berjalan atau berlari ke depan
 - d. Bola dipantulkan dengan memberikan lecutan pada pergelangan tangan dan sentuhan pada ujung-ujung jari tangan

15. Garis lemparan bebas atau *freethrow* berbentuk ... dengan jarak ...



- a. Garis putus-putus dengan jarak 7 meter
- b. Garis putus-putus dengan jarak 9 meter**
- c. Garis tidak putus dengan jarak 7 meter
- d. Garis tidak putus dengan jarak 9 meter

16. Berikut ini merupakan langkah-langkah menembak dalam permainan bola tangan

- 1) Awali dengan 3 langkah sebelum menembak dengan posisi bola dibawa setinggi bahu
- 2) Lompat menggunakan kaki berlawanan dengan tangan yang membawa bola (pemain dengan tangan kanan membawa bola, loncat dengan kaki kiri)
- 3) Lompatan dilakukan secara vertikal
- 4) Ayunkan lengan dengan kuat saat melepaskan bola
- 5) Mendarat menggunakan kedua kaki

Pernyataan di atas merupakan tahap-tahap dalam melakukan teknik menembak?

- a. Flying Shoot
- b. Shoot Feinting
- c. Center Shoot
- d. Jump Shoot**

17. Ukuran bola tangan pada usia lebih dari 16 tahun menggunakan size ... dengan diameter bola 58-60 cm.



- a. 0
- b. 1
- c. 2
- d. 3**

18. Perhatikan tahapan di bawah ini!

- 1) Lemparan ini dilakukan ke arah samping lengan
- 2) Sesaat setelah bola lepas, luruskan lengan dan ayunkan ke arah sasaran
- 3) Saat lengan lurus, pergelangan tangan melecut diikuti dengan jari-jari tangan

Tahapan di atas merupakan cara yang dilakukan untuk lemparan jenis?

- a. Lemparan atas setinggi bahu
- b. Lemparan sisi**
- c. Lemparan lompat
- d. Lemparan bawah

19. Perhatikan tahapan di bawah ini!

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1) Buka kaki selebar bahu2) Pandangan, kepala, dan bahu menghadap ke arah datangnya bola3) Bagian atas pinggang agak condong ke arah bola4) Posisi tangan membentuk segitiga, ibu jari dan jari telunjuk antara tangan kanan dan kiri hampir bersentuhan5) Telapak tangan memegang seluruh permukaan bola dengan siku diteuk sedikit mengikuti arah datangnya bola |
|--|

Tahapan di atas merupakan langkah-langkah dalam melakukan teknik menangkap atau *catching* ketika posisi bola berada di?

- a. Setinggi Dada**
- b. Setinggi Lutut
- c. Setinggi Perut
- d. Bergulir di Lantai

20. Teknik menangkap bola merupakan salah satu keterampilan yang penting dalam permainan bola tangan karena?

- a. Dapat memperbesar kemungkinan mencetak poin
- b. Mudah untuk melakukan teknik lanjutan yang lainnya setelah menerima bola
- c. Bola tidak mudah terlepas dan tetap dalam penguasaan**
- d. Menyulitkan lawan dalam merebut bola

21. Tujuan dari teknik *catching* adalah?

- a. Menerima dan menguasai bola**
- b. Melakukan serangan yang efektif
- c. Mengecoh pertahanan lawan
- d. Mencetak poin/gol

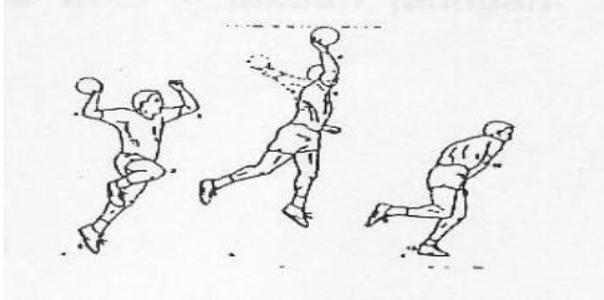
22. Berikut ini adalah beberapa pernyataan terkait pelaksanaan teknik menggiring bola

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1) Posisikan bola dengan jarak sekitar 1 meter di depan tubuh dengan diiringi gerakan berjalan atau berlari ke depan2) Fokuskan pandangan ke depan dan tentukan arah kemana bola akan dibawa3) Pantulkan bola dengan menggunakan satu tangan4) Pantulkan dengan memberikan lecutan pada pergelangan tangan dan sentuhan pada ujung-ujung jari tangan5) Jaga posisi anda dengan melihat posisi lawan agar bola tetap dalam penguasaan |
|--|

Urutan tahap-tahap melakukan teknik menggiring bola dalam permainan bola tangan yang benar adalah?

