

**KETERAMPILAN DASAR BERMAIN *ROUNDERS* SISWA KELAS V
DI SD NEGERI MINOMARTANI 2 SLEMAN
TAHUN AJARAN 2018**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Ade Tri Nugroho
14604221058

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2018**

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**KETERAMPILAN DASAR BERMAIN *ROUNDERS* SISWA KELAS V
DI SD NEGERI MINOMARTANI 2 SLEMAN
TAHUN AJARAN 2018**

Disusun Oleh:

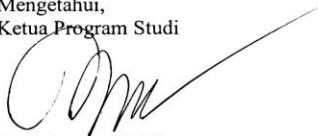
Ade Tri Nugroho
14604221058

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Februari 2018

Mengetahui,
Ketua Program Studi



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

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes.
NIP. 19630714 198812 2 001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ade Tri Nugroho
NIM : 14604221058
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas
Judul TAS : Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman Tahun Ajaran 2018

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

Yogyakarta, Februari 2018
Yang Menyatakan,



Ade Tri Nugroho
NIM. 14604221058

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

KETERAMPILAN DASAR BERMAIN *ROUNDERS* SISWA KELAS V
DI SD NEGERI MINOMARTANI 2 SLEMAN
TAHUN AJARAN 2018

Disusun Oleh:



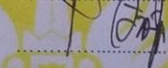
Ade Tri Nugroho
14604221058

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program


Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas Universitas Negeri

Yogyakarta

Pada tanggal 8 Maret 2018

Nama/Jabatan	TIM PENGUJI Tanda Tangan	Tanggal
Farida Mulyaningsih, M.Kes		28/3/2018
Ketua Penguji/Pembimbing		28/3/2018
AM. Bandi Utama, M.Pd		
Sekretaris		28/3/2018
Fathan Nurcahyo, M.Or		
Penguji I		

Yogyakarta, April 2018
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,


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

MOTTO

1. “Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan” (QS. Al insyirah 5-6)
2. “Semua yang ada di bumi itu akan binasa” (QS. Ar-rahman 26)
3. ‘Barang siapa menempuh suatu jalan untuk mencari ilmu, maka allah memudahkannya mendapat jalan ke surga (HR. Muslim)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya kecilku ini untuk orang yang kusayangi:

1. Kedua orang tuaku, Bapak suhadi dan Ibu tutin rusmiastuti yang senantiasa mendoakanku, memberi dukungan, motivasi, kasih sayang, materi, dan segalanya yang tak pernah berhenti dicurahkan padaku. Untuk ibu dan bapak Maafkan anakmu ini yang belum bisa membahagianmu dan selalu membuatmu beban. Anakmu kini sebentar lagi mendapat gelar sarjana impian yang dari dulu ingin di raih
2. Untuk Kakakku tersayang, Hery purnomo beserta istri dan Angga Dwi Cahyono beserta istri yang baik hati, dan yang selalu peduli, , terima kasih banyak atas dorongan serta dukungan yang sangat berarti, sehingga selalu termotivasi untuk cepat menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Untuk ponakan om 'Reza Fraditya, Reagan Alfaro Ramadhan, Rafif ' dengan melihat senyum dan canda tawamu lah yang membuat om ade semangat untuk menyelesaikan tugas akhir ini

**KETERAMPILAN DASAR BERMAIN *ROUNDERS* SISWA KELAS V
DI SD NEGERI MINOMARTANI 2 SLEMAN
TAHUN AJARAN 2018**

Oleh:

Ade Tri Nugroho

14604221058

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode penelitian ini adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi pada penelitian ini adalah siswa putra dan putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman yang berjumlah 18 siswa, dengan rincian siswa putra berjumlah 12 dan siswa putri berjumlah 6 siswa. Instrumen yang digunakan mengukur kemampuan dasar bermain *rounders* yaitu tes kemampuan dasar bermain *rounders* yang terdiri dari melempar, memukul, dan menangkap bola. Analisis data menggunakan deskriptif persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sangat rendah sebesar 0%, rendah sebesar 38,89%, sedang sebesar 27,78%, tinggi sebesar 27,78%, dan sangat tinggi sebesar 5,56%. (2) Tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sangat rendah sebesar 0%, rendah sebesar 33,33%, sedang sebesar 41,67%, tinggi sebesar 16,67%, dan sangat tinggi sebesar 8,33%. (3) Tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sangat rendah sebesar 0%, rendah sebesar 50,00%, sedang sebesar 0%, tinggi sebesar 50,00%, dan sangat tinggi sebesar 0%.

Kata kunci: keterampilan dasar, bermain *rounders*, siswa kelas V

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman Tahun Ajaran 2018“ dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak AM. Bandi Utama, M.Pd., Sekretaris dan Bapak Fathan Nurcahyo, M.Or., Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Dr. Guntur dan Dr. Subagyo, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dan Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Kepala Sekolah SD Negeri Minomartani 2 Sleman, yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Para guru dan staf SD Negeri Minomartani 2 Sleman yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

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

Yogyakarta, Februari 2018
Penulis,

Ade Tri Nugroho
NIM. 14604221058

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Hasil Penelitian	7
 BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	9
1. Hakikat Keterampilan.....	9
2. Hakikat Pembelajaran.....	12
3. Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	17
4. Hakikat Permainan <i>Rounders</i>	22
5. Karakteristik Siswa Kelas V Sekolah Dasar	34
B. Penelitian yang Relevan	47
C. Kerangka Berpikir	49
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	50
B. Tempat dan Waktu Penelitian	50
C. Populasi dan Sampel Penelitian	50
D. Definisi Operasional Variabel.....	51
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	51
F. Teknik Analisis Data	57
 BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	59
1. Keterampilan Dasar Bermain <i>Rounders</i> Siswa Putra.....	61

2. Keterampilan Dasar Bermain <i>Rounders</i> Siswa Putri.....	68
B. Pembahasan	74
C. Keterbatasan Penelitian	78
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	79
B. Implikasi.....	79
C. Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN	84

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lapangan Permainan <i>Rounders</i>	25
Gambar 2. Gerakan Melempar Bola	27
Gambar 3. Lemparan Mendatar	28
Gambar 4. Lemparan Menyusur Tanah	28
Gambar 5. Lemparan <i>Pitcher</i>	29
Gambar 6. Menangkap Bola Melambung	30
Gambar 7. Menangkap Bola Mendatar	31
Gambar 8. Menangkap Bola Menyusur Tanah	31
Gambar 9. Posisi Memukul.....	33
Gambar 10. Target Tes Ketepatan Melempar Bola	53
Gambar 11. Tes Memukul Bola.....	54
Gambar 12. Tes Menangkap Bola	55
Gambar 13. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Rounders Siswa Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman.....	60
Gambar 14. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Dasar Bermain <i>Rounders</i> Siswa Putra Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman.....	62
Gambar 15. Diagram Batang Tingkat Ketepatan Melempar Siswa Putra	64
Gambar 16. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Memukul Siswa Putra ..	65
Gambar 17. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Menangkap Siswa Putra	67
Gambar 18. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Dasar Bermain <i>Rounders</i> Siswa Putri Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman.....	69

Gambar 19.	Diagram Batang Tingkat Ketepatan Melempar Siswa Putri.....	70
Gambar 20.	Diagram Batang Tingkat Kemampuan Memukul Siswa Putri...	72
Gambar 21.	Diagram Batang Tingkat Kemampuan Menangkap Siswa Putri.....	74

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Koefisien Validitas dan Reliabilitas	52
Tabel 2. Norma Penilaian Keterampilan Dasar Bermain <i>Rounders</i>	58
Tabel 3. Data Keterampilan Dasar Bermain <i>Rounders</i> Siswa Putra dan Putri Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman	59
Tabel 4. Deskriptif Statistik Tingkat Keterampilan Dasar Bermain <i>Rounders</i>	60
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Dasar Bermain <i>Rounders</i> Siswa Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman	60
Tabel 6. Deskriptif Statistik Tingkat Keterampilan Dasar Bermain <i>Rounders</i> Siswa Putra	61
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Dasar Bermain <i>Rounders</i> Siswa Putra Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman	62
Tabel 8. Deskriptif Statistik Ketepatan Melempar Siswa Putra	63
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Ketepatan Melempar Siswa Putra	63
Tabel 10. Deskriptif Statistik Kemampuan Memukul Siswa Putra	63
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kemampuan Memukul Siswa Putra	65
Tabel 12. Deskriptif Statistik Kemampuan Menangkap Siswa Putra	66
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Kemampuan Menangkap Siswa Putra	67
Tabel 14. Deskriptif Statistik Tingkat Keterampilan Dasar Bermain <i>Rounders</i> Siswa Putri	68
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Dasar Bermain <i>Rounders</i> Siswa Putri Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman	68
Tabel 16. Deskriptif Statistik Ketepatan Melempar Siswa Putri	70
Tabel 17. Distribusi Frekuensi Ketepatan Melempar Siswa Putri	70

Tabel 18. Deskriptif Statistik Kemampuan Memukul Siswa Putri.....	70
Tabel 19. Distribusi Frekuensi Kemampuan Memukul Siswa Putri	72
Tabel 20. Deskriptif Statistik Kemampuan Menangkap Siswa Putri	73
Tabel 21. Distribusi Frekuensi Kemampuan Menangkap Siswa Putri	73

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas	85
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari SD Negeri Minomartani 2	86
Lampiran 3. Data Penelitian.....	87
Lampiran 4. Deskriptif Statistik Siswa Putra dan Putri	88
Lampiran 5. Deskriptif Statistik Siswa Putra.....	90
Lampiran 6. Deskriptif Statistik Siswa Putri.....	92
Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian	94

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) yang diajarkan di sekolah dasar memiliki peran untuk memberikan pengalaman kepada peserta didik untuk belajar melalui aktivitas jasmani olahraga dan kesehatan terpilih yang dilaksanakan sebagai bagian dari pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, sportivitas, spiritual, sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Tujuan pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di antaranya adalah meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar olahraga.

Tingkat keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan (Ma'mun & Saputra, 2000: 58). Pada intinya bahwa suatu keterampilan itu baru dapat dikuasai apabila dipelajari atau dilatihkan dengan persyaratan tertentu, satu di antaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu yang memadai.

Keterampilan gerak kasar secara khusus dikontrol oleh otot-otot besar atau kelompok otot. Keterampilan ini tidak terlalu menekankan ketepatan (*precission*)

dalam pelaksanaannya. Berlari, melompat, melempar, dan kebanyakan keterampilan dalam olahraga dimasukkan sebagai keterampilan gerak kasar. Seperti contoh keterampilan dasar bermain *rounders* dapat dikuasai dengan mudah dan gampang jika cara mengajar dan pelajaran yang diajarkan bisa sampai ke siswa itu. Keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kecil pada permainan *rounders* merupakan dasar pada permainan ini. Siswa dituntut untuk bisa menguasai keterampilan saat permainan *rounders* ini.

Proses pembelajaran dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan menuntut adanya partisipasi aktif dari seluruh siswa. Jadi, kegiatan belajar berpusat pada siswa, guru sebagai motivator dan fasilitator di dalamnya agar suasana kelas lebih hidup. Pembelajaran merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru sedemikian rupa sehingga tingkah laku siswa berubah ke arah yang lebih baik (Darsono, 2000: 24). Aktif dimaksudkan bahwa dalam proses pembelajaran guru harus menciptakan suasana sedemikian rupa sehingga siswa aktif bertanya, mempertanyakan dan mengemukakan gagasan. Belajar memang merupakan suatu proses aktif siswa dalam membangun pengetahuannya, bukan proses pasif yang hanya menerima ceramah guru tentang pengetahuan. Jika pembelajaran tidak memberikan kesempatan pada siswa untuk berperan aktif maka pembelajaran tersebut bertentangan dengan hakikat belajar. Dalam permainan *rounders* guru sebagai pendidik mengarahkan dan mengajarkan bagaimana bermain *rounders* dengan baik dan benar.

Keadaan aktif dan menyenangkan tidaklah cukup jika proses pembelajaran tidaklah efektif, yaitu tidak menghasilkan apa yang harus dikuasai siswa setelah

proses pembelajaran berlangsung, sebab pembelajaran memiliki sejumlah tujuan pembelajaran yang harus dicapai. Perlunya motivasi yang tinggi guna untuk menciptakan suasana yang kondusif dan nyaman agar pembelajarannya tidak cenderung membosankan. Siswa dipancing untuk melakukan aktivitas gerak dengan membuat kreatifitas dan inovasi saat pembelajaran berlangsung. Variasi pembelajaran dengan metode bermain sebelum melakukan pembelajaran akan jauh lebih efektif materi yang diajarkan akan dapat dikuasai (Nurseto, 2011: 5).

Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar SD kelas V yaitu: Kompetensi dasar: 3.2 Memahami kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*. Kompetensi inti: 4.2 mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*. Dengan demikian, permainan dan olahraga juga harus diajarkan di sekolah dasar. Sedangkan salah satu materi pada permainan dan olahraga adalah permainan bola kecil di antaranya permainan kasti, *rounders*, *softball*, *kipers* dan bola bakar. Alokasi waktu pembelajaran *rounders* untuk kelas V hanya 8x35 menit dalam satu semester, artinya dalam satu semester pembelajaran *rounders* hanya 4 kali pertemuan dalam satu semester.

Permainan *rounders* merupakan permainan beregu menggunakan bola kecil yang dipukul menggunakan tongkat pemukul. Menurut Supardi & Suroyo (2010: 66-69), “kemampuan dasar yang diperlukan dalam bermain *rounders*

meliputi: melempar bola, memukul bola, dan menangkap bola. Permainan ini menjadi semakin menarik apabila pemain menguasai kemampuan melempar bola, memukul bola, dan menangkap bola dengan baik”. Dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar, permainan *rounders* menjadi materi yang tidak hanya memberikan pengalaman gerak manipulatif, akan tetapi juga melatih kerjasama dan sikap sportivitas. Permainan *rounders* seperti halnya Kasti, Bola Bakar, dan *Keepers* adalah termasuk permainan bola kecil yang sangat menarik untuk dimainkan bagi anak-anak, remaja, dan orang dewasa.

Berdasarkan hasil observasi pada hari Senin tanggal 4 Desember 2017 pukul 7.30-09.00 WIB di Sekolah Dasar Negeri Minomartani 2 Sleman salah satu materi pembelajaran PJOK adalah permainan bola kecil. Pada saat pembelajaran olahraga, khususnya *rounders*, siswa kurang antusias mengikuti pembelajaran, karena olahraga *rounders* dianggap oleh siswa kurang menyenangkan dibandingkan olahraga lain, misalnya sepakbola. Guru tidak menjelaskan dan mencontohkan gerakan yang benar, misalnya memukul, melempar, dan menangkap. Pembelajaran dilakukan dengan *game* dan guru hanya mengawasi. Selama ini pembelajaran permainan bola kecil dilaksanakan di halaman sekolah akan tetapi dengan ukuran lapangan yang disesuaikan dengan halaman. Letak gedung sekolah yang mengelilingi halaman membuat pembelajaran permainan *rounders* harus menggunakan bola plastik, karena dengan bola tersebut tidak akan memecahkan kaca jendela. Guru PJOK belum mempunyai data tentang tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kecil dalam permainan *rounders*. Tentunya perlu diadakan tes tentang tingkat keterampilan

dasar tersebut. Dalam proses pembelajaran membutuhkan alat pendukung yang optimal karena tanpa didukung oleh alat bantu atau sarana prasarana lain, tidaklah mungkin pembelajaran tersebut tercapai secara optimal khususnya pada bola *rounders*.

Di SD Negeri Minomartani 2 Sleman sarana prasarana belum memadai untuk diadakan pembelajaran permainan bola kecil. Misalnya hanya ada beberapa bola tenis dan 1 pemukul bola kecil tidak ada bola khusus bola *rounders*, ada 4 bola besar, dan bola plastik untuk materi pembelajaran yang lain. SD Negeri Minomartani 2 Sleman belum diketahui dan belum adanya data penelitian tentang keterampilan tersebut, siswa kelas V SD Negeri Minomartani 2 Sleman saat melakukan aktivitas kurang maksimal karena terkendala anak yang kurang aktif bergerak saat berolahraga. Masalah lain yaitu masih ada beberapa siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman yang masih kurang menguasai keterampilan bermain *rounders* meliputi memukul, melempar, menangkap bola.

Berdasarkan pengamatan peneliti pada siswa kelas V SD Negeri Minomartani 2 Sleman, salah satu indikator sederhana untuk melihat keterampilan dasar siswa dalam permainan *rounders* adalah dengan melihat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola *rounders*. Sejauh ini, tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola pada permainan *rounders* di SD Negeri Minomartani 2 Sleman.

Dari pertimbangan uraian di atas, serta belum adanya penelitian dilakukan di SD Negeri Minomartani 2 Sleman, maka diperlukan penelitian. Sesuai dengan

kondisi tersebut, peneliti bermaksud mengadakan penelitian tentang keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka dari uraian tersebut di atas dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Sarana dan Prasarana penjas di SD Negeri Minomartani 2 Sleman masih kurang baik.
2. Perlunya peningkatan keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kecil dalam permainan *rounders*.
3. Belum ada penelitian tentang tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan tidak terlalu meluas maka perlu dibatasi supaya lebih fokus dalam melakukan penelitian. Bahwa permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini hanya sebatas pada tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman.

D. Rumusan Masalah

Sesuai dengan batasan masalah di atas maka dapat ditarik suatu rumusan masalah sebagai berikut:

1. Seberapa tinggi tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman?
2. Seberapa tinggi tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman?

3. Seberapa tinggi tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman.
2. Tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman.
3. Tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman.

F. Manfaat Penelitian

Diketahui tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman, diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkaitan, yaitu:

1. Teoretis
 - a. Penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat menjadi salah satu bahan kajian ilmiah bagi guru yang akan mendalami tentang masalah kemampuan motorik.
 - b. Menambah wawasan kepada dunia pendidikan anak pada khususnya tentang tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa, terutama siswa kelas V.
2. Praktis
 - a. Dapat mengetahui sejauh mana tingkat kemampuan motorik siswa sehingga diharapkan akan lebih meningkatkan tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa.

- b. Sehingga sarana untuk mengevaluasi keberhasilan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah.
- c. Dapat menunjukkan bukti secara ilmiah tentang tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman.
- d. Dapat mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Keterampilan

a. Pengertian Keterampilan

Keterampilan merupakan kemampuan menyelesaikan tugas, bisa juga kemampuan gerak dengan tingkat tertentu. Menurut Sukadiyanto (2005: 279), keterampilan diartikan sebagai kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam melaksanakan suatu tugas yang berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan. Menurut Ma'mun & Saputra (2000: 57-58), keterampilan merupakan derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Penggolongan keterampilan dapat dilakukan dengan cara mempertimbangkan (1) stabilitas lingkungan, (2) jelas tidaknya titik awal serta akhir dari gerakan, dan (3) ketepatan gerakan yang dimaksud. Keterampilan menurut Singer yang dikutip oleh Roji (2004: 17) adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan yang efektif dan efisien ditentukan oleh kecepatan, ketepatan, bentuk, dan kemampuan menyesuaikan diri.

