

**UPAYA MENINGKATKAN MOTORIK KASAR MELALUI PERMAINAN  
BOLA VOLI MODIFIKASI PADA SISWA KELAS V SD UNGGULAN  
MUHAMMADIYAH KRETEK KABUPATEN BANTUL**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**



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

**Oleh:**  
**Daffa Adlii Alvito**  
**NIM 20604224045**

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

**UPAYA MENINGKATKAN MOTORIK KASAR MELALUI PERMAINAN  
BOLA VOLI MODIFIKASI PADA SISWA KELAS V SD UNGGULAN  
MUHAMMADIYAH KRETEK KABUPATEN BANTUL**

Oleh:  
Daffa Adlii Alvito  
NIM 20604224045

**ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat kemampuan motorik kasar melalui permainan bola voli modifikasi pada peserta didik kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek Kabupaten Bantul.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) kolaboratif. Subjek penelitian kelas V yang berjumlah 31 peserta didik. Metode pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif dan kualitatif.

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan kemampuan motorik kasar aspek kelincahan dapat dilihat pada tahap pra tindakan sebesar 16%, pada siklus I menjadi 34%, kemudian pada siklus II menjadi 84% dari keseluruhan peserta didik. Sedangkan pada aspek kekuatan dilihat pada tahap pra tindakan sebesar 29%, pada siklus I menjadi 40%, kemudian pada siklus II menjadi 81% dari keseluruhan peserta didik. Kemampuan morotik kasar peserta didik secara keseluruhan pada pra tindakan berada pada kriteria cukup ialah 81% meningkat pada siklus I menjadi 87%, kemudian meningkat pada siklus II menjadi 100%, sehingga dari hasil tersebut dapat dikatakan berhasil karena 31 peserta didik mencapai indikator kemampuan motorik kasar pada kriteria baik.

**Kata Kunci:** kemampuan motorik kasar, permainan bola voli modifikasi

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

**UPAYA MENINGKATKAN MOTORIK KASAR MELALUI PERMAINAN  
BOLA VOLI MODIFIKASI PADA SISWA KELAS V SD UNGGULAN  
MUHAMMADIYAH KRETEK KABUPATEN BANTUL**

**DAFFA ADLII ALVITO  
NIM 20604224045**

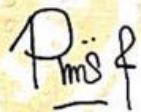
Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 8 Juli 2024

Koordinator Program Studi



Dr. Hari Yuliarto, M.Kes.  
NIP 19670711994121001

Dosen Pembimbing



Riky Dwihandaka, S.Pd.Kor., M.Or.  
NIP 198211292015041001

## LEMBAR PENGESAHAN

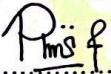
### TINGKAT PENGETAHUAN PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA OLAHRAGA PADA PESERTA DIDIK KELAS V DI SD NEGERI SE GUGUS III KAPANEWON KASIHAN KABUPATEN BANTUL

#### TUGAS AKHIR SKRIPSI

**DAFFA ADLII ALVITO**  
**NIM 20604224045**

Telah dipertahankan di depan Tim Pengaji Tugas Akhir  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 26 Juli 2024

#### TIM PENGUJI

Nama / Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Riky Dwihandaka, S.Pd.Kor., M.Or (Ketua Tim Penguji)		26 - 7 - 2024
Dr. Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or. (Sekretaris Tim Penguji)		26 - 7 - 2024
Prof. Dr. Erwin Setyo Kriswanto. M.Kes (Penguji Utama)		26 - 7 - 2024

Yogyakarta, 26 Juli 2024  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta



Dr. Hedi Ardityanto Hermawan, S.Pd., M.Or.  
NIP. 19770218200801100<sup>W</sup>

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Daffa Adlii Alvito  
NIM : 20604224045  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Judul Skripsi : Upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar melalui permainan bola voli modifikasi pada siswa kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek kabupaten Bantul.

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya pribadi. Sejauh pengetahuan yang saya ketahui, tidak ada pendapat atau karya yang telah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali sebagai acuan kutipan yang ditulis sesuai dengan standar penulisan karya ilmiah yang lazim.

Yogyakarta, 8 Juli 2024

Menyatakan,  
  
Daffa Adlii Alvito  
NIM. 20604224045

## **MOTTO**

Sembilan bulan ibuku merakit tubuhku untuk menjadi mesin penghancur  
badai, maka tak pantas aku tumbang hanya karena mulut seseorang.

Berjalan tak seperti rencana adalah jalan yang sudah biasa dan jalan satu-  
satunya jalani sebaik kau bisa  
(Fstvlst- GAS)

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini sebagai bentuk ibadah saya kepada Allah SWT dalam menimba ilmu,  
terima kasih atas segala nikmat yang telah dilimpahkan kepadaku

Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya Bapak Waluyo dan  
Ibu Evi Yusnita Ekawati yang telah memberikan dukungan, semangat, dan doa  
sehingga saya menjadi lebih kuat dalam mengerjakan Tugas Akhir Skripsi.

Karya Tugas Akhir Skripsi ini mungkin tidak akan terselesaikan dengan baik bila  
tidak adanya doa dari keluarga, terima kasih.

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karunia- Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Melalui Permainan Bola Voli Modifikasi Pada Siswa Kelas 5 SD Unggulan Muhammadiyah Kretek Kabupaten Bantul” ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran Bapak Riky Dwihandaka, S.Pd.Kor., M.Or. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Dr. Hari Yuliarto, M.Kes. selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Riky Dwihandaka, S.Pd.Kor., M.Or. selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang selalu sabar membimbing dan memberikan semangat, dukungan serta arahan dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Kepada teman-teman kelas saya PJSD C 2020 yang telah meneman dan memberikan kesan selama perkuliahan. Semoga kalian selalu diberkati dengan Lindungan Allah SWT dan dimudahkan dalam melakukan berbagai hal.
5. Semua pihak, yang secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat saya sebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis harap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, Juli 2024

Penulis,



Daffa Adlii Alvito

NIM. 20604224045

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>HALAM PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
A. Kajian Teori .....	7
1. Keterampilan Motrik Kasar .....	7
2. Pengertian Bermain.....	12
3. Pengertian Permainan.....	15
4. Permainan Bola Voli.....	17
5. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Bola Voli.....	22
6. Modifikasi Permainan Bola Voli .....	24
7. Penelitian Relevan.....	27
8. Kerangka Berpikir .....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
A. Jenis Penelitian .....	30
B. Subjek Penelitian.....	31
C. Setting Tempat Penelitian .....	31
D. Rencana Penelitian .....	31
E. Metode Pengumpulan Data.....	33
F. Instrumen Penelitian.....	34
G. Metode Analisis Data.....	36
H. Indikator keberhasilan .....	37
<b>BAB IV PEMBAHASAN .....</b>	<b>39</b>
A. Hasil Penelitian .....	39

B. Pembahasan.....	55
C. Keterbatasan Penelitian.....	60
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>61</b>
A. Kesimpulan .....	61
B. Implikasi Hasil Penelitian .....	62
C. Saran .....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>64</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>67</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Instrumen Observasi .....	35
Tabel 2. Rubrik Penilaian Kecepatan.....	35
Tabel 3. Rubrik Penilaian Kelincahan .....	35
Tabel 4 Rubrik Penilaian <i>Vertical jump</i> .....	36
Tabel 5. Presentase kemampuan motorik.....	37
Tabel 6. Kemampuan motorik kasar peserta didik pratindakan aspek penilaian..	39
Tabel 7. Kemampuan motorik kasar peserta didik pratindakan per anak .....	41
Tabel 8. Hasil pengamatan motorik kasar siklus 1 per aspek penilaian.....	45
Tabel 9. Hasil pengamatan aspek motorik kasar siklus I per anak .....	46
Tabel 10. Hasil pengamatan motorik kasar siklus II per aspek penilaian .....	52
Tabel 11. Hasil pengamatan aspek motorik kasar siklus II per anak .....	53
Tabel 12. Hasil pengamatan pratindakan, siklus I, siklus II aspek motorik kasar	55
Tabel 13. Pengamatan kemampuan motorik kasar per peserta didik.....	57

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Model Penelitian Tindakan Kelas (PTK) .....	32
Gambar 2. Grafik peningkatan per aspek penilaian kemampuan motorik kasar peserta didik kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek .....	56
Gambar 3. Grafik peningkatan kemampuan motorik kasar kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek.....	57

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Surat Bimbingan Tugas Akhir Skripsi. ....	66
Lampiran 2. Surat Izin penelitian. ....	67
Lampiran 3. Surat Balasan Sudah Melakukan Penelitian. ....	68
Lampiran 4. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi. ....	69
Lampiran 5. Data Penelitian. ....	70
Lampiran 6. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) ....	76
Lampiran 6. Dokumentasi Kegiatan. ....	88

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan yang mana proses pembelajaran aktivitas jasmani memiliki tujuan untuk dapat meningkatkan kebugaran jasmani serta mengembangkan beberapa aspek kesehatan, keterampilan sosial, stabilitas emosional, tindakan moral serta penalaran melalui aktivitas pendidikan jasmani olahraga. Seseorang yang melakukan aktivitas jasmani akan memperoleh berbagai macam pengalaman dan perilaku hidup sehat seperti kecerdasan, emosi, perhatian, kerjasama, aktif, sikap seportif serta keterampilan.

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari pendidikan. karena melalui pendidikan jasmani yang terarah, seseorang dapat mengisi waktu luangnya untuk berolahraga, berpartisipasi dalam kegiatan berkelanjutan di bidang olahraga, menjalani hidup sehat, tumbuh secara sosial dan berkontribusi terhadap kesehatan fisik dan mentalnya, karena dengan begitu seseorang akan memperoleh keterampilan yang berguna. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan, atau olahraga pilihan untuk mencapai tujuan.

Proses belajar pendidikan jasmani harus menawarkan kepada peserta didik untuk bergembira dan bersenang-senang, akan tetapi pendidikan jasmani memberikan kesempatan bagi anak untuk belajar hal-hal penting. Pendidikan jasmani dapat meningkatkan kesegaran fisik,

keterampilan motorik, dan nilai-nilai fungsional seperti kognitif, afektif, dan sosial. Salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan peserta didik dalam proses pembelajaran gerak adalah kemampuan mereka untuk memahami tugas gerak, terutama jika gerakan yang dipelajari sangat kompleks. Berjalan, berlari, melompat, dan memanjat adalah empat aspek yang dapat digunakan untuk melihat dan mengevaluasi kemampuan motorik kasar siswa. Kegiatan pendidikan jasmani dapat membuat peserta didik meningkatkan kemampuan motorik kasarnya dan perkembangan pribadinya secara baik.

Keterampilan motorik kasar sangat penting bagi peserta didik untuk perkembangannya, sebagai pendidik harus menggunakan metode pembelajaran yang menarik untuk melatih keterampilan motorik kasar siswa mereka sesuai dengan kurikulum pendidikan. Kegiatan pembelajaran yang menarik pasti akan membuat belajar menjadi menyenangkan dan nyaman. Kegiatan pembelajaran yang menarik pasti akan membuat belajar menyenangkan dan nyaman. Bermain adalah salah satu kegiatan yang menarik bagi siswa. Kegiatan pengembangan berbasis permainan pasti akan membuat siswa lebih tertarik, senang, dan tidak cepat bosan saat belajar di sekolah. Jika peserta didik tidak dapat melakukan gerakan fisik dengan baik, mereka akan menjadi kurang percaya diri dan memiliki pandangan negatif tentang diri mereka sendiri.

Bermain adalah salah satu kegiatan pengembangan yang menarik bagi siswa. Kegiatan pengembangan yang dilakukan dalam bentuk

permainan pasti akan membuat siswa lebih tertarik, senang, dan tidak cepat bosan saat belajar di sekolah. Seorang peserta didik yang tidak mampu melakukan gerakan fisik akan menyebabkan rasa tidak percaya diri dan pandangan negatif tentang diri sendiri. Perkembangan motorik adalah aktivitas yang tak kunjung habis dan penting untuk masa pertumbuhan dan perkembangan anak. Berdasarkan hasil dari observasi di SD Unggulan Muhammadiyah Kretek, ditemukan bahwa beberapa peserta didik memiliki kemampuan motorik kasar yang belum mencapai tingkat optimal. Dengan demikian, kemampuan motorik kasar tersebut dapat diperbaiki beberapa aspek motorik kasar anak yang belum optimal adalah sebagai berikut: 1) peserta didik saat berlari belum mampu bereaksi secara cepat, sehingga memerlukan waktu yang lama, 2) peserta didik belum mampu merubah arah posisi secara cepat, 3) peserta didik dalam melakukan *vertical jump* belum terlihat baik dan maksimal. Kasus tersebut dikarenakan sistem pembelajaran yang diberikan guru yang hanya dengan latihan dan penugasan. Pendidikan di rumah juga berpengaruh terhadap peserta didik seperti kurangnya melakukan aktivitas gerak yang bisa malatih motorik anak, justru anak-anak sekarang cenderung hanya bermain *game*. Salah satu cara agar bisa meningkatkan kemampuan motorik anak yaitu dengan cara bermain. Kegiatan bermain memberi peserta didik kesempatan untuk belajar tentang diri mereka sendiri, orang lain, dan lingkungannya.

Permainan bola voli merupakan permainan beregu menggunakan bola besar yang dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan, setiap

regu terdiri dari enam orang serta setiap regu diperbolehkan memainkan bola di daerah pertahanannya sebanyak-banyaknya tiga kali. Setiap regu berusaha menempatkan bola di daerah lawan untuk mendapatkan angka/poin. Regu yang pertama memperoleh 25 poin adalah pemenang. Olahraga bola voli adalah salah satu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang, karena dalam setiap permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk semua gerakan dalam permainan bola voli itu sendiri (Faozi et al., 2019 p.53).

Dalam permainan bola voli memungkinkan semua anggota tubuh siswa untuk bergerak. Mereka akan melakukan aktivitas seperti bergerak, berlari dan melompat untuk mempertahankan bola dalam permainan. Diharapkan kemampuan motorik kasar peserta didik akan meningkat sebagai hasil dari stimulasi yang diberikan oleh permainan bola voli modifikasi ini. Dari data diatas maka akan dilaksanakan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan judul penelitian “Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Melalui Permainan Bola Voli Modifikasi Pada Siswa Kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek Bantul”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka identifikasi masalah penelitian ini adalah:

1. Kurangnya keterampilan motorik kasar pada aspek kecepatan, kelincahan dan kekuatan pada peserta didik SD Unggulan Muhammadiyah Kretek.

2. Kurangnya metode guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan motorik kasar peserta didik yang hanya menggunakan metode latihan dan penugasan.
3. Kurangnya sarana dan prasarana olahraga yang dapat menunjang pembelajaran dan juga dapat meningkatkan motorik kasar peserta didik.
4. Kurangnya aktivitas peserta didik yang cederung hanya bermain game online dan tidak ada aktivitas fisik yang dilakukan oleh siswa di rumah.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan masalah yang telah diidentifikasi sebelumnya, agar penelitian ini dapat efektif, efisien, tearah, dan dapat dikaji lebih mendalam maka diperlukan pembatasan masalah. Masalah penelitian ini adalah upaya meningkatkan motrik kasar melalui permainan bola voli modifikasi pada siswa kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Apakah pembelajaran PJOK melalui permainan Bola Voli modifikasi dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar pada peserta didik kelas V di SD Unggulan Muhammadiyah Kretek?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian tindakan (PTK) kelas adalah untuk meningkatkan proses pembelajaran dan meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta

didik. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak-anak. menggunakan permainan Bola Voli modifikasi kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek.

## **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah:

### **1. Bagi Peserta Didik**

Dapat menambah ilmu pengetahuan tentang permainan bola voli dalam rangka meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek.

### **2. Bagi Guru SD**

Dapat memberikan masukan bagi guru tentang bagaimana cara-cara atau metode yang dapat membantu meningkatkan kemampuan motorik kasar melalui permainan bola voli.

### **3. Bagi Sekolah**

Memberikan masukan kepada sekolah sebagai sarana gambaran dalam upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Keterampilan Motrik Kasar**

###### **a. Pengertian motorik**

Perkembangan motorik adalah ketika seorang anak belajar menggerakkan anggota tubuhnya dengan benar. Mereka belajar dari guru tentang berbagai pola gerakan yang dapat mereka lakukan. Mereka lakukan, yang dapat melatih ketangkasan, kecepatan, kekuatan, kelenturan, dan ketepatan koordinasi tangan dan mata. Meningkatkan kemampuan motorik anak sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka yang optimal. Motorik adalah semua gerakan yang dilakukan oleh seluruh tubuh, sementara motorik kasar adalah aktivitas fisik yang melibatkan koordinasi otot-otot besar seperti lengan, otot tungkai, otot bahu, otot punggung, dan perut yang berdampak pada pertumbuhan fisik anak. Contoh aktivitas motorik kasar adalah berlari, melompat, melempar, berjalan lambat dan cepat, berguling, berjinjit, dan berputar (Ulfah et al., 2021 p. 18).

