

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR
MELEMPAR BOLA, MENANGKAP BOLA, DAN MEMUKUL BOLA PADA
PERMAINAN BOLA KASTI MELALUI MODIFIKASI ALAT MENGGUNAKAN
BOLA KERTAS PADA SISWA KELAS V SD NEGRI 49 PALEMBANG**

Nama : ALIASAN

Nomor Induk Mahasiswa : 06097806073

Program Studi : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Jurusan : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan



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

012

67.07

S
796.357.07.
Ali
4
2012.

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR
MELEMPAR BOLA, MENANGKAP BOLA, DAN MEMUKUL BOLA PADA
PERMAINAN BOLA KASTI MELALUI MODIFIKASI ALAT MENGGUNAKAN
BOLA KERTAS PADA SISWA KELAS V SD NEGRI 49 PALEMBANG**

Nama : ALIASAN

Nomor Induk Mahasiswa : 06097806073

Program Studi : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Jurusan : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
PALEMBANG
2012**

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR
MELEMPAR BOLA, MENANGKAP BOLA, DAN MEMUKUL BOLA PADA
PERMAINAN BOLA KASTI MELALUI MODIFIKASI ALAT MENGGUNAKAN
BOLA KERTAS PADA SISWA KELAS V SD NEGRI 49 PALEMBANG**

Skripsi oleh

ALIASAN

Nomor Induk Mahasiswa 06097806073

Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

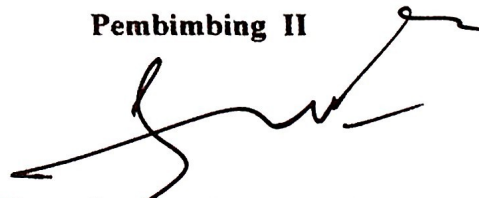
Disetujui

Pembimbing I



Prof.DR.dr.Hj.Fauziah Nuraini Kurdi,SpRM.MPH.
NIP.194604261971102001

Pembimbing II



Drs.Sy.Muherman,M.Pd
NIP.196009131987021001

Disahkan

Ketua Pelaksana Kampus Palembang



Dr. Sukirno
NIP.195508101983031005

UPAYA MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR MELEMPAR BOLA, MENANGKAP BOLA, DAN MEMUKUL BOLA PADA PERMAINAN BOLA KASTI MELALUI MODIFIKASI ALAT MENGGUNAKAN BOLA KERTAS PADA SISWAKELAS V SD NEGRI 49 PALEMBANG

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Sabtu

Tanggal : , Juni 2012

TIM PENGUJI

1. Ketua : Prof. Dr. dr. Fauziah NK, Sp. RM, MPH

2. Sekretaris : Drs. Sy. Muherman. M.Pd

3. Anggota : Drs. Maskur Ahmad M.Kes


4. Anggota : Dra. Hartati, M.Kes

5. Anggota : Drs. Afrizal, M.Kes

Palembang, 16, Juli 2012

Mengetahui :

Ketua Program Studi Penjaskes


Drs. Waluyo, M.Pd

NIP. 195601241984031001

Ku persembahkan kepada :

- ↓ **Istri dan anak-anak ku tercinta**
- ↓ **Semua teman-temanku se angkatan yang senantiasa saling bahu membahu dalam suka dan duka selama kita bersama di Kampus FKIP Unsri tercinta.**
- ↓ **Almamaternya tempat aku menimba ilmu, semoga semakin harum nama mu dan senantiasa berkembang seiring dengan kemajuan IPTEK.**

MOTTO :

- ↓ **“Laki-laki yang paling baik diantara kamu adalah laki-laki yang paling sayang dengan keluarganya“ (Al-Hadits)**
- ↓ **“Satu untuk semua, semua untuk satu”.**

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas berkat, taufik dan hidayah-Nya jualah sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat waktu. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Sriwijaya.

Seiring dengan selesainya skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Prof.DR.dr.Fauziah Nuraini Kurdi,Sp.KFR.MPH dan Drs.SY.Muherman,M.Pd. sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Prof. Tatang Suhery, M.A., Ph.D. selaku Dekan FKIP Universitas Sriwijaya, dan Drs. Waluyo, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan beserta staf karyawan di FKIP Unsri yang telah memberikan bantuan dalam hal pengurusan administrasi penulisan skripsi ini.

