



**PENINGKATAN KEMAMPUAN PASSING BAWAH BOLA VOLI
DENGAN ALAT BOLA BEREKOR PADA SISWA KELAS IV
SD N PRINGLANGU KOTA PEKALONGAN**

SKRIPSI

**Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan**

Oleh

DWIKO WULANDORO

6102910202

**PERPUSTAKAAN
UNNES**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2012

ABSTRAK

Dwiko Wulandoro. 2012. *Peningkatan Kemampuan passing bawah bola voli dengan alat bola berekor*, PTK di Kelas IV SD Negeri Pringlangu – Kota Pekalongan Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. UNNES. Pembimbing I Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd. Pembimbing II Mohamad Annas, S.Pd. M.Pd.
Kata kunci : Prestasi Belajar penjas, metode demonstrasi

Latar belakang masalah dalam penelitian ini adalah pembelajaran yang kurang tepat serta sarana yang kurang memadai dalam proses pembelajaran passing bawah sehingga hasil belajar siswa tidak optimal. Rumusan masalah tersebut diteliti melalui pendekatan bermain bola berekor. Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah permainan bola voli melalui pendekatan permainan bola berekor untuk meningkatkan kualitas hasil belajar siswa dalam mengikuti proses pembelajaran yang ditunjukkan dengan hasil tes unjuk kerja, sikap siswa serta perilaku siswa yang lebih baik

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas. Objek penelitian menggunakan metode pendekatan bermain bola berekor sedangkan subjek penelitiannya adalah siswa kelas IV SD Negeri Pringlangu Kecamatan Pekalongan barat Kota Pekalongan pada semester dua tahun pelajaran 2011/2012. Sampel yang digunakan adalah 30 siswa yang terdiri dari 14 siswa putra dan 14 siswa putri. Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data diperoleh dari hasil tes unjuk kerja yang ditampilkan siswa saat pelaksanaan tes.

Dari hasil penelitian yang dilakukan, terjadi peningkatan hasil belajar siswa dari kondisi awal ke siklus 1 dan siklus 2, baik dari peningkatan nilai rata-rata pembelajaran pssing bawah maupun nilai ketuntasan hasil belajar. Nilai rata-rata kondidi awal (66,29), rata-rata siklus 1 (71,66) dan rata-rata siklus 2 (74,41), sehingga peningkatan dari kondisi awal ke siklus 2 sebesar (8,12). Peningkatan kemampuan gerak pada pembelajaran pssing bawah dapat dilihat dari nilai KKM (7,00) atau tuntas sebesar 41,66%, setelah dilakukan tindakan pada siklus 1 nilai belajar siswa yang tuntas sebanyak 18 dari 24 siswa (75%) dan pada siklus 2 yang memiliki nilai diatas KKM sebanyak 22 dari 24 siswa keseluruhan atau tuntas sebesar (91,66%).

Kesimpulan penelitian ini adalah penggunaan metode pendekatan bermain bola berekor dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli pada siswa kelas IV SD N Pringlangu Kecamatan Pekalongan barat Kota Pekalongan tahun pelajaran 2011/2012. Saran penelitian ini penggunaan metode pembelajaran yang lebih inovatif dapat meningkatkan minat dan motifasi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran sehingga memperoleh hasil belajar yang optimal.

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.



PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang dan diterima untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Hari : Selasa
Tanggal : 4 September 2012



Ketua Panitia
Drs. H. Harry Pramono, M.Si
NIP. 19591019 198503 1 001

Megetahui



Sekretaris
Andry Akhiruyanto, S.Pd., M.Pd.
NIP. 19810129 200312 1 001

Dewan Penguji

1. Drs. H. Endro Puji Purwono, M.Kes.
NIP. 19590315 198503 1 003

(Ketua)

2. Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd.
NIP. 19620425 198601 1 001

(Anggota)