Gerakan motorik kasar, yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak, biasanya memerlukan tenaga otot yang lebih besar. Peserta didik yang belajar berbagai gerakan motorik kasar tentu sangat berguna untuk kehidupan mereka di kemudian hari. Misalnya, mereka dibiasakan untuk mahir berlari

atau memanjat jika mereka lebih suka berolahraga di masa depan untuk mengembangkan gerakan motorik kasar. Melatih anak berdiri di atas satu kaki adalah gerakan yang bergantung pada kematangan koordinasi. Jika seorang anak kurang mahir berdiri di atas satu kaki, itu berarti dia tidak dapat mengontrol keseimbangan tubuhnya dan akan kesulitan menguasai kemampuan lain seperti berlari. Ini berarti motorik kasar tumbuh lebih cepat daripada motorik halus. Dengan demikian aktivitas gerak sangat penting dalam proses pertumbuhan karena membantu perkembangan intelektual, organ-organ tubuh, dan kemampuan gerak pertumbuhan secara fisik.

**b. Aspek-aspek yang mempengaruhi kemampuan motorik kasar anak**

Kemampuan motorik kasar anak terdiri dari beberapa komponen, menurut Mukhlisa & Kurnia, S.D. ( 2023).

1. Kelincahan, yaitu kemampuan untuk mengubah posisi dan arah tubuh dengan cepat dan tepat waktu tanpa kehilangan keseimbangan atau kesadaran akan posisinya.
2. Ketangkasan, yaitu tingkat kehandalan dan kecepatan yang dikombinasikan dengan kemampuan mental dan fisik.
3. Kekuatan, yaitu kemampuan untuk bergerak dari satu tempat ke tempat lain.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa komponen kelincahan, ketangkasan dan kekuatan sangat berpengaruh terhadap kemampuan gerak motorik kasar anak. Dengan begitu jika ingin mengetahui kemampuan motorik kasar anak bisa menggunakan komponen-komponen tersebut.

### **c. Pengertian Perkembangan Motorik**

Perkembangan motorik merupakan “perubahan kemampuan gerak dari bayi sampai dewasa yang melibatkan beberapa aspek kemampuan gerak dan perilaku. Aspek perilaku saling mempengaruhi dengan perkembangan motorik” (Sumantri, 2005 p.48). Sementara pendapat lain mengemukakan perkembangan motorik didefinisikan sebagai perubahan yang terjadi pada tindakan motorik yang menunjukkan interaksi. dari bagaimana makhluk tersebut berkembang baik di lingkungannya (Wisudayanti, 2020 p.61). Sedangkan menurut (Sujiono et al., 2014 p.9) pertumbuhan motorik berkembang ketika otot dan syaraf menjadi lebih matang, maka keterampilan motorik berkembang seiring dengan kematangan mereka.

Dalam masa pertumbuhan anak-anak sering melakukan gerakan yang dilakukan di sekolah maupun di lingkungan tempat tinggal merupakan koordinasi otot yang merupakan gerakan motorik. Perkembangan motorik dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu motorik kasar dan motorik halus. Bagian-bagian ini

dikelompokkan berdasarkan ukuran otot dan bagian-bagian yang terkait dengan otot-otot tersebut. seperti berlari, melompat, dan berjalan adalah kemampuan motorik kasar yang mencakup otot-otot besar lengan, kaki, dan batang tubuh, sementara kemampuan motorik halus mencakup otot-otot kecil yang ada di seluruh tubuh.

Pada dasarnya dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik pada manusia ialah perkembangan kemampuan motorik dari bayi hingga dewasa, yang melingkup berbagai aspek perilaku dan kemampuan motorik halus maupun kasar. Aspek perilaku dan perkembangan motorik berdampak satu sama lain.

#### **d. Manfaat Perkembangan Motorik pada Anak**

Perkembangan kemampuan motorik merupakan hal yang sangat penting bagi perkembangan individu seseorang secara keseluruhan. (Fatonah, 2012 p.41) menyatakan beberapa manfaat perkembangan motorik bagi konstelasi perkembangan individu adalah:

1. Secara umum, manfaat pengembangan motorik adalah seberapa jauh anak mampu menyelesaikan tugas keterampilan motorik dengan tingkat keberhasilan tertentu. Apabila tugas keterampilan gerak motorik dilakukan dengan efektif dan efisien, tingkat keberhasilan anak dalam melakukannya dinyatakan tinggi.

2. Metode khusus untuk meningkatkan kemampuan motorik bagi anak yaitu meningkatkan pertumbuhan dan aktivitas sistem peredaran darah, pencernaan, pernafasan dan syaraf, meningkatkan pertumbuhan fisik seperti bertambahnya tinggi dan berat badan, meningkatkan perkembangan keterampilan, intelektual emosi dan sosial.

Dapat disimpulkan bahwa manfaat dari pengembangan motorik antara lain yaitu menjadikan badan menjadi sehat, percaya diri, lebih mandiri, meningkatkan perkembangan dan aktivitas sistem peredaran darah, pencernaan, pernafasan dan syaraf, meningkatkan pertumbuhan fisik seperti bertambahnya tinggi dan berat badan, meningkatkan perkembangan keterampilan, intelektual emosi dan sosial.

#### **e. Keterampilan Motorik Kasar**

Motorik kasar merupakan kemampuan yang melibatkan penggunaan otot-otot besar tubuh untuk melakukan aktivitas fisik yang memerlukan kekuatan, koordinasi, dan keseimbangan. Menurut Julkifli dalam (Mulyani 2018 p.18-19) perkembangan motorik yaitu sebuah gerakan-gerakan tubuh yang dimotori dengan kerjasama antara otot, otak serta saraf. Aktivitas motorik kasar ini biasanya melibatkan gerakan seluruh tubuh atau sebagian besar tubuh, dan biasanya melibatkan keterampilan dasar yang penting untuk perkembangan fisik anak.

Gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri disebut motorik kasar. Seperti pendapat Laura E. Berk, dalam (Wiyani 2015 p.27) Motorik kasar adalah gerakan anggota badan yang kasar atau keras disebut motorik kasar. mengungkapkan bahwa semakin anak menjadi dewasa, kuat, dan besar, semakin konsisten gerakannya. Hasilnya adalah otot menjadi lebih besar dan lebih kuat. Keterampilan baru selalu muncul dan semakin kompleks karena otot-otot badan tersebut diperbesar dan semakin kuat.

## **2. Pengertian Bermain**

### **a. Pengertian Bermain**

Bermain merupakan suatu kegiatan yang dilakukan menggunakan alat maupun tanpa alat yang menghasilkan pengertian terhadap anak dan memberikan informasi terhadap anak serta memberikan kesenangan maupun mengembangkan imajinasi anak. Bermain membuat anak mendapatkan sarana belajar yang bagus sekaligus menjadi kegiatan pembelajaran bagi anak guna mendorong proses pertumbuhan serta perkembangan anak yang bertujuan sebagai sarana untuk bereksperimen atau menemukan hal baru dengan bermain tersebut, sehingga anak mendapatkan pengetahuan serta pengalaman baru.

Kegiatan bermain merupakan kegiatan yang sangat disukai oleh anak-anak, hal ini dapat dilihat sebagai besar waktu yang digunakan anak adalah waktu untuk bermain dan hal ini secara tidak langsung memberikan pengaruh yang besar dan penting bagi perkembangan anak. Bermain dapat membuat anak mendapatkan sarana untuk belajar mengenal lingkungan serta merupakan kebutuhan yang paling penting dan mendasar bagi anak yang berguna untuk memperpanjang pertumbuhan dan perkembangannya (Wiwik Pratiwi, 2017 p.109).

#### **b. Manfaat Bermain**

Anak-anak dapat menggunakan bermain sebagai cara untuk belajar dan ingin belajar mengetahui banyak hal. Bermain juga dapat mengajarkan anak untuk mengenal aturan, bersosialisasi dengan orang lain, menata emosi, menerima kerja sama, dan menjunjung tinggi sportivitas (Rohmah, 2016 p.34). Bermain dapat membantu anak belajar tentang lingkungan yang sangat penting bagi anak, terutama untuk anak usia dini. Bermain dapat memenuhi semua kebutuhan perkembangan anak, termasuk aspek-aspek perkembangan anak yaitu aspek moral, motorik, kognitif, bahasa, dan sosial.

##### **1. Perkembangan moral**

Perkembangan moral mencakup pertumbuhan pikiran, perasaan, dan perilaku anak. Bermain adalah cara lain untuk

mengenalkan moralitas kepada anak-anak karena moralitas bagi seorang anak merupakan hal yang abstrak dan sulit untuk didefinisikan. Misalnya ada sebuah permainan yang diikuti dan ada prosedur atau aturan yang harus diikuti dalam bermain dan tidak boleh dilanggar.

## 2. Perkembangan motorik

Aspek motorik memerlukan gerak, baik gerak motorik halus maupun kasar. bergerak selalu menghiasi aktivitas anak di usia dini. Anak-anak dapat tertarik untuk bermain dan bermain karena banyak gerakan sehingga tubuh anak dapat bergerak sesuai dengan yang dia ingginkan. Anak-anak yang memiliki kesempatan untuk bermain akan melatih kemampuan otot mereka, dengan begitu seorang anak nantinya akan menghasilkan tubuh yang sehat, kuat danbugar.

## 3. Perkembangan kognitif

Kognitif merupakan seluruh kegiatan individu yang menghubungkan pengetahuan, ingatan, kreativitas, daya pikir, serta nalar. Anak-anak usia dini hanya dapat memahami ide-ide melalui bermain. Anak mudah memahami ide tersebut dibandingkan dengan orang dewasa yang sedang belajar. Anak-anak akan lebih mudah menerima dan memahami konsep-konsep tersebut dengan bermain dengan teman-temannya.

#### 4. Perkembangan Bahasa

Kehidupan sangat bergantung pada bahasa, bahasa dapat memfasilitasi juga dapat menjelaskan perbedaan serta komunikasi antara manusia satu dengan manusia lainnya. Tanpa adanya bahasa interaksi antara individu dengan individu lain, kelompok dengan kelompok lain tidak akan pernah terjadi. Dengan adanya bermain anak akan selalu berkomunikasi dengan teman lainnya baik secara verbal maupun non verbal.

#### 5. Perkembangan sosial

Dengan bermain anak-anak akan saling bersosialisasi dalam kegiatan bermain, dari kegiatan bermain tersebut anak akan belajar memahami diri sendiri maupun memahami orang lain.

### 3. Pengertian Permainan

#### a. Pengertian Permainan

Permainan merupakan sebuah kegiatan yang sangat melekat dalam diri anak. Melalui permainan, anak-anak dapat belajar berinteraksi dengan teman-teman bermainnya serta dapat belajar bagaimana berbicara dengan orang lain. Menurut Santrock dalam Susilowati (2014 p.7) Permainan merupakan aktivitas yang dilakukan untuk menyenangkan dan dilakukan dengan tujuan untuk bersenang-senang. *Games* adalah aktivitas yang dilakukan demi kesenangan dan memiliki peraturan.

Permainan adalah aktivitas yang dilakukan dengan tujuan untuk kesenangan, menghibur, atau merelaksasi. Permainan bisa dimainkan secara individual atau kelompok, dan mereka dapat menggunakan berbagai macam alat dan media. Permainan merupakan aktivitas yang bermanfaat bagi semua orang, baik anak-anak maupun orang dewasa. Permainan dapat memberikan banyak manfaat, baik bagi kesehatan fisik, mental, maupun sosial. Oleh karena itu, penting untuk bermain secara rutin dan memilih permainan yang sesuai dengan usia, kemampuan, dan minat.

**b. Jenis permainan**

Salah satu hal yang sangat disukai oleh anak-anak adalah permainan. Pada umumnya ada dua kategori utama permainan, yaitu permainan modern dan permainan tradisional (Melinda, 2017 p.8).

**a. Permainan *modern***

Permainan *modern* merupakan permainan yang diciptakan pada masa *modern*, biasanya dengan menggunakan teknologi dan media baru. Permainan modern biasanya dilindungi hak cipta dan memiliki pencipta yang jelas.

**b. Permainan tradisional**

Permainan tradisional merupakan permainan yang diwariskan secara turun temurun dari generasi ke

generasi dalam suatu budaya atau masyarakat tertentu.

Permainan ini biasanya tidak memiliki pencipta yang diketahui dan tidak dilindungi hak cipta.

#### **4. Permainan Bola Voli**

##### **a. Pengertian Bola Voli**

Permainan bola voli merupakan permainan olahraga beregu yang masing-masing regu terdiri dari enam orang, regu yang saling bertanding dipisahkan oleh sebuah net, sehingga tidak terjadi kontak badan antar pemain yang sedang bertanding. Bola voli adalah olahraga tim yang dimainkan dengan semangat kerjasama atau team work, di mana lapangan permainan dibagi menjadi dua bagian atau wilayah oleh net (Mawarti, 2019 p.69). Pendapat lain menyatakan permainan bola voli adalah permainan beregu yang terdiri atas dua regu, setiap regu terdiri atas enam orang pemain dan saat bertanding dipisahkan oleh sebuah net yang bertujuan untuk menjatuhkan bola dilapangan lawan serta berusaha untuk menahan bola supaya tidak jatuh dilapangan sendiri (Widayat, 2017 p.11).

Pendapat (Purnomo, 2021 p.22) permainan yang dilakukan dua regu yang masing-masing regu terdiri dari enam orang, setiap regu bertujuan untuk menjatuhkan bola kedalam lapangan lawan melalui net dan untuk mencapai prestasi yang maksimal membutuhkan latihan yang terprogram, teratur dengan melibatkan disiplin ilmu pengetahuan dan teknologi. Pada dasarnya,

permainan bola voli dilakukan dengan memvoli bola dan berusaha menjatuhkannya di lapangan lawan dengan menyeberangkannya melewati net. Tim juga harus berusaha menahan bola agar tidak jatuh di lapangannya sendiri.

Dari berbagai pendapat dapat disimpulkan bahwa bola voli adalah olahraga beregu yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing enam pemain, tim dipisahkan oleh net dan memiliki tujuan untuk menjatuhkan bola di lapangan lawan dan menahan bola agar tidak jatuh di lapangan sendiri dan untuk mencapai prestasi yang maksimal membutuhkan latihan yang terprogram, teratur dengan melibatkan disiplin ilmu pengetahuan dan teknologi. Setiap tim dalam permainan bola voli berusaha untuk memindahkan bola ke wilayah lawan sesegera mungkin dengan menggunakan teknik dan strategi yang diizinkan. Ada juga yang berpendapat bahwa bola voli adalah cabang olahraga beregu yang melibatkan dua tim dengan masing-masing enam pemain.

### **b. Teknik Dasar Bola Voli**

Teknik adalah serangkaian langkah yang telah teruji dan dilakukan untuk menyelesaikan suatu masalah pergerakan dengan cara yang paling hemat dan bermanfaat. Teknik juga dapat diartikan sebagai cara untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien. Teknik adalah suatu proses melahirkan dan pembuktian

dalam praktik sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam permainan bola voli (Widayat, 2017 p.24).

Para pemain bola voli wajib menguasai sejumlah teknik dasar, teknik dasar dalam permainan bola voli yang harus dimiliki dan di kuasai oleh pemain adalah *passing*, *service*, *smash*, dan *block*.

### 1. *Passing*

Teknik *passing* merupakan sebuah gerakan dalam bola voli untuk mengangkat bola dan menerima bola. tujuan utama *passing* adalah mengoperkan bola kepada rekan satu tim agar dapat dimainkan di lapangan sendiri atau sebagai langkah awal untuk melakukan serangan. Teknik *passing* ada dua yaitu *passing* bawah dan *passing* atas.

*Passing* bawah dapat diartikan sebagai teknik dasar dalam permainan bola voli yang digunakan untuk menerima, mengoper, dan memantulkan bola dengan menggunakan bagian bawah lengan bawah. *Passing* bawah merupakan teknik untuk menerima bola yang datang dari atas net dengan cara memantulkan bola pada bagian bawah lengan bawah. Teknik ini bertujuan untuk mengoper bola kepada rekan setim agar dapat dimainkan kembali.

*Passing* atas merupakan upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengumpam bola yang dimainkan di lapangan sendiri untuk dikembalikan ke pihak lawan. *Passing* atas dapat diartikan sebagai teknik dasar dalam permainan bola voli yang digunakan untuk mengoper bola dengan cara mengangkat bola ke atas dengan menggunakan jari-jari tangan. *Passing* atas merupakan teknik penting yang harus dikuasai oleh setiap pemain bola voli untuk membangun kerjasama tim dan melancarkan permainan.