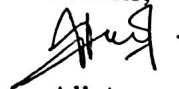
Ucap terima kasih juga dialamatkan kepada pada Dosen Penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini.

Selanjutnya penulis juga mengucapkan terima kasih kepada kepala Kepala Sekolah dan guru SD Negeri 49 Palembang yang telah memberi bantuannya dalam penelitian hingga skripsi ini dapat penulis selesaikan dengan baik.

Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran Bidang Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Amin !

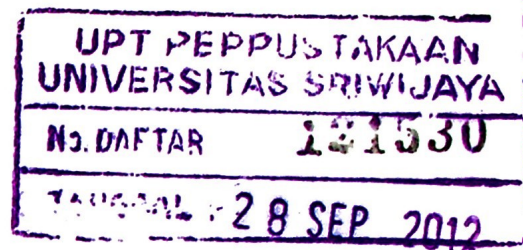
Palembang, Juni 2012

Penulis,



Ali Asan

NIM. 06097806073



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN UJIAN	ii
HALAMAN MOTTO	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR GRAFIK	ix
ABSTRAK	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Pembatasan Masalah	3
1.4 Rumusan Masalah	3
1.5 Tujuan Penelitian	4
1.6 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Pembelajaran Penjasorkes	5
2.1.1 Pengertian Penjas	5
2.1.2 Pengertian Olahraga	6
2.1.3 Pengertian Kesehatan	6
2.1.4 Penjasorkes di Sekolah	7
2.1.5 Tujuan dan Fungsi Penjasorkes	8
2.2 Permainan Kasti	9
2.2.1 Pengertian Permainan Kasti	9
2.2.2 Sarana dan Prasarana Permainan Kasti	9
2.2.3 Teknik Dasar Permainan Bola Kasti	10
2.2.4 Cara Bermain	10
2.3 Pembelajaran	11
2.3.1 Pengertian Pembelajaran	11
2.3.2 Ciri-ciri Pembelajaran	11
2.3.3 Unsur-unsur Pembelajaran	12
2.4 Modifikasi	12
2.4.1 Pengertian Modifikasi	12
2.4.2 Tujuan Modifikasi dalam Penjasorkes	13
2.5 Kerangka Berpikir	14
BAB III METODE PENELITIAN	15
3.1 Jenis Penelitian	15
3.2 Siklus I	16
3.2.1 Tahapan Perencanaan	16

3.2.2 Tahapan Pelaksanaan Tindakan dan Pengamatan	16
3.2.3 Tahapan Refleksi	17
3.3 Siklus II	18
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian	18
3.5 Subjek Penelitian	19
3.6 Teknik Pengumpulan Data	19
3.7 Teknik Analisa Data	19
3.8 Sistem Evaluasi Hasil Pembelajaran	20
3.9 Kriteria Ketuntasan Minimal	20
3.10 Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM)	21
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	23
4.1 Hasil Penelitian	23
4.1.1 Lokasi Penelitian	23
4.1.2 Subjek Penelitian	23
4.1.3 Deskrip Data	24
4.2 Pembahasan	31
4.2.1 Hasil Tes Awal	31
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	33
5.1 Simpulan	33
5.1.1 Data hasil penilaian pada siklus I	33
5.1.2 Data hasil penilaian pada siklus II	34
5.2 Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	35
DAFTAR LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	: Norma Penilaian	20
Tabel 2	: Kriteria Penilaian Lari 50 meter	21
Tabel 3	: Distribusi Frekuensi Nilai Tes Awal	24
Tabel 4	: Distribusi Frekuensi Nilai Siklus 1	27
Tabel 5	: Distribusi Frekuensi Nilai Siklus 2	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 : Lapangan Bola Kasti	9
Gambar 2 : Kerangka Berpikir	14
Gambar 3 : Desain Penelitian	15

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 : Data Hasil Nilai Tes Awal	25
Grafik 2 : Data Hasil Nilai Siklus I	28
Grafik 3 : Data Hasil Nilai Siklus II	30

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Teknik Dasar Melempar bola, Menangkap bola, dan memukul bola Pada permainan Bola Kasti Melalui Modifikasi Alat Menggunakan Bola Kertas pada Siswa Kelas V SD Negeri 49 Palembang”.