- a. 2, 3, 1, 5, 4
- b. 2, 1, 5, 3, 4
- c. 2, 5, 3, 4, 1
- d. 2, 5, 3, 1, 4**

23. Melakukan tembakan sambil melayang dalam permainan bola tangan dikenal dengan teknik?



- a. Jump shoot
b. Side shoot
c. Flying shoot
d. Center shoot
24. Perhatikan beberapa langkah di bawah!

- 1) Awali dengan 3 langkah sebelum menembak dengan posisi bola dibawa setinggi bahu
- 2) Lakukan lompatan dengan menggunakan kaki terkuat
- 3) Lompatan mengarah ke depan dengan gerakan seperti melayang atau terbang di udara
- 4) Tembakan dilakukan pada saat tubuh mencapai titik tertinggi lompatan
- 5) Mendarat dengan 2 kaki jauh di depan

Tahapan di atas merupakan cara dalam melakukan teknik menembak jenis?

- a. Center Shoot
b. Jump Shoot
c. Dive Shoot
d. Flying Shoot
25. Dalam permainan bola tangan, jenis tembakan apakah yang paling sulit untuk dikuasai?
- a. Jump Shoot
b. Flying shoot
c. Center Shoot
d. Center Shoot When Running

26. Perhatikan langkah-langkah di bawah ini!

- 1) Pegang bola di bagian bawah depan pinggang
- 2) Saat kaki kiri melangkah ke depan, dua tangan melepas bola dari bagian bawah depan pinggang menuju kaki depan
- 3) Arah bola dilepaskan dengan dua tangan dari bawah
- 4) Jenis lemparan ini digunakan saat pada jarak yang dekat

Langkah-langkah di atas adalah tahapan dalam melakukan teknik?

- a. Lemparan bawah
b. Lemparan bawah dua tangan
c. Lemparan atas setinggi bahu
d. Lemparan sisi

27. Pemain yang bertugas untuk mencegah terjadinya gol dalam area tembakan adalah?
- Forward Defender
 - Fielders
 - Goal Keeper**
 - Half Defender

28. Teknik lanjutan apa yang dilakukan ketika teman satu tim mengumpan bola?
- Shooting
 - Dribbling
 - Passing
 - Catching**

29. Perhatikan tahapan di bawah ini!

- Buka kaki selebar bahu
- Pandangan, kepala, dan bahu menghadap ke arah datangnya bola
- Bagian atas pinggang agak condong ke arah bola
- Posisi telapak tangan menghadap keluar dan jari kelingking saling bersentuhan
- Telapak tangan memegang seluruh permukaan bola dengan siku ditekuk sedikit mengikuti arah datangnya bola

Tahapan di atas merupakan langkah-langkah dalam melakukan teknik menangkap atau *catching* ketika posisi bola berada di?

- Setinggi Lutut**
 - Setinggi Perut
 - Bergulir di Lantai
 - Setinggi Dada
30. Dua teknik dasar yang paling mudah untuk dikuasai dalam permainan bola tangan adalah?
- Passing dan Dribbling
 - Passing dan Catching**
 - Dribbling dan Catching
 - Dribbling dan Shooting
31. Pada permainan bola tangan, ada daerah yang tidak boleh dimasuki oleh pemain selain kiper bernama *goal line*. Berapa jarak *goal line* tersebut?
- 9 meter
 - 8 meter
 - 7 meter
 - 6 meter**

32. Perhatikan beberapa langkah di bawah ini:

- Posisikan bola dengan jarak sekitar 1 meter di depan tubuh dengan diiringi gerakan berjalan atau berlari ke depan
- Pantulkan dengan memberikan lecutan pada pergelangan tangan dan sentuhan pada ujung-ujung jari tangan
- Pantulkan bola dengan menggunakan satu tangan
- Jaga posisi anda dengan melihat posisi lawan agar bola tetap dalam penguasaan
- Pantulkan bola secara bergantian menggunakan dua tangan
- Fokuskan pandangan ke depan dan tentukan arah kemana bola akan dibawa

Urutkan tahap-tahap dalam menggiring bola yang benar!