## 2. *Service*

*Service* dalam bola voli adalah pukulan pertama untuk memulai reli atau pertandingan, yang dilakukan oleh pemain di area *service* dengan memukul bola menggunakan tangan atau lengan. Tujuan *service* adalah untuk memasukkan bola ke lapangan lawan serta memulai serangan terhadap lawan. Dalam permainan bola voli terdapat beberapa cara melakukan *service* yaitu *service* bawah, *service* atas dan *service* melompat/jump serve. *Service* yang baik dapat memberikan keuntungan bagi tim, seperti memperoleh poin dari *service ace* dan melemahkan pertahanan lawan

### 3. *Smash*

Dalam permainan bola voli, *smash* merupakan pukulan keras ke bawah yang dilakukan di atas net untuk meneruskan bola ke lapangan lawan dengan tujuan untuk mencetak poin. *Smash* merupakan salah satu teknik yang paling efektif untuk menyerang tim lawan. *Smash* merupakan Pukulan keras ke bawah yang dilakukan dengan tangan di atas net untuk menyelesaikan serangan atau mencetak poin. *Smash* dalam bola voli bukan sekadar pukulan keras, *smash* ialah bagian penting dari pertandingan. Tim yang melakukan *smash* dengan baik bagus dapat memiliki peluang besar untuk menang dan mendominasi permainan.

### 4. *Block*

Dalam permainan bola voli, *block* adalah upaya untuk menghadang serangan lawan dengan melompat dan mengangkat kedua tangan di atas net. *Block* adalah salah satu teknik bertahan yang paling penting dalam permainan bola voli. Menurut FIVB dalam regulasinya *block* dalam permainan bola voli merupakan sebuah aksi untuk menghalangi bola yang dipukul lawan dengan cara melompat dan mengangkat kedua tangan di atas net. *Block* yang baik dapat memberikan keuntungan seperti

menyetak point bagi tim serta memperkuat pertahan atau menghadang serangan lawan.

## **5. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Bola Voli**

### **a. Kurikulum**

Kurikulum merupakan seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan. Kurikulum merupakan landasan fundamental dalam sistem pendidikan yang menjadi acuan bagi guru, kepala sekolah, dan penyelenggara pendidikan dalam melaksanakan proses pembelajaran.

Dalam proses pembelajaran di SD Unggulan Muhammadiyah Kretek menggunakan kurikulum 2013, kurikulum 2013 merupakan kurikulum yang inovatif dan berorientasi pada pengembangan kompetensi dan karakter peserta didik. Meskipun masih terdapat beberapa kekurangan, Kurikulum 2013 diharapkan dapat menghasilkan generasi muda yang beriman, berakhhlak mulia, berpengetahuan luas, dan cakap dalam berbagai bidang.

### **b. Kompetensi Inti**

Kompetensi inti merupakan sekumpulan kemampuan dasar yang harus dimiliki siswa di setiap jenjang pendidikan. Kompetensi ini mencakup bukan hanya pengetahuan tetapi juga

sikap dan keterampilan. Berikut adalah kompetensi inti dalam materi permainan bola besar yaitu bola voli

1. Menerima, mengikuti, dan menghargai ajaran agama yang dia anut.
2. Berperilaku dengan jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri saat berinteraksi dengan teman, guru, tetangga, dan keluarganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca, dan menanya) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya sendiri, makhluk ciptaan Tuhan, dan aktivitasnya, serta benda-benda yang dia temui di rumah, sekolah, dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis, dan logis, dalam karya estetis, dalam gerakan yang mencerminkan perilaku yang sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku

### **c. Kompetensi Dasar**

Kompetensi dasar merupakan rumusan kemampuan minimal yang harus dicapai oleh siswa dalam suatu mata pelajaran pada jenjang pendidikan tertentu. Kompetensi dasar didasarkan pada kompetensi inti, dan mengacu pada karakteristik siswa di setiap jenjang pendidikan.

Kompetensi dasar dalam materi permainana bola besar yaitu bola voli adalah 3.1 Menerapkan prosedur variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. Dalam poin ini peserta didik harus mampu menjelaskan serta menganalisis kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor serta manipulatif gerakan *passing* bawah maupun atas dalam permainan bola voli. 4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. Dalam poin ini siswa harus melakukan kombinasi serta memperagakan gerakan *passing* bawah maupun *passing* atas dalam permainan bola voli.

## **6. Modifikasi Permainan Bola Voli**

### **a. Pengertian Modifikasi**

Modifikasi dalam pembelajaran bukan sekadar perubahan, tetapi sebuah proses kreatif dan inovatif yang dilakukan seorang pendidik untuk membantu siswa mencapai potensi terbaik mereka. Dengan modifikasi yang tepat, pembelajaran menjadi lebih bermakna, menyenangkan, dan membuka peluang bagi kesuksesan setiap siswa. Modifikasi bagaikan penyesuaian langkah belajar, di mana pendidik memahami kebutuhan dan kemampuan siswa yang

berbeda-beda, mendorong mereka berkembang dengan materi dan strategi yang tepat.

Modifikasi permainan merupakan upaya untuk mengubah dan menyederhanakan aturan atau sarana permainan, menjadikannya sebuah alat bantu belajar yang efektif. Tujuannya adalah untuk membantu peserta didik memahami materi pelajaran dengan lebih mudah dan menyenangkan. Dengan modifikasi, permainan diubah menjadi "guru" yang menyenangkan, di mana peserta didik dapat belajar sambil bermain, membangun pemahaman dan keterampilan secara alami dan tanpa paksaan.

### **b. Permainan Bola Voli Modifikasi**

Permainan bola voli modifikasi merupakan permainan bola voli standar yang dibuat khusus untuk anak-anak. Modifikasi ini guna meningkatkan keterampilan dan kemampuan bola voli anak-anak dengan membuat permainan lebih mudah, menyenangkan, dan aman. Permainan bola voli yang di modifikasi yang bertujuan untuk tempat pembelajaran materi bola voli terutama untuk anak usia dini atau anak sekolah dasar.

Modifikasi ini tidak banyak mengubah peraturan dan ukuran lapangan semestinya, namun hanya merubah sedikit sesuai dengan usia dan kemampuan anak, dengan modifikasi tersebut anak diharapkan bisa melakukan pembelajaran bola voli dengan baik. Dengan permainan bola voli modifikasi ini anak-anak dapat belajar

banyak keterampilan penting, seperti kerja sama, sportivitas, koordinasi tangan-mata, dan kemampuan motorik, dengan bermain bola voli modifikasi. Ini juga merupakan cara yang menyenangkan dan aktif bagi mereka untuk berolahraga dan menjaga kesehatan.

### **c. Peraturan Lapangan Bola Voli Modifikasi**

Peraturan untuk lapangan dalam permainan bola voli modifikasi ini sebagian besar sama dengan peraturan bola voli standar, akan tetapi sedikit disesuaikan untuk anak sesuai dengan kemampuan anak-anak usia dini atau sekolah dasar.

1. Untuk ukuran lapangan dalam permainan bola voli modifikasi ini menggunakan ukuran 12m x 6m.
2. Tinggi net dalam permainan bola voli modifikasi ini hanya menggunakan net dengan tinggi 2m.
3. Bola yang digunakan yaitu bola yang lebih ringan dari bola voli standar.
4. Sistem penilaian sama dengan sistem penilaian bola voli standar yaitu dengan 25 poin untuk memenangkan set.
5. Tim yang paling awal memenangkan 2 set dianggap memenangkan pertandingan.
6. Jumlah anak dalam setiap tim sama seperti voli standar yaitu 6 anak akan tetapi bisa dicampur antara laki-laki dengan perempuan.

Peraturan dan ukuran lapangan bola voli mini dimaksudkan untuk membuat tempat yang aman dan menyenangkan bagi anak-anak untuk belajar dan bermain bola voli. Dengan mematuhi peraturan dan menggunakan lapangan yang sesuai, anak-anak dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan mereka dalam bermain bola voli secara sistematis.

#### **d. Pembelajaran Bola Voli Modifikasi**

Pembelajaran bola voli modifikasi adalah pendekatan pembelajaran yang dilakukan dengan mengubah atau menyesuaikan beberapa aspek dalam permainan bola voli. Modifikasi ini bertujuan untuk meningkatkan motorik kasar peserta didik terutama pada aspek kecepatan, kelincahan dan kekuatan.

1. Pada pembelajaran bola voli materi *passing* modifikasi dengan pembelajaran yang menekankan kecepatan dan kelincahan. Pembelajarannya yaitu dengan memberikan pelatihan *drill passing* dengan cara dilempar lalu peserta didik harus menyelamatkan bola tersebut dengan *passing*, boleh dilakukan dengan *passing* bawah maupun *passing* atas.
2. Pada pembelajaran bola voli materi smash di modifikasi dengan pembelajaran yang menekankan kecepatan dan kekuatan. Pembelajarannya yaitu dengan memberikan

pelatihan *drill smash* yaitu dengan memberikan bola kepada peserta didik lalu dipukul dengan sebanyak 5 kali setiap anak.

3. Pada pembelajaran bola voli materi *block* di modifikasi dengan pembelajaran yang menekankan kekuatan yaitu kekuatan untuk melompat. Pembelajaran yang dilakukan yaitu dengan memberikan materi gerakan *block* dari ujung net menuju ujung net satunya dengan cara bolak balik dengan baik dan benar

## 7. Penelitian Relevan

Untuk membantu dalam penelitian dibutuhkan penelitian yang relevan dengan penelitian ini. Mencari contoh penelitian lain yang relevan dengan penelitian ini harus dilakukan untuk melengkapi dan membantu dalam persiapan penelitian. Penemuan penelitian ini sangat penting untuk mendukung teori yang ditemukan untuk menjadi landasan untuk kerangka berpikir yang dibuat. Berikut ini adalah penelitian yang relevan dengan penelitian ini.

Penelitian yang dilakukan oleh Uuf Mudawiyah (2020) mengatakan terjadi peningkatan dari hasil belajar di setiap siklus dengan menggunakan permainan engklek yang termasuk dalam permainan tradisional, dengan ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan setiap siklusnya. Aktivitas pembelajaran guru pada siklus I rata-rata 2,85 kategori baik presentase mencapai 81,42% dan pada siklus II rata-rata

3,1 kategori baik presentase mencapai 88,57% sementara aktivitas belajar siswa pada siklus I rata-rata 2,35 kategori mulai berkembang (MB) presentase mencapai 67,14% dan pada siklus II rata-rata 3,05 kategori berkembang sesuai harapan (BSH) terjadinya peningkatan presentase mencapai 87,14% hasil kemampuan motorik kasar anak pada pra siklus rata-rata 63,12 kategor mulai berkembang (MB) presentase mencapai 37,5% sklus I rata-rata 71,37 kategor mulai berkembang (MB) presentase mencapai 62,5 % dan siklus II rata-rata 3,05 kategori Berkembang sesuai harapan (BSH) presentase mencapai 75%. Banyaknya anak yang mencapai kriteria Berkembang Sesuai Harapan (BSH) pada pra siklus adalah 4 anak atau 37,5%, siklus I adalah 5.

Penelitian yang telah dilakukan oleh M. Hafid Hizbulah (2021) Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari data awal, siklus I dan siklus II. Berdasarkan data hasil observasi kondisi awal, siklus I dan siklus II, tiap indikator capaian dengan KKM 75 terjadi peningkatan sebagai berikut. Pada kondisi awal keterampilan motorik kasar pada kategori Baik sebesar 4,76% atau 1 peserta didik, Cukup sebesar 33,34% atau 7 peserta didik, Kurang sebesar 47,62% atau 10 peserta didik, Kurang Sekali sebesar 14,28% atau 3 peserta didik, jumlah peserta didik yang tuntas adalah 8 peserta didik. Pada siklus I keterampilan motorik kasar anak pada kategori Baik sebesar 4,76%, Cukup sebesar 61,91%, Kurang sebesar 28,57% kurang Sekali

sebesar 4,76%, jumlah siswa yang tuntas adalah 14 siswa. Sedangkan pada siklus II keterampilan motorik kasar pada kategori Baik Sekali sebesar 4,76%, Baik sebesar 19,05%, Cukup sebesar 61,91% Kurang sebesar 14,28%, jumlah siswa yang tuntas adalah 18 siswa.

## **8. Kerangka Berpikir**

Berdasarkan kajian pustaka teridentifikasi bahwa salah satu permasalahan umum dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak adalah kurangnya keterlibatan aktif mereka dalam kegiatan belajar mengajar. Hal ini adalah hasil dari model permainan yang digunakan dalam pembelajaran yang tidak memiliki banyak variabel. Akibatnya, anak-anak cenderung merasa bosan dan tidak tertarik untuk belajar.

Pengembangan keterampilan motorik kasar pada anak sangatlah penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan fisik mereka secara optimal. Penggunaan metode pembelajaran yang menarik dan variatif dapat membantu anak belajar dengan lebih efektif dan menyenangkan. Anak-anak dengan koordinasi tubuh yang baik akan lebih mudah bergerak dan bergaul dengan teman-temannya. Agar keterampilan motorik kasar anak dapat berkembang dengan baik, pengembangan yang tepat dan terarah diperlukan. Dengan menggunakan pendekatan pembelajaran yang menarik, anak akan tidak cepat bosan dan pembelajaran motorik kasar akan lebih

bervariasi. seperti permainan bola voli modifikasi, dapat membantu anak belajar dengan lebih efektif dan menyenangkan.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) kolaboratif dan partisipatif bagaikan upaya bersama para guru untuk mencari solusi permasalahan pembelajaran di kelas. Bersama-sama, mereka merumuskan strategi, mengimplementasikannya, dan mengevaluasi hasilnya demi meningkatkan kualitas pembelajaran bagi siswa. PTK kolaboratif memanfaatkan kekuatan kolektif para guru, di mana mereka berbagi pengetahuan, pengalaman, dan ide untuk mengembangkan solusi yang lebih efektif dan inovatif dalam mengatasi permasalahan pembelajaran.

Penilaian tindakan kelas kolaboratif dan partisipatif memberdayakan guru untuk berperan sebagai peneliti dan pelaku perubahan di kelas mereka sendiri. Mereka secara langsung terlibat dalam proses penelitian, sehingga lebih memahami permasalahan dan dapat menemukan solusi yang tepat. Penelitian tindakan adalah jenis inkuiri kontemplatif yang dilakukan dalam kelompok mengenai situasi sosial tertentu, seperti pendidikan, dengan tujuan meningkatkan rasionalitas dan keadilan kegiatan praktek sosial atau pendidikan, bagaimana peserta didik memahaminya, dan kondisi yang memungkinkannya dilakukan (Malla Avila, 2022 p.26). PTK kolaboratif dan partisipatif memungkinkan terciptanya solusi yang baik dalam mengatasi permasalahan pembelajaran dan meningkatkan hasil belajar siswaa

## **B. Subjek Penelitian**

Penelitian ini melibatkan siswa kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek, yang terdiri dari 18 laki-laki dan 13 perempuan. Masalah yang dihadapi anak adalah alasan penelitian ini dipilih. tujuan permainan bola voli modifikasi di Kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Krekek adalah untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa.

## **C. Setting Tempat Penelitian**

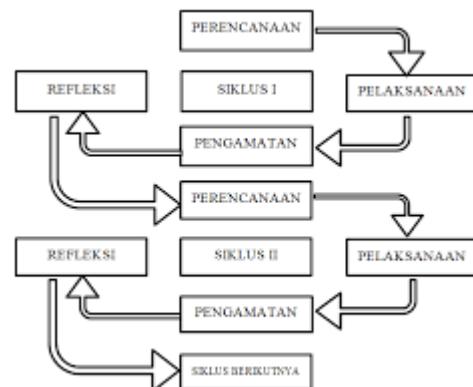
Penelitian ini dilakukan di SD Unggulan Muhammadiyah Kretek, yang terletak di Mriyan Donotirto Kretek Bantul. Penelitian ini dilakukan di lapangan di luar ruang kelas, yaitu di lapangan milik sekolah tersebut. Tempat ini diatur untuk membuat penelitian lebih mudah. Karena tempat ini adalah tempat kegiatan yang digunakan untuk permainan fisik anak, membuatnya lebih mudah bagi anak untuk beradaptasi dengan kegiatan yang akan mereka lakukan di sana.

## **D. Rencana Penelitian**

Dalam sebuah penelitian untuk membuat penelitian tersebut lebih mudah, maka penelitian harus memiliki rancangan atau desain. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan model penelitian seperti yang diungkapkan oleh Arikunto dalam Muhammad (2021 p.122) menyatakan bahwa setiap siklus memiliki empat langkah, yaitu: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Dari empat langkah tersebut jika diuraikan adalah sebagai berikut:

1. Pada tahap perencanaan, guru harus membuat rencana peneitian terlebih dahulu. Skenario pembelajaran, lembar observasi, dan lembar evaluasi dapat dibuat oleh guru untuk membantu peneliti menemukan fakta yang ditemukan di lapangan.
2. Pada langkah pelaksanaan ini, peneliti menerapkan rencana pembelajaran yang telah dibuat sebelumnya.
3. Pada tahap pengamatan, peneiti mengamati proses saat melakukan penelitian.
4. Pada fase refleksi, diperlukan introspeksi untuk mengungkap kembali apa yang telah dilakukan sebelumnya. Untuk mengevaluasi hasil penelitian,

Tahap-tahap atau gambaran model peneitian menurut Arikunto dalam Muhammad (2021 p. 122) adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Model Penelitian Tindakan Kelas (PTK)  
(Sumber Suharsimi Arikunto, 2010)

## **E. Metode Pengumpulan Data**

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data non tes untuk mendapatkan informasi tentang kemampuan atau keterampilan anak dalam mengikuti proses permainan atau kegiatan yang terkait dengan pengembangan keterampilan motorik kasar melalui permainan bola voli modifikasi. Metode non tes yang digunakan yaitu lembar pengamatan. Lembar pengamatan dirancang untuk memantau aktivitas siswa dalam melaksanakan aktivitas motorik kasar. Lembar pengamatan ini berisi indikator-indikator yang terkait dengan keterampilan motorik kasar yang ingin diamati. Bentuk non tes ini berupa lembar pengamatan terhadap siswa yang digunakan untuk melihat aktivitas gerak motorik kasar siswa.