3. Mohamad Annas S.Pd., M.Pd.
NIP. 19751105 200501 1 002

(Anggota)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

- ❖ “Keyakinan merupakan suatu pengetahuan di dalam hati, jauh tak terjangkau oleh bukti” (Kahlil Gibran, Pujangga)
- ❖ Rasa bahagia dan tak bahagia bukan berasal dari apa yang Anda miliki, bukan pula berasal dari siapa diri Anda, atau apa yang Anda kerjakan. Bahagia dan tak bahagia berasal dari pikiran Anda” Dale Carnegie (1888–1955), Pakar Motivasi-Penulis AS
- ❖ Suatu pekerjaan yang paling tak kunjung bisa diselesaikan adalah pekerjaan yang tak kunjung pernah dimulai” (JRR Tolkien, penulis Novel The Lord of the Rings)

Persembahan

Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

Bapak Soedarsono dan Ibu Soemari yang
saya hormati dan saya sayangi

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT karena atas limpahan rahmat, taufik dan hidayat-Nya dan sholawat kepada Rasulullah, sehingga penulis dapat masih diberi kesempatan untuk mengabdikan dan menyumbangkan pikiran untuk menyelesaikan skripsi dengan judul “Peningkatan Kemampuan passing bawah bola voli dengan alat bola berekor, PTK di Kelas IV SD Negeri Pringlangu Kota Pekalongan Tahun Pelajaran 2011/2012”.

Skripsi ini tidak akan terwujud dan terselesaikan tanpa saran, masukan dan bimbingan dari semua pihak, baik secara tertulis maupun lisan. Maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang, terima kasih atas kesempatan yang diberikan dalam menempuh jenjang sarjana.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, yang telah memberikan kesempatan dalam menempuh jenjang sarjana.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, yang telah memberikan pengarahan selama proses perkuliahan berlangsung.
4. Ketua Prodi PGSD Penjas dan selaku Dosen Wali. yang telah memberikan arahan selama proses perkuliahan berlangsung.
5. Pembimbing Utama Bapak Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd., yang telah membimbing penulis dalam menyusun skripsi ini dari awal hingga akhir penulisan skripsi ini.

6. Pembimbing Pendamping Bapak Mohamad Annas, S.Pd., M.Pd., yang telah membimbing penulis hingga skripsi ini selesai.
7. Bapak dan Ibu Dosen serta Staf Administrasi FIK UNNES atas masukan dan layanan demi terselesaikannya skripsi ini.
8. Kepala Perpustakaan FIK Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk mendapatkan buku literatur sebagai sumber bahan dalam pembuatan skripsi ini.
9. Kepala Sekolah SD Negeri Pringlangu Kecamatan Pekalongan Barat Kota Pekalongan, yang telah membantu pelaksanaan penelitian.
10. Rekan mahasiswa program pendidikan PGPJSD UNNES Tegal.
11. Semua siswa kelas IV SD Negeri Pringlangu Kota Pekalongan, terima kasih atas kesediaannya menjadi sampel dalam penelitian ini.
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Penulis sadar bahwa skripsi ini tidaklah sempurna. Kritik dan saran yang membangun penulis harapkan guna kesempurnaan penulisan yang akan datang. Mudah-mudahan penulisan skripsi ini bermanfaat bagi dunia pendidikan pada khususnya. Amin.