Menurut Muhajir (2004: 13-14), keterampilan olahraga dapat dipahami dari dua dimensi pokok yaitu: pertama, keterampilan sebagai tugas gerak sehingga terampil dapat diartikan sebagai respon terhadap stimulus yang dapat dijabarkan secara kuantitatif dan kualitatif. Kedua adalah tipe respon yang terjadi terhadap rangsang. Sedangkan menurut Bahagia (2000: 35), keterampilan gerak dapat diklasifikasikan ke dalam tiga kategori yaitu: keterampilan tertutup (*closed*

skills), keterampilan tertutup yang digunakan pada lingkungan yang berbeda-beda, keterampilan tertutup terbuka (*open skills*).

Menurut pendapat di atas mengenai pengertian keterampilan, maka dapat disimpulkan keterampilan ialah suatu derajat keberhasilan seseorang dalam melaksanakan tugas dengan efisien dan efektif untuk mencapai suatu tujuan tertentu atau tujuan yang diinginkan untuk menghasilkan hasil yang optimal dan sesuai apa yang diharapkan.

b. Faktor-Faktor yang Menentukan Keterampilan

Menurut Ma'mun & Saputra (2000: 69-74), pencapaian keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor- faktor tersebut dibedakan menjadi tiga hal yaitu:

1) Faktor proses belajar (*learning process*)

Proses belajar bermanfaat untuk mengubah pengetahuan dan perilaku siswa. Dalam pembelajaran gerak, proses belajar yang harus diciptakan adalah yang dilakukan berdasarkan tahapan teori belajar. Teori-teori belajar tersebut mengarah pada pemahaman metode pembelajaran yang efektif untuk pencapaian keterampilan.

2) Faktor pribadi (*personal factor*)

Setiap siswa mempunyai pribadi yang berbeda, baik secara fisik, mental, maupun keterampilan. Keterampilan dapat dipahami dan dilakukan dalam waktu yang lama maupun secara singkat. Hal ini membuktikan bahwa bakat siswa berbeda- beda. Semakin baik bakat dalam keterampilan tertentu, semakin mudah siswa menguasai suatu keterampilan.

3) Faktor Situasional (*situational factor*)

Faktor situasional dapat mempengaruhi kondisi pembelajaran yang tertuju pada keadaan lingkungan. Hal itu dipengaruhi oleh tugas belajar siswa dan peralatan yang digunakan atau media pembelajaran. Siswa akan mudah menguasai keterampilan jika tugas belajar dan media pembelajaran sesuai dengan usia siswa.

c. Jenis-jenis Keterampilan

Keterampilan bisa dibedakan antara keterampilan terbuka dan tertutup. Hal ini berkaitan dengan kondisi lingkungan (*environment*) pada saat keterampilan yang bersangkutan dilakukan. Menurut Schmidt & Lee (2008: 76) keterampilan terbuka (*open skill*) adalah keterampilan yang ketika dilakukan lingkungan yang berkaitan dengannya bervariasi dan tidak dapat diduga. Ini hampir sama seperti yang dikemukakan oleh Magil (2011: 79) yang menyebutkan bahwa keterampilan terbuka adalah keterampilan-keterampilan yang melibatkan lingkungan yang selalu berubah dan tidak bisa diperkirakan. Sebagai contoh dari keterampilan ini misalnya pukulan-pukulan pada *stroke* tenis atau pukulan pada *softball* yang kedatangan bolanya dari lawan sering tidak bisa diduga sebelumnya, baik dalam hal kecepatannya maupun dalam hal arahnya. Dalam hal ini Schmidt & Lee (2008: 76) mengatakan bahwa, “.....pelaku harus bertindak atas rangsangan yang datang”. Dengan demikian, pelaku tidak bisa menunggu atau berdiri di satu titik saja atau memukul bola dengan jenis pukulan tertentu saja, tetapi lebih ditentukan oleh arah dan kecepatan dari bola yang datang. Untuk bisa berhasil dengan baik, maka pemain harus bergerak dan bertindak sesuai dengan lokasi ruang dari bola serta tuntutan kecepatannya. Keterampilan terbuka ini dibatasi sebagai

keterampilan yang pelaksanaannya lebih ditentukan oleh lingkungan yang tidak tetap dan tidak bisa diduga. Keterampilan Tertutup (*closed skill*) menunjukkan keterampilan yang sebaliknya. Schmidt dan Magill sama-sama mendefinisikan keterampilan tertutup ini sebagai keterampilan yang dilakukan dalam lingkungan yang relatif stabil dan dapat diduga. Contohnya seperti keterampilan-keterampilan yang menjadi ciri olahraga *bowling*, golf, panahan, senam, atau renang.

Semua keterampilan dalam olahraga di atas merupakan keterampilan yang ditentukan oleh pemain atau pelaku, tanpa harus dibatasi oleh lingkungan sekitar. Olahraga panahan misalnya. Si pemanah hanya melepaskan anak panahnya dari busur pada saat yang dirasa tepat. *Pegolf* hanya memukul bola kapan saja diinginkan. Oleh karena itu kedua keterampilan ini sering juga dipertukarkan dengan mudah dengan istilah *self-paced skill (closed skill)* dan *external-paced skill (open skill)*. Dalam hal ini Schmidt & Lee mengatakan bahwa kedua keterampilan di atas bukanlah merupakan suatu dikotomi, melainkan lebih merupakan sebuah kontinum, yaitu adanya keterhubungan yang semakin berubah dari ujung satu ke ujung yang lain, namun tidak terpisahkan.

2. Hakikat Pembelajaran

a. Tinjauan Belajar

Beberapa pengertian tentang belajar, di antaranya pendapat Gage yang dikutip oleh Yamin (2005: 99) belajar sebagai suatu proses di mana organisme berubah perilakunya diakibatkan pengalaman. Menurut Usman (2010: 5), belajar diartikan "Proses perubahan tingkah laku pada diri individu berkat adanya interaksi antara individu dan individu dengan lingkungannya. Menurut

pandangan Bloom dan Krathwohl dalam Rianto (2002: 29) belajar merupakan proses perkembangan kemampuan yang mencakup tiga ranah, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor.

Belajar adalah suatu proses adaptasi atau penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progressif. Belajar juga dipahami sebagai suatu perilaku, maka responnya menjadi lebih baik, sebaliknya bila tidak belajar maka responnya menurun. Menurut Skinner (dalam Sagala, 2010: 14) Belajar adalah suatu perubahan perilaku pada diri seorang yang kemungkinan atau peluang terjadinya respon setelah mengalami belajar. Sardiman (2009: 20) mengemukakan bahwa “belajar itu senantiasa merupakan perubahan tingkah laku atau penampilan, dengan serangkaian kegiatan misalnya dengan membaca, mengamati, mendengarkan, meniru, dan lain sebagainya”. Dengan belajar akan membawa perubahan pada individu-individu yang belajar. Perubahan tersebut tidak hanya terbatas pada bertambahnya ilmu pengetahuan, tetapi juga pada kecakapan, keterampilan, sikap, pengertian, harga diri, minat, watak, dan penyesuaian diri. Hamalik (2008: 21) menyatakan bahwa belajar adalah suatu bentuk pertumbuhan atau perubahan dalam diri seseorang yang dinyatakan dalam cara-cara bertingkah laku yang baru berkat pengalaman dan pelatihan.

Menurut Woolfolk & Nicolich yang dikutip Rianto (2002: 3), belajar adalah perubahan yang ada dalam diri seseorang sebagai hasil dari pengalaman. Sedangkan Snelbecker dalam Rianto (2002: 3) menyatakan bahwa perubahan akibat belajar terutama merupakan proses yang sadar dimana sedikit-dikitnya

seseorang dapat menjadi sadar bahwa ia telah belajar. Lebih lanjut Rianto (2002:

3) mengutip pernyataan Snelbecker mengatakan bahwa:

“Belajar merupakan masalah setiap orang, karena dengan melakukan kegiatan belajar mungkin seseorang akan merasa lebih bahagia, menjadi lebih senang, lebih pandai menyesuaikan diri, lebih cepat mempergunakan alam dengan semestinya atau lebih dapat berbicara serta bermain dengan lebih baik. Hampir semua kecakapan, ketrampilan, pengetahuan, kebiasaan, keinginan, dan sikap manusia terbentuk, dimodifikasi, dan berkembang karena belajar”.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu proses organisme berubah perilakunya diakibatkan pengalaman. Belajar akan mengakibatkan perubahan tingkah laku karena adanya interaksi antara individu dan individu dengan lingkungannya.

b. Ciri-ciri Perilaku Belajar

Perilaku belajar seseorang dapat dilihat dari perubahan-perubahan yang terjadi pada individu yang bersangkutan, karena perubahan itu menunjukkan individu tersebut telah mengalami perilaku belajar. Sugihartono (2007: 76), menjelaskan ciri-ciri perilaku belajar sebagai berikut “(1) Perubahan Tingkah laku terjadi secara sadar; (2) Perubahan bersifat kontinyu dan fungsional; (3) Perubahan bersifat positif dan aktif; (4) Perubahan bersifat permanen; (5) Perubahan dalam belajar bertujuan atau terarah; (6) Perubahan mencakup seluruh aspek tingkah laku”.

Hilgrad dan Gordon dalam Hamalik (2008: 48) mengemukakan :

Belajar menunjuk ke perubahan tingkah laku si subjek dalam situasi tertentu berkat pengalamannya yang berulang-ulang, dan perubahan tingkah laku tersebut tak dapat dijelaskan atas dasar kecenderungankecenderungan respon bawaan, kematangan atau keadaan temporer dari si subjek (misalnya kelelahan dan sebagainya).

Ciri-ciri belajar menurut Natawidjaja & Moein (2010) adalah sebagai berikut. (1) Belajar menyebabkan perubahan pada aspek kepribadian yang berfungsi terus menerus. (2) Belajar adalah perbuatan sadar, sehingga belajar selalu mempunyai tujuan. (3) Belajar hanya terjadi melalui pengalaman yang bersifat individual. (4) Belajar menghasilkan perubahan yang menyeluruh dan mengintegrasikan semua aspek-aspek yang terlibat di dalamnya, (5) Belajar adalah suatu proses interaksi, bukan sekedar proses penyerapan yang berlangsung tanpa usaha yang aktif dari individu yang belajar. (6) Perubahan tingkah laku berlangsung dari paling sederhana sampai pada yang kompleks.

Berdasarkan penjelasan di atas maka ciri-ciri perilaku belajar ditandai dengan perubahan tingkah laku yang terjadi pada individu, baik itu perubahan tingkah laku yang terjadi secara sadar, perubahan bersifat positif maupun perubahan yang terarah.

c. Tinjauan Pembelajaran

Pembelajaran atau pengajaran menurut Dageng dalam Uno (2008: 2), adalah upaya untuk membelajarkan siswa. Menurut Uno (2008: 2), istilah pembelajaran memiliki hakekat perencanaan atau perancangan sebagai upaya untuk membelajarkan siswa. Dengan demikian pembelajaran merupakan proses dari belajar yang pada akhirnya akan menghasilkan prestasi belajar. Dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dijelaskan bahwa “Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar di suatu lingkungan belajar”.

Trianto (2009: 17) mengartikan pembelajaran adalah:

Aspek kegiatan manusia yang kompleks, yang tidak sepenuhnya dapat dijelaskan. Pembelajaran secara simpel dapat diartikan sebagai produk interaksi berkelanjutan antara pengembangan dan pengalaman hidup. Dalam makna yang lebih kompleks pembelajaran hakikatnya adalah usaha sadar dari seorang guru untuk membelajarkan siswanya (mengarahkan interaksi siswa dengan sumber belajar lainnya) dalam rangka mencapai tujuan yang diharapkan.

Pendapat lain dari Jihad & Haris (2008: 11), “pembelajaran merupakan suatu proses yang terdiri dari kombinasi dua aspek, yaitu: belajar tertuju kepada apa yang harus dilakukan oleh siswa, mengajar berorientasi pada apa yang harus dilakukan oleh guru sebagai pemberi pelajaran”. Snelbecker yang telah dikutip Rianto (2002: 32) mendefinisikan pembelajaran (*instructional theory*) sebagai seperangkat prinsip yang dapat dijadikan pedoman dalam mengatur kondisi untuk mencapai tujuan pendidikan. Sementara Rianto (2002: 32) mengutip pernyataan Reigeluth bahwa teori pembelajaran menanyakan apakah metode yang akan digunakan dalam desain pembelajaran? dan kapan akan digunakan? Jawabannya adalah metode dan situasi. Suatu pernyataan yang menggabungkan antara metode dan situasi disebut prinsip atau teori.

Pembelajaran yang berorientasi membawa perubahan pada perilaku dan memberikan makna bagi pembelajar (Sugandi, 2005: 9) Pembelajaran merupakan suatu kumpulan proses yang bersifat individual, yang merubah stimulasi dari lingkungan seseorang kedalam sejumlah informasi, yang selanjutnya dapat menyebabkan adanya hasil belajar dalam bentuk ingatan jangka panjang. Hasil belajar itu memberikan kemampuan kepada si belajar untuk melakukan berbagai penampilan.

Lebih lanjut Rianto (2002: 32) mengemukakan bahwa metode pembelajaran adalah seperangkat komponen yang telah dikombinasikan secara optimal untuk kualitas pembelajaran, dan suatu metode pembelajaran yang sama dapat membedakan hasil pembelajaran, jika kondisinya berbeda. Hasil yang aktual, merupakan hasil nyata yang menggunakan metode khusus di bawah kondisi yang khusus pula, walaupun hasil itu ditentukan dari tujuan-tujuan yang sering memengaruhi metode-metode yang ditetapkan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah memiliki hakikat perencanaan atau perancangan sebagai upaya untuk membelajarkan siswa sehingga siswa akan mengalami perubahan dan hasil akhir dari proses suatu kegiatan pembelajaran akan tampak dalam penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang ditunjukkan dengan nilai tes serta untuk memperoleh nilai tersebut perlu dilakukan evaluasi.

3. Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

a. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah yaitu Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Menurut Suryobroto (2004: 16), pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Menurut Lutan (2000: 1) pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik anak. Selain itu pendidikan jasmani merupakan alat untuk membina anak muda

agar kelak anak mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat di sepanjang hayatnya.

Menurut Badan Standar Nasional Pendidikan, (2006: 1), bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara saksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa.

Depdiknas (2003: 1), menyatakan pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis, bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu organik, *neuromuskuler*, intelektual, dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional. Sukintaka (2004: 2), menyatakan pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial serta emosional bagi masyarakat dengan wahana aktivitas jasmani. Jadi peran pendidikan jasmani meliputi berbagai usaha untuk mendorong, membangkitkan, mengembangkan dan membina kekuatan jasmani seseorang. Olahraga merupakan sarana untuk mencapai tujuan pendidikan. Di samping menjadi sarana dalam mencapai tujuan pendidikan, maka olahraga pendidikan mencakup pula usaha-usaha ke arah tercapainya kesegaran jasmani yang optimal bagi anak-anak sekolah dan mahasiswa.

Menurut Paturusi (2012: 4-5), pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan mendidik anak dengan proses pendidikan melalui aktivitas pendidikan jasmani dan olahraga untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Proses dalam pembelajaran pendidikan jasmani memiliki beberapa faktor. Pada tingkat mikro ada empat unsur utama yaitu tujuan, substansi (tugas ajar), metode dan strategi, dan asesmen, serta evaluasi. Keempat unsur ini tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Tugas utama guru pendidikan jasmani ialah mengelola persiapan dan keterkaitan keempat unsur tersebut dalam sebuah mata rantai, berawal pada perencanaan tujuan dan berakhir pada gambaran tentang pencapaian tujuan (Suherman, 2000: 7). Menurut Syarifuddin & Muhadi (1992: 4), pendidikan jasmani adalah suatu proses melalui aktivitas jasmani, yang dirancang dan disusun secara sistematis, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan pembentukan watak, serta nilai dan sikap yang positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Dari berbagai pendapat tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan total. Proses pembelajaran pendidikan jasmani melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.

b. Tujuan Pendidikan Jasmani

Definisi tujuan pendidikan jasmani dikaji dari tujuan kelembagaan atau institusional bersifat global, hal ini dikarenakan menggambarkan harapan suatu lembaga terhadap alumninya, tujuan kurikulum merupakan target yang ingin dicapai oleh peserta didik dalam suatu bidang studi tertentu. Pengertian tersebut sejalan dengan BSNP (2006: 703), yang mengemukakan bahwa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

- 1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- 4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
- 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
- 6) Mengembangkan keteampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
- 7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Menurut Barrow yang dikutip oleh Abdoellah & Manadji (1994: 17) tujuan pendidikan jasmani adalah perkembangan optimal dari individu yang utuh dan berkemampuan menyesuaikan diri secara jasmaniah, social, dan mental melalui pelajaran yang dipimpin dan partisipasi dalam olahraga yang dipilih. Menurut Thomas, yang dikutip oleh Suherman (2000: 31) pendidikan jasmani mempunyai dua tujuan yang khas yaitu:

- 1) Mengembangkan dan memelihara tingkat kebugaran jasmani yang sesuai dengan kesehatan dan dan mengajarkan mengapa kebugaran merupakan sesuatu yang penting serta bagaimana kebugaran dipengaruhi oleh latihan.
- 2) Mengembangkan keterampilan yang layak diawali oleh gerak keterampilan dasar, kemudian menuju ke keterampilan olahraga tertentu, akhirnya menekankan pada berolahraga sepanjang hayat.

Berdasarkan tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yaitu melalui pendidikan jasmani diharapkan siswa memiliki kemampuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, meningkatkan keterampilan gerak, membentuk karakter moral yang baik, menumbuhkan sikap sportif, mengembangkan keterampilan menjaga keselamatan dan pencapaian pertumbuhan fisik yang sempurna dan pola hidup yang sehat.

c. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani

Pada pembelajaran PJOK kelas 5 Sekolah Dasar K-13 revisi 2017 ada perbedaan dibandingkan dengan pembelajaran di kurikulum KTSP, yang mana PJOK edisi kurikulum 2013 mencakup beberapa hal sebagai berikut :

- 1) Gerak dasar lokomotor, gerak dasar nonlokomotor, dan manipulatif
- 2) Aktivitas permainan bola besar dan bola kecil.
- 3) Aktivitas atletik
- 4) Aktivitas bela diri
- 5) Aktivitas pengembangan kebugaran jasmani
- 6) Aktivitas senam
- 7) Aktivitas gerakan berirama
- 8) Aktivitas air dan keselamatan diri
- 9) Kesehatan

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan mata pelajaran yang harus diajarkan di sekolah dasar. Ruang lingkup pendidikan jasmani mencakup aspek-aspek yang harus diajarkan. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) merupakan

salah satu mata pelajaran pada Kurikulum 2013. PJOK merupakan bagian integral dari program pendidikan nasional, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui pembekalan pengalaman belajar menggunakan aktivitas jasmani terpilih yang dilakukan secara sistematis.