Bentuk non tes yang dilakukan adalah:

### **1. Metode Observasi**

Menurut (Hasanah,2017 p. 21) Observai merupakan salah satu kegiatan ilmiah empiris yang mendasarkan fakta-fakta yang ada di lapangan dan teks melalui pengalaman panca indra tanpa manipulasi Metode observasi bukan hanya tentang melakukan pengamatan dan mencatat lebih dari itu, metode ini membantu kita belajar tentang lingkungan kita.

Data observasi penelitian ini berasal dari pengamatan yang menunjukkan kemampuan motorik kasar anak selama kegiatan serta catatan selama pelaksanaan pembelajaran berlangsung. Pengamatan

ini mencakup indikator yang berkaitan dengan kemampuan. motorik kasar yang seharusnya sudah terlatih dan sudah bisa dilakukan.

## 2. Tes

Tes yang dilakukan berguna untuk mengukur kemampuan motorik peserta didik yaitu melakukan tes berupa lari 30 meter, lari *shuttle run*, dan *vertical jump*, hal ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh permainan bola voli modifikasi terhadap peningkatan upaya. motorik kasar anak.

## 3. Dokumentasi

Dokumentasi memiliki peran penting dalam berbagai tahap penelitian, mulai dari pengumpulan data hingga publikasi hasil penelitian. Dokumentasi yang baik dapat membantu peneliti untuk meningkatkan kualitas penelitian, mempermudah komunikasi hasil penelitian, dan menjaga keaslian penelitian. Dokumentasi ini dilakukan untuk mengambil data serta foto selama proses penelitian di SD Unggulan Muhammadiyah Kretek ini berlangsung.

## **F. Instrumen Penelitian**

Penelitian ini menggunakan instrumen pokok, yaitu panduan dari observasi serta dokumentasi yang telah dilakukan. Dibuat dalam bentuk tabel untuk mempermudah memberikan penjelasan lebih lanjut tentang panduan observasi yang akan dilakukan dan untuk mempermudah pelaksanaannya. tabel seperti yang ditunjukkan di bawah ini:

Tabel 1. Instrumen Observasi

Variabel	Sub Variabel	Indikator
Kemampuan Motorik Kasar	Kecepatan	Dapat berlari menempuh jarak dengan waktu yang cepat
	Kelincahan	Dapat mengubah arah dan posisi tubuh dengan tepat dan cepat
	Kekuatan	Dapat melompat dengan tinggi secara tegak lurus keatas

Tabel 2. Rubrik Penilaian Kecepatan

Kriteria	Deskripsi	Skor
Baik	Anak dapat berlari menempuh jarak 30 meter dengan waktu putra 3.92 – 4.73, putri 4.51 – 5.41	3
Cukup	Anak dapat berlari menempuh jarak 30 meter dengan waktu putra 4.74 – 5.11, putri 5.42 – 5.86	2
Kurang baik	Anak dapat berlari menempuh jarak 30 meter dengan waktu putra 5.12 – 5.50, putri 5.87 – 6.30	1

(Sumber: Perkembangan Olahraga Terkini, Jakarta, 2003)

Tabel 3. Rubrik Penilaian Kelincahan

Kriteria	Deskripsi	Skor
Baik	Berlari <i>Shuttle run</i> dengan waktu putra 12.11 – 13.52 detik, putri 12.43 – 14.08	3
Cukup	Berlari <i>Shuttle run</i> dengan waktu putra 13.53 – 16.39 detik, putri 14.09 – 17.39	2
Kurang baik	Berlari <i>Shuttle run</i> dengan waktu putra 16.40 – ke bawah, putri 17.40 – ke bawah	1

(Sumber: Perkembangan Olahraga Terkini, Jakarta, 2003)

Tabel 4 Rubrik Penilaian *Vertical jump*

Kriteria	Deskripsi	Skor
Baik	Melompat dengan jarak 31-40 cm untuk putra, dan 21-30 cm untuk putri.	3
Cukup	Melompat dengan jarak 21-30 cm untuk putra, dan 11-20 cm untuk putri.	2
Kurang baik	Melompat dengan jarak <21 cm untuk putra, dan <11 cm untuk putri.	1

(Sumber: Marc Briggs, 2013)

## G. Metode Analisis Data

Pada saat data dikumpulkan dan diperoleh, langkah berikutnya dalam proses penelitian adalah menganalisis data tersebut. (Rijali, 2018 p.84) menyatakan analisis data didefinisikan sebagai "upaya mencari dan menata catatan hasil observasi, wawancara, dan lainnya secara sistematis untuk meningkatkan memahami kasus yang diteliti oleh peneliti dan menggunakan hasilnya untuk membantu orang lain.

Proses menyusun data sehingga dapat dipahami secara mendalam dikenal sebagai teknik analisis data. Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan secara kualitatif dan kuantitatif. Analisis kualitatif terdiri dari pemaparan data dan kesimpulan. Analisis kuantitatif menganalisis hasil penelitian dengan menggunakan teknik deskriptif. kualitatif yang digambarkan dengan kata-kata atau kalimat dan diklasifikasikan menurut kategori untuk mencapai kesimpulan; sebaliknya, untuk analisis kuantitatif, rumus digunakan yaitu frekuensi.

$$p = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

P : presentasae

F : frekuensi yang dicari frekuensinya

N : jumlah frekuensi / individu

Data yang sudah diperoleh nantinya diinterpretasikan kedalam empat tingkatan. Empat tingkatan tersebut yaitu:

Tabel 5. Presentase kemampuan motorik

Presentase	Keterangan
80% - 100%	Kemampuan motorik kasar baik
60% - 79%	Kemampuan motorik kasar cukup
30% - 59%	Kemampuan motorik kasar kurang baik

## H. Indikator keberhasilan

Tujuan dari penelitian tindakan kelas ini adalah untuk meningkatkan kondisi pembelajaran anak-anak kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek. Dengan demikian, indikator keberhasilan dapat dianggap berhasil apabila 80% peserta didik kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek memenuhi kriteria kemampuan motorik kasar baik.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Hasil dari penelitian tindakan kelas ini diperoleh dari hasil tes dan nontes pada saat penelitian berlangsung. Sesuai tes prasiklus menunjukkan keterangan bahwa kemampuan motorik kasar peserta didik sebelum dilakukan tindakan, sedangkan hasil tes siklus I dan II menunjukkan bahwa keterangan mengenai kemampuan motorik kasar peserta didik setelah dilaksanakan penelitian.

##### **1. Deskripsi Data Penelitian Kondisi dan Lokasi Penelitian**

Kondisi serta Lokasi penelitian dilaksanakan di SD Unggulan Muhammadiyah Kretek, Mriyan Donotirto, kapanewon kretek kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. SD Unggulan Muhammadiyah Kretek terletak di tengah pemukiman warga serta memiliki fasilitas yang cukup memadai untuk menunjang kegiatan pembelajaran di dalam ruangan maupun di lapangan, sehingga dalam pelaksanaan kegiatan dilaksanakan di halam sekolah tidak perlu mencari lapangan untuk melangsungkan kegiatan tersebut.

Partisipan dalam penelitian ini yaitu peserta didik kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek yang terdiri dari 18 peserta didik laki-laki dan 13 peserta didik perempuan. Kegiatan pembelajaran PJOK diampu oleh satu tenaga pendidik, pada saat pelaksanaan penelitian peneliti bekerjasama dengan tenaga pendidik agar diperoleh hasil

peningkatan kemampuan motorik kasar peserta didik dalam aspek kecepatan, kelincahan serta kekuatan.

## 2. Deskripsi awal kemampuan motorik kasar peserta didik

Untuk memperoleh data diawali dengan melakukan pengamatan kepada peserta didik sebagai langkah utama pratindakan terhadap kemampuan motorik kasar. Setelah dilakukan pengamatan perlu dilaksanakan tes untuk memperoleh data mengenai kemampuan motorik kasar peserta didik kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek. Tes tersebut digunakan untuk mengukur seberapa tinggi Tingkat kemampuan motorik kasar peserta didik. Pelaksanaan tes dibedakan menjadi tiga macam, yaitu lari 30 meter, *shuttle run*, dan *vertical jump*.

Tes lari 30 meter untuk mengukur kecepatan, tes *shuttle run* untuk mengukur kelincahan dan *vertical jump* untuk mengukur kekuatan peserta didik. Pada tahap pratindakan, peneliti dan guru kolaborator menggunakan ketiga tes tersebut untuk mengukur kemampuan motorik kasar peserta didik kelas V. Kemampuan motorik kasar peserta didik di tahap ini dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 6. Kemampuan motorik kasar peserta didik pratindakan per aspek penilaian

No	Aspek Penilaian	Persentase
1	Kecepatan	26%
2	Kelincahan	16%
3	Kekuatan	29%

Dari data tes pratindakan, diperoleh hasil kemampuan motorik kasar peserta didik menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar peserta didik masih belum berkembang dengan baik. Dapat dilihat di tabel

kemampuan motorik kasar peserta didik pratindakan menunjukkan 26% peserta didik memiliki tingkat kecepatan yang baik namun berada di kriteria yang tidak baik, 16% peserta didik memiliki tingkat kelincahan yang baik namun berada dalam kriteria yang tidak baik serta 29% peserta didik memiliki tingkat kekuatan yang baik tetapi berada pada kriteria yang tidak baik.

Pada hasil pratindakan dapat diketahui bahwa dalam aspek kecepatan terdapat 8 (26%) peserta didik yang memiliki kecepatan baik dapat berlari menempuh jarak 30 meter dengan waktu 3,92-4,73 putra dan 4,51-5,41 putri, pada aspek kelincahan terdapat 5 (16%) peserta didik yang memiliki kelincahan baik dapat melakukan *shuttle run* dengan waktu 12,11-13,52 detik putra dan 12,43-14,08 putri serta aspek kekuatan terdapat 9 (29%) peserta didik yang memiliki kekuatan baik dapat melompat dengan jarak 31-40 cm untuk putra dan 21-30 cm untuk putri.

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan sesuai hasil yang diperoleh, untuk kejelasan bisa dilihat dalam tabel di bawah ini yang menunjukkan pencapaian perkembangan kemampuan motorik kasar peserta didik:

Tabel 7. Kemampuan motorik kasar peserta didik pratindakan per anak

No	Kode Subjek	Persentase(%)	Keterangan
1	S1	77.78	Cukup
2	S2	100.00	Baik
3	S3	55.56	Kurang
4	S4	66.67	Cukup
5	S5	100.00	Baik
6	S6	77.78	Cukup
7	S7	66.67	Cukup
8	S8	33.33	Kurang
9	S9	66.67	Cukup
10	S10	55.56	Kurang
11	S11	66.67	Cukup
12	S12	66.67	Cukup
13	S13	88.89	Baik
14	S14	55.56	Kurang
15	S15	66.67	Cukup
16	S16	88.89	Baik
17	S17	33.33	Kurang
18	S18	88.89	Baik
19	S19	66.67	Cukup
20	S20	88.89	Baik
21	S21	88.89	Baik
22	S22	66.67	Cukup
23	S23	66.67	Cukup
24	S24	66.67	Cukup
25	S25	77.78	Cukup
26	S26	77.78	Cukup
27	S27	66.67	Cukup
28	S28	77.78	Cukup
29	S29	77.78	Cukup
30	S30	44.44	Kurang
31	S31	66.67	Cukup

Sesuai dengan tabel di atas dapat dilihat bahwa lebih dari 80% peserta didik belum mempunyai kemampuan motorik kasar dalam ketiga aspek tersebut. Sebanyak 2 (6%) peserta didik yang berada pada kriteria

baik, 23 (74%) peserta didik berada pada kriteria cukup baik serta 6(19%) peserta didik berada pada kriteria kurang baik. Dapat ditarik Kesimpulan bahwa Tingkat kemampuan motorik kasar peserta didik masih tergolong rendah.

Dari hal tersebut, maka peneliti dapat melihat permasalahan yang ada serta dapat menentukan suatu perencanaan yang akan digunakan dalam peningkatan kemampuan motorik kasar peserta didik agar dapat berkembang dengan baik. Usaha dalam perencanaan yang perlu dipersiapkan ialah menciptakan kegiatan yang dapat membantu mengembangkan ketiga aspek motorik kasar peserta didik melalui permainan bola voli yang dimodifikasi. Dengan adanya tindakan tersebut, diharapkan kemampuan motorik kasar peserta didik dapat mengalami peningkatan yang drastis.

### **3. Refleksi**

Refleksi yang dilakukan peneliti setelah melaksanakan tindakan serta pengamatan, sebagai berikut

- a) Lebih dari 80% peserta didik belum mempunyai kemampuan motorik kasar yang baik dalam ketiga aspek tersebut.
- b) Peserta didik yang masuk dalam kategori tuntas/baik hanya berjumlah 2 orang.
- c) Peserta didik masih banyak yang tidak serius dalam mengikuti pembelajaran PJOK di lapangan.

- d) Peserta didik kurang menanamkan sikap kerja sama dengan rekannya pada saat pembelajaran PJOK.
- e) Perlunya peningkatan tanggungjawab peserta didik atas dirinya sendiri maupun orang lain pada saat pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan pengamatan proses dan produk pada prasiklus, diketahui bahwa tujuan dari penelitian belum tercapai. Dengan demikian, perlu adanya tindakan pada siklus I yang didasarkan pada refleksi pada pratindakan.

#### **4. Deskripsi Pelaksanaan Tindakan Kelas dalam Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Peserta Didik melalui Permainan Bola Besar**

Penilaian tindakan kelas (PTK) dilaksanakan di SD Unggulan Muhammadiyah Kretek untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik kelas V melalui permainan bola voli yang dimodifikasi. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan sesuai dengan materi pembelajaran, hasil dari penelitian akan diuraikan sebagai berikut:

##### **a. Hasil Pelaksanaan Tindakan Kelas Siklus 1**

###### **1) Perencanaan**

Proses pengambilan dan pengumpulan data dalam penelitian ini dilaksanakan dengan beberapa kali pertemuan pada proses belajarmengajar. Hal ini dilaksanakan dengan harapan agar tindakan yang dilakukan akan memperoleh hasil yang maksimal. Tahap perencanaan tindakan pada siklus I, peneliti melaksanakan kegiatan

antara lain merencanakan pelaksanaan pembelajaran mengenai motorik kasar melalui permainan bola voli yang dimodifikasi. Kegiatan tersebut disusun oleh peneliti dengan persetujuan pendamping, pelaksanaan sebagai berikut :

- a) Penyusunan rencana kegiatan pembelajaran harian (RPP/Modul ajar) dalam pelaksanaan kegiatan permainan bola voli modifikasi.
- b) Mempersiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan sebagai penunjang pelaksanaan permainan bola voli modifikasi.
- c) Menyusun lembar observasi mengenai kegiatan permainan bola voli modifikasi.
- d) Mempersiapkan peralatan untuk mendokumentasikan pelaksanaan kegiatan peserta didik.

## **2) Pelaksanaan Tindakan**

Dalam pelaksanaan tindakan siklus I dilaksanakan sebanyak dua kali pertemuan. Pada pertemuan pertama, pembelajaran diawali dengan pembukaan berupa pengucapan salam dan dijawab oleh peserta didik dengan bersemangat, selanjutnya peserta didik diinstruksikan untuk berdoa bersama sebelum memulai kegiatan. Setelah selesai berdoa, peneliti memberikan arahan mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan berupa materi permainan bola voli modifikasi. Peserta didik

mendengarkan dengan seksama dan antusias yang tinggi hingga akhir.

Kegiatan pada pertemuan kedua yaitu melanjutkan materi sebelumnya yang berhubungan dengan permainan bola voli yang modifikasi. Setelah materi selesai dilaksanakan, peserta didik diinstruksikan untuk melanjutkan materi pengukuran tingkat kemampuan motorik kasar dengan menggunakan tiga macam tes, meliputi tes lari 30 meter, *shuttle run*, dan *vertical jump*. Ketiga tes tersebut dilaksanakan untuk mengetahui tingkat kecepatan, kelajuan dan kekuatan peserta didik.