- a. 1, 6, 5, 2, 4
 - b. 1, 6, 3, 2, 4**
 - c. 1, 3, 6, 4, 2
 - d. 1, 3, 6, 2, 4
33. Keterampilan seseorang dalam permainan bola tangan yakni dengan mengumpan bola kepada rekan satu timnya disebut teknik?
- a. Passing**
 - b. Dribbling
 - c. Shooting
 - d. Catching
34. Perhatikan tahap-tahap di bawah ini
- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">1) Berlari ke arah gawang dengan kecepatan penuh2) Gerak lanjutan berupa pivot, apabila tangan kanan memegang bola, kaki kiri digunakan sebagai pivot, dan sebaliknya3) Gerakan pivot tersebut berguna untuk menipu lawan, pemain akan mengubah arah secara cepat. Contohnya ketika pivot dengan kaki kanan, maka pemain bertahan akan mengira bahwa penembak akan melepaskan bola ke kanan, tetapi justru ke kiri. |
|---|
- Tahapan di atas merupakan langkah-langkah dalam melakukan tembakan jenis?
- a. Jump Shoot
 - b. Flying Shoot
 - c. Shoot Feinting**
 - d. Dive Shoot
35. Mendekatkan bola ke area tembakan dengan cara membawanya, merupakan tujuan dari salah satu teknik dalam permainan bola tangan yang disebut?
- a. Shooting
 - b. Passing
 - c. Catching
 - d. Dribbling**

Lampiran 8. Surat Permohonan Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN 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/318/UN34.16/PT.01.04/2023

1 November 2023

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth . Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Ajibarang
Jl. Raya Pancurendang, Pondokgandu, Pancurendang, Kec. Ajibarang, Kabupaten
Banyumas, Jawa Tengah 53163

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Ira Ariza Fajriyani
NIM : 20601241119
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Survei Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan pada Siswa Kelas X
SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024
Waktu Penelitian : Senin - Jumat, 13 - 17 November 2023

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

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.
NIP 19830626 200812 1 002

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

Lampiran 9. Surat Jawaban Permohonan Izin Penelitian



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1
AJIBARANG**

Alamat: Jln. Raya Pancurendang Ajibarang, Banyumas 53163 Telp. (0281) 571 807
Website: www.sman1ajibarang.sch.id Email: sman1ajibarang@gmail.com

Nomor : 070/0543/2023
Lamp : -
Hal : Jawaban Permohonan Ijin Penelitian

Ajibarang, 6 November 2023

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
dan Kesehatan Universitas Negeri
Yogyakarta

di
Yogyakarta

Berdasarkan surat yang disampaikan tertanggal 1 November 2023 Nomor: B/317/UN34.16/PT.01.04/2023. Perihal Izin Penelitian, pada prinsipnya kami mengijinkan Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta yang tersebut di bawah ini :

N a m a : Ira Ariza Fajriyani
NIM : 20601241119
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi – S1
Judul Penelitian : "Survei Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024"

Untuk melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Ajibarang selama tidak mengganggu proses Kegiatan Belajar Mengajar.

Demikian untuk dipedomani dalam pelaksanaannya, dan atas perhatiannya disampaikan terima kasih.



Kepala Sekolah,

Saldan, S.Pd.

Pembina

NIP. 19660824 199412 1 002

Lampiran 10. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1
AJIBARANG

Alamat: Jln. Raya Pancurendang Ajibarang, Banyumas 53163 Telp. (0281) 571 807
Website: www.sman1ajibarang.sch.id Email: sman1ajibarang@gmail.com

SURAT KETERANGAN

NOMOR: 070/0554/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Saidan, S.Pd.
NIP : 19660824 199412 1 002
Pangkat, Gol : Pembina/IVa
Jabatan : Kepala SMA Negeri 1 Ajibarang
Alamat : Jl. Raya Pancurendang Ajibarang Kabupaten
Banyumas

Menerangkan bahwa :

Nama / NIM : Ira Ariza Fajriyani / 20601241119
Jenis Kelamin : Perempuan
PRODI : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi, S1
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Yang bersangkutan adalah benar-benar telah melakukan Observasi Pendahuluan di SMA Negeri 1 Ajibarang pada tanggal 13 s.d 17 November 2023. Dengan judul **"Survei Tingkat Pengetahuan Permainan Bola Tangan pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Ajibarang Tahun Ajaran 2023/2024"**.

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ajibarang, 20 November 2023

Kepala Sekolah,



Saidan, S.Pd.