4. Hakikat Permainan *Rounders*

a. Pengertian Permainan *Rounders*

Permainan *rounders* adalah permainan bola kecil beregu dengan cara bermainnya yaitu setelah memukul bola, pemain berlari mengelilingi lapangan yang ditandai dengan tiang sebagai *rounders*. Dalam KTSP pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan 2006 permainan *rounders* merupakan salah satu bagian kegiatan pokok yang wajib diajarkan di sekolah. Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar SD kelas V yaitu: Kompetensi dasar: 3.2 Memahami kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*. Kompetensi inti: 4.2 mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*. Dengan demikian, permainan dan olahraga juga harus diajarkan di sekolah dasar. Sedangkan salah satu materi pada permainan dan olahraga adalah permainan bola kecil di antaranya permainan kasti, *rounders*, *softball*, *kipers* dan bola bakar.

Rounders merupakan salah satu permainan bola kecil karena menggunakan bola kecil seukuran bola kasti. Permainan ini dimainkan oleh dua regu, yaitu regu pemukul dan regu penjaga. Regu pemukul berusaha mendapatkan nilai dengan memukul bola kemudian berlari mengelilingi lapangan. Sebaliknya, regu penjaga berusaha menangkap bola serta mematikan regu pemukul. “Regu yang banyak mengumpulkan nilai dalam permainan, itulah yang keluar sebagai pemenang” (Supardi & Suryono, 2010: 65).

Dalam permainan ini setelah memukul bola, pemain berlari mengelilingi lapangan yang ditandai dengan tiang sebagai "*Rounders*". “Regu yang dapat mengelilingi lapangan lebih banyak, dinyatakan sebagai pemenang”. (Heryana & Verianti, 2010: 67)". Menurut Heryana & Verianti (2010: 67), menyatakan “bahwa dalam permainan *rounders* setelah memukul bola, pemain berlari mengelilingi lapangan yang ditandai dengan tiang sebagai "*Rounders*"". Regu yang dapat mengelilingi lapangan lebih banyak, dinyatakan sebagai pemenang. Olahraga ini berasal dari Inggris bersamaan dengan *softball*.

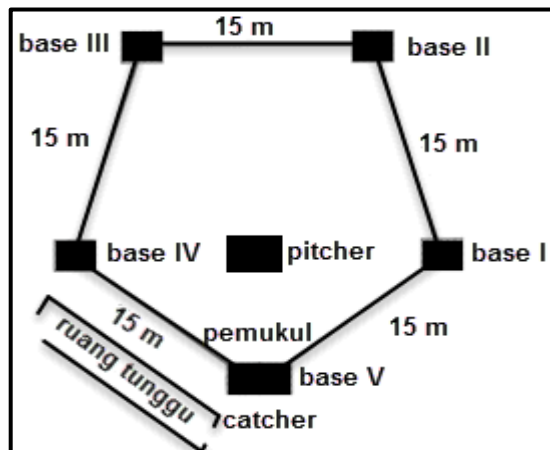
Berdasarkan teori atau uraian tentang hakikat *rounders* yang telah dikemukakan tersebut di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa permainan *rounders* adalah permainan yang menggunakan bola kecil yang dimainkan oleh 2 regu, dimana regu tersebut bertugas sebagai regu penjaga dan regu pemukul. Regu pemukul bertugas memukul bola yang dilemparkan oleh regu penjaga sekeras-kerasnya agar setelah memukul dapat berlari mengelilingi lapangan dan sampai di base terjauh. Sedangkan regu pemukul berusaha menangkap bola yang dipukul dan mematikan regu pemukul. Di dalam permainan *rounders* terkandung nilai-

nilai positif, utamanya bagi perkembangan jasmani. Permainan ini juga melatih kejujuran, kerja sama, dan tanggung jawab. *Rounders* juga dapat dimainkan oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Oleh karena itu, permainan *rounders* sangat cocok bagi anak usia sekolah dasar.

b. Lapangan Permainan *Rounders*

Lapangan *rounders* berbentuk segi segi lima beraturan yang masing-masing sisinya berukuran 15 meter. Pada setiap sudut lapangan terdapat tempat hinggap yang disebut base. Terdapat lima tempat hinggap yakni tempat hinggap I, II, III, IV, dan V. Tempat hinggap V sering disebut *home base*, sedangkan tempat untuk melambungkan bola disebut *pitcher base*.

Regu yang dapat mengelilingi lapangan lebih banyak, dinyatakan sebagai pemenang. Olahraga ini berasal dari Inggris bersamaan dengan *softball*. Lapangan permainan berbentuk segi lima. Ditandai dengan empat tiang tegak lurus yang masing-masing panjangnya 1,20 meter dan dipasang setiap sudut. Jarak antara pemukul bola dengan tiang pertama 12 meter (jarak sama sampai dengan tiang ketiga). Dari tiang ketiga ke tiang ke empat 8,50 meter. Jarak antara pemukul dengan pelontar bola 7,50 meter. Arena pelontar bola 2,5 meter dan arena pemukul bola 2 meter. *Stick* (pemukul bola) berbentuk bulat. *Stick* terbuat dari kayu dengan ukuran panjang ± 46 cm dan berat 370 gram. Bola bergaris tengah 19 cm dengan berat 70-85 gram. Lapangan permainan *rounders* sebagai berikut:



Gambar 1. Lapangan Permainan *Rounders*
(Sumber: Heryana & Verianti, 2010: 71)

c. Peraturan Permainan *Rounders*

Permainan *rounders* dimainkan oleh 2 regu, setiap regu terdiri atas 12 orang pemain. Tiap pemain mempunyai nomor dada dari nomor 1 sampai 12. Tiap pemain berhak melakukan pukulan sebanyak tiga kali. Setelah dapat memukul dengan baik, pemukul harus berlari ke tempat hinggap. Tiap pemukul akan mendapat nilai 1 (satu) pada tiap-tiap base yang dilewatinya.

Setiap pemukul yang dapat kembali ke ruang bebas tanpa pernah dimatikan oleh regu penjaga akan mendapat nilai 5 (lima). Namun apabila pemukul dapat memukul dengan baik, kemudian ia dapat melewati semua base dan kembali ke ruang bebas dengan hasil pukulannya tersebut, maka ia akan mendapat nilai 6 (enam). Nilai 6 (enam) tersebut didapat dari nilai 5 (lima) base yang dilaluinya dan nilai 1 (satu) sebagai hadiah. Keadaan seperti ini dalam permainan *rounders* sering disebut homerun.

Heryana & Verianti (2010: 71) menjelaskan cara bermain *rounders* yaitu sebagai berikut:

- 1) Jumlah pemain terdiri atas 7 orang. Setiap memulai permainan harus melakukan undian, untuk menentukan siapa terlebih dahulu memukul bola. Pemukul bola bergerak pada tiang pertama, setelah mendapat lemparan bola yang sah. Ketika tidak ada pemukul bola yang menunggu pukulan, seluruh anggota pemukul bola dapat keluar secara serentak. Tentunya hal ini dapat dilakukan jika seorang penjaga lapangan melempar bola langsung ke daerah pukula, sebelum seorang pelari mencapai tiang ke-4.
- 2) Pemukul bola harus mengoper keluar, masing-masing dari tiga tiang untuk mencapai tiang ke empat yang disentuh. Masing-masing regu mendapat dua kali giliran untuk memukul bola dan menjaga lapangan.
- 3) Penjaga lapangan berusaha menghalangi pukulan yang dilakukan pemukul, atau pada saat berlari. Karena pemukul tidak berlari langsung pada tempatnya, kecuali dihalangi pemain penjaga. Pemukul di samping lapangan, sambil menunggu pukulan, harus berlari di daerah paling belakang dari posisi penjaga lapangan, serta pada empat buah tiang. Berlari harus melalui luar tiang.

Dalam permainan *rounders* ada dua cara untuk mematikan seorang pelari, yaitu dengan cara ditik dan membakar base yang akan dituju pelari. Menurut Tim Bina Karya Guru (2004: 3), yang dimaksud “mematikan pelari dengan cara ditik adalah menyentuhkan bola kepada pelari sebelum sampai ke tempat hinggap”. Pada saat mentik pelari, bola tidak boleh terlepas. Apabila bola terlepas, maka ketikan tersebut tidak sah. Sedangkan membakar base dilakukan dengan cara menginjak base yang akan dituju oleh pelari. Pada saat menginjak base tersebut, seorang penjaga base harus memegang bola.

d. Teknik Dasar Permainan *Rounders*

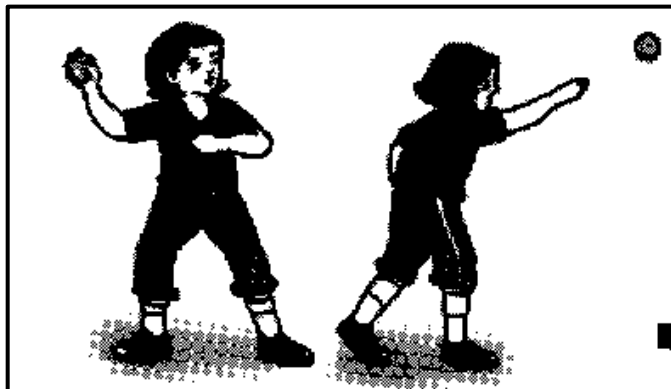
Lebih lanjut Heryana & Verianti (2010: 68-71) menjelaskan ada beberapa teknik dalam permainan *rounders* yaitu:

a. Teknik melempar bola

Melempar merupakan hal utama dalam permainan *rounders*, yaitu pada waktu regunya menjaga regu lawan. Apabila setiap anggota regu dapat melempar

dengan kecepatan yang cukup besar dan ketepatan baik, maka regu tersebut akan menjadi regu yang kuat dalam pertahanan. Teknik melempar bola adalah sebagai berikut:

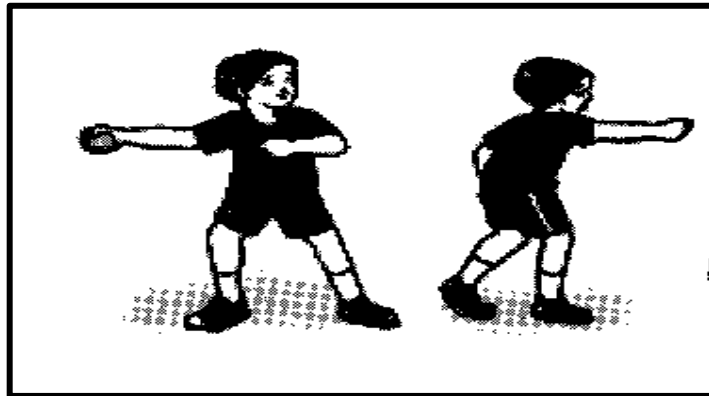
- 1) Teknik lemparan bola melambung (parabola)
 - a) Bola dipegang pada pangkal ruas jari tangan, di antara jari telunjuk, jari tengah, dan jari manis.
 - b) Ketiganya saling memegang, sedangkan jari kelingking dan ibu jari mengontrol bola agar tidak terjatuh.
 - c) Ketika melempar, biasanya menggunakan tangan kanan dengan kaki kiri berada di depan.
 - d) Setelah bola lepas dari tangan, maka kaki kanan mengikuti atau melangkah ke depan.
 - e) Pandangan ke arah sasaran.



Gambar 2. Gerakan Melempar Bola
(Sumber: Heryana & Verianti, 2010: 68)

- 2) Teknik lemparan bola mendatar
 - a) Lemparan umumnya dilakukan dengan tangan kanan.
 - b) Posisi badan tidak terlalu condong ke belakang.

- c) Pada saat melempar mendatar, gerakan lengan diayun dari belakang ke depan dan tidak melebihi kepala.



Gambar 3. Lemparan Mendatar
(Sumber: Heryana & Verianti, 2010: 68)

3) Teknik lemparan menyusur tanah

Cara melakukannya adalah sebagai berikut:

- a) Bola dilemparkan menyusur tanah, posisi kaki ditekuk dan badan condong ke depan.
- b) Lengan pelempar memegang bola, kemudian tarik tangan ke belakang.
- c) Ayunkan tangan ke depan mengarah ke depan bawah dan lemparkan bola.

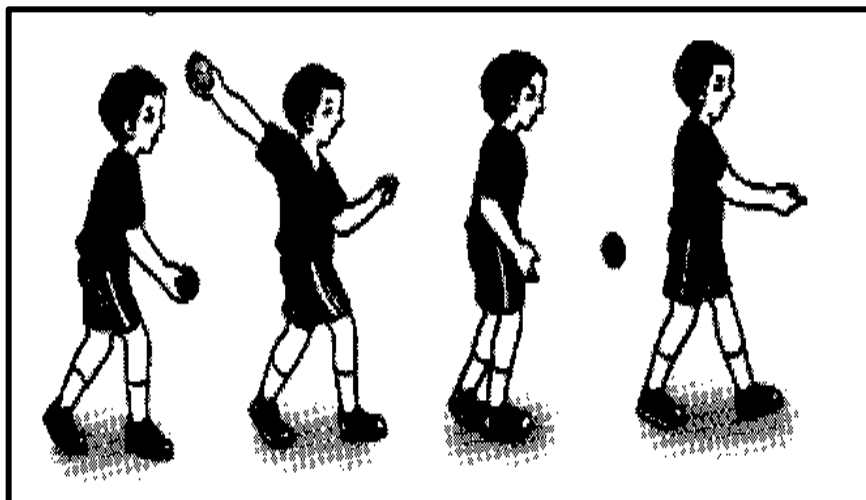


Gambar 4. Lemparan Menyusur Tanah
(Sumber: Heryana & Verianti, 2010: 69)

4) Teknik lemparan bola bagi pelambung (*Pitcher*)

Pitcher adalah pemain yang pertama dapat mematikan lawan. Lemparannya yang keras dan cepat akan menyulitkan pemukul sehingga ia dengan mudah dapat mematikan regu pemukul. Cara melakukannya adalah sebagai berikut:

- a) Berdiri tegak, salah satu kaki kanan berada di depan
- b) Bola dipegang di samping paha kaki kanan
- c) Condongkan badan ke depan
- d) Putar lengan tangan kanan yang memegang bola 360°
- e) Bersamaan dengan itu langkahkan kaki kiri ke depan, lepaskan bola saat bola berada di samping paha kaki kanan ikuti dengan lecutan pergelangan tangan.



Gambar 5. Lemparan *Pitcher*
(Sumber: Heryana & Verianti, 2010: 69)

b. Teknik menangkap bola

Menangkap bola merupakan faktor penentu keberhasilan sebuah regu. Teknik ini merupakan salah satu unsur yang penting dalam pertahanan. Dilihat

dari datangnya bola, menangkap bola dapat dibedakan menjadi tiga macam, yaitu sebagai berikut:

1) Teknik menangkap bola melambung

Cara melakukannya adalah sebagai berikut:

- a) Ikuti datangnya bola.
- b) Menangkap bola dapat dilakukan dengan merapatkan kedua tangan di depan dada.
- c) Pada saat bola tertangkap, jari-jari segera ditutup dan cepat ditarik ke arah badan.



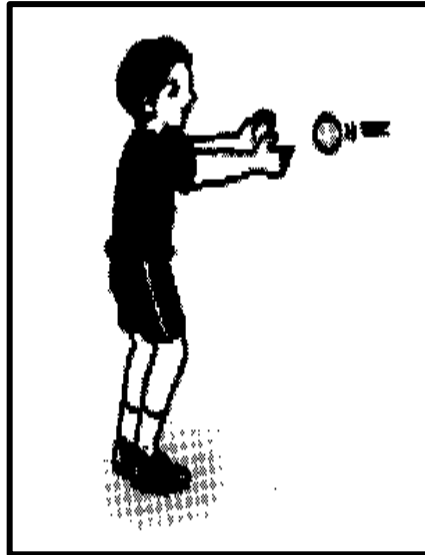
**Gambar 6. Menangkap Bola Melambung
(Sumber: Heryana & Verianti, 2010: 69)**

2) Teknik menangkap bola mendatar

Cara melakukannya adalah sebagai berikut:

- a) Jika bola datang mendatar dan tepat di depan badan, bola dapat ditangkap seperti menangkap bola yang datangnya melambung.
- b) Jika bola datang mendatar di samping kanan atau kiri badan, maka cara menangkapnya dengan menjulurkan lengan ke samping kanan atau kiri badan.

- c) Jika sudah mahir, maka dapat dilakukan dengan satu tangan.

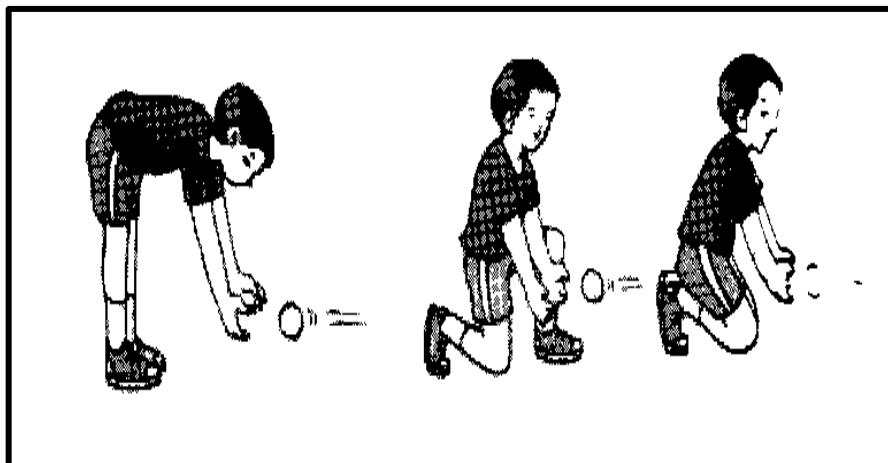


Gambar 7. Menangkap Bola Mendatar
(Sumber: Heryana & Verianti, 2010: 69)

- 3) Teknik menangkap bola menyusur tanah

Cara melakukannya sebagai berikut:

- a) Dengan sikap membungkuk, kedua lutut ditekuk, dan kedua lengan lurus ke bawah.
- b) Dengan sikap hampir berlutut, kemudian menangkap bola.