### 3) Pengamatan

Dari hasil pengamatan yang telah dilaksanakan pada siklus I dengan menggunakan lembar observasi melalui tes dapat dilihat terdapat peningkatan kemampuan motorik kasar pada peserta didik dari awal sebelum dilaksanakannya suatu tindakan dan sesudah dilaksanakannya tindakan. Hasil peningkatan pada tindakan sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil pengamatan motorik kasar siklus 1 per aspek penilaian

No	Aspek Penilaian	Siklus I		Rata-Rata
		Pertemuan I	Pertemuan II	
1	Kecepatan	26%	39%	32%
2	Kelincahan	16%	52%	34%
3	Kekuatan	29%	52%	40%

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa rata-rata kemampuan motorik kasar peserta didik pada siklus I untuk

kecepatan dengan rata-rata 32% peserta didik memiliki kecepatan yang baik namun masih berada pada kriteria kurang baik, kelincahan dengan rata-rata 34% peserta didik memiliki kelincahan yang baik namun masih berada pada kriteria kurang baik serta kekuatan dengan rata-rata 40% peserta didik memiliki kekuatan yang baik tapi masih berada dalam kriteria yang kurang baik.

Pada hasil siklus I pada aspek kecepatan terdapat 12 (39%) peserta didik memiliki kecepatan yang baik dapat berlari menempuh jarak 30 meter dengan waktu 3,92-4,73 putra dan 4,51-5,41 putri, pada aspek kelincahan terdapat 16 (52%) peserta didik yang memiliki kelincahan baik dapat melakukan *shuttle run* dengan waktu 12,11-13,52 detik putra dan 12,43-14,08 putri serta aspek kekuatan terdapat 16 (52%) peserta didik yang memiliki kekuatan baik dapat melompat dengan jarak 31-40 cm untuk putra dan 21-30 cm untuk putri.

Hasil tabel di atas merupakan perolehan kemampuan motorik kasar peserta didik secara keseluruhan, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 9. Hasil pengamatan aspek motorik kasar siklus I per anak

No	Kode Subjek	Persentase (%)	Keterangan
1	S1	100.00	Baik
2	S2	100.00	Baik
3	S3	55.56	Kurang
4	S4	100.00	Baik
5	S5	100.00	Baik
6	S6	100.00	Baik
7	S7	66.67	Cukup
8	S8	44.44	Kurang
9	S9	66.67	Cukup
10	S10	66.67	Cukup
11	S11	88.89	Baik
12	S12	100.00	Baik
13	S13	100.00	Baik
14	S14	66.67	Cukup
15	S15	66.67	Cukup
16	S16	100.00	Baik
17	S17	55.56	Kurang
18	S18	100.00	Baik
19	S19	66.67	Cukup
20	S20	100.00	Baik
21	S21	88.89	Baik
22	S22	66.67	Cukup
23	S23	66.67	Cukup
24	S24	66.67	Cukup
25	S25	88.89	Baik
26	S26	88.89	Baik
27	S27	66.67	Cukup
28	S28	100.00	Baik
29	S29	100.00	Baik
30	S30	55.56	Kurang
31	S31	66.67	Cukup

Sesuai dengan tabel di atas dapat dilihat bahwa lebih dari 13% peserta didik belum mempunyai kemampuan motorik kasar dalam ketiga aspek tersebut. Sebanyak 12 (39%) peserta didik yang berada pada kriteria baik, 15 (48%) peserta didik berada pada kriteria cukup baik serta 4 (13%)

peserta didik berada pada kriteria kurang baik. Dapat ditarik Kesimpulan bahwa tingkat kemampuan motorik kasar peserta didik sudah mengalami peningkatan.

#### **4) Refleksi**

Refleksi yang dilakukan oleh peneliti setelah melaksanakan tindakan serta pengamatan, sebagai berikut:

- a) Peserta didik yang masuk dalam kategori tuntas/baik hanya berjumlah 12 orang.
- b) Peserta didik masih banyak yang tidak serius dalam mengikuti pembelajaran PJOK di lapangan.
- c) Peserta didik kurang menanamkan sikap kerja sama dengan rekannya pada saat pembelajaran PJOK.
- d) Perlunya peningkatan tanggungjawab peserta didik atas dirinya sendiri maupun orang lain pada saat pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan pengamatan proses dan produk pada siklus I, diketahui bahwa tujuan dari penelitian belum tercapai penuh. Dengan demikian, perlu adanya tindakan pada siklus II yang didasarkan pada refleksi tindakan siklus I serta di dalamnya memuat perbaikan terkait kekurangan peserta didik pada pembelajaran PJOK di siklus I.

## **b. Hasil Pelaksanaan Tindakan Kelas Siklus II**

Pada pelaksanaan tindakan siklus II yang merupakan hasil refleksi dari siklus I. Siklus II mengandung perbaikan yang berkaitan dengan hal-hal tertentu bersifat kurang maksimal pada siklus sebelumnya.

### **1) Perencanaan**

Perencanaan tindakan siklus II berdasarkan hasil refleksi pada siklus I. Langkah-langkah yang diambil pada siklus II disusun oleh peneliti atas persetujuan guru PJOK. Meskipun tindakan yang dilaksanakan pada siklus I sudah dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik dari sebelum pelaksanaan tindakan, peneliti masih ingin melanjutkan tindakan pada siklus selanjutnya. Hal ini bertujuan untuk perolehan hasil yang sesuai dengan indikator keberhasilan pencapaian.

Pada siklus II kegiatan dirancang dengan cermat dibandingkan dengan siklus I. Tujuannya ialah untuk meminimalisir kekurangan yang terjadi pada siklus sebelumnya. Dengan demikian, pelaksanaan tindakan pada siklus II merupakan upaya perbaikan dan penyempurnaan sesuai dengan refleksi dan evaluasi dari siklus I, dengan harapan dapat mencapai hasil yang lebih baik sesuai dengan indikator keberhasilan yang ditetapkan, yang dilakukan peneliti ialah:

- a) Menyusun rencana pembelajaran (RPP/Modul ajar) sebagai acuan penelitian dalam pelaksanaan kegiatan permainan bola voli modifikasi.
- b) Mempersiapkan peralatan yang akan digunakan dalam kegiatan serta peralatan dokumentasi kegiatan.
- c) Menyusun lembar observasi mengenai permainan bola voli modifikasi.
- d) Peneliti akan menyampaikan hasil evaluasi pembelajaran pada siklus I kepada peserta didik, memberikan umpan balik, dan membahas aspek-aspek yang perlu ditingkatkan.
- e) Peneliti akan memberikan tambahan materi terkait permainan bola voli modifikasi untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik.
- f) Peneliti akan memberikan teguran tegas kepada peserta didik yang kurang disiplin saat mengikuti pembelajaran PJOK.
- g) Peneliti akan menekankan pentingnya bekerja sama dalam permainan beregu.
- h) Peneliti akan memberikan pemahaman kepada peserta didik tentang pentingnya tanggung jawab dalam setiap tindakan, terutama saat berada di lapangan.

Secara keseluruhan, rencana tindakan ini bertujuan untuk memperbaiki aspek-aspek yang masih perlu ditingkatkan

berdasarkan refleksi pada siklus I, sehingga pembelajaran di siklus II dapat berjalan dengan hasil yang lebih baik.

## 2) Pelaksanaan Tindakan

Pada pertemuan pertama siklus II, proses pembelajaran dilaksanakan Ketika bel sudah berbunyi. Setelah itu, peneliti mengajak peserta didik untuk berbaris di lapangan sekolah. sesampainya di lapangan, peserta didik berbaris dengan rapi. Peneliti mengawali pembelajaran dengan mengucap salam, kemudian melakukan presensi. Setelah itu, peserta didik diistirahatkan sambil mendengarkan penjelasan dari peneliti mengenai materi yang akan diberikan pada pertemuan hari itu.

Peneliti menjelaskan aturan dan langkah-langkah permainan. Langkah pertama, peserta didik diinstruksikan untuk membuat beberapa kelompok dengan ketentuan satu kelompok beranggotakan 6 orang campuran antara laki-laki dan perempuan. Setelah penjelasan selesai dan peserta didik memahami peraturan dan Langkah permainan, dilangsungkan permainan untuk kedua tim yang sudah terpilih. Permainan dilakukan 2 set dengan perolehan point setiap pertandingan 25 point. Setelah permainan selesai, peserta didik diberi waktu untuk beristirahat, lalu dilanjutkan dengan melaksanakan tes, lari 30 meter, *shuttle run* dan *vertical jump*.

Pada pertemuan kedua siklus II, kegiatan dilaksanakan setelah bel berbunyi dan peserta didik berbaris di lapangan dengan rapi. Pembelajaran diawali dengan doa dan presensi, lalu penjelasan mengenai materi yang akan diberikan. Peserta didik telah memahami aturan dan langkah-langkah permainan bola voli modifikasi. Peserta didik yang dipilih sebagai pemain sebanyak 12 orang dapat bermain dengan baik dan secara sportif untuk menyelesaikan permainan dengan hasil yang baik.

Setelah permainan selesai, peserta didik diberi waktu untuk beristirahat, lalu dilanjutkan dengan melaksanakan tes, lari 30 meter, *shuttle run* dan *vertical jump*. Berdasarkan hasil tes tersebut, menunjukkan bahwa stimulasi yang diberikan berhasil membantu peserta didik dalam Upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar melalui permainan yang telah diberikan.

### 3) Pengamatan

Dari hasil pengamatan yang telah dilaksanakan pada siklus I dengan menggunakan lembar observasi melalui tes dapat dilihat terdapat peningkatan kemampuan motorik kasar pada peserta didik dari awal sebelum dilaksanakannya suatu tindakan dan sesudah dilaksanakannya tindakan. Hasil peningkatan pada tindakan sebagai berikut:

Tabel 10. Hasil pengamatan motorik kasar siklus II per aspek penilaian

No	Aspek Penilaian	Siklus II		Rata-Rata
		Pertemuan I	Pertemuan II	
1	Kecepatan	81%	94%	87%
2	Kelincahan	81%	87%	84%
3	Kekuatan	74%	87%	81%

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa rata-rata kemampuan motorik kasar peserta didik pada siklus II untuk kecepatan dengan rata-rata 87% peserta didik memiliki kecepatan yang baik berada pada kriteria baik, kelincahan dengan rata-rata 84% peserta didik memiliki kelincahan yang baik berada pada kriteria baik serta kekuatan dengan rata-rata 81% peserta didik memiliki kekuatan yang baik berada dalam kriteria yang baik.

Pada hasil siklus I pada aspek kecepatan terdapat 29 (94%) peserta didik yang memiliki kecepatan baik dapat berlari menempuh jarak 30 meter dengan waktu 3,92-4,73 putra dan 4,51-5,41 putri, pada aspek kelincahan terdapat 27 (87%) peserta didik yang memiliki kelincahan baik dapat melakukan *shuttle run* dengan waktu 12,11-13,52 detik putra dan 12,43-14,08 putri serta aspek kekuatan terdapat 27 (87%) peserta didik yang memiliki kekuatan baik dapat melompat dengan jarak 31-40 cm untuk putra dan 21-30 cm untuk putri.

Hasil tabel di atas merupakan perolehan kemampuan motorik kasar peserta didik secara keseluruhan, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 11. Hasil pengamatan aspek motorik kasar siklus II per anak

No	Kode Subjek	Persentase (%)	Keterangan
1	S1	100.00	Baik
2	S2	100.00	Baik
3	S3	88.89	Baik
4	S4	100.00	Baik
5	S5	100.00	Baik
6	S6	100.00	Baik
7	S7	100.00	Baik
8	S8	77.78	Cukup
9	S9	100.00	Baik
10	S10	100.00	Baik
11	S11	100.00	Baik
12	S12	100.00	Baik
13	S13	100.00	Baik
14	S14	77.78	Cukup
15	S15	88.89	Baik
16	S16	100.00	Baik
17	S17	100.00	Baik
18	S18	100.00	Baik
19	S19	100.00	Baik
20	S20	100.00	Baik
21	S21	100.00	Baik
22	S22	100.00	Baik
23	S23	100.00	Baik
24	S24	100.00	Baik
25	S25	100.00	Baik
26	S26	100.00	Baik
27	S27	66.67	Cukup
28	S28	100.00	Baik
29	S29	100.00	Baik
30	S30	88.89	Baik
31	S31	100.00	Baik

Sesuai dengan tabel di atas dapat dilihat bahwa seluruh peserta didik sudah mengalami peningkatan kemampuan motorik

kasar dalam ketiga aspek tersebut. Sebanyak 28 (90%) peserta didik yang berada pada kriteria baik, 3 (10%) peserta didik berada pada kriteria cukup baik serta 0 (0%) peserta didik berada pada kriteria kurang baik. Dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kemampuan motorik kasar peserta didik kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek sudah mengalami peningkatan yang signifikan.

#### **4) Refleksi**

Refleksi yang dilakukan oleh peneliti setelah melaksanakan tindakan serta pengamatan, sebagai berikut:

- a) Pembelajaran PJOK dengan media permainan bola voli modifikasi berlangsung dengan baik dan dengan hasil yang sesuai dengan perencanaan.
- b) Peserta didik yang mendapatkan nilai tuntas berjumlah 28 anak. Hal tersebut menunjukkan bahwa ketercapaian indikator keberhasilan prodek perencanaan karena 24 peserta didik telah melebihi batas minimal yang disyaratkan yaitu sebesar 75% dari jumlah peserta didik yang berjumlah 31 anak.

### **B. Pembahasan**

Permasalahan inti pada penelitian ini ialah kemampuan motorik kasar peserta didik kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek yang belum optimal. Aspek yang dinilai dalam penelitian ini adalah kecepatan, kelincahan dan kekuatan. Kecepatan (*speed*) ialah kemampuan seseorang dalam berpindah tempat dari satu titik ke titik yang lainnya dalam waktu

yang sesingkat-singkatnya (Arsil dalam Hardiansyah, 2018, p. 118).

Menurut sajoto dalam (Saputra, 2018) kelincahan ialah krmampuan dalam merubah arah dengan cepat dan tepat selagi tubuh bergerak dari satu tempat ke tempat lain. Menurut Hardiansyah (2017, p. 118) kekuatan ialah kemampuan otot dalam melaksanakan pekerjaan. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang dilaksanakan.

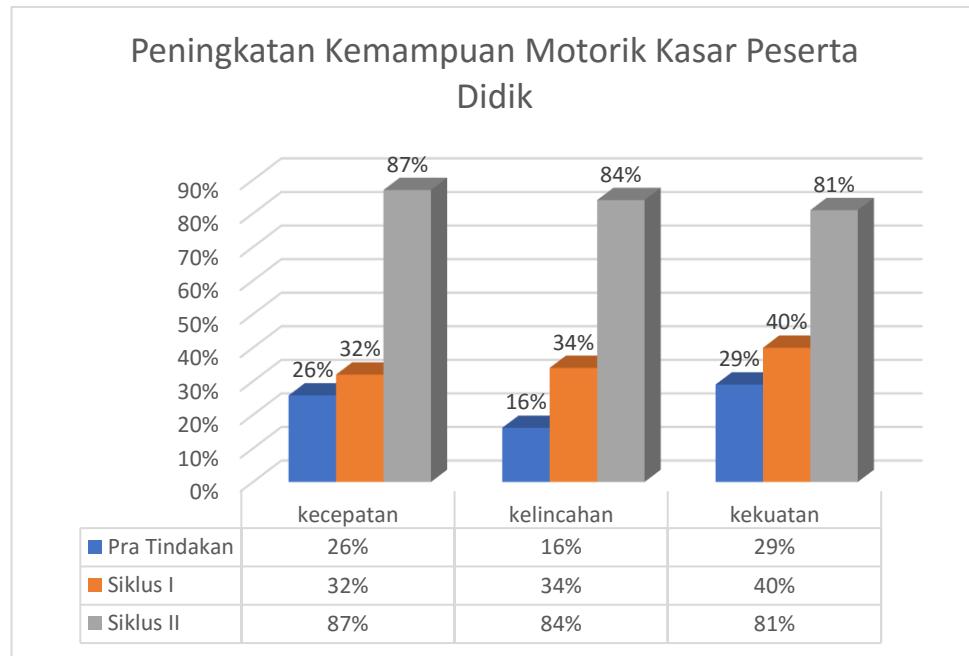
Berdasarkan hasil pengamatan serta refleksi sebelum pelaksanaan tindakan dan selama pelaksanaan tindakan siklus I dan siklus II diperoleh peningkatan pada setiap aspek penilaian yang diamati, sebagai berikut:

Tabel 12. Hasil pengamatan pra tindakan, siklus I, siklus II per aspek motorik kasar

Aspek Penilaian Motorik Kasar	Pra Tindakan	Siklus I	Siklus II
Kecepatan	26%	32%	87%
Kelincahan	16%	34%	84%
Kekuatan	29%	40%	81%

Apabila digambarkan dalam histogram, berikut gambar frekuensi Tingkat kemampuan motorik kasar peserta didik kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek berdasarkan 3 aspek.

Gambar 2. grafik peningkatan per aspek penilaian kemampuan motorik kasar peserta didik kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek



Berdasarkan grafik di atas dapat dilihat bahwa aspek kecepatan pada pra tindakan hanya 26% dari jumlah peserta didik, pada siklus I meningkat menjadi 32% dari jumlah peserta didik, kemudian siklus II meningkat 87% dari jumlah keseluruhan peserta didik, data tersebut menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar peserta didik sesudah dilaksanakannya tindakan mencapai kriteria yang baik.