Pembina

NIP. 19660824 199412 1 002

S71	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	21				
S72	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	21				
S73	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	22				
S74	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	17				
S75	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	22				
S76	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	21			
S77	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	13				
S78	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	18			
S79	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	24			
S80	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	21			
S81	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	14			
S82	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	21			
S83	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	23		
S84	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	20		
S85	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	16		
S86	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	23			
S87	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	15		
S88	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	15		
S89	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	25		
S90	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26		
S91	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	27		
S92	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	27		
S93	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	25		
S94	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27		
S95	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	26		
S96	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	24		
S97	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	26		
S98	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	22		
S99	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	22		
S100	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	26		
S101	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	26		
S102	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	26		
S103	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	26		
S104	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	26		
S105	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	26		
S106	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	25		
S107	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	25		
S108	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	17	
S109	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	17	
S110	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	17	
S111	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	17	
S112	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	19	
S113	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	17	
S114	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	22		
S115	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	21		
S116	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	14	
S117	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	18	
S118	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	13	
S119	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	19	
S120	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	18	
S121	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	17
S122	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	10
S123	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	15
S124	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	15
S125	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	23	
S126	1	1	1	1	0	1	0</																														

Statistics

		PENGETAHUAN FAKTUAL	PENGETAHUAN KONSEPTUAL	PENGETAHUAN PROSEDURAL	PENGETAHUAN METAKOGNITIF	TINGKAT PENGETAHUAN
N	Valid	215	215	215	215	215
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		6.08	6.16	6.22	1.38	19.84
Median		6.00	7.00	6.00	1.00	21.00
Mode		6	8	6	1	17
Std. Deviation		1.840	1.973	1.760	1.020	4.731
Minimum		2	1	1	0	10
Maximum		10	9	11	4	29
Sum		1308	1324	1337	296	4265

PENGETAHUAN FAKTUAL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	7	3.3	3.3	3.3
	3	14	6.5	6.5	9.8
	4	19	8.8	8.8	18.6
	5	37	17.2	17.2	35.8
	6	55	25.6	25.6	61.4
	7	26	12.1	12.1	73.5
	8	37	17.2	17.2	90.7
	9	17	7.9	7.9	98.6
	10	3	1.4	1.4	100.0
	Total		215	100.0	100.0

PENGETAHUAN KONSEPTUAL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	.5	.5	.5
	2	9	4.2	4.2	4.7
	3	15	7.0	7.0	11.6
	4	24	11.2	11.2	22.8
	5	30	14.0	14.0	36.7
	6	24	11.2	11.2	47.9
	7	45	20.9	20.9	68.8
	8	48	22.3	22.3	91.2
	9	19	8.8	8.8	100.0
	Total	215	100.0	100.0	

PENGETAHUAN PROSEDURAL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	.5	.5	.5
	2	2	.9	.9	1.4
	3	11	5.1	5.1	6.5
	4	23	10.7	10.7	17.2
	5	36	16.7	16.7	34.0
	6	51	23.7	23.7	57.7
	7	27	12.6	12.6	70.2
	8	46	21.4	21.4	91.6
	9	17	7.9	7.9	99.5
	11	1	.5	.5	100.0
	Total	215	100.0	100.0	

PENGETAHUAN METAKOGNITIF

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	40	18.6	18.6	18.6
	1	93	43.3	43.3	61.9
	2	50	23.3	23.3	85.1
	3	25	11.6	11.6	96.7
	4	7	3.3	3.3	100.0
	Total		215	100.0	100.0

Lampiran 12. Modul Ajar Permainan Bola Tangan

MODUL AJAR PERMAINAN BOLA TANGAN

I. Informasi Umum

Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	Pertemuan Ke	
Nama Sekolah	: SMA NEGERI 1 AJIBARANG	Tahun Ajaran	: 2023/2024
Fase / Kelas	: E / X (Sepuluh)	Model Ajar	: Tatap Muka
Alokasi Waktu	: 135 menit	Alat / Media	: Bola tangan, gawang, Peluit, Video
Target / Sasaran	: 36 Siswa dengan total 12 Kelas		
Elemen / Domain	: Keterampilan dan Pengetahuan Gerak	Sumber Belajar	: Modul PJOK, Google Drive, LKS ,dan Youtube
Kompetensi Awal	: Pemahaman teknik dasar permainan bola tangan		
Profil Pelajar Pancasila	: Beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, Kebhinekaan Global, Mandiri, Bernalar Kritis, Gotong Royong dan Kreatif		

II. Komponen Inti

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran ini peserta didik diharapkan mampu:

1. Mempraktikkan hasil evaluasi aktivitas jasmani dan olahraga permainan bola tangan (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak) dan mempraktekkan hasil evaluasi tersebut dalam bentuk permainan sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh siswa
2. Menganalisis fakta, konsep, prinsip, dan prosedur dalam melakukan keterampilan gerak spesifik dan fungsional permainan bola tangan (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak) dan melakukan pendalaman evaluatif tentang bagaimana teknik dasar yang dipelajari tersebut diterapkan dalam bentuk permainan sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh siswa.
3. Menganalisis fakta, konsep, prinsip, dan prosedur dan mempraktikkan permainan bola tangan sebagai latihan pengembangan kebugaran jasmani terkait kesehatan (*health-related physical fitness*) dan kebugaran jasmani terkait keterampilan (*skill-related physical fitness*), berdasarkan prinsip latihan (*Frequency, Intensity, Time, Type/FITT*) untuk mendapatkan kebugaran dengan status baik.