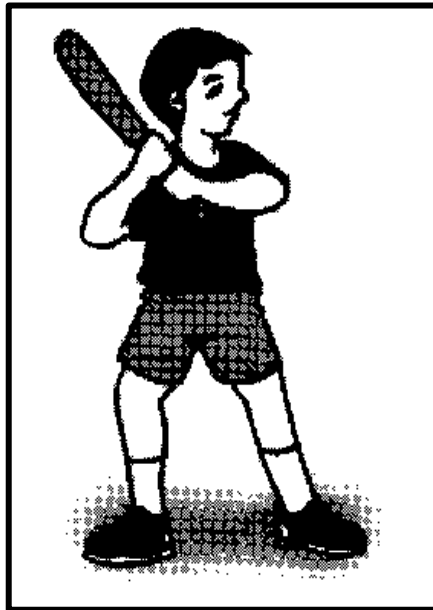


Gambar 8. Menangkap Bola Menyusur Tanah
(Sumber: Heryana & Verianti, 2010: 69)

c. Teknik memukul bola

Memukul bola dalam permainan *rounders* merupakan faktor utama untuk mendapatkan nilai. Oleh karena itu, teknik memukul hendaklah mendapat perhatian yang sungguh-sungguh. Untuk dapat menjadi seorang pemukul yang baik, pelajaryliah teknik memukul secara keseluruhan, yaitu mulai dari cara memegang pemukul sampai akhir ayunan. Teknik memukul bolar *rounders* adalah sebagai berikut:

- 1) Pegang alat pemukul bagian pangkalnya dengan kedua tangan.
- 2) Tangan kanan berada di atas tangan kiri.
- 3) Kemudian berdiri menyamping sehingga *Pitcher* berada di samping kiri pemukul.
- 4) Kedua kaki dibuka selebar badan.
- 5) Letakkan alat pemukul di atas bahu sebelah kanan dengan menekuk kedua siku tangan.
- 6) Pandangan di arahkan ke arah *Pitcher*.
- 7) Ayunkan pemukul mendatar dengan meluruskan kedua siku tangan disertai lecutan pergelangan kedua tangan saat bola dalam jangkauan pukulan.
- 8) Pada saat memukul diusahakan sambil melangkahakan kaki kiri ke arah kiri agar pukulan lebih keras.



Gambar 9. Posisi Memukul
(Sumber: Heryana & Verianti, 2010: 69)

d. Berlari

Kecepatan lari adalah kemampuan dasar yang harus dikuasai dalam permainan *rounders*. Bagi regu pemukul kemampuan berlari sangatlah berperan dalam mendapatkan poin bagi satu regu. Kecepatan berlari memudahkan ketika menguasai *base* dengan aman dan menghasilkan nilai. Jadi, kemampuan berlari cepat sangat diperlukan dalam permainan *rounders*. Pada saat lari menuju *base* dalam permainan *rounders* harus disesuaikan dengan situasi permainan, yaitu ada saat-saat tertentu pelari harus lari secepat-cepatnya. Kecepatan berlari dan ketangkasan harus dimiliki oleh masing-masing pemain. Jarak yang harus ditempuh oleh pelari lebih kurang 75 meter. Latihan lari dalam permainan *rounders* dapat dilakukan seperti pada latihan lari jarak pendek. Agar pemain *rounders* dapat meningkatkan teknik permainan yang baik, sebaiknya masing-masing pemain melakukan latihan-latihan sebagai berikut:

- 1) Latihan meningkatkan kecepatan berlari dan daya tahan.
- 2) Latihan berlari secepat-cepatnya dari base yang satu ke base yang lain.
- 3) Latihan untuk meningkatkan kekuatan otot perut, punggung, kaki, dan lengan.
- 4) Latihan meluncur untuk menuju tempat hinggap.
- 5) Latihan menghindarkan diri dari ketikan/sentuhan bola lawan.

5. Karakteristik Siswa Kelas V Sekolah Dasar

Sekolah merupakan salah satu wadah formal yang berusaha melaksanakan proses perubahan perilaku melalui pendidikan. Sekolah dasar merupakan awal dari pendidikan selanjutnya, masa ini adalah masa perpindahan anak dari lingkungan keluarga ke lingkungan sekolah, yaitu lingkungan yang besar pengaruhnya terhadap perkembangan jasmani dan rohani. Lebih banyak teman dalam lingkungan sosial yang lebih luas, sehingga peranan sosialnya makin berkembang, ia ingin mengetahui segala sesuatu di sekitarnya sehingga bertambah pengalamannya. Semua pengalaman itu baru akan membantu dan mempengaruhi proses perkembangan berpikirnya.

Masa sekolah dasar merupakan masa yang sangat penting dalam pembelajaran. Hal ini bukan saja pada masa ini anak mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan, namun siswa juga dalam taraf perkembangan fisik dan psikis. Manusia saling berkomunikasi untuk memenuhi kebutuhannya, maka saling memahami dengan cara mempelajari karakteristik masing-masing akan terjadi hubungan saling mengerti. Jahja (2011: 115-116), menggambarkan masa kelas-kelas tinggi Sekolah Dasar antara usia 9-13 tahun. Biasanya anak seumur ini duduk di kelas IV, V, VI. Pada masa ini timbul minat pada pelajaran-pelajaran

khusus, ingin tahu, ingin belajar, realistis. Lebih lanjut menurut Partini (2011: 116), ciri khas anak pada masa kelas tinggi Sekolah Dasar adalah:

- a. Perhatiannya tertuju kepada kehidupan praktis sehari-hari.
- b. Ingin tahu, ingin belajar, realistis.
- c. Timbul minat kepada pelajaran-pelajaran khusus.
- d. Anak memandang nilai sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasi belajarnya di sekolah.
- e. Anak-anak suka membentuk kelompok sebaya atau peer group untuk bermain bersama, dan anak membuat peraturan sendiri dalam kelompoknya.

Menurut Yusuf (2012: 4) pada masa keserasian bersekolah ini secara relatif anak-anak lebih mudah dididik daripada masa sebelum dan sesudahnya.

Masa ini diperinci lagi menjadi dua fase yaitu:

- a. Masa kelas-kelas rendah sekolah dasar, kira-kira 6-7 tahun sampai umur 9 atau 10 tahun. Beberapa sifat anak-anak pada masa ini antara lain seperti berikut:
 - 1) Adanya hubungan positif yang tinggi antara keadaan jasmani dengan prestasi (apabila jasmaninya sehat banyak prestasi yang diperoleh).
 - 2) Sikap tunduk kepada pertaturan-peraturan permainan yang tradisional.
 - 3) Adanya kecenderungan memuji diri sendiri (menyebut nama sendiri).
 - 4) Suka membanding-bandingkan dirinya dengan anak yang lain.
 - 5) Apabila tidak dapat menyelesaikan masalah suatu soal, maka soal itu dianggap tidak penting.
 - 6) Pada masa ini (terutama usia 6,0-8,0 tahun) anak menghendaki nilai (angka rapor) yang baik, tanpa mengingat apakah prestasinya memang pantas diberi nilai baik atau tidak.
- b. Masa kelas-kelas tinggi sekolah dasar, kira-kira umur 9,0 atau 10,0 sampai umur 12,0 atau 13,0 tahun. Beberapa sifat khas anak-anak pada masa ini ialah:
 - 1) Adanya minat terhadap kehidupan praktis sehari-hari yang konkret, hal ini menimbulkan adanya kecenderungan untuk membandingkan pekerjaan-pekerjaan yang praktis.
 - 2) Amat realistis ingin mengetahui, ingin belajar.
 - 3) Menjelang masa akhir ini telah ada minat kepada hal-hal dan mata pelajaran khusus, yang oleh para ahli yang mengikuti teori faktor ditafsirkan sebagai mulai menonjolnya faktor-faktor (bakat-bakat khusus).

- 4) Sampai kira-kira umur 11,0 tahun anak membutuhkan guru atau orang-orang dewasa lainnya untuk menyelesaikan tugas dan memenuhi keinginannya. Setelah umur ini pada umumnya anak menghadapi tugas-tugasnya dengan bebas dan berusaha untuk menyelesaikannya.
- 5) Pada masa ini, anak memandang nilai (angka rapor) sebagai ukuran yang tepat (sebaik-baiknya) mengenai prestasi sekolah.
- 6) Anak-anak pada usia ini gemar membentuk kelompok sebaya biasanya untuk dapat bermain bersama-sama. Dalam permainan itu biasanya anak tidak lagi terikat kepada peraturan permainan yang tradisional (yang sudah ada), anak membuat peraturan sendiri.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa usia anak Sekolah Dasar kelas atas berusia 9-13 tahun. Usia ini mempunyai minat dan ingin tahu dan belajar secara realistis serta timbul terhadap pelajaran-pelajaran tertentu.

Perkembangan anak usia sekolah dasar menurut Hurlock (2000: 23), sebagai berikut:

a. Perkembangan fisik

Sampai dengan usia sekitar enam tahun terlihat bahwa badan anak bagian atas berkembang lebih lambat daripada bagian bawah. Anggota-anggota badan relatif masih pendek, kepala dan perut relatif masih besar. Selama masa akhir anak-anak, tinggi bertumbuh sekitar 5% hingga 6% dan berat bertambah sekitar 10% setiap tahun. Pada usia 6 tahun tinggi rata-rata anak adalah 46 inchi dengan berat 22,5 kg. Kemudian pada usia 12 tahun tinggi anak mencapai 60 *inchi* dan berat 40-42,5 kg.

Jadi, pada masa ini peningkatan berat badan anak lebih banyak daripada panjang badannya. Kaki dan tangan menjadi lebih panjang, dada dan panggul lebih besar. Peningkatan berat badan anak selama masa ini terjadi terutama karena bertambahnya ukuran sistem rangka dan otot, serta ukuran beberapa organ tubuh.

Pada saat yang sama, masa dan kekuatan otot-otot secara berangsur-angsur bertambah. Pertambahan kekuatan otot ini adalah karena faktor keturunan dan latihan (olahraga). Karena perbedaan jumlah sel-sel otot, maka umumnya anak laki-laki lebih kuat daripada anak perempuan.

b. Perkembangan kognitif

Menurut teori kognitif Piaget, pemikiran anak-anak usia sekolah dasar masuk dalam tahap pemikiran konkret-operasional (*concrete operational thought*), yaitu masa di mana aktifitas mental anak terfokus pada objek-objek yang nyata atau pada berbagai kejadian yang pernah dialaminya. Ini berarti bahwa anak usia sekolah dasar sudah memiliki kemampuan untuk berpikir melalui urutan sebab akibat dan mulai mengenali banyaknya cara yang bisa ditempuh dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya. Anak usia ini juga dapat mempertimbangkan secara logis hasil dari sebuah kondisi atau situasi serta tahu beberapa aturan atau strategi berpikir, seperti penjumlahan, pengurangan, penggandaan, mengurutkan sesuatu secara berurutan dan mampu memahami operasi dalam sejumlah konsep, seperti $5 \times 6 = 30$; $30 : 6 = 5$.

Dalam upaya memahami alam sekitarnya anak tidak lagi terlalu mengandalkan informasi yang bersumber dari panca indra, karena ia mulai kemampuan untuk membedakan apa yang tampak oleh mata dengan kenyataan yang sesungguhnya, dan antara yang bersifat sementara dengan yang bersifat menetap. Misalnya, anak akan tahu bahwa air dalam gelas besar pendek dipindahkan ke dalam gelas kecil yang tinggi, jumlahnya akan tetap sama karena

tidak satu tetespun yang tumpah. Hal ini adalah karena tidak lagi mengandalkan persepsi penglihatannya, melainkan sudah mampu menggunakan logikanya.

Pemahaman tentang waktu dan ruang (*spatial relations*) anak usia sekolah dasar juga semakin baik. Karena itu, anak dapat dengan mudah menemukan jalan keluar di ruangan yang lebih kompleks daripada sekedar ruangan dirumahnya sendiri. Anak usia SD telah memiliki struktur kognitif yang memungkinkannya dapat berpikir untuk melakukan suatu tindakan, tapi ia sendiri bertindak secara nyata. Hanya saja, apa yang dipikirkan oleh anak masih terbatas pada hal-hal yang ada hubungannya dengan sesuatu yang konkret, suatu realitas secara fisik, benda-benda yang benar-benar nyata. Sebaliknya, benda-benda atau peristiwa-peristiwa yang tidak ada hubungannya secara jelas dan konkret secara realitas, masih sulit dipikirkan oleh anak.

Keterbatasan lain yang terjadi dalam kemampuan berpikir konkret anak ialah egosentrisme. Artinya, anak belum mampu membedakan antara perbuatan-perbuatan dan objek-objek yang secara langsung dialami dengan perbuatan-perbuatan yang objek-objek yang hanya ada dalam pikirannya. Misalnya, ketika anak diberikan soal untuk memecahkan, ia tidak akan mulai dari sudut objeknya, melainkan ia akan mulai dari dirinya sendiri. Egosentrisme pada anak terlihat dari ketidakmampuan anak untuk melihat pikiran dan pengalaman sebagai dua gejala yang masing masing berdiri sendiri. Terlepas dari keterbatasan tersebut, pada masa akhir usia sekolah (10-12 tahun) atau pra-remaja, anak-anak terlihat semakin mahir menggunakan logikanya. Hal ini di antaranya terlihat dari kemahirannya dalam menghitung yang bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

c. Perkembangan Konsep Diri

Pada awal-awal masuk sekolah dasar, terjadi penurunan dalam konsep diri anak. Hal ini disebabkan oleh tuntutan baru dalam akademik dan perubahan sosial yang muncul di sekolah. Sekolah dasar banyak memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk membandingkan diri dengan temannya. Sehingga penilaian dirinya menjadi realistis. Anak-anak yang secara rutin lebih mungkin untuk melakukan langkah-langkah yang dapat mempertahankan keutuhan harga dirinya. Anak sering memfokuskan perhatian pada bidang dimana anak unggul seperti olahraga atau hobi, dan kurang perhatiannya pada bidang yang memberi kesukaran pada dirinya. Hal itu disebabkan karena anak telah menguasai sejumlah bidang dan pengalaman untuk memperhitungkan kekuatan dalam penampilan diri anak, maka kebanyakan anak berusaha mempertahankan kestabilan harga diri anak selama bersekolah.

d. Perkembangan Spiritual

Sebagai anak yang tengah berada dalam tahap pemikiran operasional konkret, maka anak-anak usia sekolah dasar akan memahami segala sesuatu yang abstrak dengan interpretasi secara konkret. Hal ini juga berpengaruh terhadap pemahamannya mengenai konsep-konsep keagamaan. Misalnya gambaran tentang tuhan, pada awalnya anak-anak akan memahami tuhan sebagai sebuah konsep konkret yang mempunyai perwujudan real, serta memiliki sifat pribadi seperti manusia. Namun seiring perkembangan kognitifnya, konsep ketuhanan yang bersifat konkret ini mulai berubah menjadi abstrak. Dengan demikian, gagasan-

gagasan keagamaan, yaang bersifat abstrak dipahami secara konkret, seperti tuhan itu satu, tuhan itu amat dekat, tuhan itu ada di mana-mana, mulai dapat dipahami.

e. Perkembangan Bahasa

Usia SD merupakan berkembang pesatnya mengenal pembendaharaan kata. Pada awal masa sekolah, anak menguasai kurang lebih 2500 kata dan pada masa akhir sekolah menguasai kurang lebih 30.000 kata. Sehingga pada anak ini mulai gemar membaca dan berkomunikasi dengan orang lain. Faktor yang mempengaruhi komunikasi pada masa sekolah yaitu kematangan oragan bicara dan proses belajar. Usia SD ditandai dengan perluasan hubungan sosial. Anak mulai keluar dari keluarga menuju masyarakat, anak mulai dapat bekerja sama dengan teman, dan membentuk kelompok sebaya. Kematangan perkembangan sosial pada anak SD dapat dimanfaatkan untuk memberikan tugas-tugas kelompok. Melalui kerja kelompok ini, anak dapat belajar tentang sikap dan kebiasaan dalam bekerja sama, saling menghormati, tenggang rasa dan bertanggungjawab.

f. Perkembangan Emosi

Anak SD mulai menyadari bahwa pengungkapan emosi secara kasar tidak dapat diterima dalam masyarakat, maka anak mulai belajar mengendalikan dan mengontrol ekspresi emosinya. Kemampuan mengontrol emosi pada anak, dipengaruhi oleh suasana kehidupan ekspresi emosi didalam keluarga. Berbagai emosi yang dialami anak SD adalah marah, takut, cemburu, rasa ingin tahu dan kegembiraan yang meluap.

g. Perkembangan Motorik

Seiring dengan perkembangan fisiknya yang beranjak matang, maka perkembangan motorik anak sudah dapat terkoordinasi dengan baik. Pada masa ini ditandai dengan kelebihan gerak atau aktifitas motorik. Oleh karena itu, usia ini merupakan masa yang ideal untuk belajar keterampilan yang berkaitan dengan motorik, seperti menulis, menggambar, melukis, berenang, main bola, dan atletik. Perkembangan fisik yang normal merupakan salah satu faktor penentu kelancaran proses belajar, baik dalam bidang pengetahuan maupun keterampilan.

h. Perkembangan moral

Pada usia sekolah dasar anak sudah dapat mengikuti pertautan atau tuntutan dari orang tua atau lingkungan sosialnya. Pada akhir usia ini anak sudah dapat memahami alasan mendasari suatu peraturan. Di samping itu, anak sudah dapat mengasosiasikan setiap bentuk perilaku dengan konsep benar-salah atau baik-buruk. Peranan guru Penjasorkes sangat besar dalam memberi pengarahan dan bimbingan pada anak besar. Sesuai dengan sifat psiko-sosial anak, guru bisa menempatkan dirinya sebagai orang dewasa yang bias dipercaya, memberikan perhatian, persetujuan dan dorongan kepada anak untuk berbuat sebaik-baiknya.

a. Pertumbuhan dan Perkembangan Fisik Anak Usia Sekolah

Pertumbuhan berkaitan dengan masalah perubahan fisik seorang anak, sedangkan perkembangan merupakan bertambahnya kemampuan atau *skill* adalah struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dan teratur sebagai hasil proses pematangan anak. Menurut Rahyubi (2012: 220) fase anak besar antara usia 6-12 tahun, aspek yang menonjol adalah perkembangan sosial dan intelegensi.

Perkembangan kemampuan fisik yang tampak pada masa anak besar atau anak yang berusia 6-12 tahun, selain muncul kekuatan yang juga mulai menguasai apa yang yang disebut fleksibilitas dan keseimbangan. Perkembangan kekuatan sendiri merupakan hasil kerja otot yang berupa kemampuan untuk mengangkat, menjinjing, menahan, mendorong atau menarik beban. Semakin besar penampang lintang otot, akan semakin besar pula kekuatannya. Berdasarkan pengertian di atas, pertumbuhan dan perkembangan anak sekolah dasar usia 6-12 tahun perkembangan yang paling menonjol adalah perkembangan sosial dan intelegensi.

Havighurst yang dikutip Desmita (2010: 35) menjelaskan tugas perkembangan anak usia sekolah dasar meliputi:

- 1) Menguasai keterampilan fisik yang diperlukan dalam permainan dan aktivitas fisik.
- 2) Membina hidup sehat.
- 3) Belajar bergaul dan bekerja dalam kelompok.
- 4) Belajar menjalankan peranan sosial sesuai dengan jenis kelamin.
- 5) Belajar membaca, menulis, dan berhitung agar mampu berpartisipasi dalam masyarakat.
- 6) Memperoleh sejumlah konsep yang diperlukan untuk berfikir efektif.
- 7) Mengembangkan kata hati dan moral.
- 8) Mencapai kemandirian pribadi.

Mencakup pertumbuhan biologis misalnya pertumbuhan otak, otot dan tulang. Pada usia 10 tahun baik laki-laki maupun perempuan tinggi dan berat badannya bertambah kurang lebih 3,5 kg. Namun setelah usia remaja yaitu 12 -13 tahun anak perempuan berkembang lebih cepat dari pada laki-laki, Sumantri (2005) menjelaskan bahwa:

- 1) Usia masuk kelas satu SD atau MI berada dalam periode peralihan dari pertumbuhan cepat masa anak awal ke suatu fase perkembangan yang lebih lambat. Ukuran tubuh anak relatif kecil perubahannya selama tahun-tahun di SD.