Berdasarkan grafik di atas dapat dilihat bahwa aspek kelincahan pada pra tindakan hanya 16% dari jumlah peserta didik, pada siklus I meningkat menjadi 34% dari jumlah peserta didik, kemudian siklus II meningkat 84% dari jumlah keseluruhan peserta didik, data tersebut menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar peserta didik sesudah dilaksanakannya tindakan mencapai kriteria yang baik.

Berdasarkan grafik di atas dapat dilihat bahwa aspek kekuatan pada pra tindakan hanya 29% dari jumlah peserta didik, pada siklus I meningkat menjadi 40% dari jumlah peserta didik, kemudian siklus II meningkat 81% dari jumlah keseluruhan peserta didik, data tersebut menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar peserta didik sesudah dilaksanakannya tindakan mencapai kriteria yang baik.

Hasil diagram di atas merupakan perolehan kemampuan motorik kasar peserta didik secara keseluruhan mulai dari pra tindakan, siklus I dan siklus II, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

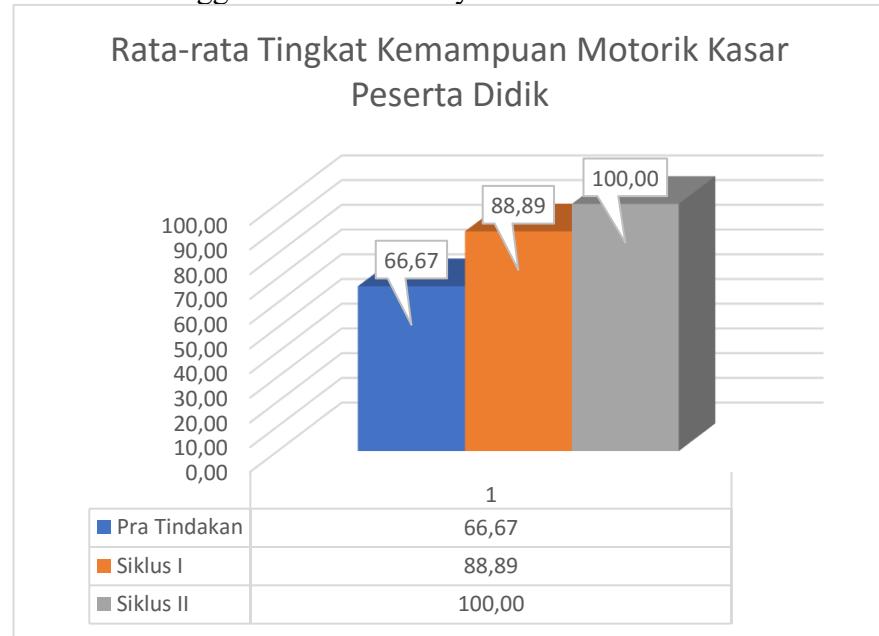
Tabel 13. Pengamatan kemampuan motorik kasar per peserta didik

No	Kode Subjek	Pra Tindakan	Siklus I	Siklus II
1	S1	77.78	100.00	100.00
2	S2	100.00	100.00	100.00
3	S3	55.56	55.56	88.89
4	S4	66.67	100.00	100.00
5	S5	100.00	100.00	100.00
6	S6	77.78	100.00	100.00
7	S7	66.67	66.67	100.00
8	S8	33.33	44.44	77.78
9	S9	66.67	66.67	100.00
10	S10	55.56	66.67	100.00
11	S11	66.67	88.89	100.00
12	S12	66.67	100.00	100.00
13	S13	88.89	100.00	100.00
14	S14	55.56	66.67	77.78
15	S15	66.67	66.67	88.89
16	S16	88.89	100.00	100.00
17	S17	33.33	55.56	100.00
18	S18	88.89	100.00	100.00
19	S19	66.67	66.67	100.00
20	S20	88.89	100.00	100.00
21	S21	88.89	88.89	100.00
22	S22	66.67	66.67	100.00
23	S23	66.67	66.67	100.00

24	S24	66.67	66.67	100.00
25	S25	77.78	88.89	100.00
26	S26	77.78	88.89	100.00
27	S27	66.67	66.67	66.67
28	S28	77.78	100.00	100.00
29	S29	77.78	100.00	100.00
30	S30	44.44	55.56	88.89
31	S31	66.67	66.67	100.00
Rata-Rata		66.67	88.89	100.00

Hasil tabel di atas merupakan data peningkatan kemampuan motorik kasar peserta didik secara keseluruhan mulai dari pra tindakan, siklus I dan siklus II, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut ini:

Gambar 3. grafik peningkatan kemampuan motorik kasar kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek



Dari grafik di atas dapat dilihat keseluruhan nilai rata-rata kemampuan motorik kasar per peserta didik mengalami peningkatan yang signifikan setelah dilaksankannya suatu tindakan yaitu pada pra tindakan peserta didik yang memiliki kemampuan motorik kasar baik sebesar 67%

sedangkan pada siklus I meningkat menjadi 89% dan pada siklus II kemampuan motorik kasar peserta didik meningkat menjadi 100%.

Berdasarkan uraian dari data yang diperoleh, peningkatan motorik kasar menunjukkan bahwa kegiatan penstimulus motorik kasar peserta didik akan lebih menyenangkan jika dilakukan melalui permainan. Permainan bola voli modifikasi dapat membantu peserta didik untuk melatih kecepatan, kelincahan dan kekuatan akan secara cepat merespon apa yang harus dilaksanakan. Perlu adanya stimulus atau pendorong untuk peserta didik dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar pada saat pembelajaran. selain meningkatkan kemampuan motorik kasar, pembelajaran dengan permainan bola voli modifikasi juga mampu untuk meningkatkan kualitas proses pembelajaran, seperti kerjasama, tanggungjawab dan sportivitas peserta didik.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Dalam penelitian ini sudah dilaksanakan dengan sebaik-baiknya, tetapi masih terdapat keterbatasan dan kekurangan, di antaranya:

1. Pada saat pengambilan data peserta didik sulit untuk dikondisikan, sehingga membutuhkan tenaga yang ekstra untuk mengatur peserta didik.
2. Tidak diketahui keadaan fisik peserta didik pada saat pelaksanaan pengambilan data atau tindakan, sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi hasil pengukuran dalam tes.

3. Terdapat kendala pada prasarana yang ada karena perpaduan antara lahan rumput dan tanah sehingga pada saat pelaksanaan kegiatan terkadang peserta didik terpeleset karena medan yang licin.
4. Peralatan yang kurang memadai seperti net voli yang sudah tidak bagus serta ketersediaan bola voli yang hanya sedikit.
5. Dalam penelitian ini hanya mengandung upaya peningkatan kemampuan motorik kasar peserta didik melalui permainan bola voli modifikasi saja belum sampai ke pengaruh dari kemampuan motorik kasar dalam aktivitas jasmani.

## **BAB V** **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan ringkasan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan di atas, dapat disimpulkan bahwa, penerapan permainan bola besar salah satunya bola voli modifikasi terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek, baik dari segi proses maupun hasil pembelajaran. Dengan uraian, sebelum tindakan terlihat aspek kecepatan pada tahap pra tindakan sebesar 26%, pada siklus I menjadi 32%, kemudian pada siklus II menjadi 87% dari keseluruhan peserta didik.

Kemampuan motorik kasar aspek kelincahan dapat dilihat pada tahap pra tindakan sebesar 16%, pada siklus I menjadi 34%, kemudian pada siklus II menjadi 84% dari keseluruhan peserta didik. Sedangkan pada aspek kekuatan dilihat pada tahap pra tindakan sebesar 29%, pada siklus I menjadi 40%, kemudian pada siklus II menjadi 81% dari keseluruhan peserta didik. Kemampuan morotik kasar peserta didik secara keseluruhan pada pra tindakan berada pada kriteria cukup ialah 67% meningkat pada siklus I menjadi 89%, kemudian meningkat pada siklus II menjadi 100%, sehingga dari hasil tersebut dapat dikatakan berhasil karena 31 peserta didik mencapai indikator kemampuan motorik kasar pada kriteria baik.

## **B. Implikasi Hasil Penelitian**

Berdasarkan Kesimpulan yang ada, hasil penelitian ini terdapat implikasi berupa:

1. Hasil penelitian ini memberikan masukan yang berharga untuk berbagai pihak terkait. Penggunaan permainan bola besar salah satunya bola voli yang dimodifikasi sebagai media pembelajaran memiliki potensi untuk dikembangkan dalam upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar pada peserta didik.
2. Perlu adanya stimulus atau pendorong untuk peserta didik dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar pada saat pembelajaran. selain meningkatkan kemampuan motorik kasar, pembelajaran dengan permainan bola besar juga mampu untuk meningkatkan kualitas proses pembelajaran, seperti Kerjasama, tanggungjawab dan sportivitas peserta didik.
3. Bagi tenaga pendidik, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pemicu atau alternatif media pembelajaran PJOK untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik.

## **C. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dari kesimpulan dan telah disampaikan sebelumnya, penulis ingin memberikan beberapa saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Peserta Didik

Saran yang diberikan penulis kepada peserta didik, diharapkan dapat memperbanyak latihan atau beraktivitas agar meningkatkan kemampuan motorik kasar dengan hasil yang baik.

### 2. Bagi Tenaga Pendidik

Tenaga pendidik dapat menjadikan permainan bola voli modifikasi sebagai inovasi pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik. Dalam pengukuran tingkat kemampuan motorik kasar peserta didik sebaiknya dilakukan secara bertahap untuk mengetahui perkembangan motorik kasar peserta didik dan memperoleh hasil yang dapat digunakan sebagai pedoman untuk menentukan perencanaan selanjutnya.

### 3. Bagi Sekolah

Pihak sekolah memfasilitasi kebutuhan aktivitas peserta didik di lapangan serta memberikan dukungan agar pelaksanaan kegiatan memperoleh hasil yang baik. Hal tersebut dimaksudkan agar berfungsi sebagai panduan untuk merancang kurikulum dan materi program PJOK yang disesuaikan dengan tingkat kemampuan motorik kasar peserta didik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Faozi, F., Sanusi, H., & Listiandi, A. D. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Stad Terhadap Keterampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Di SMA Islam Al-Fardiyatuss'adah Citepus Palabuhanratu. *Physical Activity Journal*, 1(1), 51. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2019.1.1.2001>
- Fatonah, S. (2012). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak melalui Senam Ritmik Menggunakan Pita. *Universitas Muhammadiyah Purwokerto*, 25–65. [http://repository.ump.ac.id/6819/3/BAB\\_II\\_SITI\\_FATONAH\\_PAUD'12.pdf](http://repository.ump.ac.id/6819/3/BAB_II_SITI_FATONAH_PAUD'12.pdf)
- Hasanah, H. (2017). TEKNIK-TEKNIK OBSERVASI (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-ilmu Sosial). *At-Taqaddum*, 8(1), 21. <https://doi.org/10.21580/at.v8i1.1163>
- Mawarti, S. (2019). Permainan Bolavoli Mini Untuk Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(2), 67–72.
- Melinda. (2017). Eksistensi permainan tradisional di sekolah dasar. *Skripsi*, 8–26. [http://repository.ump.ac.id/3525/3/MELINDA\\_BAB\\_II.pdf](http://repository.ump.ac.id/3525/3/MELINDA_BAB_II.pdf)
- Motorik, K., Anak, H., & Dini, U. (2023). (*Penelitian Quasi Eksperimen Pada Anak Usia 4 – 5 tahun di TK Kecamatan Cileunyi Kabupaten Bandung*).
- Muhammad, H. H. (2021). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Group Investigation (GI) untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa pada materi Himpunan pada siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Kota Ternate Hujairah. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(1), 116–126. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4659021>
- Rijali, A. (2018). *Analisis Data Kualitatif Ahmad Rijali UIN Antasari Banjarmasin*. 17(33), 81–95.
- Rohmah, N. (2016). Bermain Dan Pemanfaatannya Dalam Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Tarbawi*, 13(2), 27–35.
- Sujiono, B., Sumatri, M. S., & Chandrawati, T. (2014). Metode Pengembangan Fisik. *Modul Metode Pengembangan Fisik*, 1–21.
- Sulistiwati, C. (2014). Pengaruh Permainan Ice Breaking Terhadap Rasa Percaya Diri dan Prestasi Belajar IPS Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 2 Kemutug Lor. *Universitas Muhammadiyah Purwokerto*, 1962, 74. <https://eje.bioscientifica.com/view/journals/eje/171/6/727.xml>
- Ulfah, A. A., Dimyati, D., & Putra, A. J. A. (2021). Analisis Penerapan Senam

- Irama dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1844–1852. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.993>
- Widayat, W. (2017). keterampilan teknik dasar bola voli pada siswa peserta ekstrakurikuler di SD NEGERI 2 PARANGTRITIS KRETEK BANTUL. In *Gastronomía ecuatoriana y turismo local*. (Vol. 1, Issue 69).
- Wisudayanti, K. A. (2020). Peningkatan Motorik Halus Anak Usia Dini Di Era Revolusi Industri 4.0. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 59–67.
- Wiwik Pratiwi. (2017). Konsep Bermain Pada Anak Usia Dini. *Manajemen Pendidikan Islam*, 5, 106–117.
- Hardiansyah, S. (2018). Analisis Kemampuan Kondisi Fisik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Jurnal MensSana*, 3(1), 117–123.
- Mahfud, M., & Sriyono, S. (2024). Meningkatkan Hasil Belajar Servis Bawah Bola Voli Menggunakan Modifikasi Permainan Kasti-Voli (Kasvol) Pada Siswa Kelas Vii C Smp Negeri 38 Semarang. *Prosiding Webinar Penguatan Calon Guru Profesional*, 866-876.
- Maulana, M. I., Suparno, S., & Sudarmono, M. (2024). Upaya Peningkatan Keterampilan Passing Atas Dan Passing Bawah Permainan Bola Voli Menggunakan Modifikasi Bola Spon Kelas Vii G Smp N 3 Semarang. *Prosiding Webinar Penguatan Calon Guru Profesional*, 964-969.
- Putra, A. P., Rukmana, A., & Rahman, A. A. (2024). Penggunaan Bola Modifikasi Terhadap Motivasi Belajar Siswa Pada Servis Bawah Bola Voli. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani dan Olah Raga)*, 9(1), 19-28.
- Saputra, A., & Yennes, R. (2018). Hubungan Kelincahan dan Kecepatan dengan Kemampuan Dribbling Pemain Sekolah Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 71-78.
- Wicaksono, D. B. (2024). Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah Pada Bola Voli Dengan Menggunakan Permainan “3 On 3” Pada Siswa Kelas Ix Smp Negri 17 Semarang Tahun. *Prosiding Webinar Penguatan Calon Guru Profesional*, 435-440.
- Yustiyati, S. (2024). Meningkatkan Minat Belajar Siswa SD dalam Pembelajaran PJOK melalui Permainan Tradisional. *Jurnal Keolahragaan JUARA*, 4(1), 25-33.
- Purnomo, A. (2021). *Pengaruh Latihan Imagery dan Self Talk Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri*. [https://eprints.uny.ac.id/64727/1/fulltext\\_arif\\_purnomo\\_19711251069.pdf](https://eprints.uny.ac.id/64727/1/fulltext_arif_purnomo_19711251069.pdf)

M. Hafid Hizbulah. (2021). Upaya Peningkatan Keterampilan Motorik kasar Pada Siswa Kelas 2 SDN 1 Ketileng Kecamatan Malo Kabupaten Bojonegoro 2019/2020. *Universitas Sebelas Maret*.

Mudawiyah, Uuf (2020) Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Permainan Tradisional Engklek (PTK di Kelompok B TK Ihsaaniyah Kota Serang ).. *Diploma atau SI thesis, UIN SMH BANTEN*.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 Surat Bimbingan Tugas Akhir Skripsi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092.  
Laman : <http://www.fikk.uny.ac.id>. Surel : [humas\\_fikk@uny.ac.id](mailto:humas_fikk@uny.ac.id)

#### SURAT PERMOHONAN PEMBIMBING PENYUSUNAN PROPOSAL TA No. 112/PJSD/VI/2024

Berdasarkan persetujuan Koorprodi atas usulan Proposal Tugas Akhir Skripsi mahasiswa:

Nama : Daffa Adlili Alvito  
NIM : 20604224045  
Program Studi : S1-Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar  
Judul : Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Melalui Permainan Bola Voli Modifikasi pada Siswa Kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek Kabupaten Bantul.

Dengan hormat, mohon Bapak:

Nama : Riky Dwihandaka, S.Pd.Kor., M.Or.  
NIP : 19821129 201504 1 001  
Jabatan : Lektor  
Departemen : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Bersedia sebagai Pembimbing penyusunan proposal TA bagi mahasiswa tersebut di atas. Atas kesediaannya dan kerjasama Bapak diucapkan banyak terima kasih.

