

**UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK LEMPAR TANGKAP BOLA KASTI  
MELALUI PERMAINAN TAMBI-TAMBIAN PADA SISWA KELAS IV SD  
NEGERI 90 PALEMBANG**

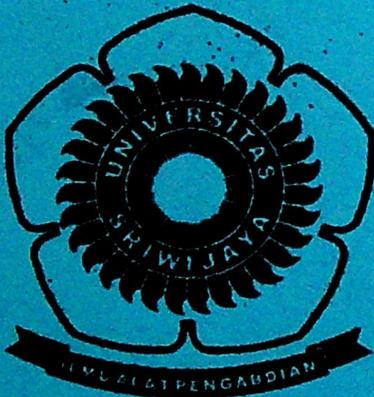
**Skripsi Oleh :**

**ROHAMID**

**Nomor Induk Mahasiswa. 56071006107**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
PALEMBANG  
2011**

3  
756.4307  
Roh  
u  
2011.

**UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK LEMPAR TANGKAP BOLA KASTI  
MELALUI PERMAINAN TAMBI-TAMBIAN PADA SISWA KELAS IV SD  
NEGERI 90 PALEMBANG**

**Skripsi Oleh :**

**ROHAMID**

**Nomor Induk Mahasiswa. 56071006107**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
PALEMBANG  
2011**

**UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK LEMPAR TANGKAP BOLA KASTI  
MELALUI PERMAINAN TABI-TABIAN PADA SISWA KELAS IV  
SD NEGERI 90 PALEMBANG**

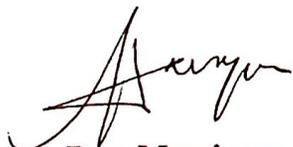
**SKRIPSI**

**ROHAMID**

Nomor Induk Mahasiswa 56071006107

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

**Disetujui oleh :  
Pembimbing I**



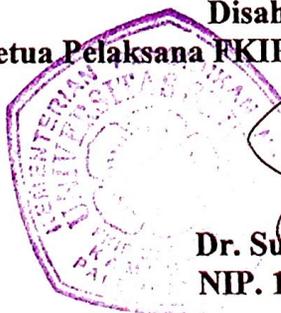
**Dra. Marsiyem, M.Kes  
NIP.195312121982032001**

**Pembimbing II**



**Drs. Muhaimin  
NIP. 194712251975031001**

**Disahkan  
Ketua Pelaksana FKIP Kampus Palembang**



**Dr. Sukirno  
NIP. 195508101983031005**

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Sabtu  
Tanggal : 22 Oktober 2011

**TIM PENGUJI**

1. Ketua : Dra. Marsiyem, M.Kes
2. Sekretaris : Drs. Muhaimin
3. Anggota : Drs. Giartama, M.Pd
4. Anggota : Drs. Meirizal Usra, M.Kes
5. Anggota : Drs. SY Muherman, M.Pd



Palembang. 22 Oktober 2011  
Disetujui oleh  
Ketua Program Studi  
Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan



Drs. Waluyo, M.Pd  
NIP. 19560124 198403 1 001

**DAFTAR ISI**

HALAMANJUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
TIM PENGUJI .....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK .....	vi
DAFTAR ISI .....	vii
<b>BAB I    PENDAHULUAN</b>	
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Identifikasi Masalah .....	2
1.3. Pembatasan Masalah .....	2
1.4. Rumusan Masalah .....	2
1.5. Tujuan Penelitian.....	2
1.6. Manfaat Penelitian.....	3
<b>BAB II    TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1. Pengertian Permainan Kasti .....	4
2.2. Pengertian Lempar .....	4
2.3. Pengertian Tangkap.....	5
2.4. Pengertian Permainan Tambi-tambian .....	5
2.5. Kerangka Konsep .....	7
<b>BAB III    METODE PENELITIAN</b>	
3.1. Metode Penelitian .....	8
A. Subjek Penelitian.....	9
B. Jenis Penelitian .....	9
C. Rencana Penelitian .....	9
3.2. Tempat dan Pelaksanaan Penelitian .....	10
3.3. Instrumen Penelitian.....	11
3.4. Tehnik Pengumpulan Data.....	13