- 2) Usia 9 tahun tinggi dan berat badan anak laki-laki dan perempuan kurang lebih sama. Sebelum usia 9 tahun anak perempuan relatif sedikit lebih pendek dan lebih langsing dari anak laki-laki.
- 3) Akhir kelas empat, pada umumnya anak perempuan mulai mengalami masa lonjakan pertumbuhan. Lengan dan kaki mulai tumbuh cepat.
- 4) Pada akhir kelas lima, umumnya anak perempuan lebih tinggi, lebih berat dan lebih kuat daripada anak laki-laki. Anak laki-laki memulai lonjakan pertumbuhan pada usia sekitar 11 tahun.
- 5) Menjelang awal kelas enam, kebanyakan anak perempuan mendekati puncak tertinggi pertumbuhan anak. Periode pubertas yang ditandai dengan menstruasi umumnya dimulai pada usia 12-13 tahun. Anak laki-laki memasuki masa pubertas dengan ejakulasi yang terjadi antara usia 13-16 tahun.
- 6) Perkembangan fisik selama remaja dimulai dari masa pubertas. Pada masa ini terjadi perubahan fisiologis yang mengubah manusia yang belum mampu bereproduksi menjadi mampu bereproduksi. Hampir setiap organ atau sistem tubuh dipengaruhi oleh perubahan perubahan ini. Anak pubertas awal (*prepubertas*) dan remaja pubertas akhir (*postpubertas*) berbeda dalam tampilan luar karena perubahan perubahan dalam tinggi proporsi badan serta perkembangan ciri-ciri seks primer dan sekunder.

Meskipun urutan kejadian pubertas itu umumnya sama untuk tiap orang, waktu terjadinya dan kecepatan berlangsungnya kejadian itu bervariasi. Rata-rata anak perempuan memulai perubahan pubertas 1,5 hingga 2 tahun lebih cepat dari anak laki-laki. Kecepatan perubahan itu juga bervariasi, ada yang perlu waktu 1,5 hingga 2 tahun untuk mencapai kematangan reproduksi, tetapi ada yang memerlukan waktu 6 tahun. Dengan adanya perbedaan-perbedaan ini ada anak yang telah matang sebelum anak yang sama usianya mulai mengalami pubertas.

Menurut Mollie (2011: 380) berat badan anak lelaki yang berada pada kategori ini bertambah dengan mantap walaupun lambat. Kekuatannya berangsur-angsur meningkat, dan latihan kekuatan mulai dapat diberikan secara progresif. Tetapi tetap diingat bahwa beban yang diberikan tidak diluar beban tubuhnya sendiri, bebannya harus ringan dan repetisinya ditingkatkan. Kematangan seksual

dicapai hanya oleh 5% anak setelah anak berusia 12 tahun. Anak lelaki merasa bangga menjadi lelaki dan merasa menjadi jagoan.

b. Perkembangan Kognitif Anak SD

Masa anak usia sekolah dasar dalam usia (sekitar 6-12 tahun) dan siswa kelas atas berusia 10-12 tahun merupakan tahap perkembangan selanjutnya. Anak usia sekolah dasar memiliki karakteristik yang berbeda dimana ia lebih senang bermain, senang bergerak, senang bekerja kelompok dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung. Hal tersebut mencakup perubahan-perubahan dalam perkembangan pola pikir. Tahap perkembangan kognitif individu menurut Piaget (dalam Desmita, 2010: 38) melalui empat stadium:

- 1) Sensorimotorik (0-2 tahun), bayi lahir dengan sejumlah refleks bawaan mendorong mengeksplorasi dunianya.
- 2) Praoperasional (2-7 tahun), anak belajar menggunakan dan merepresentasikan objek dengan gambaran dan kata-kata. Tahap pemikirannya yang lebih simbolis tetapi tidak melibatkan pemikiran operasional dan lebih bersifat egosentris dan intuitif ketimbang logis
- 3) Operasional Konkret (7-11), penggunaan logika yang memadai. Tahap ini telah memahami operasi logis dengan bantuan benda konkret.
- 4) Operasional Formal (12-15 tahun), kemampuan untuk berpikir secara abstrak, menalar secara logis, dan menarik kesimpulan dari informasi yang tersedia

Adapun karakteristik pertumbuhan kognitif pada anak usia 10-12 tahun dapat dijelaskan sebagai berikut: (1) anak memiliki tingkat berpikir abstrak yang cukup tinggi, (2) pada masa ini anak mampu menunda apa kebutuhan dan kepuasannya, (3) pada fase ini anak mulai memandang tentang isu sosial, (4) anak mampu merencanakan masa depan dan mengatur tugas-tugasnya dengan atau tanpa bimbingan dari orang yang lebih dewasa, (5) anak butuh waktu luang dan kebebasan dalam aktualisasi diri (Mollie, 2011: 381).

c. Perkembangan Sosial dan Emosional Anak SD

Hal tersebut berkaitan dengan perkembangan dan perubahan emosi individu. J. Havighurst mengemukakan bahwa setiap perkembangan individu harus sejalan dengan perkembangan aspek lain seperti di antaranya adalah aspek psikis, moral dan sosial. Menjelang masuk SD, anak telah mengembangkan keterampilan berpikir bertindak dan pengaruh sosial yang lebih kompleks. Sampai dengan masa ini, anak pada dasarnya egosentris (berpusat pada diri sendiri) dan dunia anak adalah rumah keluarga, dan taman kanak-kanaknya (Desmita, 2010: 39)

Selama duduk di kelas kecil SD, anak mulai percaya diri tetapi juga sering rendah diri. Pada tahap ini anak mulai mencoba membuktikan bahwa anak "dewasa". Anak merasa "saya dapat mengerjakan sendiri tugas itu, karenanya tahap ini disebut tahap *"I can do it my self"*. Anak sudah mampu untuk diberikan suatu tugas. Daya konsentrasi anak tumbuh pada kelas kelas besar SD. Anak dapat meluangkan lebih banyak waktu untuk tugas tugas pilihannya, dan seringkali anak dengan senang hati menyelesaikannya. Tahap ini juga termasuk tumbuhnya tindakan mandiri, kerjasama dengan kelompok dan bertindak menurut cara cara yang dapat diterima lingkungannya. Anak juga mulai peduli pada permainan yang jujur (Desmita, 2010: 40)

Selama masa ini anak juga mulai menilai diri sendiri dengan membandingkannya dengan orang lain. Anak-anak yang lebih mudah menggunakan perbandingan sosial (*social comparison*) terutama untuk norma-norma sosial dan kesesuaian jenis-jenis tingkah laku tertentu. Pada saat

anak-anak tumbuh semakin lanjut, anak cenderung menggunakan perbandingan sosial untuk mengevaluasi dan menilai kemampuan kemampuan anak sendiri

Sebagai akibat dari perubahan struktur fisik dan kognitif, anak pada kelas besar di SD berupaya untuk tampak lebih dewasa. Anak ingin diperlakukan sebagai orang dewasa. Terjadi perubahan perubahan yang berarti dalam kehidupan sosial dan emosionalnya. Di kelas besar SD anak laki-laki dan perempuan menganggap keikutsertaan dalam kelompok menumbuhkan perasaan bahwa dirinya berharga. Tidak diterima dalam kelompok dapat membawa pada masalah emosional yang serius Teman-teman anak menjadi lebih penting daripada sebelumnya. Kebutuhan untuk diterima oleh teman sebaya sangat tinggi.

Menurut Mollie (2011: 382) anak lelaki yang berumur antara 9-12 tahun, dan duduk di kelas V dan VI SD memiliki perkembangan kearah kejantanan semakin mantap. Anak sering membentuk "geng" atau kelompok-kelompok dan lebih suka bergaul dengan teman-teman sejenisnya. Bagi guru kesempatan ini baik digunakan untuk memantapkan kegiatan ekstrakurikuler dengan membentuk tim-tim olahraga. Anak akan sangat kagum pada teman-teman yang memperlihatkan sikap menentang terhadap orang dewasa atau menentang segala bentuk tindakan otoriter. Pemahaman guru pada karakter ini perlu dijadikan pegangan agar dalam melaksanakan pembelajaran sedapat mungkin menghilangkan sikap kaku, keras dan menang sendiri. Anak pada usia ini memiliki kemampuan berusaha keras untuk menjadi yang terbaik dalam setiap permainan dengan tujuan untuk mendapatkan pengakuan/dikagumi oleh teman-teman sejenisnya dan teman kelompoknya. Bayangkan jika karakter ini tidak

diakomodasi dan setiap latihan anak mendapat bentakan dan celaan, anak pasti akan melawan sebagai bagian dari upaya menunjukkan sikap kepahlawanan. Laki-laki bermain lebih keras, lebih ribut, dan lebih lama daripada anak perempuan. Rata-rata memiliki sifat senang bertualang dan merusak. Anak laki-laki menunjukkan ketidaksesuaian dengan anak perempuan, selalu menunjukkan bahwa ada perbedaan diantara keduanya.

B. Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian Sumirah (2010), yang berjudul: “Kemampuan Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Panukan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan melempar bola kasti untuk siswa kelas IV dan V SD Negeri Panukan, Kecamatan Wates, kabupaten Kulon Progo termasuk dalam kategori baik 70%, kategori sedang 30%, dan kategori kurang 0%.
2. Penelitian Hidayat (2011), yang berjudul: “Tingkat Keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan kelas V SD Negeri Wirogaten, Kecamatan Mirit, Kabupaten Kebumen tahun pelajaran 2012/2013”. Hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan melempar bola kasti pada siswa kelas IV dan V kategori “sangat baik” adalah 5 siswa (10,9%), kategori “baik sebanyak 9 siswa (19,6%), yang kategorinya “cukup” sebanyak 18 siswa (39,1%), yang kategorinya “kurang” sebanyak 12

siswa (26,1%), dan kategori “kurang sekali” sebanyak 2 siswa (4,3%). Tingkat keterampilan menangkap bola kasti pada siswa kelas IV dan V dengan kategori “sangat baik” adalah sebanyak 0 siswa (0%), kategorinya “baik” sebanyak 20 siswa (43,5%), yang kategorinya “cukup” sebanyak 10 siswa (21,7%), yang kategorinya kurang” sebanyak 13 siswa (28,3%), dan kategori “kurang sekali” sebanyak 3 siswa (6,5%). Tingkat keterampilan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V dengan kategori “sangat baik” adalah sebanyak 0 siswa (0%), kategori “baik” sebanyak 16 siswa (34,8%), yang kategorinya “cukup” sebanyak 15 siswa (32,6%), yang kategorinya “kurang” sebanyak 14 siswa (30,5%), dan kategori “kurang sekali” sebanyak 1 siswa (2,2%).

3. Penelitian Pamungkas (2015) yang berjudul “Tingkat Kemampuan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Kelas V SD Negeri Ngandagan di Kecamatan Pituruh”. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode survey. Populasi dalam penelitian ini siswa dan siswi kelas V SD Negeri Ngandagan sejumlah 23 siswa. Instrumen penelitian adalah tes ketepatan melempar bola 10 kali, tes memukul bola 10 kali, dan tes menangkap bola 10 kali. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dan hasilnya disajikan dalam 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kemampuan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri Ngandagan di Kecamatan Pituruh dengan kategori sangat tinggi adalah 1 siswa (4,3%), kategori tinggi 6 siswa (26,1%), kategori sedang 8 siswa (34,8%), kategori rendah 7 siswa (30,4%), dan kategori sangat rendah 1 siswa (4,3%).

C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan kajian teori yang telah dikemukakan, dapat disusun kerangka berfikir: materi permainan *rounders* adalah materi pembelajaran yang ada di pendidikan jasmani dan kesehatan olahraga. Materi dengan lempar tangkap dan memukul bola untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain *rounders*, dengan permainan-permainan lempar tangkap sebagai upaya mencetak poin sebanyak-banyaknya dalam sebuah permainan. Kemampuan dasar atau teknik ini bisa lebih baik jika didukung dengan keterampilan kebugaran jasmani.

Berdasarkan alasan-alasan di atas peneliti tertarik untuk meneliti tingkat kemampuan dasar bermain *rounders* siswa SD Negeri Minomartani 2 Sleman. Karena menurut peneliti, hal tersebut perlu dibuktikan dengan penelitian mengenai keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola *rounders*. Pengukuran yang digunakan adalah tes kemampuan siswa dalam melempar, menangkap, dan memukul bola untuk mengetahui kemampuan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri Minomartani 2 Sleman.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Menurut Sugiyono (2007: 147), penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei. Penelitian ini memfokuskan pada tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik tes dan pengukuran.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SD Negeri Minomartani 2 Sleman. Penelitian ini dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 26 Januari 2018. Penelitian dilakukan pukul 7.30-09.00 WIB.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2007: 80) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek/objek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang masih duduk di kelas V SD Negeri Minomartani 2 Sleman yang berjumlah 18 orang siswa, yang terdiri atas 12 siswa putra dan 6 siswa putri. Menurut Arikunto (2006: 174) sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Keseluruhan populasi yang berjumlah 18 siswa dijadikan sampel, sehingga disebut penelitian populasi/*total sampling*.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini adalah keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman. Definisi operasionalnya adalah kemampuan yang dimiliki siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dalam memukul, melempar, dan menangkap bola *rounders*. Keterampilan dasar lemparan yang dilakukan dengan menggunakan lemparan atas (*overhead throw*) ke arah sasaran dengan jarak 6,5 meter yang dilakukan sebanyak 10 kali lemparan. Kemampuan menangkap bola *rounders* adalah kemampuan siswa menangkap bola yang diumpankan oleh teman saling berhadapan pada jarak 5 meter yang dilakukan sebanyak 10 kali menangkap bola. Kemampuan memukul bola *rounders* dengan menggunakan tes memukul bola *rounders* sebanyak 10 kali kesempatan yang diumpankan oleh pengumpandan dari jarak 5 meter.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Menurut Arikunto (2006: 136), instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik. Untuk mengumpulkan data kemampuan dasar bermain *rounders* siswa kelas V SD Negeri Minomartani 2 Sleman, penulis menggunakan instrumen kemampuan dasar bermain *rounders* yang terdiri dari melempar, memukul, dan menangkap bola yang digunakan oleh Pamungkas (2015). Koefisien validitas dan reliabilitas tes tersebut disajikan pada tabel 1 sebagai berikut:

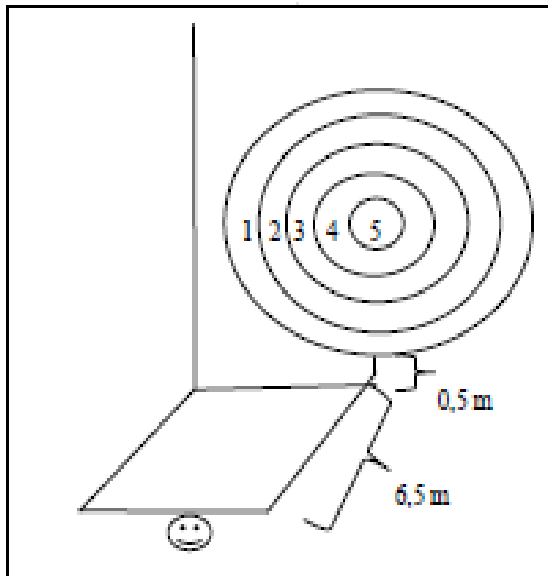
Tabel 1. Koefisien Validitas dan Reliabilitas

Tes	Validitas	Reliabilitas
Melempar	0,413	0,723
Memukul		0,785
Menangkap		0,765

Prosedur pelaksanaan tes sebagai berikut:

a. Tes Ketepatan Melempar Bola

- 1) Tujuan : Mengukur ketepatan melempar bola *rounders* terhadap sasaran.
- 2) Peralatan : Sasaran, papan kayu atau dinding, kapur, bola *rounders*.
- 3) Pelaksanaan : *Testee* melakukan lemparan bola ke arah sasaran. Sasaran tersebut terdiri lima bentuk lingkaran memusat kecil, dan digambarkan dengan banner kemudian ditempelkan pada dinding. Lingkaran tengah diameter 18 cm, lingkaran berikutnya berdiameter 38 cm, lingkaran berikutnya berdiameter 56 cm, lingkaran berikutnya berdiameter 74 cm, dan lingkaran paling luar berdiameter 90 cm. Garis lingkaran paling luar pada bagian bawah setinggi 0,5 m dari lantai. Lemparan dilakukan dengan bidang sasaran dengan jarak 6,5 m. Kesempatan *testee* melempar adalah 10 kali.
- 4) Peraturan :
 - a) Lemparan dilakukan dengan kedua kaki tetap berada di belakang garis batas lemparan.
 - b) Sebagai awalan dapat dilakukan dengan melangkahkan kaki, satu atau dua langkah.
 - c) Kesempatan lempar diberikan 10 kali.



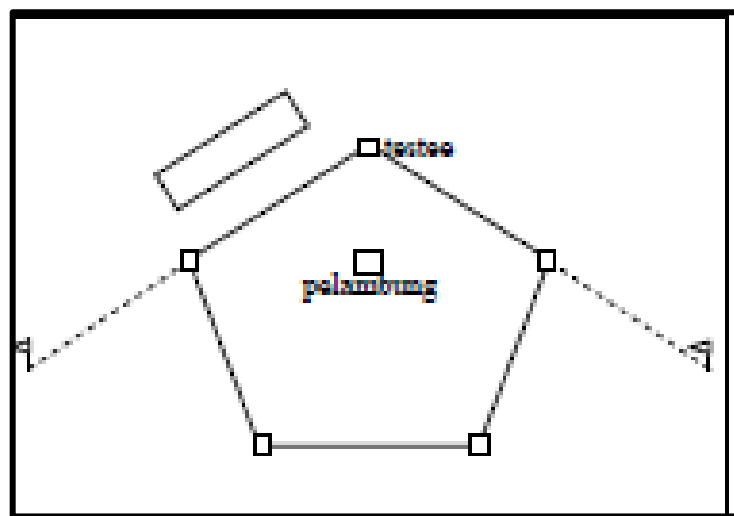
Gambar 10. Target Tes Ketepatan Melempar Bola
(Sumber: Pamungkas, 2015: 25)

5) Penilaian: Bola pada sasaran lingkaran tengah diberikan nilai 5, bola pada lingkaran berikutnya diberi nilai 4, bola berikutnya diberi nilai 3, bola berikutnya diberi nilai 2, sedangkan bola mengenai sasaran lingkaran paling luar nilai 1. Bola yang tepat mengenai garis diberi nilai dengan angka pada lingkaran yang nilainya lebih tinggi. Skor adalah jumlah angka yang dibuat dari jumlah lemparan. Catatlah skor pada formulir. Angka maksimum adalah 50 poin.

b. Tes Memukul Bola

- 1) Tujuan : Mengetahui kemampuan memukul bola *rounders*.
- 2) Peralatan : Lapangan *rounders*, bola, dan pemukul.
- 3) Pelaksanaan : *Testee* berdiri di tempat pemukul. Kemudian *testee* memukul bola yang dilambungkan oleh teman.
- 4) Peraturan :
 - a) *Testee* melakukan pukulan di tempat pemukul.