Latar belakang dari penelitian ini adalah secara umum permasalahan yang sering ditemukan dalam proses belajar mengajar penjasorkes adalah siswa takut dengan bola, misalnya dalam permainan bola kasti, dari jumlah sisiwa 40 orang yaitu 28 siswa putri 12 orang siswa putra ternyata hanya 5 orang siswa putri yang memiliki keberanian bermain kasti sementara 23 sisiwa putri lainnya takut kena lemparan (*chase*). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah hasil pembelajaran teknik dasar permainan bola kasti dapat ditingkatkan melalui modifikasi alat menggunakan bola kertas pada siswa kelas V SD Negeri 49 Palembang.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus, dan tiap-tiap siklus terdiri dari dua putaran atau pertemuan yang meliputi kegiatan sebagai berikut, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan atau observasi, dan refleksi. Adapun yang menjadi subjek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri 49 Palembang semester II tahun pelajaran 2011/2012.

Hasil penelitian adalah sebagai berikut : Berdasarkan hasil yang diperoleh dari tes awal, proses pembelajaran pada siklus 1 dan siklus 2 menunjukkan adanya peningkatan, dengan demikian dapat dikatakan bahwa hasil pembelajaran teknik dasar permainan bola kasti dapat ditingkatkan melalui modifikasi alat menggunakan bola kertas pada siswa kelas V SD Negeri 49 Palembang.

Kata Kunci : Pembelajaran, teknik dasar, permainan bola kasti, modifikasi alat, bola kertas

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyelenggaraan proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan olahraga dilapangan oleh seorang guru penjasorkes diharapkan selalu berjalan dengan efektif dan menyenangkan dalam kondisi bagaimanapun, sebab pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga menurut sebagian siswa sebagai kompensasi atau imbalan dari pelajaran di dalam kelas yang serba terbatas baik gerak maupun pandangan mata yang dibatasi dinding. Oleh karena itu dalam kondisi yang kurang menguntungkan pun guru penjasorkes, harus mampu menciptakan suasana yang kondusif.

Kondisi yang kurang menguntungkan yang dimaksud, misalnya karena kondisi alam atau cuaca hujan, maka seorang guru penjasorkes harus cepat dan segera mengatasinya, sehingga siswa tidak lantas bubar begitu saja, atau kondisi psikologis siswa yang jenuh dan kurang bersemangat atau kurang menyenangi materi olahraga tertentu yang disuguhkan, maka guru penjasorkes harus memberi materi tersebut dengan bervariasi. Kemudian lagi masalah keterbatasan atau minimnya peralatan olahraga yang dimiliki sekolah atau kondisi sekolah yang dibangun di atas permukaan rawa, yang semua kondisi dan masalah tersebut harus disikapi oleh seorang guru penjasorkes dengan arif dan bijak, sehingga tidak menimbulkan gejala pada siswa.

Salah satu sikap dan cara yang tepat untuk mengatasi masalah-masalah tersebut adalah perlunya seorang guru penjasorkes memiliki kreativitas, sehingga ia dapat dapat menyelesaikan segala permasalahan yang muncul dalam proses belajar mengajar. Diantara permasalahan yang sering ditemukan dalam proses belajar mengajar penjasorkes adalah

siswa takut dengan bola, misalnya dalam permainan bola kasti, dari jumlah siswa 40 orang yaitu 28 siswa putrid 12 orang siswa putra ternyata hanya 5 orang siswa putri yang memiliki keberanian bermain kasti sementara 23 siswa putri lainnya takut kena lemparan (*chase*). Mengatasi hal tersebut perlu adanya modifikasi alat atau bola yang dalam penelitian ini bola kasti diganti dengan bola yang terbuat dari kertas dengan ukuran : bola kasti berat 70 gram, lingkaran bola 25 cm. bola kertas berat 40 gram lingkaran bola 25 cm.

Penerapan modifikasi dalam mengatasi rasa takut pada siswa dalam melakukan aktivitas permainan bola kasti sangat dibutuhkan, dari proses pembelajaran teknik dasar, seperti teknik lempar-tangkap bola, teknik memukul sampai kepada teknik bermain. Sehingga dengan demikian proses pembelajaran permainan bola kasti dapat berlangsung dengan kondusif dan menyenangkan.