3.5. Pelaksanaan Tindakan .....	13
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1. Hasil Penelitian .....	20
4.1.1. Gambaran Lokasi Penelitian .....	20
4.1.2. Data Awal.....	20
4.1.3. Data Hasil Penelitian.....	21
4.1.3.1. Siklus Pertama.....	21
4.1.3.2. Peningkatan Gerakan Lempar Tangkap Siklus Pertama.....	22
4.1.3.3. Refleksi Siklus Pertama .....	23
4.1.3.4. Siklus Dua .....	24
4.1.3.5. Peningkatan Gerakan Lempar Tangkap Siklus kedua .....	24
4.1.3.6. Refleksi Siklus Kedua .....	25
4.2. Pembahasan .....	26
4.2.1. Pembahasan Siklus Satu.....	26
4.2.1.1. Peningkatan Gerakan Lempar Tangkap .....	26
4.2.2. Pembahasan Siklus Dua .....	27
4.2.2.1. Peningkatan Gerakan Lempar Tangkap .....	27
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1. Kesimpulan.....	28
5.2. Saran.....	28
DAFTAR PUSTAKA .....	
LAMPIRAN.....	

Kupersembahkan kepada:

- ❖ Ayah dan Ibu yang tercinta yang tak bosan memberikan nasehat, semangat, doa dan restunya.
- ❖ Istriku dan kedua anakku yang tercinta yang merupakan sumber spirit dan inspirasiku.
- ❖ Kakak-kakakku serta Adik-adikku yang tercinta yang telah banyak memberikan dukungan moril maupun spirituil
- ❖ Almamater yang kubanggakan

### *Motto*

- 1. Berbuatlah banyak kebaikan pada orang lain, sebelum orang memperingatkan kita.*
- 2. Satu untuk semua dan semua untuk satu.*

## UCAPAN TERIMA KASIH

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar serjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya.

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Prof. Dr. Badia Perizade, M.B.A Rektor UNSRI, Prof. Drs. Tatang Suhery, MA., Ph.D., Dekan FKIP UNSRI, dan Drs. Waluyo, M.Pd Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi penulisan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dra. Marsiyem, M.Kes dan Drs. Muhaimin sebagai pembimbing yang memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Drs. Girtama. M.Pd, Drs. Meirizal Usra, M.Kes dan Drs. SY Muherman, M.Pd anggota penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini.

Selanjutnya Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Rotiah. S.Pd Kepala SD Negeri 90 Palembang, yang telah memberikan bantuannya sehingga skripsi ini dapat penulis selesaikan.

Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran bidang studi pendidikan jasmani di Sekolah Dasar Negeri 90 Palembang.

Palembang, 2011

Rohamid

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan gerakan pembelajaran kasti materi lempar tangkap melalui permainan tambli-tambian pembelajaran pada siswa kelas IV SD Negeri 90 Palembang.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang berlangsung dua siklus. Subyek penelitian adalah siswa kelas IV SD Negeri 90 Palembang berjumlah 30 siswa. Penelitian berlangsung dari bulan Mei sampai bulan juni 2011 di SD Negeri 90 Palembang.

Tehnik pengumpulan data yang dipergunakan adalah observasi kelas, wawancara, catatan lapangan dan tes hasil belajar kasti materi lempar tangkap.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode permainan dapat meningkatkan hasil dan kemampuan gerakan Tes awal kriteria baik 6 siswa atau 20%, kriteria sedang 8 siswa atau 26,3%, kriteria kurang 16 siswa atau 53,7%. Pada siklus pertama, latihan yang diberikan adalah bermain tambli-tambian tes bola yang dilakukan 1) posisi sebelum melempar bola 2) posisi saat melempar ternyata dapat meningkatkan tehnik lempar tangkap.