- b) Kesempatan memukul 10 kali.
 - c) Pelambung bola berdiri di tempat pelambung atau *pitcher plate*.
- 5) Penilaian : Bola yang berhasil dipukul dan titik jatuhnya berada di daerah pukulan akan mendapat nilai 1. Bola yang tidak berhasil dipukul atau bola yang berhasil dipukul tetapi titik jatuhnya di luar daerah pukulan akan mendapat nilai 0. Skor maksimal adalah 10.

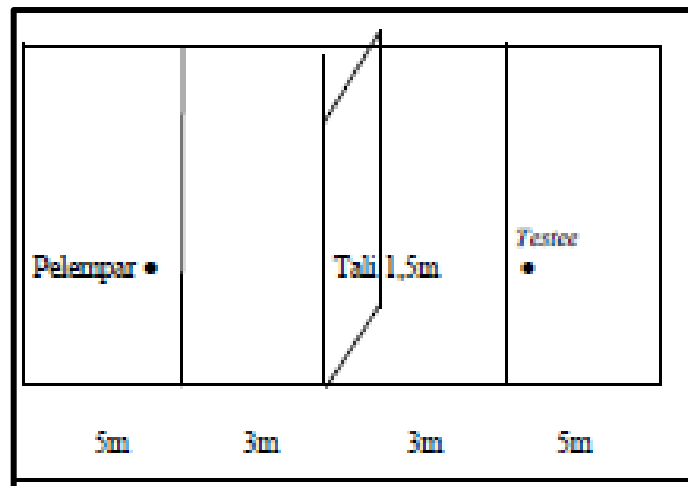


Gambar 11. Tes Memukul Bola
(Sumber: Pamungkas, 2015: 26)

c. Tes Menangkap Bola

- 1) Tujuan : Mengukur keterampilan menangkap bola lambung dengan interval tertentu dan keadaan datangnya bola dengan situasi yang berbeda.
- 2) Peralatan : Lapangan persegi panjang seperti pada gambar, pada bagian belakang lapangan dibuat daerah untuk menangkap, tali yang diikat dengan dua tonggak dengan tinggi 1,5 meter, bola *rounders*.
- 3) Pelaksanaan : *Testee* berdiri di belakang garis tangkap. Pelempar berdiri ditempat petak yang disediakan, melemparkan bola lambung kepada pemain yang ditunjuk. Harus melemparkan bola melewati tali setinggi 1,5 meter.

Pelempar harus melakukan lemparan dengan kecepatan yang teratur. *Testee* harus menangkap bola dan melambungkan kesamping. Kemudian siap kembali untuk menangkap bola berikutnya. Setiap *testee* diijinkan melakukan percobaan dua kali. Jumlah lemparan 10 kali.



Gambar 12. Tes Menangkap Bola
(Sumber: Pamungkas, 2015: 27)

- 4) Peraturan :
- a) Bola yang dilempar tidak layak pada daerah lempar tidak dihitung.
 - b) Bola harus dilempar melambung membentuk lingkaran/busur.
 - c) Jumlah lemparan yang baik dan melambung 10 kali.
 - d) *Testee* harus dapat menangkap bola dengan baik, kemudian dilemparkan keluar.
- 5) Penilaian : Skor adalah jumlah seluruh bola yang dapat ditangkap dari lemparan yang betul sebanyak 10 kali. Satu nilai untuk bola yang dapat ditangkap dan nilai nol yang tidak tertangkap. Skor maksimumnya adalah 10.

2. Teknik Pengumpulan Data

Data adalah segala fakta dan angka yang dapat dijadikan bahan untuk menyusun suatu informasi, sedangkan informasi adalah hasil pengolahan data yang dipakai untuk suatu keperluan (Arikunto, 2006: 96). Langkah-langkah atau proses pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Melakukan persiapan tes atau persiapan pengumpulan data

Persiapan pengumpulan data adalah memberikan pengertian kepada siswa tentang tes yang akan dilakukan. Tujuan persiapan pengumpulan data adalah untuk melakukan pengumpulan data disesuaikan dengan masalah yang ada. Dalam penelitian ini persiapan yang harus dilakukan adalah menyiapkan alat-alat tes dan menyiapkan bahan-bahan untuk tes. Di antaranya adalah *stopwatch*, peluit, bendera, *roll meter*, bola tenis, dan alat tulis.

b. Pelaksanaan tes

Dalam tahap pelaksanaan tes, terlebih dahulu siswa dikumpulkan/dibariskan untuk berdoa, dilanjutkan dengan pemberian penjelasan petunjuk pelaksanaan tes, pemanasan. Semua siswa kelas V yang berjumlah 18 siswa, dibagi menjadi 3 kelompok dengan nomor urut presensi, masing-masing kelompok, kemudian siswa diinstruksikan untuk melakukan tes keterampilan dasar bermain *rounders* pada masing-masing pos secara bergantian. Data yang diperoleh kemudian dicatat secara sistematis.

c. Pencatatan data tes

Pada tahap ini merupakan proses terakhir dari pengumpulan data, di mana data dalam pengukuran dicatat secara sistematis. Penelitian ini dibantu oleh 6 orang testor, yaitu sebagai berikut:

- 1) Pos 1 (memukul) : 2 orang, yaitu Ade Tri Nugroho sebagai pencatat skor, Galuh Chandra W sebagai dokumentasi.
- 2) Pos 2 (menangkap) : 2 orang, yaitu Azul Iskarnain sebagai pencatat skor, Murtian sebagai dokumentasi.
- 3) Pos 3 (melempar) : 2 orang, yaitu Dimas Khabul sebagai pencatat skor, Septedi Nurohman dokumentasi.

F. Teknik Analisis Data

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data kemudian dilakukan penyortiran dari data yang diperoleh untuk mengetahui persamaan dan perbedaan ukuran. Setelah itu data dimasukkan ke dalam program SPSS untuk dilakukan proses analisis. Hasil kasar ini perlu diubah agar memiliki ukuran yang sama. Satuan ukuran pengganti ini adalah *T-Score*. Selanjutnya *T-Score* dari setiap jenis tes kemampuan dijumlahkan dan dibagi jumlah jenis item tes sehingga didapatkan rerata *T-Score*. Hasil rerata *T-Score* selanjutnya akan dikonvensikan. Menurut Sudijono (2015: 176) rumus *T-Score* sebagai berikut:

$$T\text{-Score} = 50 + \left(\frac{X - \bar{X}}{SD} \right) \times 10$$

Kemudian nilai *T-Score* dari kelima item dijumlahkan, sehingga didapat total *T-Score*. Hasil total *T-Score* menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi keterampilan dasar bermain *rounders* siswa. Pengkategorian menggunakan *mean*

dan *standar deviasi*. Menurut Azwar (2016: 163) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Penilaian Keterampilan Dasar Bermain Rounders

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Tinggi
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *standar deviasi*

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data dalam penelitian ini berupa hasil tes tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putra dan putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman. Hasilnya disajikan pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Data Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Putra dan Putri Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman

No	Nama	L/ P	Melempar		Memukul		Menangkap		Total
			N	Skor T	N	Skor T	N	Skor T	
1	ARA	L	32	43,35	7	45,81	7	36,45	125.61
2	ECR	L	34	50,60	7	45,81	8	56,76	153.17
3	FFD	L	31	39,72	7	45,81	8	56,76	142.29
4	FRM	L	33	46,97	6	35,77	8	56,76	139.50
5	RFC	L	34	50,60	7	45,81	7	36,45	132.86
6	RRW	L	34	50,60	8	55,85	8	56,76	163.21
7	DPR	L	34	50,60	6	35,77	8	56,76	143.13
8	RDM	L	39	68,73	9	65,89	8	56,76	191.38
9	AKH	L	36	57,85	8	55,85	7	36,45	150.15
10	SLT	L	38	65,10	7	45,81	8	56,76	167.67
11	AFN	L	30	36,10	9	65,89	7	36,45	138.44
12	AMI	L	31	39,72	8	55,85	8	56,76	152.33
13	HA	P	33	53,07	7	58,16	7	55,97	167.20
14	KS	P	32	49,38	5	33,67	6	44,02	127.07
15	ZM	P	29	38,33	6	45,91	7	55,97	140.21
16	FE	P	37	67,80	6	45,91	7	55,97	169.68
17	SR	P	31	45,70	7	58,16	7	55,97	159.83
18	FY	P	31	45,70	7	58,16	5	32,07	135.93

Deskriptif statistik tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman didapat skor terendah (*minimum*) 125,61, skor tertinggi (*maksimum*) 191,38, rerata (*mean*) 149,98, nilai tengah (*median*) 146,64 nilai yang sering muncul (*mode*) 125,61, standar deviasi (SD) 17,24. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Deskriptif Statistik Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Rounders

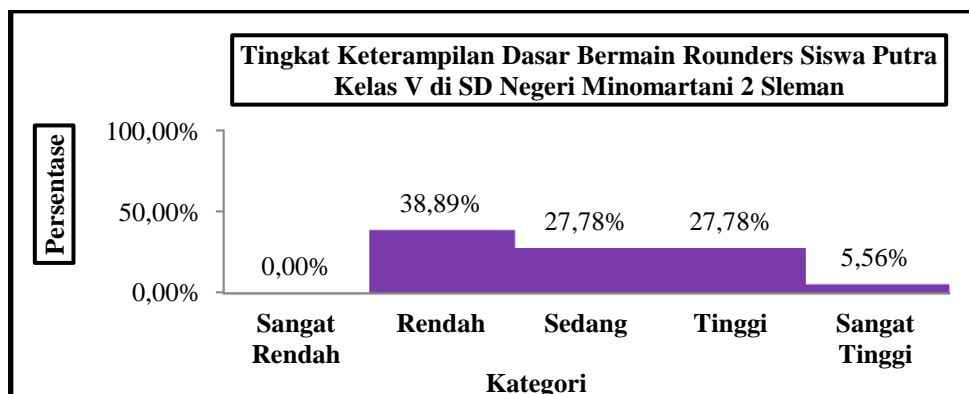
Statistik	
<i>N</i>	18
<i>Mean</i>	149,98
<i>Median</i>	146,64
<i>Mode</i>	125,61 ^a
<i>Std. Deviation</i>	17,2406
<i>Minimum</i>	125,61
<i>Maximum</i>	191,38

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman disajikan pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Norma Penilaian Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Rounders Siswa Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$176,84 < X$	Sangat Tinggi	1	5,56%
2	$158,60 < X \leq 176,84$	Tinggi	5	27,78%
3	$141,36 < X \leq 158,60$	Sedang	5	27,78%
4	$124,12 < X \leq 141,36$	Rendah	7	38,89%
5	$X \leq 124,12$	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah			18	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 6 tersebut di atas, tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dapat disajikan pada gambar 13 sebagai berikut:



Gambar 13. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Rounders Siswa Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman

Berdasarkan tabel 5 dan gambar 13 di atas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 siswa), “rendah” sebesar 38,89%, sedang sebesar 27,78%, tinggi sebesar 27,78%, dan sangat tinggi sebesar 5,56%. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 149,98 tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dalam kategori sedang.

Secara rinci tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putra dan putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman sebagai berikut:

1. Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Putra

Deskriptif statistik tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman didapat skor terendah (*minimum*) 125,61, skor tertinggi (*maksimum*) 191,38, rerata (*mean*) 149,98, nilai tengah (*median*) 146,64 nilai yang sering muncul (*mode*) 125,61, *standar deviasi* (SD) 17,72. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Deskriptif Statistik Tingkat Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Putra

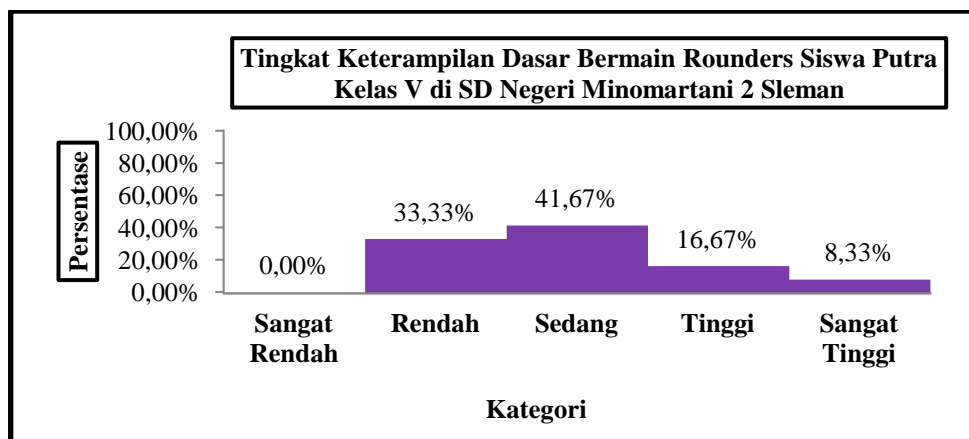
Statistik	
<i>N</i>	12
<i>Mean</i>	149,98
<i>Median</i>	146,64
<i>Mode</i>	125.61 ^a
<i>Std. Deviation</i>	17,7193
<i>Minimum</i>	125.61
<i>Maximum</i>	191.38

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman disajikan pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Norma Penilaian Tingkat Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Putra Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$176,56 < X$	Sangat Tinggi	1	8,33%
2	$158,84 < X \leq 176,56$	Tinggi	2	16,67%
3	$141,12 < X \leq 158,84$	Sedang	5	41,67%
4	$124,40 < X \leq 141,12$	Rendah	4	33,33%
5	$X \leq 124,40$	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah			12	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 7 tersebut di atas, tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dapat disajikan pada gambar 14 sebagai berikut:



Gambar 14. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Putra Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman

Berdasarkan tabel 7 dan gambar 14 di atas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sangat rendah sebesar 0% , rendah sebesar 33,33% , sedang sebesar 41,67% , tinggi sebesar 16,67% dan sangat tinggi sebesar 8,33% . Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 149,98 tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dalam kategori sedang.

a. Ketepatan Melempar

Deskriptif statistik ketepatan melempar bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman didapat skor terendah (*minimum*) 30,00, skor tertinggi (*maksimum*) 39,00, rerata (*mean*) 33,83, nilai tengah (*median*) 34,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 34,00, *standar deviasi* (SD) 2,76. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Deskriptif Statistik Ketepatan Melempar Siswa Putra

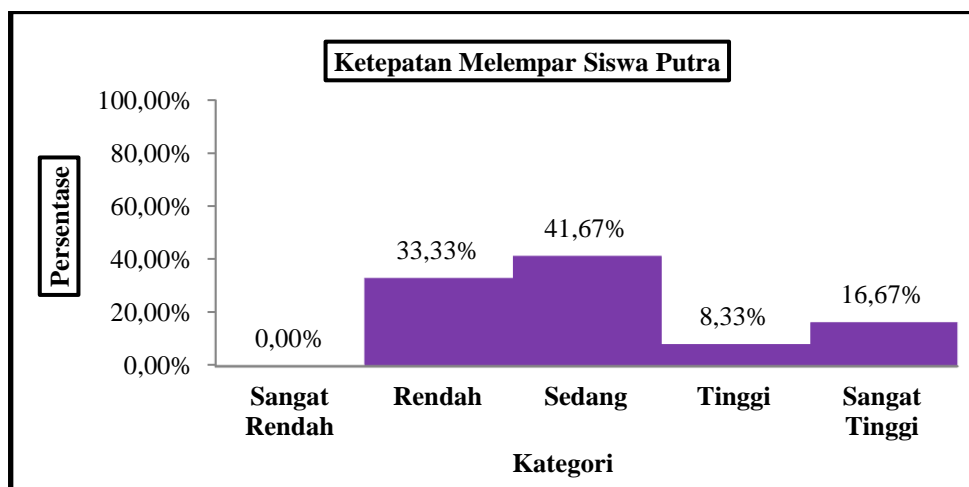
Statistik	
<i>N</i>	12
<i>Mean</i>	33,8333
<i>Median</i>	34,0000
<i>Mode</i>	34,00
<i>Std, Deviation</i>	2,75791
<i>Minimum</i>	30,00
<i>Maximum</i>	39,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, ketepatan melempar bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman disajikan pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Penilaian Ketepatan Melempar Siswa Putra

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$37,98 < X$	Sangat Tinggi	2	16,67%
2	$35,22 < X \leq 37,97$	Tinggi	1	8,33%
3	$32,46 < X \leq 35,21$	Sedang	5	41,67%
4	$29,71 < X \leq 32,45$	Rendah	4	33,33%
5	$X \leq 29,70$	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah			12	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 9 tersebut di atas, ketepatan melempar bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dapat disajikan pada gambar 15 sebagai berikut:



Gambar 15. Diagram Batang Tingkat Ketepatan Melempar Siswa Putra

Berdasarkan tabel 9 dan gambar 5 di atas menunjukkan bahwa ketepatan melempar bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% , rendah sebesar 33,33% , sedang sebesar 41,67% , tinggi sebesar 8,33% , dan sangat tinggi sebesar 16,67% . Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 33,83 ketepatan melempar bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dalam kategori sedang.

b. Kemampuan Memukul

Deskriptif statistik kemampuan memukul bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman didapat skor terendah (*minimum*) 6,00, skor tertinggi (*maksimum*) 9,00, rerata (*mean*) 7,42, nilai tengah (*median*) 7,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 7,00, standar deviasi (SD) 0,99. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Deskriptif Statistik Kemampuan Memukul Siswa Putra

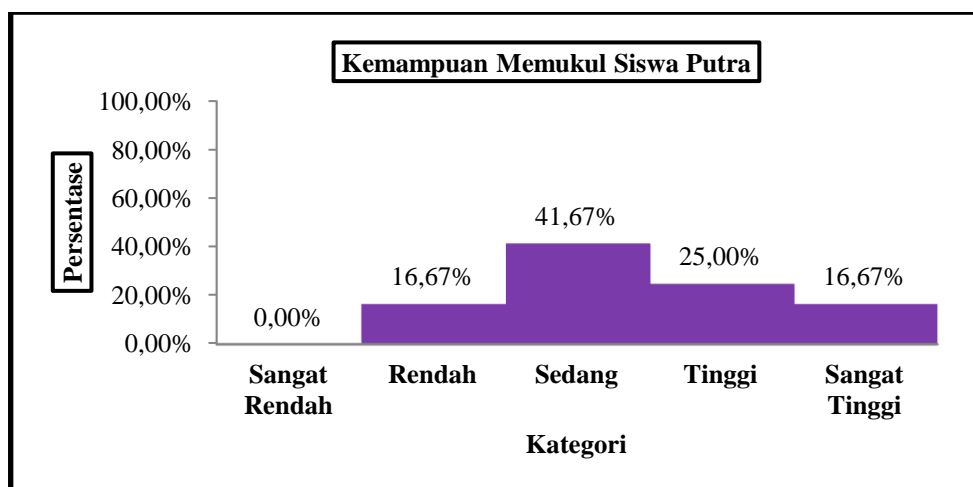
Statistik	
<i>N</i>	12
<i>Mean</i>	7,4167
<i>Median</i>	7,0000
<i>Mode</i>	7,00
<i>Std. Deviation</i>	,99620
<i>Minimum</i>	6,00
<i>Maximum</i>	9,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, kemampuan memukul bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman disajikan pada tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Norma Penilaian Kemampuan Memukul Siswa Putra