Yogyakarta, 2 Juli 2024  
Kadep PJSD/Koorprodi SI-PJSD



Dr. Hari Yuliarto, M.Kes.  
NIP. 19670701 199412 1 001

## Lampiran 2 Surat Izin penelitian



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/1035/UN34.16/PT.01.04/2024

11 Juni 2024

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth . SD Unggulan Muhammadiyah Kretek  
Mriyan Donotirto Kretek Bantul 55772, Grges, Donotirto, Kec. Kretek, Kabupaten Bantul,  
Daerah Istimewa Yogyakarta 55772

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

Nama	:	Daffa Adlii Alvito
NIM	:	20604224045
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Tujuan	:	Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	:	Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Melalui Permainan Bola Voli pada Siswa Kelas V SD Unggulan Muhammadiyah Kretek Kapanewon Kretek Kabupaten Bantul
Waktu Penelitian	:	12 - 19 Juni 2024

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.



Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan; Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or. NIP 19830626 200812 1 002
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

### Lampiran 3 Surat Balasan Sudah Melakukan Penelitian



#### MUHAMMADIYAH MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH

#### SD UNGGULAN MUHAMMADIYAH KRETEK

*Unggul dan Berakhlaq Mulia*

Status Sekolah : Swasta NPSN : 20411840 Terakreditasi A

Alamat : Mrijyan Donoирto Kretek Bantul Yogyakarta 55772 Telp. 082137199292

Website : [www.sdumuhkretek.sch.id](http://www.sdumuhkretek.sch.id) E-mail : [sdumuhkretek@gmail.com](mailto:sdumuhkretek@gmail.com)

#### SURAT KETERANGAN NO. 115/E2/SDUMK/VII/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : EVI YUSNITA EKAWATI, S.Pd.

NIP : -

Jabatan : Kepala Sekolah

Unit Kerja : SD Unggulan Muhammadiyah Kretek

Menerangkan bahwa :

Nama : Daffa Adlii Alvito

NIM : 20604224045

Universitas : UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1

Adalah benar-benar telah mengadakan Penelitian dengan judul “**UPAYA MENINGKATKAN MOTORIK KASAR MELALUI PERMAINAN BOLA VOLI MODIFIKASI PADA SISWA KELAS V SD UNGGULAN MUHAMMADIYAH KRETEK KABUPATEN BANTUL’**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana semestinya.



## Lampiran 4 Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN**  
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR PROGRAM SARJANA**  
 Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092.  
 Laman : <http://www.flkk.uny.ac.id>, Surel : [humas\\_flkk@uny.ac.id](mailto:humas_flkk@uny.ac.id)

### FORMULIR BIMBINGAN PENYUSUNAN LAPORAN TA

Nama Mahasiswa : Daffa Adin Alvito  
 Dosen Pembimbing : Riky Dwihandika, S.Pd., KOr., M.Or.  
 NIM : 30604224005  
 Program Studi : PJSD  
 Judul TA : Upaya Mengatasi motorik kasar melalui permainan Bola Voli...modifikasi pada Siswa Kelas V SD Unggulan Muhammadiyah  
 Kecamatan Bantul

No.	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Hasil/Saran Bimbingan	Paraf Dosen Pembimbing
1.	Jumat, 15.3.2024	Diskusi tentang judul	tidak menggunakan DTK	✓
2.	Selasa 25.6.2024	Biskusi Bab 1	lanjut Bab 2 dan revisi	✓
3.	Rabu 26.6.2024	Diskusi Bab 2	lanjut Bab 3 dan revisi	✓
4.	Jumat, 28.6.2024	Diskusi Bab 3	revisi Bab 3	✓
5.	Senin, 1.7.2024	Bab 3	revisi teori dan penulisan	✓
6.	Rabu, 3.7.2024	Bab 3	revisi ACC lanjut olah data	✓
7.	Kamis, 4.7.2024	Bab 4	lanjut Bab 5	✓
8.	Jumat, 5.7.2024	Bab 4	lanjut tidak ada	✓
9.	Sabtu, 6.7.2024	Bab 5	revisi	✓
10.	Senin, 8.7.2024	Minta tanda tangan	tanda tangan Lembar Pengesahan	✓

Mengatahi  
Koordinator S1 PJSD

Dr. Hari Yuliarto, M.Kes.  
NIP. 19670701 199412 1 001

Yogyakarta, 8. Juli. 2024

Mahasiswa,

Daffa Adin A.  
NIM: 30604224005

## Lampiran 5 Data Penelitian Pratindakan

LEMBAR KEMAMPUAN MOTORIK KASAR SISWA  
SD UNGGUAN MUHAMMADIYAH KRETEK

No	NAMA	KECEPATAN			KELINCAHAN			KEKUATAN			JUMLAH	
		(B) 3	(C) 2	(KB) 1	(B) 3	(C) 2	(KB) 1	(B) 3	(C) 2	(KB) 1		
1	S1	✓			✓			✓			9	Baik
2	S2	✓			✓			✓			9	Baik
3	S3	✓				✓			✓		7	Cukup
4	S4	✓			✓			✓			9	Baik
5	S5	✓			✓			✓			9	Baik
6	S6	✓			✓			✓			9	Baik
7	S7	✓			✓			✓			9	Baik
8	S8		✓			✓			✓		6	Cukup
9	S9		✓		✓			✓			8	Baik
10	S10		✓		✓			✓			8	Baik
11	S11	✓			✓			✓			9	Baik
12	S12	✓			✓			✓			9	Baik
13	S13	✓			✓			✓			9	Baik
14	S14		✓			✓		✓			7	Cukup
15	S15		✓		✓			✓			9	Baik
16	S16	✓			✓			✓			9	Baik
17	S17	✓				✓		✓			8	Baik
18	S18	✓			✓			✓			9	Baik

19	S19	✓			✓			✓			8	Baik
20	S20	✓			✓			✓			9	Baik
21	S21	✓			✓			✓			9	Baik
22	S22	✓			✓				✓		8	Baik
23	S23	✓			✓			✓			8	Baik
24	S24	✓			✓			✓			8	Baik
25	S25	✓			✓			✓			9	Baik
26	S26	✓			✓			✓			9	Baik
27	S27		✓			✓			✓		6	Cukup
28	S28	✓			✓			✓			9	Baik
29	S29	✓			✓			✓			9	Baik
30	S30	✓				✓			✓		7	Cukup
31	S31	✓			✓			✓			9	Baik
	Jumlah	25	6	25	6	23	8					

Sesuai dengan tabel diatas bahwa 85% peserta didik Berada pada kriteria Baik, lalu 16% peserta didik pada kriteria Cukup baik, serta 0% peserta didik berada pada kriteria kurang baik.

## Siklus 1

### LEMBAR KEMAMPUAN MOTORIK KASAR SISWA SD UNGGUAN MUHAMMADIYAH KRETEK

No	NAMA	KECEPATAN			KELINCAHAN			KEKUATAN			JUMLAH	
		(B) 3	(C) 2	(KB) 1	(B) 3	(C) 2	(KB) 1	(B) 3	(C) 2	(KB) 1		
1	S1	✓			✓			✓			9	Baik
2	S2	✓			✓			✓			9	Baik
3	S3	✓				✓			✓		7	Cukup
4	S4	✓			✓			✓			9	Baik
5	S5	✓			✓			✓			9	Baik
6	S6	✓			✓			✓			9	Baik
7	S7	✓			✓			✓			9	Baik
8	S8		✓			✓			✓		6	Cukup
9	S9		✓		✓			✓			8	Baik
10	S10		✓		✓			✓			8	Baik
11	S11	✓			✓			✓			9	Baik
12	S12	✓			✓			✓			9	Baik
13	S13	✓			✓			✓			9	Baik
14	S14		✓			✓		✓			7	Cukup
15	S15		✓		✓			✓			8	Baik
16	S16	✓			✓			✓			9	Baik
17	S17	✓				✓		✓			8	Baik
18	S18	✓			✓			✓			9	Baik

19	S19	✓			✓			✓			8	Baik
20	S20	✓			✓			✓			9	Baik
21	S21	✓			✓			✓			9	Baik
22	S22	✓			✓			✓			8	Baik
23	S23	✓			✓			✓			8	Baik
24	S24	✓			✓			✓			8	Baik
25	S25	✓			✓			✓			9	Baik
26	S26	✓			✓			✓			9	Baik
27	S27		✓			✓			✓		6	Cukup
28	S28	✓			✓			✓			9	Baik
29	S29	✓			✓			✓			9	Baik
30	S30	✓				✓			✓		7	Cukup
31	S31	✓			✓			✓			9	Baik
Jumlah		25	6		25	6		23	8			

Sesuai dengan tabel diatas bahwa 83% peserta didik berada pada kriteria Baik, lalu 16% peserta didik pada kriteria Cukup baik, serta 0% peserta didik berada pada kriteria kurang baik.

## Siklus 1 Pertemuan ke-2

LEMBAR KEMAMPUAN MOTORIK KASAR SISWA  
SD UNGGUAN MUHAMMADIYAH KRETEK

No	NAMA	KECEPATAN			KELINCAHAN			KEKUATAN			JUMLAH	
		(B) 3	(C) 2	(KB) 1	(B) 3	(C) 2	(KB) 1	(B) 3	(C) 2	(KB) 1		
1	S1	✓			✓			✓			9	Baik
2	S2	✓			✓			✓			9	Baik
3	S3		✓				✓		✓		5	Kurang
4	S4	✓	✓		✓			✓			9	Baik
5	S5	✓			✓			✓			9	Baik
6	S6	✓			✓			✓			9	Baik
7	S7		✓			✓		✓			6	Cukup
8	S8			✓	✓				✓		4	Kurang
9	S9	✓			✓			✓			6	Cukup
10	S10	✓			✓			✓			6	Cukup
11	S11	✓		✓				✓			8	Baik
12	S12	✓			✓			✓			9	Baik
13	S13	✓			✓			✓			9	Baik
14	S14		✓			✓		✓			6	Cukup
15	S15		✓			✓		✓			6	Cukup
16	S16	✓			✓			✓			6	Cukup
17	S17		✓			✓		✓			9	Baik
18	S18	✓			✓			✓	✓		5	Kurang
											9	Baik

19	S19		✓			✓			✓		6	Cukup
20	S20	✓			✓			✓			9	Baik
21	S21	✓		✓				✓			8	Baik
22	S22	✓			✓			✓			6	Cukup
23	S23	✓			✓			✓			6	Cukup
24	S24	✓			✓			✓			6	Cukup
25	S25	✓		✓				✓			8	Baik
26	S26	✓		✓				✓			8	Baik
27	S27	✓			✓			✓			6	Cukup
28	S28	✓			✓			✓			9	Baik
29	S29	✓			✓			✓			9	Baik
30	S30		✓			✓			✓		5	Kurang
31	S31		✓			✓			✓		6	Cukup
	Jumlah	17	18	1	16	13	2	16	13	2		

Sesuai dengan tabel diatas bahwa 39% peserta didik berada pada kriteria baik, lalu 48% peserta didik berada pada kriteria cukup baik, serta 13% peserta didik berada pada kriteria kurang baik.

## Siklus 2

### LEMBAR KEMAMPUAN MOTOKR KASAR SISWA SD UNGGUAN MUHAMMADIYAH KRETEK

No	NAMA	KECEPATAN			KELINCAHAN			KEKUATAN			JUMLAH	
		(B) 3	(C) 2	(KB) 1	(B) 3	(C) 2	(KB) 1	(B) 3	(C) 2	(KB) 1		
1	S1	✓			✓			✓			9	Baik
2	S2	✓			✓			✓			9	Baik
3	S3	✓				✓			✓		9	Baik
4	S4	✓			✓				✓		7	Cukup
5	S5	✓			✓			✓			9	Baik
6	S6	✓			✓			✓			9	Baik
7	S7	✓			✓			✓			9	Baik
8	S8		✓			✓			✓		6	Cukup
9	S9		✓		✓			✓			8	Baik
10	S10		✓		✓			✓			8	Baik
11	S11	✓			✓			✓			9	Baik
12	S12	✓			✓			✓			9	Baik
13	S13	✓			✓			✓			9	Baik
14	S14		✓			✓		✓			7	Cukup
15	S15		✓		✓			✓			8	Baik
16	S16	✓			✓			✓			9	Baik
17	S17	✓				✓		✓			8	Baik
18	S18	✓			✓			✓			9	Baik

19	S19	✓			✓			✓			8	Baik
20	S20	✓			✓			✓			9	Baik
21	S21	✓			✓			✓			9	Baik
22	S22	✓			✓				✓		8	Baik
23	S23	✓			✓			✓			8	Baik
24	S24	✓			✓			✓			8	Baik
25	S25	✓			✓			✓			9	Baik
26	S26	✓			✓			✓			9	Baik
27	S27		✓			✓			✓		6	Cukup
28	S28	✓			✓			✓			9	Baik
29	S29	✓			✓			✓			9	Baik
30	S30	✓				✓			✓		7	Cukup
31	S31	✓			✓			✓			9	Baik
	Jumlah	25	6		25	6		23	8			

Sesuai dengan tabel diatas bahwa 85% peserta didik Berada pada kriteria Baik, lalu 16% peserta didik pada kriteria Cukup tak, serta 0% peserta didik berada pada kriteria kurang Baik.

## Siklus 2 Pertemuan ke-2

LEMBAR KEMAMPUAN MOTORIK KASAR SISWA  
SD UNGGUAN MUHAMMADIYAH KRETEK

No	NAMA	KECEPATAN			KELINCAHAN			KEKUATAN			JUMLAH	
		(B) 3	(C) 2	(KB) 1	(B) 3	(C) 2	(KB) 1	(B) 3	(C) 2	(KB) 1		
1	S1	✓			✓			✓			9	Baik
2	S2	✓			✓			✓			9	Baik
3	S3	✓				✓		✓			8	Baik
4	S4	✓			✓			✓			9	Baik
5	S5	✓			✓			✓			9	Baik
6	S6	✓			✓			✓			9	Baik
7	S7	✓			✓			✓			9	Baik
8	S8	✓				✓		✓			7	Cukup
9	S9	✓			✓			✓			9	Baik
10	S10	✓			✓			✓			9	Baik
11	S11	✓			✓			✓			9	Baik
12	S12	✓			✓			✓			9	Baik
13	S13	✓			✓			✓			9	Baik
14	S14	✓			✓			✓			9	Baik
15	S15		✓		✓			✓			7	Cukup
16	S16	✓			✓			✓			8	Baik
17	S17	✓			✓			✓			9	Baik
18	S18	✓			✓			✓			9	Baik

19	S19	✓			✓			✓			9	Baik
20	S20	✓			✓			✓			9	Baik
21	S21	✓			✓			✓			9	Baik
22	S22	✓			✓			✓			9	Baik
23	S23	✓			✓			✓			9	Baik
24	S24	✓			✓			✓			9	Baik
25	S25	✓			✓			✓			9	Baik
26	S26	✓			✓			✓			9	Baik
27	S27		✓		✓			✓			6	Cukup
28	S28	✓			✓			✓			9	Baik
29	S29	✓			✓			✓			9	Baik
30	S30	✓			✓				✓		8	Baik
31	S31	✓			✓			✓			9	Baik
	Jumlah	28	2		27	4		27	4			

Sesuai dengan tabel diatas bahwa 90% peserta didik Berada pada kriteria baik, lalu 10% peserta didik berada pada kriteria Cukup Baik. Serta 0% peserta didik berada pada kriteria kurang baik.