4. Mengembangkan tanggung jawab sosial siswa dalam kelompok kecil untuk melakukan perubahan positif, menunjukkan etika yang baik, saling menghormati, dan mengambil bagian dalam kerja kelompok pada aktivitas jasmani atau kegiatan sosial lainnya, melalui pembelajaran permainan bola tangan.
5. Menganalisis sikap dan kebiasaan untuk menjadi individu yang sehat, aktif, menyukai tantangan dan cara menghadapinya secara positif dalam konteks aktivitas jasmani dengan menunjukkan perilaku menghormati diri sendiri dan orang lain, serta mengembangkan nilai-nilai gerak: nilai-nilai aktivitas jasmani untuk kesehatan, nilai-nilai aktivitas jasmani untuk kegembiraan dan tantangan, dan nilai-nilai aktivitas jasmani untuk ekspresi diri dan interaksi sosial.

B. Pemahaman bermakna

Kemampuan siswa untuk memahami dan memprediksi konsekuensi dari emosi dan pengekspresiannya serta menyusun langkah-langkah untuk mengelola emosinya dalam pelaksanaan belajar dan berinteraksi dengan orang lain dapat membantu siswa memiliki kesehatan mental yang baik, memperkuat kesiapan dan kemampuan belajar siswa. Interaksi sosial yang positif mendukung terciptanya lingkungan belajar yang kondusif yang pada akhirnya mendukung pada peralihan tujuan pembelajaran

C. Pertanyaan pemantik

1. Apa yang kalian ketahui mengenai permainan bola tangan?
2. Apa saja teknik dasar dalam permainan bola tangan?
3. Kesalahan apa saja yang sering dilakukan saat mempraktikkan permainan bola tangan?

D. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan Pembelajaran
<ol style="list-style-type: none"> 1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat. b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai. c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (bermain kucing-tikus). 2. Kegiatan Inti (105 Menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik melakukan hasil analisis aktivitas keterampilan gerak permainan bola tangan sesuai dengan instruksi guru sebelum pembelajaran dimulai. b. Guru membuka dan menjelaskan manfaat dan tujuan pembelajaran hasil analisis aktivitas keterampilan gerak permainan bola voli bagi kesehatan

dan kebugaran jasmani.

- c. Peserta didik melakukan hasil analisis aktivitas keterampilan gerak (*passing, catching, dribbling, dan shooting*) permainan bola tangan sesuai dengan penjelasan guru secara individu maupun kelompok, dan menyampaikan arti penting kerja sama dalam aktivitas gerak permainan bola tangan.
 - d. Seluruh hasil analisis aktivitas keterampilan gerak permainan bola tangan peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan gerakan.
 - e. Peserta didik secara individu dan kelompok melakukan hasil analisis aktivitas keterampilan gerak permainan bola tangan sesuai dengan koreksi oleh guru.
 - f. Seluruh hasil analisis aktivitas keterampilan gerak permainan bola tangan peserta didik setelah diberikan umpan balik diamati oleh guru secara individu maupun kelompok.
 - g. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan hasil analisis aktivitas keterampilan gerak permainan bola voli, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru.
 - h. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan hasil analisis aktivitas keterampilan gerak permainan bola voli secara saksama. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.
3. Kegiatan Penutup (15 menit)
 - a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.
 - b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.
 - c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.

E. Asesmen/Penilaian

1. Penilaian Sikap (dapat berupa tanya jawab, lembar penilaian sikap diri).

Jika berupa lembar isian, perhatikan contoh berikut:

- a. Petunjuk Penilaian (Lembar Penilaian Sikap Diri)
 - 1) Isilah identitas kalian.
 - 2) Berikan tanda cek (√) pada kolom “Ya” jika sikap yang ada di pernyataan sesuai dengan sikap kalian, dan “Tidak” jika belum sesuai.
 - 3) Isilah pernyataan secara jujur.
 - 4) Hitunglah jumlah jawaban “Ya”.
 - 5) Beri tanda kriteria Sangat Baik, Baik, atau Baik sesuai jumlah “Ya” yang terisi.

b. Tabel Rubrik Penilaian Sikap

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Saya berusaha belajar dengan sungguh- sungguh.		
2.	Saya mengikuti pembelajaran dengan penuh perhatian.		
3.	Saya mengerjakan tugas yang diberikan guru tepat waktu.		
4.	Saya berperan aktif dalam kelompok.		
5.	Saya menghormati dan menghargai orang tua dan guru.		
6.	Saya menghormati dan menghargai teman.		
7.	Saya mengajukan pertanyaan jika ada yang tidak dipahami.		
8.	Saya merasa menguasai dan dapat mengikuti pelajaran.		