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$8,92 < X$	Sangat Tinggi	2	16,67%
2	$7,92 < X \leq 8,91$	Tinggi	3	25,00%
3	$6,92 < X \leq 7,91$	Sedang	5	41,67%
4	$5,92 < X \leq 6,91$	Rendah	2	16,67%
5	$X \leq 5,91$	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah			12	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 11 tersebut di atas, kemampuan memukul bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dapat disajikan pada gambar 16 sebagai berikut:



Gambar 16. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Memukul Siswa Putra

Berdasarkan tabel 11 dan gambar 16 di atas menunjukkan bahwa kemampuan memukul bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sangat rendah sebesar 0%, rendah sebesar 16,67%, sedang sebesar 41,67%, tinggi sebesar 25,00%, dan sangat tinggi sebesar 16,67% . Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 7,42 kemampuan memukul bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dalam kategori sedang.

c. Kemampuan Menangkap

Deskriptif statistik kemampuan menangkap bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman didapat skor terendah (*minimum*) 7,00, skor tertinggi (*maksimum*) 8,00, rerata (*mean*) 7,67, nilai tengah (*median*) 8,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 8,00, *standar deviasi* (SD) 0,49. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 12. Deskriptif Statistik Kemampuan Menangkap Siswa Putra

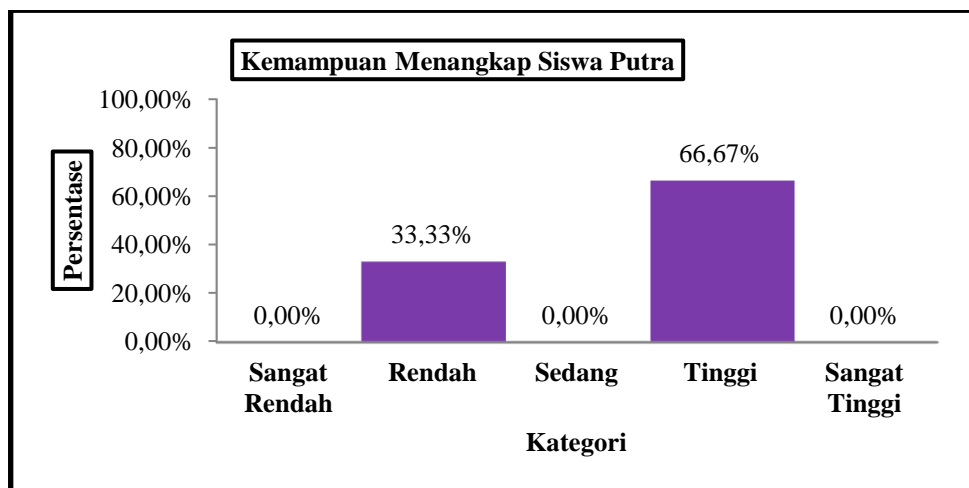
Statistik	
<i>N</i>	12
<i>Mean</i>	7,6667
<i>Median</i>	8,0000
<i>Mode</i>	8,00
<i>Std, Deviation</i>	,49237
<i>Minimum</i>	7,00
<i>Maximum</i>	8,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kemampuan menangkap bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman disajikan pada tabel 13 sebagai berikut:

Tabel 13. Norma Penilaian Kemampuan Menangkap Siswa Putra

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$8,42 < X$	Sangat Tinggi	0	0%
2	$7,92 < X \leq 8,41$	Tinggi	8	66,67%
3	$7,42 < X \leq 7,91$	Sedang	0	0%
4	$6,92 < X \leq 7,41$	Rendah	4	33,33%
5	$X \leq 6,91$	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah			12	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 13 tersebut di atas, kemampuan menangkap bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dapat disajikan pada gambar 17 sebagai berikut:



Gambar 17. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Menangkap Siswa Putra

Berdasarkan tabel 13 dan gambar 17 di atas menunjukkan bahwa kemampuan menangkap bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sangat rendah sebesar 0% , rendah sebesar 33,33% , sedang sebesar 0% , tinggi sebesar 66,67% , dan sangat tinggi sebesar 0% . Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 7,67 kemampuan menangkap bola *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dalam kategori sedang.

2. Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Putri

Deskriptif statistik tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman didapat skor terendah (*minimum*) 127,08, skor tertinggi (*maksimum*) 169,70, rerata (*mean*) 150,00, nilai tengah (*median*) 150,03, nilai yang sering muncul (*mode*) 127,08, standar deviasi (SD) 17,89. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 14 sebagai berikut:

Tabel 14. Deskriptif Statistik Tingkat Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Putri

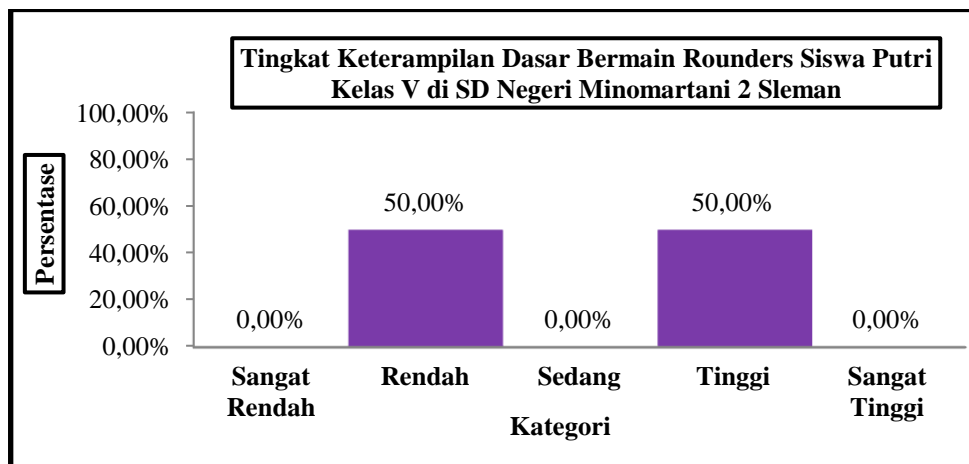
Statistik	
<i>N</i>	6
<i>Mean</i>	150,00
<i>Median</i>	150,03
<i>Mode</i>	127,08 ^a
<i>Std. Deviation</i>	17,8877
<i>Minimum</i>	127,08
<i>Maximum</i>	169,70

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman disajikan pada tabel 15 sebagai berikut:

Tabel 15. Norma Penilaian Tingkat Keterampilan Dasar Bermain *Rounders* Siswa Putri Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$176,84 < X$	Sangat Tinggi	0	0%
2	$158,95 < X \leq 176,83$	Tinggi	3	50,00%
3	$141,07 < X \leq 158,94$	Sedang	0	0%
4	$123,18 < X \leq 141,06$	Rendah	3	50,00%
5	$X \leq 123,17$	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah			6	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 15 tersebut di atas, tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dapat disajikan pada gambar 18 sebagai berikut:



Gambar 18. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Rounders Siswa Putri Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman

Berdasarkan tabel 15 dan gambar 18 di atas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sangat rendah sebesar 0% rendah sebesar 50,00%, sedang sebesar 0%, tinggi sebesar 50,00%, dan sangat tinggi sebesar 0%. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 150,00 tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dalam kategori sedang.

a. Ketepatan Melempar

Deskriptif statistik ketepatan melempar bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman didapat skor terendah (*minimum*) 29,00, skor tertinggi (*maksimum*) 37,00, rerata (*mean*) 32,17, nilai tengah (*median*) 31,50, nilai yang sering muncul (*mode*) 31,00, *standar deviasi* (SD) 2,71. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 16 sebagai berikut:

Tabel 16. Deskriptif Statistik Ketepatan Melempar Siswa Putri

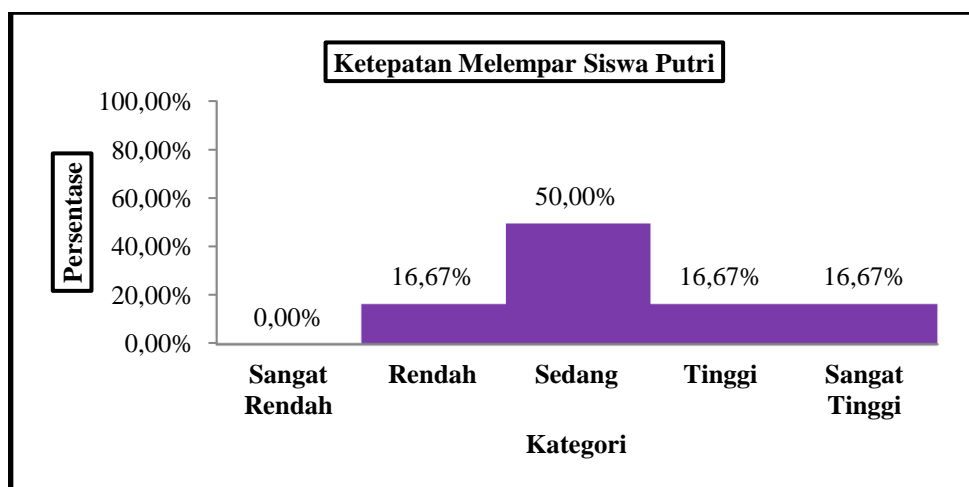
Statistik	
<i>N</i>	6
<i>Mean</i>	32,1667
<i>Median</i>	31,5000
<i>Mode</i>	31,00
<i>Std. Deviation</i>	2,71416
<i>Minimum</i>	29,00
<i>Maximum</i>	37,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, ketepatan melempar bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman disajikan pada tabel 17 sebagai berikut:

Tabel 17. Norma Penilaian Ketepatan Melempar Siswa Putri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$36,25 < X$	Sangat Tinggi	1	16,67%
2	$33,53 < X \leq 36,24$	Tinggi	1	16,67%
3	$30,82 < X \leq 33,52$	Sedang	3	50,00%
4	$28,11 < X \leq 30,81$	Rendah	1	16,67%
5	$X \leq 28,10$	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah			6	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 17 tersebut di atas, ketepatan melempar bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dapat disajikan pada gambar 19 sebagai berikut:



Gambar 19. Diagram Batang Tingkat Ketepatan Melempar Siswa Putri

Berdasarkan tabel 17 dan gambar 19 di atas menunjukkan bahwa ketepatan melempar bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sangat rendah sebesar 0%, rendah sebesar 16,67%, sedang sebesar 50,00%, tinggi sebesar 16,67% dan sangat tinggi sebesar 16,67%. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 32,17 ketepatan melempar bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dalam kategori sedang.

b. Kemampuan Memukul

Deskriptif statistik kemampuan memukul bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman didapat skor terendah (*minimum*) 5,00, skor tertinggi (*maksimum*) 7,00, rerata (*mean*) 6,33, nilai tengah (*median*) 6,50, nilai yang sering muncul (*mode*) 7,00, *standar deviasi* (SD) 0,82. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 18 sebagai berikut:

Tabel 18. Deskriptif Statistik Kemampuan Memukul Siswa Putri

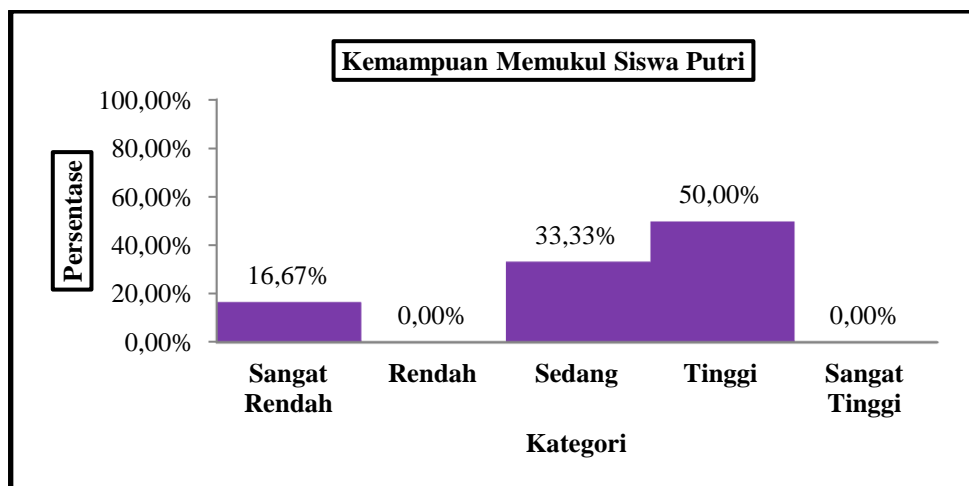
Statistik	
<i>N</i>	6
<i>Mean</i>	6,3333
<i>Median</i>	6,5000
<i>Mode</i>	7,00
<i>Std. Deviation</i>	,81650
<i>Minimum</i>	5,00
<i>Maximum</i>	7,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, kemampuan memukul bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman disajikan pada tabel 19 sebagai berikut:

Tabel 19. Norma Penilaian Kemampuan Memukul Siswa Putri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$7,57 < X$	Sangat Tinggi	0	0%
2	$6,75 < X \leq 7,56$	Tinggi	3	50,00%
3	$5,94 < X \leq 6,74$	Sedang	2	33,33%
4	$5,12 < X \leq 5,93$	Rendah	0	0%
5	$X \leq 5,11$	Sangat Rendah	1	16,67%
Jumlah			6	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 19 tersebut di atas, kemampuan memukul bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dapat disajikan pada gambar 20 sebagai berikut:



Gambar 20. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Memukul Siswa Putri

Berdasarkan tabel 19 dan gambar 20 di atas menunjukkan bahwa kemampuan memukul bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sangat rendah sebesar 16,67% rendah sebesar 0%, sedang sebesar 33,33%, tinggi sebesar 50,00% dan sangat tinggi sebesar 0%. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 6,33 kemampuan memukul bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dalam kategori sedang.

c. Kemampuan Menangkap

Deskriptif statistik kemampuan menangkap bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman didapat skor terendah (*minimum*) 5,00, skor tertinggi (*maksimum*) 7,00, rerata (*mean*) 6,50, nilai tengah (*median*) 7,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 7,00, *standar deviasi* (SD) 0,84. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 20 sebagai berikut:

Tabel 20. Deskriptif Statistik Kemampuan Menangkap Siswa Putri

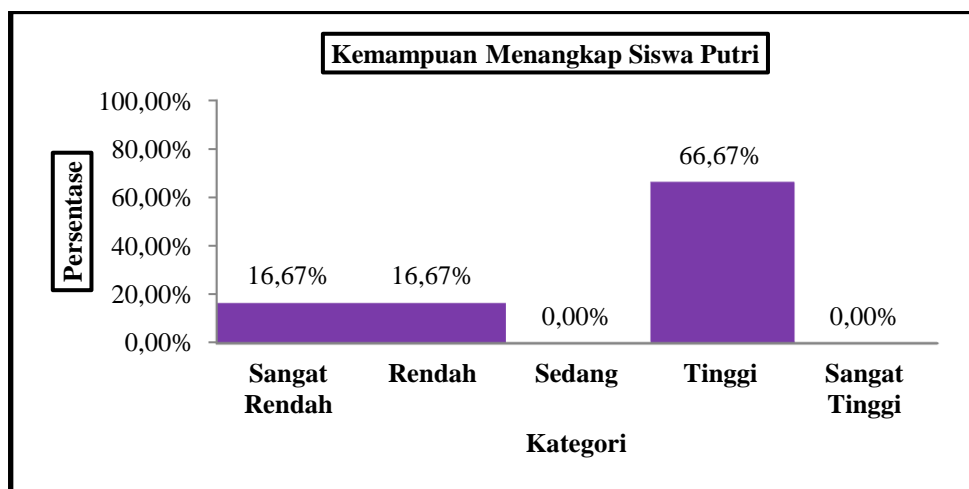
Statistik	
<i>N</i>	6
<i>Mean</i>	6,5000
<i>Median</i>	7,0000
<i>Mode</i>	7,00
<i>Std, Deviation</i>	,83666
<i>Minimum</i>	5,00
<i>Maximum</i>	7,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, kemampuan menangkap bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman disajikan pada tabel 21 sebagai berikut:

Tabel 21. Norma Penilaian Kemampuan Menangkap Siswa Putri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$7,76 < X$	Sangat Tinggi	0	0%
2	$6,93 < X \leq 7,75$	Tinggi	4	66,67%
3	$6,09 < X \leq 6,92$	Sedang	0	0%
4	$5,26 < X \leq 6,08$	Rendah	1	16,67%
5	$X \leq 5,25$	Sangat Rendah	1	16,67%
Jumlah			6	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 21 tersebut di atas, kemampuan menangkap bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dapat disajikan pada gambar 21 sebagai berikut:



Gambar 21. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Menangkap Siswa Putri

Berdasarkan tabel 20 dan gambar 21 di atas menunjukkan bahwa kemampuan menangkap bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sangat rendah sebesar 16,67%, rendah sebesar 16,67%, sedang sebesar 0%, tinggi sebesar 66,67%, dan sangat tinggi sebesar 0%. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 6,50 kemampuan menangkap bola *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dalam kategori sedang.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putra dan putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putra dan putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sedang. Hasil tersebut dikarenakan kemampuan siswa yang tidak merata dan siswa tidak sungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran, serta sarana dan prasarana yang kurang memadai, yaitu lapangan *rounders* tidak terlalu luas. Selama ini pembelajaran permainan bola kecil

dilaksanakan di halaman sekolah, akan tetapi dengan ukuran yang lapangan yang disesuaikan dengan halaman. Rata-rata letak gedung yang membentuk huruf U, membuat pembelajaran permainan *rounders* berjalan tidak maksimal. Pada saat permainan *rounders* guru juga tidak memberikan contoh bagaimana cara memukul, melempar, atau menangkap dalam permainan *rounders*. Hasil penelitian tersebut juga dikarenakan permainan *rounders* alokasi waktu untuk pembelajaran siswa kelas V hanya 8x35 menit dalam satu semester, artinya dalam satu semester pembelajaran *rounders* hanya 4 kali pertemuan dalam satu semester. Siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman jarang memainkan permainan *rounders* di luar waktu pembelajaran, sehingga keterampilan dasar bermain *rounders* dalam kategori cukup.

Menurut Ma'mun & Saputra (2000: 69-74), pencapaian keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor, yaitu:

1) Faktor proses belajar (*learning process*)

Proses belajar bermanfaat untuk mengubah pengetahuan dan perilaku siswa. Dalam pembelajaran gerak, proses belajar yang harus diciptakan adalah yang dilakukan berdasarkan tahapan teori belajar. Teori-teori belajar tersebut mengarah pada pemahaman metode pembelajaran yang efektif untuk pencapaian keterampilan. Proses belajar di SD Negeri Minomartani 2 Sleman khususnya *rounders* guru tidak menjelaskan dan mencontohkan gerakan yang benar, misalnya memukul, melempar, dan menangkap. Pembelajaran dilakukan dengan *game* dan guru hanya mengawasi, sehingga kondisi tersebut dirasa kurang ideal.