Kriteria baik 5 siswa atau 16,7%, kriteria sedang 20 siswa atau 66,7%, kriteria kurang 5 siswa atau 16,7%. Pada siklus dua, latihan yang diberikan melanjutkan bermain tambli-tambian karena siklus pertama masih ada siswa yang belum dapat melakukan lempar tangkap tes yang diberikan 1) sebelum tangkap bola 2) posisi saat tangkap bola. Kriteria baik 26 siswa atau 86,5%, kriteria sedang 2 siswa atau 6,7%, kriteria kurang 2 siswa atau 6,7 %, sehingga dapat meningkatkan hasil belajar lempar tangkap permainan kasti pada siswa kelas IV SD Negeri 90 Palembang.

***Kata Kunci : Kasti, Tindakan Kelas (Action Research), Lempar tangkap, Permainan tambli-tambian.***

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Untuk memberikan pelajaran yang banyak didominasi oleh fisik dan motorik seperti lempar tangkap bola, seorang guru harus mencari sistem pengajaran atau metode yang cocok dan sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak didik serta metode tersebut harus bisa menciptakan situasi yang menyenangkan menurut Sajoto, (1999:131). Dalam menentukan suatu metode pembelajaran selain harus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan juga harus sesuai dengan pandangan anak tentang gerakan lempar tangkap bola yang diajarkan kepada siswa Sekolah Dasar menurut Waharsono, (1999:4).

Saat pengajaran permainan bola kasti siswa kelas IV SD 90 Palembang dimana tempat saya mengajar dan meneliti siswanya melakukan tehnik lempar tangkap bola banyak melakukan kesalahan kemampuan lempar maupun tangkap tehnik yang dilakukan belum sempurna seperti gerakan persiapan, awalan, pelepasan, serta pemulihan, maka mengakibatkan pengajaran lempar tangkap bola kurang mendapatkan hasil yang maksimal, untuk memperbaiki proses pembelajaran agar mendapatkan hasil yang diharapkan peneliti dalam mengajar akan merubah metode pembelajaran dengan tehnik gerakan yang disenangi oleh siswa dengan melakukan dalam permainan.

Permainan yang di lakukan dalam penelitian adalah permainan tambian, setelah di terapkan dan di lakukan dalam pembelajaran permainan kasti ternyata dapat meningkatkan tehnik gerakan lempar tangkap bola.

### **1.2 Indentifikasi masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka masalahnya teridentifikasi sebagai berikut “Apakah permainan tambian dapat meningkatkan kemampuan lempar tangkap pada bola kasti dengan benar.”

### **1.3 Rumusan Masalah**

Melalui munculnya pembahasan masalah peneliti merumuskan masalah sebagai berikut : Apakah permainan tambian dapat meningkatkan kemampuan anak dalam belajar lempar tangkap pada bola kasti ?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Untuk memperbaiki kemampuan siswa dalam belajar lempar tangkap pada bola kasti.

## 1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

### 1. Peneliti

- a. Menemukan salah satu bentuk latihan dalam mengajar
- b. Mendapatkan pengetahuan awal dalam membuat karya ilmiah berupa penelitian.

### 2. Siswa

Untuk merangsang siswa belajar lempar tangkap bola dengan baik.

### 3. Guru Pendidikan Jasmani

Sebagai sumbangan pemikiran untuk meningkatkan hasil belajar tehnik lempar tangkap bola melalui permainan tambu-tambian.

### 4. Sekolah

Sebagai salah satu kontribusi untuk mengembangkan proses pembelajaran tehnik pembelajaran lempar tangkap bola kasti melalui permainan tambu-tambian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mukholid, 2006. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Jakarta. Yudhistira
- Dimiyati, 1994. *Pembelajaran dan evaluasi*. Jakarta
- M. Sukardi, 2004. *Pendidikan jasmani untuk Sekolah Dasar kelas 3*. Jakarta. Erlangga
- Margono. 2005. *Metode penelitian*
- Sahudi. 2004. *Pendidikan Jasmani dan Kesehtan untuk Sekolah Dasar kelas 4-6*. Jakarta. Erlangga.
- Sayoto. 1999. *Pendidikan dan pelatihan guru SD*. Jakarta
- Suharsimi, 2009. *Desain penelitian*. Jakarta
- Sutato, dkk. 1993. *Pendidikan permainan anak dan aktivitas rikmit buku 1 modul 1.5*, Jakarta.
- Warsono. 1999. *Pendidikan dan pelatihan guru SD*. Jakarta