Sangat Baik	Baik	Perlu Perbaikan
Jika lebih dari 8 pernyataan terisi “Ya”	Jika lebih dari 6 pernyataan terisi “Ya”	Jika lebih dari 4 pernyataan terisi “Ya”

2. Penilaian Pengetahuan (jika diperlukan dan waktunya memungkinkan)

Teknik	Bentuk	Contoh Instrumen	Kriteria Penilaian
Tes Tulis	Pilihan ganda dengan 4 opsi	<p>1. Pernyataan berikut ini, yang merupakan keterampilan teknik dasar permainan bola tangan.</p> <p>a) Posisi bola berada di atas kepala dengan dipegang oleh satu tangan dan cenderung agak di belakang kepala.</p> <p>b) Bola dilemparkan dengan lekukan pergelangan tangan arahnya agak menyerong ke bawah disertai dengan meluruskan lengan.</p> <p>c) Lepasnya bola dari tangan juga menggunakan jentikan ujung jari tangan.</p> <p>d) Posisi kaki berdiri tegak, tetapi tidak kaku. Bila berhadapan dengan lawan, untuk mengamankan bolanya dapat dilakukan dengan meninggikan badan, yaitu mengangkat kedua tumit.</p> <p>Berdasarkan pernyataan- pernyataan di atas, gerakan tersebut merupakan</p>	<p>Jawaban benar mendapatkan skor 1 dan jawaban salah mendapatkan skor 0</p>

		<p>teknik?</p> <p>a) melempar bola dari atas kepala b) melempar bola dari samping c) melempar bola lengkung (kaitan) d) melempar bola dari bawah</p> <p>Kunci: A. melempar bola dari atas kepala.</p>	
	Uraian tertutup	<p>1. Jelaskan urutan cara mengoper operan setinggi dada permainan bola tangan.</p> <p>Kunci:</p> <p>a. Bola dipegang dengan kedua telapak tangan dan jari-jari terbuka menutupi bagian samping dan belakang dari bola. b. Tekuk kedua siku dengan mendekati badan, dan atur bola setinggi dada. c. Lemparan dimulai dengan melangkahkan satu kaki ke depan ke arah sasaran (penerima). d. Bersamaan dengan itu, langkahkan kaki, kedua lengan menolak lurus ke depan disertai dengan lekukan pergelangan tangan dan diakhiri dengan jentikan jari-jari. e. Lemparan diarahkan setinggi dada (penerima) secara mendatar dan bola sedikit berputar.</p>	<p>Mendapatkan skor;</p> <p>4, jika seluruh urutan dituliskan dengan benar dan isi benar. 3, jika urutan dituliskan salah tetapi isi benar. 2, jika sebagian urutan dituliskan dengan benar dan sebagian isi benar. 1, jika urutan dituliskan salah dan sebagian besar isi salah.</p>

3. Penilaian Keterampilan

- a. Tes Kinerja Aktivitas Gerak Spesiik Melempar, Menangkap, Menggiring Bola dan Menembak ke gawang

1) Butir Tes

Lakukan aktivitas Teknik dasar spesifik melempar,menangkap, menggiring bola dan menembak ke gawang permainan bola tangan (secara terpisah). Gerakan dilakukan secara berpasangan dan guru mengamati penampilan gerak siswa. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan

melakukan gerakan (penilaian proses) dengan mempertimbangkan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

2) Petunjuk Penilaian

Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan Teknik dasar spesiik yang diharapkan.

3) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak

Contoh lembar penilaian proses gerak untuk perorangan (setiap siswa satu lembar penilaian).