Berdasarkan pengamatan peneliti terhadap siswa kelas V SD Negeri 49 Palembang Tahun Pelajaran 2010-2011 pada saat bermain bola kasti dengan menggunakan bola yang terbuat dari kertas hampir seluruh siswa putri terlibat dalam permainan. Kondisi tersebut menandakan bahwa sesungguhnya minat dan motivasi siswa terhadap permainan bola kasti sangat tinggi. Berdasarkan kenyataan tersebutlah peneliti ingin mengadakan penelitian lebih lanjut dan mendeskripsikan penelitian ini dengan judul, "Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Teknik Dasar Permainan Bola Kasti Melalui Modifikasi Alat Menggunakan Bola Kertas pada Siswa Kelas V SD Negeri 49 Palembang".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas peneliti dapat mengidentifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

- 1.2.1 Kemampuan teknik dasar para siswa terhadap permainan bola kasti masih sangat rendah dari teknik lempar-tangkap, memukul bola sampai kepada teknik bermainnya.
- 1.2.2 Ditemukan pada siswa putri perasaan takut yang berlebihan terhadap permainan bola kasti, terutama pada siswa putri.
- 1.2.3 Modifikasi alat yang digunakan adalah perubahan alat bermain, yaitu dari bola kasti sesungguhnya diganti bola yang terbuat dari kertas dengan ukuran yang tidak jauh berbeda dengan bola kasti yang sebenarnya.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah hasil pembelajaran teknik dasar permainan bola kasti dapat ditingkatkan melalui modifikasi alat menggunakan bola kertas pada siswa kelas V SD Negeri 49 Palembang? Dengan ukuran berat bola kasti 70 gram, dengan lingkaran bola 25 cm dan bola kertas berat bola kertas 40 gram, lingkaran bola 25 cm.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai oleh penulis dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah hasil pembelajaran teknik dasar permainan bola kasti dapat ditingkatkan melalui modifikasi alat menggunakan bola kertas pada siswa kelas V SD Negeri 49 Palembang.

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini sebagai bahan masukan dan informasi baik bagi peneliti sendiri, bagi siswa dan guru penjasorkes tentang hasil pembelajaran teknik dasar permainan bola kasti dapat ditingkatkan melalui modifikasi alat menggunakan bola kertas pada siswa kelas V SD Negeri 49 Palembang.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini, yaitu :

- 1.6.1 Bagi siswa, sebagai penambah pengalaman dan pengetahuan tentang meningkatkan kecepatan lari *sprint* melalui permainan memindahkan batu, sehingga diharapkan kecepatan diperoleh dan proses pembelajaran menyenangkan.
- 1.6.2 Bagi guru pendidikan jasmani, sebagai bahan masukan dan informasi tentang modifikasi dalam proses pembelajaran, yaitu menggabungkan dua materi kecepatan lari *sprint* dengan permainan memindahkan batu.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : P.T. Bumi Aksara
- Depdiknas. (1995). *Metodik Pengajaran Penjas di SD*. Jakarta: Depdiknas Puskesjasrek.
- Depdiknas. 2009. *Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) SD*. Jakarta : Depdiknas.
- Hadi. 1989. *Statistik*. Jogjakarta: Andi Offset
- Hamalik. 1994. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta : Bumi Aksara
- Harsuki. 2004. *Perkembangan Olahraga Terkini*. Jakarta.
- Kosasih, 1984. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta : Akademika Kressindo
- Kusumah, Wijaya. 2009. *Mengenal Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: P.T. Indeks
- Lutan, Rusli. 2002. *Supervisi Pendidikan Jasmani*. Jakarta : DEPDIKNAS
- Lutan, Rusli. 2005. *Perencanaan Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Universitas Terbuka
- Shadily, Hasan. 1986. *Kamus Inggris Indonesia*. Jakarta : PT. Gramedia.
- Soegito. 1993. *Pendidikan Atletik*. Pusat Penerbit Universitas Terbuka
- Suhendro, Andi. 2007. *Dasar-dasar Kepeleatihan*. Jakarta : Universitas Terbuka
- Syamsir. 2004. *Permainan Kecil*. Jakarta : Universitas Terbuka
- Suyatno.Tuguh Santoso, 2010. *Penjasorkes KemenDiknas*. Jakarta : Kepala Pusat Perbukuan
- Tamat dan Mirman. 2004. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Universitas Terbuka.