**Lampiran 6 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)**

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

**(RPP)**

**A. Identitas**

Nama Sekolah : SD Unggulan Muhammadiyah Kretek  
Kelas : V  
Materi : Permainan Bola Besar (Bola Voli)  
Alokasi waktu : 2 X 35menit

**B. Indikator**

No	Kompetensi	Indikator
3.1	Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam berbagai permainan bola besar.	<ol style="list-style-type: none"><li>Menyebutkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar. (Bola Voli)</li><li>Menganalisis langkah-langkah gerak dasar pasing bawah bola voli</li><li>Menjelaskan cara melakukan gerak dasar pasing bawah dalam permainan bola voli</li></ol>
4.1	Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar.	<ol style="list-style-type: none"><li>Mempresentasikan Langkah-langkah gerak dasar pasing bawah bola voli</li><li>Melakukan gerakan pasing bawah dalam permainan bola besar bola voli</li></ol>

**C. Tujuan Pembelajaran**

Siswa mampu mempraktikkan gerakan pasing bawah dengan baik dan benar sebanyak 10 kali

**D. Materi pembelajaran**

Bola Voli (Teknik Pasing Bawah)

**E. Pendekatan dan Metode**

Pendekatan : Scientific

Metode : Penugasan, pengamatan, praktik, Tanya Jawab, Diskusi dan Ceramah

#### F. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membariskan siswa lalu memberikan salam dan mengajak berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing,</li> <li>2. Melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa (presensi).</li> <li>3. Melakukan apresepsi dan tanya jawab dengan siswa.</li> <li>4. Guru menyiapkan fisik dan psikis anak atau warming up statis dan dinamis dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak.</li> <li>5. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</li> </ol>
Inti	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mengamati video/guru yang melakukan teknik pasing bawah bola voli</li> <li>2. Siswa melakukan tanya jawab dengan guru tentang materi pasing bawah bola voli</li> <li>3. Guru meminta siswa untuk membentuk kelompok</li> <li>4. Siswa mencoba mempraktekkan pasing bawah bersama kelompoknya</li> <li>5. Guru mengawasi siswa dalam praktek pasing bawah</li> <li>6. Siswa menganalisis kegiatan-kegiatan yang di lakukan disetiap kelompok yang berbeda mengkomunikasikan</li> <li>7. Guru memberikan materi pasing yaitu <i>drill</i> pasing agar dapat meningkatkan motorik kasar peserta didik dengan cara dilempar dengan berbagai arah, lalu peserta didik harus mengejar menyelamatkan bola tersebut dengan pasing bawah. Materi tersebut dapat meningkatkan motorik kasar aspek kecepatan dan kelincahan</li> <li>8. Guru membentuk 2 tim untuk melakukan permainan bola voli, 1 tim berisi 6 orang dan di campur antara laki-laki dan perempuan.</li> </ol>
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membimbing dan mengintruksikan siswa melakukan pendinginan (cooling down) setelah melaksanakan pembelajaran</li> <li>2. Guru memberikan kesimpulan yang bisa di ambil dari materi yang telah disampaikan dan pengalaman bermain dalam permainan bola voli.</li> <li>3. Guru mengumpulkan semua siswa, memberikan siswa penguatan terhadap materi yang belum dipahami dan memberikan apresiasi dengan pujian atau penghargaan kepada siswa atau kelompok yang berkinerja dengan baik selama proses pembelajaran.</li> </ol>

	<p>4. Guru memberikan informasi terkait materi pada pertemuan selanjutnya.</p> <p>5. Guru mengakhiri pembelajaran dengan mengucapkan syukur kepada Tuhan YME bahwa pertemuan hari ini berlangsung dengan baik dan lancar.</p>
--	---

#### **G. Sumber dan Media Belajar**

1. Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 5 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 5 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014).
2. Video teknik pasing bawah

#### **H. Penilaian**

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik.

Kriteria	Baik sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
Keterampilan pasing bawah	Mampu melakukan pasing dengan teknik yang baik di setiap percobaan, dengan arah yang tepat	Mampu melakukan pasing dengan teknik yang baik hampir di setiap percobaan, dengan arah yang tepat	Mampu melakukan pasing dengan teknik yang cukup baik dalam beberapa percobaan, dengan arah yang tepat	Mampu melakukan pasing dengan teknik yang kurang baik di setiap percobaan, dengan arah yang kurang tepat
Sikap	Mengikuti pembelajaran dengan tertip dan sesuai aturan	Mengikuti hampir semua pembelajaran dengan tertip dan sesuai aturan	Mengikuti pembelajaran dengan cukup tertip dan sesuai aturan	Mengikuti pembelajaran dengan kurang tertip dan kurang sesuai aturan

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

### **A. Identitas**

Nama Sekolah : SD Unggulan Muhammadiyah Kretek  
Kelas : V  
Materi : Permainan Bola Besar (Bola Voli)  
Alokasi waktu : 2 X 35menit

### **B. Indikator**

<b>No</b>	<b>Kompetensi</b>	<b>Indikator</b>
3.1	Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam berbagai permainan bola besar.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Menyebutkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar. (Bola Voli)</li><li>2. Menganalisis langkah-langkah gerak dasar pasing atas bola voli</li><li>3. Menjelaskan cara melakukan gerak dasar pasing atas dalam permainan bola voli</li></ol>
4.1	Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mempresentasikan Langkah-langkah gerak dasar pasing atas bola voli</li><li>2. Melakukan gerakan pasing atas dalam permainan bola besar bola voli</li></ol>

### **C. Tujuan Pembelajaran**

Siswa mampu mempraktikkan gerakan pasing atas dengan baik dan benar sebanyak 10 kali

### **D. Materi pembelajaran**

Bola Voli (Teknik Pasing Atas)

### **E. Pendekatan dan Metode**

Pendekatan : Scientific

Metode : Penugasan, pengamatan, praktik, Tanya Jawab, Diskusi dan Ceramah

#### F. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membariskan siswa lalu memberikan salam dan mengajak berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing,</li> <li>2. Melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa (presensi).</li> <li>3. Melakukan apresepsi dan tanya jawab dengan siswa.</li> <li>4. Guru menyiapkan fisik dan psikhis anak atau warming up statis dan dinamis dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak.</li> <li>5. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</li> </ol>
Inti	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mengamati video/guru yang melakukan teknik pasing atas bola voli</li> <li>2. Siswa melakukan tanya jawab dengan guru tentang materi pasing atas bola voli</li> <li>3. Guru meminta siswa untuk membentuk kelompok</li> <li>4. Siswa mencoba mempraktekkan pasing atas bersama kelompoknya</li> <li>5. Guru mengawasi siswa dalam praktek pasing atas</li> <li>6. Siswa menganalisis kegiatan-kegiatan yang di lakukan disetiap kelompok yang berbeda mengkomunikasikan</li> <li>7. Guru memberikan materi <i>drill</i> pasing agar dapat meningkatkan motorik kasar peserta didik dengan cara dilempar dengan berbagai arah, lalu peserta didik harus mengejar menyelamatkan bola tersebut dengan pasing, boleh menggunakan pasing atas maupun pasing bawah. Materi tersebut dapat meningkatkan motorik kasar aspek kecepatan dan kelincahan</li> <li>8. Guru membentuk 2 tim untuk melakukan permainan bola voli, 1 tim berisi 6 orang dan di campur antara laki-laki dan perempuan.</li> </ol>
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membimbing dan mengintruksikan siswa melakukan pendinginan (cooling down) setelah melaksanakan pembelajaran</li> <li>2. Guru memberikan kesimpulan yang bisa di ambil dari materi yang telah disampaikan dan pengalaman bermain dalam permainan bola voli.</li> <li>3. Guru mengumpulkan semua siswa, memberikan siswa penguatan terhadap materi yang belum dipahami dan memberikan apresiasi dengan pujian atau penghargaan kepada siswa atau kelompok yang berkinerja dengan baik selama proses pembelajaran.</li> </ol>

	<p>4. Guru memberikan informasi terkait materi pada pertemuan selanjutnya.</p> <p>6. Guru mengakhiri pembelajaran dengan mengucapkan syukur kepada Tuhan YME bahwa pertemuan hari ini berlangsung dengan baik dan lancar.</p>
--	---

### **G. Sumber dan Media Belajar**

- a. Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 5 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 5 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014).
- b. Video teknik pasing atas

### **H. Penilaian**

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik.

Kriteria	Baik sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
Keterampilan pasing atas	Mampu melakukan pasing dengan teknik yang baik di setiap percobaan, dengan arah yang tepat	Mampu melakukan pasing dengan teknik yang baik hampir di setiap percobaan, dengan arah yang tepat	Mampu melakukan pasing dengan teknik yang cukup baik dalam beberapa percobaan, dengan arah yang tepat	Mampu melakukan pasing dengan teknik yang kurang baik di setiap percobaan, dengan arah yang kurang tepat
Sikap	Mengikuti pembelajaran dengan tertip dan sesuai aturan	Mengikuti hampir semua pembelajaran dengan tertip dan sesuai aturan	Mengikuti pembelajaran dengan cukup tertip dan sesuai aturan	Mengikuti pembelajaran dengan kurang tertip dan kurang sesuai aturan

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

### **A. Identitas**

Nama Sekolah : SD Unggulan Muhammadiyah Kretek  
Kelas : V  
Materi : Permainan Bola Besar (Bola Voli)  
Alokasi waktu : 2 X 35menit

### **B. Indikator**

<b>No</b>	<b>Kompetensi</b>	<b>Indikator</b>
3.1	Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam berbagai permainan bola besar.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Menyebutkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar. (Bola Voli)</li><li>2. Menganalisis langkah-langkah gerak dasar blok dalam bola voli</li><li>3. Menjelaskan cara melakukan gerak dasar blok dalam permainan bola voli</li></ol>
4.1	Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mempresentasikan Langkah-langkah gerak dasar blok dalam bola voli</li><li>2. Melakukan gerakan blok dalam permainan bola besar bola voli</li></ol>

### **C. Tujuan Pembelajaran**

Siswa mampu mempraktikkan gerakan blok dengan baik dan benar sebanyak 10 kali

### **D. Materi pembelajaran** Bola Voli (Teknik Blok)

### **E. Pendekatan dan Metode** Pendekatan : Scientific

Metode : Penugasan, pengamatan, praktik, Tanya Jawab, Diskusi dan Ceramah

#### F. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membariskan siswa lalu memberikan salam dan mengajak berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing,</li> <li>2. Melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa (presensi).</li> <li>3. Melakukan apresepsi dan tanya jawab dengan siswa.</li> <li>4. Guru menyiapkan fisik dan psikis anak atau warming up statis dan dinamis dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak.</li> <li>5. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</li> </ol>
Inti	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mengamati video/guru yang melakukan teknik blok bola voli</li> <li>2. Siswa melakukan tanya jawab dengan guru tentang materi blok dalam bola voli</li> <li>3. Guru meminta siswa untuk membentuk 2 kelompok dan berhadapan di net</li> <li>4. Siswa mencoba mempraktekkan grakan blok bersama secara berhadapan dan bergantian</li> <li>5. Guru mengawasi siswa dalam praktek blok</li> <li>6. Siswa menganalisis kegiatan-kegiatan yang di lakukan disetiap kelompok yang berbeda mengkomunikasikan bersama teman dan guru</li> <li>7. Guru memberikan materi kepada peserta didik agar dapat meningkatkan motorik kasar dengan cara melakukan blok dari ujung net menuju ujung net satunya dengan cara bolak balik dengan baik dan benar. Materi tersebut dapat meningkatkan motorik kasar aspek kekuatan.</li> <li>8. Setiap siswa dapat mempraktikkan kemampuan blok secara bergantian di lapangan</li> <li>9. Guru membentuk 2 tim untuk melakukan permainan bola voli, 1 tim berisi 6 orang dan di campur antara laki-laki dan perempuan.</li> </ol>
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membimbing dan mengintruksikan siswa melakukan pendinginan (cooling down) setelah melaksanakan pembelajaran</li> <li>2. Guru memberikan kesimpulan yang bisa di ambil dari materi yang telah disampaikan dan pengalaman bermain dalam permainan bola voli.</li> <li>3. Guru mengumpulkan semua siswa, memberikan siswa penguatan terhadap materi yang belum dipahami dan</li> </ol>

	<p>memberikan apresiasi dengan pujian atau penghargaan kepada siswa atau kelompok yang berkinerja dengan baik selama proses pembelajaran.</p> <p>4. Guru memberikan informasi terkait materi pada pertemuan selanjutnya.</p> <p>5. Guru mengakhiri pembelajaran dengan mengucapkan syukur kepada Tuhan YME bahwa pertemuan hari ini berlangsung dengan baik dan lancar.</p>
--	---

#### **G. Sumber dan Media Belajar**

- Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 5 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 5 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014).
- Video teknik Blok

#### **H. Penilaian**

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik.

Kriteria	Baik sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
Keterampilan servis bawah	Mampu melakukan gerakan blok dengan teknik yang baik di setiap percobaan, dengan arah yang tepat.	Mampu melakukan gerakan blok dengan teknik yang baik hampir di setiap percobaan,	Mampu melakukan gerakan blok dengan teknik yang cukup baik dalam beberapa percobaan,	Mampu melakukan gerakan blok dengan teknik yang kurang baik di setiap percobaan, dengan arah yang kurang tepat
Sikap	Mengikuti pembelajaran dengan tertip dan sesuai aturan	Mengikuti hampir semua pembelajaran dengan tertip dan sesuai aturan	Mengikuti pembelajaran dengan cukup tertip dan sesuai aturan	Mengikuti pembelajaran dengan kurang tertip dan kurang sesuai aturan

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

### **A. Identitas**

Nama Sekolah : SD Unggulan Muhammadiyah Kretek  
Kelas : V  
Materi : Permainan Bola Besar (Bola Voli)  
Alokasi waktu : 2 X 35menit

### **B. Indikator**

<b>No</b>	<b>Kompetensi</b>	<b>Indikator</b>
3.1	Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam berbagai permainan bola besar.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Menyebutkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar. (Bola Voli)</li><li>2. Menganalisis langkah-langkah gerak dasar <i>smash</i> dalam bola voli</li><li>3. Menjelaskan cara melakukan gerak dasar <i>smash</i> dalam permainan bola voli</li></ol>
4.1	Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mempresentasikan Langkah-langkah gerak dasar <i>smash</i> dalam bola voli</li><li>2. Melakukan gerakan <i>smash</i> bawah dalam permainan bola besar bola voli</li></ol>

### **C. Tujuan Pembelajaran**

Siswa mampu mempraktikkan gerakan langkah *smash* dan waktu yang tepat memukul bola saat melompat dengan baik dan benar.

### **D. Materi pembelajaran**

Bola Voli (Teknik *Smash*)

### **E. Pendekatan dan Metode**

Pendekatan : Scientific

Metode : Penugasan, pengamatan, praktik, Tanya Jawab, Diskusi dan Ceramah

#### F. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membariskan siswa lalu memberikan salam dan mengajak berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing,</li> <li>2. Melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa (presensi).</li> <li>3. Melakukan apresepsi dan tanya jawab dengan siswa.</li> <li>4. Guru menyiapkan fisik dan psikis anak atau warming up statis dan dinamis dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak.</li> <li>5. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</li> </ol>
Inti	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mengamati video/guru yang melakukan teknik langkah <i>smash</i> dan bagaimana waktu yang tepat untuk memukul bola saat melompat di udara.</li> <li>2. Siswa melakukan tanya jawab dengan guru tentang materi <i>smash</i> bola voli</li> <li>3. Guru meminta siswa untuk membentuk 2 kelompok dan berada di dua sisi lapangan</li> <li>4. Siswa mencoba mempraktekkan langkah <i>smash</i> bersama kelompoknya secara bergantian</li> <li>5. Guru mengawasi siswa dalam praktek langkah <i>smash</i></li> <li>6. Siswa menganalisis kegiatan-kegiatan yang di lakukan disetiap kelompok yang berbeda mengkomunikasikan bersama teman dan guru</li> <li>7. Setiap siswa mempraktikkan kemampuan <i>smash</i> secara bergantian di lapangan yang di dampingi oleh guru</li> <li>8. Guru memberikan pelatihan drill <i>smash</i> agar bisa meningkatkan motorik kasar peserta didik yaitu dengan memberikan bola kepada peseta didik lalu dipukul melewati net dengan sebanyak 8 kali setiap anak. Materi tersebut dapat meningkatkan motorik kasar aspek kecepatan dan kekuatan.</li> <li>9. Setiap siswa dapat mempraktikkan kemampuan blok secara bergantian di lapangan</li> <li>10. Guru membentuk 2 tim untuk melakukan permainan bola voli, 1 tim berisi 6 orang dan di campur antara laki-laki dan perempuan.</li> </ol>
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membimbing dan mengintruksikan siswa melakukan pendinginan (cooling down) setelah melaksanakan pembelajaran</li> </ol>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Guru memberikan kesimpulan yang bisa di ambil dari materi yang telah disampaikan dan pengalaman bermain dalam permainan bola voli.</li> <li>3. Guru mengumpulkan semua siswa, memberikan siswa penguatan terhadap materi yang belum dipahami dan memberikan apresiasi dengan pujian atau penghargaan kepada siswa atau kelompok yang berkinerja dengan baik selama proses pembelajaran.</li> <li>4. Guru memberikan informasi terkait materi pada pertemuan selanjutnya.</li> <li>5. Guru mengakhiri pembelajaran dengan mengucapkan syukur kepada Tuhan YME bahwa pertemuan hari ini berlangsung dengan baik dan lancar.</li> </ol>
--	--

#### **G. Sumber dan Media Belajar**

- a. Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 5 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 5 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014).
- b. Video teknik *smash*
- c.

#### **H. Penilaian**

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik.

Kriteria	Baik sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
Keterampilan teknik <i>smash</i>	Mampu melakukan langkah <i>smash</i> dan waktu yang tepat memukul bola saat melompat dengan baik dan benar.	Mampu melakukan langkah <i>smash</i> dan waktu yang tepat memukul bola saat melompat dengan teknik yang baik hampir di setiap percobaan,	Mampu melakukan langkah <i>smash</i> dan waktu yang tepat memukul bola saat melompat dengan teknik yang cukup baik dalam beberapa percobaan,	Mampu melakukan langkah <i>smash</i> dan waktu yang tepat memukul bola saat melompat dengan teknik yang kurang baik di setiap percobaan,
Sikap	Mengikuti pembelajaran dengan tertip dan	Mengikuti hampir semua pembelajaran dengan	Mengikuti pembelajaran dengan cukup tertip	Mengikuti pembelajaran dengan kurang tertip dan

	sesuai aturan	tertip dan sesuai aturan	dan sesuai aturan	kurang sesuai aturan
--	------------------	--------------------------------	----------------------	----------------------------

### Lampiran 6 Dokumentasi Kegiatan