2) Faktor pribadi (*personal factor*)

Setiap siswa mempunyai pribadi yang berbeda, baik secara fisik, mental, maupun keterampilan. Keterampilan dapat dipahami dan dilakukan dalam waktu yang lama maupun secara singkat. Hal ini membuktikan bahwa bakat siswa berbeda-beda. Semakin baik bakat dalam keterampilan tertentu, semakin mudah siswa menguasai suatu keterampilan. Motivasi siswa di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berbeda-beda, hal tersebut terlihat dari antusiasme siswa pada saat pembelajaran olahraga khususnya *rounders*. Ada siswa yang antusias mengikuti pembelajaran, tetapi sebagian besar siswa kurang antusias mengikuti pembelajaran, karena olahraga *rounders* dianggap oleh siswa kurang menyenangkan dibandingkan olahraga lain, misalnya sepakbola.

3) Faktor Situasional (*situational factor*)

Faktor situasional dapat mempengaruhi kondisi pembelajaran yang tertuju pada keadaan lingkungan. Hal itu dipengaruhi oleh tugas belajar siswa dan peralatan yang digunakan atau media pembelajaran. Siswa akan mudah menguasai keterampilan jika tugas belajar dan media pembelajaran sesuai dengan usia siswa. Pada saat pembelajaran olahraga khususnya *rounders*, guru tidak pernah menggunakan media untuk menerangkan gerakan teknik dasar pada permainan *rounders*, sehingga siswa kurang dapat melakukan gerakan teknik dasar permainan *rounders* dengan baik.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa melempar bola *rounders* siswa putra dan putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sedang. Melempar merupakan hal utama dalam permainan *rounders*,

yaitu pada waktu regunya menjaga regu lapangan. Apabila setiap anggota regu dapat melempar dengan kecepatan yang cukup besar dan ketepatan baik, maka regu tersebut akan menjadi regu yang kuat dalam pertahanan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa menangkap bola *rounders* siswa putra dan putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sedang. Menangkap bola merupakan faktor penentu keberhasilan sebuah regu. Teknik ini merupakan salah satu unsur yang penting dalam pertahanan. Jika dapat menangkap bola dengan baik, maka kesempatan untuk mematikan lawan lebih besar

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa memukul bola *rounders* siswa putra dan putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sedang. Memukul bola dalam permainan *rounders* merupakan faktor utama untuk mendapatkan nilai. Oleh karena itu, teknik memukul hendaklah mendapat perhatian yang sungguh-sungguh. Untuk dapat menjadi seorang pemukul yang baik, pelajailah teknik memukul secara keseluruhan, yaitu mulai dari cara memegang pemukul sampai akhir ayunan. Memukul bola merupakan tehnik dasar dalam permainan *rounders*, pukulan yang baik akan mendapatkan kesempatan mendapatkan skor atau nilai. Melempar, menangkap, memukul, dan kecepatan berlari merupakan keterampilan dasar yang wajib dikuasai untuk dapat bermaing *rounders* dengan baik. Melempar bola dalam permainan *rounders* bertujuan untuk memberikan operan kepada teman satu tim atau kepada penjaga base supaya dapat mematikan lawan.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dilakukan sebaik mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian yaitu:

1. Tidak tertutup kemungkinan para siswa kurang bersungguh-sungguh dalam melakukan tes.
2. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani siswa, yaitu faktor psikologis dan fisiologis.
3. Tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi dan waktu mengonsumsi makanan orang coba sebelum tes.
4. Tidak semua teknik dasar diteliti dalam penelitian ini, misalnya teknik lari.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sangat rendah sebesar 0% rendah sebesar 38,89%, sedang sebesar 27,78%, tinggi sebesar 27,78%, dan sangat tinggi sebesar 5,56%.
2. Tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putra kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sangat rendah sebesar 0%, rendah sebesar 33,33%, sedang sebesar 41,67%, tinggi sebesar 16,67%, dan sangat tinggi sebesar 8,33%.
3. Tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* siswa putri kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman berada pada kategori sangat rendah sebesar 0%, rendah sebesar 50,00%, sedang sebesar 0%, tinggi sebesar 50,00%, dan sangat tinggi sebesar 0%.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Guru dan siswa dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan dan memperbaiki kualitas dalam pembelajaran olahraga *rounders*.

2. Dengan diketahui keterampilan dasar bermain *rounders* siswa kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman dapat digunakan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain *rounders* di sekolah lain.

C. Saran-saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi guru, hendaknya memperhatikan keterampilan dasar bermain *rounders* siswa agar lebih meningkat dan selalu memotivasi siswa untuk giat berlatih.
2. Bagi siswa agar menambah latihan-latihan lain yang mendukung dalam mengembangkan keterampilan dasar bermain *rounders* siswa.
3. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya menambah variabel atau populasi yang akan diteliti.

DAFTAR PUSTAKA


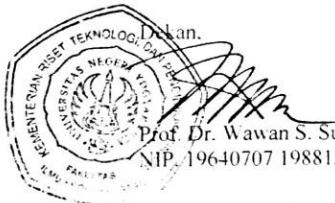
- Abdoellah, A & Munadji, A. (1994). *Pendidikan jasmani*. Jakarta: DEPDIKBUD..
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2016). *Fungsi dan pengembangan pengukuran tes dan prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Bahagia, Y. (2000). *Atletik*. Jakarta: Depdikbud.
- BSNP. (2006). *Kurikulum tingkat satuan pendidikan*. Jakarta: BSNP.
- Darsono. (2000). *Belajar dan pembelajaran*. Semarang : IKIP Press.
- Depdiknas. (2003). *Standar kompetensi mata pelajaran pendidikan jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Desmita. (2010). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hamalik, O. (2008). *Dasar-dasar pengembangan kurikulum*, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Heryana, D & Varianti, G. (2010). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk siswa SD-MI kelas V*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional.
- Hidayat. (2011). *Tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan kelas V SD Negeri Wirogaten, Kecamatan Mirit, Kabupaten Kebumen tahun pelajaran 2012/2011*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Hidayat. (2004). *Ilmu pengantar pendidikan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana Media Group.
- Jihad, A & Haris, A. (2008). *Evaluasi pembelajaran*. Jakarta: Multi Pressindo.
- Lutan, R. (2000). *Pendekatan pendidikan gerak di SD*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

- Magill, A.R. (2011). *Motor learning and control: concepts and applications*. California: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Ma'mun, A & Saputra, Y.M. (2000). *Perkembangan gerak dan belajar gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Mollie, D. (2011). *Movement and dance in the early years*. London: Sage Publications Companion.
- Muhajir. (2004). *Pendidikan jasmani teori dan praktek*. Jakarta: Erlangga.
- Natawidjaja & Moein. (2010). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Nurseto, T. (2011). *Pembelajaran yang efektif dan menyenangkan*. Depok: Pelatihan Guru SMP Muhammadiyah.
- Pamungkas, K. (2015). *Tingkat kemampuan dasar bermain rounders siswa kelas V SD Negeri Ngandagan di Kecamatan Pituruh*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Paturusi, A. (2012). *Manajemen pendidikan jasmani dan olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rianto, Y. (2002). *Paradigma baru pembelajaran*. Jakarta: PT. Kencana.
- Roji. (2004). *Pendidikan jasmani*. Jakarta: Erlangga.
- Sagala, S. (2010). *Konsep dan makna pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Sardiman. (2009). *Interaksi & motivasi belajar mengajar*. Jakarta: Rajawali.
- Schmidt, R.A & Lee, T.D. (2008). *Motor learning and performance (5th ed)*. Champaign: Human Kinetics.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sugandi, A. (2005). *Teori pembelajaran*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Sugihartono. (2007). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.



- Suherman, A. (2000). *Dasar-dasar penjasokes*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sukintaka. (2004). *Teori pendidikan jasmani*. Solo: Esa Grafika.
- Sumirah. (2010). *Kemampuan melempar bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Panukan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Supardi & Suryono. (2010). *BSE: penjasorkes untuk SD/MI Kelas V*. Jakarta : Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Suryobroto, A.S. (2004). *"Sarana dan prasarana pendidikan jamani"*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Syarifuddin, A & Muhadi. (1992). *Pendidikan jamani dan kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Trianto. (2009). *Desain pengembangan pembelajaran tematik bagi anak usia dini tk/ra dan anak usia kelas awal ad/mi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Uno, H.B. (2008). *Orientasi baru dalam psikologi pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Usman, M.U. (2010). *Upaya optimalisasi kegiatan belajar mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Webisteedukasi. RPP PJOK Kelas 5 SD/MI Semester 2 K13 Revisi 2017. Diambil pada tanggal 25 Maret 2018 dari <http://www.websiteedukasi.com/2018/01/rpp-pjok-kelas-5-sdmi-semester-2-k13.html>.
- Yamin, M. (2005). *Strategi pembelajaran berbasis kompetensi*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi perkembangan anak & remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas

	KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541 Email : humas_fika@uny.ac.id Website : fika.uny.ac.id
Nomor : 01.19.UN.34.16 PP.2018.	11 Januari 2018.
Lamp. : 1Eks	
Hal : Permohonan Izin Penelitian.	
Kepada Yth. Ka. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Sleman. Jl. Candi Gebang, Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta.	
<p>Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:</p>	
Nama	: Ade Tri Nugroho
NIM	: 14604221058
Program Studi	: PGSD Penjas.
Dosen Pembimbing	: Farida Mulyaningsih, M.Kes.
NIP	: 196307141988122001
Penelitian akan dilaksanakan pada :	
Waktu	: Januari s/d Februari 2018
Tempat/Objek	: SD Negeri Minomartani 2, Jl Tengiri Raya, Sleman.
Judul Skripsi	: Ketrampilan Dasar Bermain Rounders Siswa Kelas V di SD Negeri Minomartani 2 Sleman Tahun Ajaran 2018
<p>Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.</p>	
<div style="text-align: right;"> Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed. NIP. 19640707 198812 1 001</div>	
Tembusan : 1. Kepala SD N Minomartani 2 Sleman. 2. Kaprodi PGSD Penjas. 3. Pembimbing TAS. 4. Mahasiswa ybs.	

Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari SD Negeri 2 Minomartani

	<p>PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS PENDIDIKAN SEKOLAH DASAR NEGERI MINOMARTANI 2 <small>Alamat: Jl. Tengiri Raya Minomartani, Ngaglik, Sleman. Kode Pos 55581 Telp (0274)880865</small></p>
<p><u>SURAT KETERANGAN</u> No.55/Mn SK/II/2018</p>	
<p>Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah SD Minomartani 2:</p>	
Nama	: Ruminah, S.Pd
NIP	: 19610319 197912 2 001
Jabatan	: Kepala Sekolah
Alamat Kantor	: Jl.Tengiri Raya Minomartani,Ngaglik,Sleman
<p>Menerangkan bahwa :</p>	
Nama	: Ade Tri Nugroho
NIM	: 14604221058
Fakultas /Instansi	: Fakultas Ilmu Keolahragaan / Universitas Negeri Yogyakarta
Judul skripsi	: Ketrampilan Dasar Bermain Rounders Siswa Kelas V Di SD Negeri Minomartani 2 Sleman Tahun Ajaran 2018
<p>Telah melaksanakan kegiatan ujicoba penelitian di SD Negeri Minomartani 2 Pada Hari Jumat Tanggal 26 Januari 2018.</p>	
<p>Demikian surat keterangan ini Saya buat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.</p>	
<p>Sleman, 5 Februari 2018 Kepala Sekolah SDN Minomartani 2  Ruminah, S.Pd.SD NIP.19610319 197912 2 001</p>	

Lampiran 3. Data Penelitian

No	Nama	L/P	Melempar		Memukul		Menangkap		Total
			Nilai	T Skor	Nilai	T Skor	Nilai	T Skor	
1	ARA	L	32	43.352575	7	45.8171	7	36.45937	125.61
2	ECR	L	34	50.6044432	7	45.8171	8	56.7693	153.17
3	FFD	L	31	39.7266408	7	45.8171	8	56.7693	142.29
4	FRM	L	33	46.9785091	6	35.77896	8	56.7693	139.5
5	RFC	L	34	50.6044432	7	45.8171	7	36.45937	132.86
6	RRW	L	34	50.6044432	8	55.85525	8	56.7693	163.21
7	DPR	L	34	50.6044432	6	35.77896	8	56.7693	143.13
8	RDM	L	39	68.7341139	9	65.89339	8	56.7693	191.38
9	AKH	L	36	57.8563115	8	55.85525	7	36.45937	150.15
10	SLT	L	38	65.1081797	7	45.8171	8	56.7693	167.67
11	AFN	L	30	36.1007067	9	65.89339	7	36.45937	138.44
12	AMI	L	31	39.7266408	8	55.85525	8	56.7693	152.33
13	HA	P	33	53.0701948	7	58.165339	7	55.97614	167.2
14	KS	P	32	49.3858137	5	33.670545	6	44.02386	127.07
15	ZM	P	29	38.3326701	6	45.917942	7	55.97614	140.21
16	FE	P	37	67.8077195	6	45.917942	7	55.97614	169.68
17	SR	P	31	45.7014325	7	58.165339	7	55.97614	159.83
18	FY	P	31	45.7014325	7	58.165339	5	32.07157	135.93

Lampiran 4. Deskriptif Statistik Siswa Putra dan Putri

Statistics

Keterampilan Dasar Bermain

Rounders

N	Valid	18
	Missing	0
Mean		1.4998E2
Median		1.4664E2
Mode		125.61 ^a
Std. Deviation		1.72406E1
Minimum		125.61
Maximum		191.38
Sum		2699.66

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Keterampilan Dasar Bermain Rounders

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 125.61	1	5.6	5.6	5.6
127.07	1	5.6	5.6	11.1
132.86	1	5.6	5.6	16.7
135.93	1	5.6	5.6	22.2
138.44	1	5.6	5.6	27.8
139.5	1	5.6	5.6	33.3
140.21	1	5.6	5.6	38.9
142.29	1	5.6	5.6	44.4
143.13	1	5.6	5.6	50.0
150.15	1	5.6	5.6	55.6
152.33	1	5.6	5.6	61.1

153.17	1	5.6	5.6	66.7
159.83	1	5.6	5.6	72.2
163.21	1	5.6	5.6	77.8
167.2	1	5.6	5.6	83.3
167.67	1	5.6	5.6	88.9
169.68	1	5.6	5.6	94.4
191.38	1	5.6	5.6	100.0
Total	18	100.0	100.0	

Lampiran 5. Deskriptif Statistik Siswa Putra

Statistics

Keterampilan Dasar Bermain
Rounders Siswa Putra

N	Valid	12
	Missing	0
Mean		1.4998E2
Median		1.4664E2
Mode		125.61 ^a
Std. Deviation		1.77193E1
Minimum		125.61
Maximum		191.38
Sum		1799.74

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Keterampilan Dasar Bermain Rounders Siswa Putra

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 125.61	1	8.3	8.3	8.3
132.86	1	8.3	8.3	16.7
138.44	1	8.3	8.3	25.0
139.5	1	8.3	8.3	33.3
142.29	1	8.3	8.3	41.7
143.13	1	8.3	8.3	50.0
150.15	1	8.3	8.3	58.3
152.33	1	8.3	8.3	66.7
153.17	1	8.3	8.3	75.0
163.21	1	8.3	8.3	83.3
167.67	1	8.3	8.3	91.7
191.38	1	8.3	8.3	100.0
Total	12	100.0	100.0	

Statistics

	Melempar	Memukul	Menangkap
N	Valid	12	12
	Missing	0	0
Mean	33.8333	7.4167	7.6667
Median	34.0000	7.0000	8.0000
Mode	34.00	7.00	8.00
Std. Deviation	2.75791	.99620	.49237
Minimum	30.00	6.00	7.00
Maximum	39.00	9.00	8.00
Sum	406.00	89.00	92.00

Melempar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	30	1	8.3	8.3	8.3
	31	2	16.7	16.7	25.0
	32	1	8.3	8.3	33.3
	33	1	8.3	8.3	41.7
	34	4	33.3	33.3	75.0
	36	1	8.3	8.3	83.3
	38	1	8.3	8.3	91.7
	39	1	8.3	8.3	100.0
	Total	12	100.0	100.0	

Memukul

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6	2	16.7	16.7	16.7
	7	5	41.7	41.7	58.3
	8	3	25.0	25.0	83.3
	9	2	16.7	16.7	100.0
	Total	12	100.0	100.0	

Menangkap

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7	4	33.3	33.3	33.3
	8	8	66.7	66.7	100.0
	Total	12	100.0	100.0	

Lampiran 6. Deskriptif Statistik Siswa Putri

Statistics

Keterampilan Dasar Bermain
Rounders Siswa Putri

N	Valid	6
	Missing	6
Mean		1.5000E2
Median		1.5003E2
Mode		127.08 ^a
Std. Deviation		1.78877E1
Minimum		127.08
Maximum		169.70
Sum		900.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Keterampilan Dasar Bermain Rounders Siswa Putri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	127.0802	1	8.3	16.7	16.7
	135.9383	1	8.3	16.7	33.3
	140.2268	1	8.3	16.7	50.0
	159.8429	1	8.3	16.7	66.7
	167.2117	1	8.3	16.7	83.3
	169.7018	1	8.3	16.7	100.0
	Total	6	50.0	100.0	
Missing	System	6	50.0		
Total		12	100.0		

Statistics

	Melempar	Memukul	Menangkap
N	Valid	6	6
	Missing	6	6
Mean	32.1667	6.3333	6.5000
Median	31.5000	6.5000	7.0000
Mode	31.00	7.00	7.00
Std. Deviation	2.71416	.81650	.83666
Minimum	29.00	5.00	5.00
Maximum	37.00	7.00	7.00
Sum	193.00	38.00	39.00

Melempar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	29	1	8.3	16.7	16.7
	31	2	16.7	33.3	50.0
	32	1	8.3	16.7	66.7
	33	1	8.3	16.7	83.3
	37	1	8.3	16.7	100.0
Total		6	50.0	100.0	
Missing	System	6	50.0		
Total		12	100.0		

Memukul

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	1	8.3	16.7	16.7
	6	2	16.7	33.3	50.0
	7	3	25.0	50.0	100.0
Total		6	50.0	100.0	
Missing	System	6	50.0		
Total		12	100.0		

Menangkap

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	1	8.3	16.7	16.7
	6	1	8.3	16.7	33.3
	7	4	33.3	66.7	100.0
Total		6	50.0	100.0	
Missing	System	6	50.0		
Total		12	100.0		

Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian



Gambar Profil SD Negeri Minomartani 2 Sleman Yogyakarta



Gambar Tes Kemampuan Memukul Siswa Putra



Gambar Tes Kemampuan Memukul Siswa Putri



Gambar Tes Kemampuan Melempar Siswa Putra



Gambar Tes Kemampuan Melempar Siswa Putri



Gambar Tes Kemampuan Menangkap Siswa Putra



Gambar Tes Kemampuan Menangkap Siswa Putri