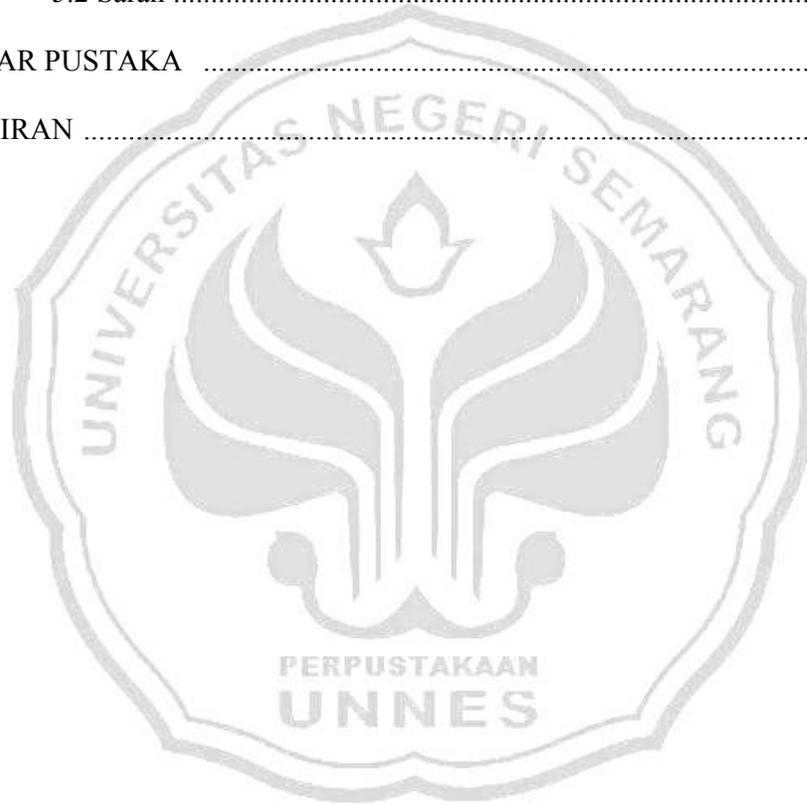
Semarang, Juni 2012

Penulis

DAFTAR ISI

JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERNYATAAN	iii
HALAMAN PPENGESAHAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Tujuan Penelitian	5
1.3 Manfaat Penelitian	6
1.4 Pemecahan Masalah	7
BAB II LANDASAN TEORI	
2.1. Kepustakaan	8
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Subyek Penelitian	35
3.2 Obyek Penelitian	35
3.3 Lokasi Penelitian	35

3.4 Teknik Pengumpulan Data	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	48
4.2 Pembahasan	64
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	70
5.2 Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN	73



DAFTAR TABEL

Tabel :	Halaman
3.1 : Teknik pengumpulan data	45
4.2 : Hasil Belajar passing bawah pada kondisi awal	48
4.3 : Perbandingan Hasil belajar pada kondisi awal dan siklus 1	55
4.4 : Prosentase ketuntasan hasil belajar pada siklus Awal	56
4.5 : Prosentase ketuntasan hasil belajar pada siklus 1	58
4.6 : Perbandingan Hasil belajar pada kondisi awal dan siklus 2	62



DAFTAR GAMBAR

Gambar :	Halaman
2.1. Rangkaian Gerak Passing bawah	27
2.2. Lapangan permainan Bola berekor	30
3.3. Tahapan PTK	37
4.4. Peningkatan hasil belajar passing bawah dari kondisi awal sampai siklus 1.....	154
4.5. Peningkatan Hasil dari siklus 1 sampai siklus 2.....	63



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran :	Halaman
1. Penetapan Dosen pembimbing.....	72
2. Surat ijin penelitian.....	73
3. Surat Keterangan.....	74
4. RPP.....	75
5. Lembar penilaian ranah psikomotor siklus 1.....	81
6. Penilaian perilaku (afektif) siklus 1.....	82
7. Lembar penilaian kognitif siklus 1.....	83
8. Lembar analisis ketuntasan hasil belajar siklus 1.....	84
9. Hasil penilaian awal siklus 1.....	85
10. Lembar penilaian psikomotor siklus 2.....	87
11. Lembar penilaian afektif siklus 2.....	88
12. Lembar penilisin kognitif siklus 2.....	89
13. Lembar analisis ketuntasan hasil belajar siklus 2.....	90
14. Hasil penilaian siklus 1 dan 2.....	91
15. Kuesioner tes psikomotor dan kognitif.....	93
16. Kuesioner tanggapan siswa terhadap pembelajaran passing bawah.....	97
17. Hasil tsnggapan siklus 1.....	100
18. Hasil tangga[an siklus 2.....	102

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Menurut undang-undang Sisdiknas No. 20 Tahun 2003 pasal 1 disebutkan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang dimiliki dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Secara umum sekolah dasar diselenggarakan dengan tujuan untuk mengembangkan sikap dan kemampuan serta memberikan pengetahuan dan ketrampilan dasar yang diperlukan untuk hidup dalam masyarakat serta mempersiapkan peserta didik mengikuti pendidikan menengah. Dalam pelaksanaan pembelajaran, tugas utama seorang guru adalah mengajar, mendidik dan melatih peserta didik mencapai taraf kecerdasan, ketinggian budi pekerti, dan ketrampilan yang optimal.