Nama: _____ Kelas: _____

No	Gerak	Indikator Gerak	Ya (1)	Tidak (0)
1.	Melempar	a. Penguasaan gerakan lengan		
		b. Penguasaan gerakan badan		
		c. Penguasaan putaran bahu		
		d. Penguasaan gerakan lemparan		
2.	Menangkap	a. Penguasaan gerakan lengan		
		b. Penguasaan gerakan badan		
		c. Penguasaan gerakan menyerap bola		
		d. Penguasaan gerakan menangkap		
3.	Menggiring	a. Penguasaan gerakan lengan		
		b. Penguasaan gerakan badan		
		c. Penguasaan gerakan kaki		
		d. Penguasaan irama pantulan		
4.	Menembak ke gawang	a. Penguasaan gerakan lengan		
		b. Penguasaan gerakan badan		
		c. Penguasaan putaran bahu		
		d. Penguasaan gerakan lemparan		
5.	Keterampilan bermain:	a. Menerapkan teknik dasar secara tepat		
		b. Menempatkan diri dalam gerakan tanpa bola		
		c. Memberi asis pada teman seregu yang tepat posisi		
		d. Tepat mengambil keputusan dalam situasi sulit		
		e. Mengeksekusi serangan akhir (membuat goal, atau memasuk- kan bola, dsb.)		
Perolehan/Skor maksimum X 100% = Skor Akhir				

4. Pedoman Penskoran

a) Penskoran

- (1) Skor 1 jika: Ya.
- (2) Skor 0 jika: Tidak.
- (3) Siswa mendapat jumlah skor “ya” dikalikan 100 disebut Skor Perolehan (SP).
- (4) Skor Real Siswa (SRP) didik adalah 80% dari jumlah skor perolehan (SP).
- (5) Penetapan nilai yang diperoleh merujuk pada tabel konversi skor.
- (6) Ketentuan penilaian indikator gerakan melempar
 - (a) Penguasaan bola dalam pegangan kedua tangan
 - (b) Menguasai bola ke dalam sikap gerak melempar.
 - (c) Melangkahkan kaki non-aktif ke depan.
 - (d) Melecutkan pergelangan tangan dalam penguasaan.
- (7) Ketentuan penilaian indikator gerakan menangkap
 - (a) Pandangan dan perhatian pada bola datang.
 - (b) Menguasai dan membuka lengan didepan badan.
 - (c) Menyerap tekanan bola datang.
 - (d) Menguasai bola dalam penguasaan lengan.
- (8) Ketentuan penilaian indikator gerakan menggiring
 - (a) Penguasaan bola oleh kedua lengan di depan badan.
 - (b) Memantulkan bola ke lantai dalam penguasaan.
 - (c) Pandangan pada keadaan lingkungan bermain
 - (d) Melecutkan pergelangan tangan dalam penguasaan
- (9) Ketentuan penilaian indikator gerakan menembak ke gawang
 - (a) Penguasaan bola oleh kedua lengan.
 - (b) Pandangan mata tertuju pada gawang/sasaran.
 - (c) Menguasai gerakan melempar.
 - (d) Mengikuti gerakan lanjutan lemparan.

b) Pengolahan Skor

Skor maksimum: 160

Skor Real Siswa: SRP (80 % x 160)

Angka nilai keterampilan yang diperoleh siswa: SRP/12

c) Konversi Skor Real Siswa ke dalam Kategori dan Angka

Perolehan Nilai		Klasifikasi Nilai	Angka
Putra	Putri		
..... > 120 > 110 kali	Sangat Baik	8 - 10
80 – 100	70 – 90	Baik	6 - 8
60 – 80	50 – 70	Cukup	4 - 6
..... < 60 < 50	Kurang	0 - 4

d) Pengamatan Perilaku Kemandirian dan Perilaku Gotong Royong dalam Permainan Bola Tangan

1) Faktor yang diamati

Lakukan pengamatan terhadap perilaku dan interaksi siswa selama mengikuti pelajaran dari awal sampai akhir pelajaran, apakah mengandung perilaku yang mencerminkan “kemandirian dan gotong royong,” tanggung jawab pribadi, tanggung jawab sosial, kepemimpinan, dsb. Penekanan penilaian diarahkan pada ‘apakah aspek tersebut ditampilkan atau tidak ditampilkan’ dari komponen-komponen perilaku mandiri, gotong royong, dan tanggungjawab.

2) Petunjuk Penilaian

Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan komponen perilaku mandiri dan gotong royong yang diharapkan.

3) Rubrik Penilaian Perilaku

Contoh lembar penilaian perilaku untuk perorangan (setiap siswa satu lembar penilaian).

Nama: _____ Kelas: _____

No	Indikator Pengamatan	Uraian pengamatan	Ya (1)	Tidak (0)
1.	Perilaku Kemandirian	a) Perilaku mengenali diri		
		b) Perilaku inisiatif diri		
		c) Perilaku regulasi diri		
		d) Perilaku releksasi diri		
2.	Perilaku Gotong Royong	a) Perilaku berbagi alat		
		b) Perilaku kerjasama bermain		
		c) Perilaku peduli teman		
3.	Perilaku Tanggungjawab	a. Perilaku mengakui teman		
		b. Perilaku memelihara alat		
		c. Perilaku membantu teman kesulitan gerak		
Perolehan/Skor maksimum X 100% = Skor Akhir				

4) Pedoman Penskoran

a) Penskoran

(1) Skor 1 jika: Ya.

(2) Skor 0 jika: Tidak

(3) Perolehan skor maksimum adalah skor akhir yang diperoleh dari: Jumlah nilai “ya” yang diperoleh dikali 100%.

- 1) Perilaku Kemandirian
 - a) Siswa menunjukkan perilaku mengenali kemampuan diri dalam situasi gerak dan permainan.
 - b) Siswa menunjukkan kemampuan memotivasi diri, berpartisipasi dan melibatkan diri dalam situasi gerak dan permainan.
 - c) Siswa menunjukkan kemampuan meregulasi diri, berekreasi, dan menata diri dalam menampilkan gerak dan permainan.
 - d) Siswa senantiasa merefleksi diri sebelum menampilkan gerak dan permainan.
- 2) Perilaku Gotong Royong
 - a) Siswa menunjukkan perilaku berbagi alat.
 - b) Siswa menunjukkan perilaku kerja sama dalam situasi gerak dan permainan.
 - c) Siswa menunjukkan kepedulian pada teman yang menampilkan kesalahan gerak atau kesulitan menampilkan tugas gerak.
 - d) Siswa menunjukkan perilaku menghargai dan menghormati teman bermain.
- 3) Perilaku Bertanggungjawab
 - a) Siswa menunjukkan perilaku adanya teman bermain.
 - b) Siswa menunjukkan memelihara alat dan mengembalikan alat yang digunakan atau dipinjamnya.
 - c) Siswa menunjukkan perilaku menghargai dan menghormati teman dalam satu regu permainannya.

b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 10

Skor perolehan siswa: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa: SP/10.

c) Tabel Konversi skor perolehan ke dalam kategori dan angka

Skor Perolehan	Kategori	Angka
80% - 100%	Sangat Baik	8 - 10
60% - 80 %	Baik	6 - 7
40% - 60 %	Cukup	4 - 5
0% - 40 %	Kurang	0 - 3

F. Pengayaan dan remedial

Guru mengenal tingkat penguasaan kompetensi siswa dari refleksi yang dilakukan setiap kali pembelajaran.

a. Pembelajaran Remedial

Untuk siswa atau kelompok siswa yang memperlihatkan kemampuan yang belum baik pada penguasaan gerak spesifik, strategi latihan gerak yang

lain dapat diberikan, diidentifikasi kesulitannya di mana, atau siswa bisa dipasangkan dengan siswa yang terampil sehingga siswa terampil dapat membantu siswa yang kesulitan untuk menguasai kemampuan gerak spesiik dengan lebih baik.

b. Pembelajaran Pengayaan

Untuk siswa atau kelompok siswa yang memperlihatkan kemampuan di atas kompetensi yang sedang diajarkan dapat diberikan tugas mendampingi dan membantu siswa lainnya untuk berlatih keterampilan gerak spesiik, pada saat pembelajaran siswa atau kelompok siswa ini dapat juga diberikan kesempatan untuk melakukan latihan gerak spesiik yang lebih kompleks sekaligus juga sebagai contoh dan untuk memotivasi siswa lain agar termotivasi untuk mencapai kompetensi yang

G. Refleksi Peserta Didik dan Guru

a. Untuk Peserta Didik

- 1) Bagaimana perasaanmu setelah mengikuti pembelajaran?
- 2) Apa capaian baik yang kamu temukan dalam pembelajaran ini?
- 3) Apa saja hambatan dan tantangan dalam melakukan kegiatan pembelajaran? Bagaimana solusinya?
- 4) Saran dan masukan?

b. Untuk Guru

- 1) Apa hal menarik yang saya dapatkan ketika melakukan kegiatan pembelajaran ini?
- 2) Apa saja hambatan dan tantangan dalam melakukan kegiatan ini?
- 3) Upaya apa saja yang akan dilakukan untuk menyelesaikan hambatan dan tantangan tersebut?

Mengetahui

Kepala Sekolah,

Saidan, S.Pd.

NIP. 19960824 199412 100 2

Ajibarang, 20 Juni 2023

Guru Mata Pelajaran

Deni Triyanto, S.Pd

NIP. -



Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian

a. Pemberian instruksi dan *link google form* tes tingkat pengetahuan bola tangan



b. Proses pengerjaan tes tingkat pengetahuan permainan bola tangan di Gor Satria SMA Negeri 1 Ajibarang



c. Proses pengerjaan tes tingkat pengetahuan permainan bola tangan di kelas