Untuk melaksanakan tugasnya dengan baik guru harus menguasai berbagai kemampuan dan keahlian. Guru dituntut menguasai materi pelajaran dan mampu menyajikannya dengan baik serta mampu menilai kinerjanya.

Pendidikan memegang peranan penting dalam mempersiapkan sumber daya manusia bagi kehidupan di masa yang akan datang. Melalui proses belajar siswa diharapkan mampu mencapai isi dari pendidikan yang dijalani.

Tujuan pendidikan dapat dicapai jika siswa melibatkan dirinya secara aktif dalam kegiatan belajar baik fisik, mental maupun emosional.

Pendidikan merupakan suatu proses yang berlangsung cukup panjang dan diorganisasikan dalam lingkungan sekolah maupun di luar sekolah menurut pola-pola tertentu yang dianggap baik. Pada umumnya para pendidik berpendapat bahwa tugas lembaga pendidikan adalah mendorong pertumbuhan seseorang kearah tujuan yang diharapkan oleh individu dan masyarakat sekitarnya (adang suherman dan agus mahendra 2001:8).

Pendidikan pada hakikatnya adalah tanggung jawab antara keluarga, masyarakat dan pemerintah. Seperti tertulis dalam Garis-garis Besar Haluan Negara (GBHN) tahun 1999 sebagai berikut: Pendidikan berlangsung seumur hidup dan dilaksanakan di dalam lingkungan rumah tangga, sekolah dan masyarakat karena pendidikan adalah tanggung jawab bersama antara keluarga, masyarakat dan pemerintah.

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu pelaksanaan pendidikan jasmani harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Tujuan pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, ketrampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, ketrampilan sosial, penalaran dan kegiatan moral melalui kegiatan aktifitas jasmani dan olah raga.

Oleh karena itu PenjasOrkes merupakan mata pelajaran wajib dan dilaksanakan sesuai kurikulum berlaku, ini terbukti bahwa pendidikan jasmani

diberikan pada tiap-tiap sekolah mulai dari tingkat taman kanak-kanak, sekolah dasar, sekolah menengah sampai perguruan tinggi.

Salah satu masalah utama dalam pendidikan jasmani adalah belum efektifnya pengajaran penjas di sekolah-sekolah. Kondisi ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya ialah terbatasnya kemampuan guru dalam memberikan materi pelajaran dan juga terbatasnya sarana dan prasarana yang digunakan dalam mendukung proses pembelajaran penjas. Selain itu juga diakibatkan karena kurang kreatifnya guru dalam memberikan materi pembelajaran sehingga membuat siswa cepat bosan saat mengikuti pelajaran penjasorkes karena materi yang terlalu monoton dan membuat siswa tidak terlalu maksimal dalam berkembangnya kemampuan gerak mereka. Terkait dengan mutu pendidikan khususnya pendidikan pada jenjang sekolah dasar sampai saat ini masih jauh dari yang diharapkan. Bola voli merupakan salah satu materi yang ada dalam kurikulum. Permainan bola voli kini sudah menjadi cabang olahraga yang sangat digemari di dunia dan menurut para ahli saat ini bola voli tercatat sebagai olahraga yang menempati urutan kedua di dunia. Permainan bola voli ini dilakukan oleh semua lapisan masyarakat, dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan, masyarakat kota sampai pada masyarakat desa.

Pendidikan dasar bola voli merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritualsosal), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk

merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Melihat dari perkembangan bola voli di dunia yang kian merebak sudah sepantasnya kita sebagai generasi bangsa harus mengetahui beberapa olah raga yang sekarang menjadi salah satu tumpuan Indonesia yaitu diantara sekian banyak olahraga yang diminati di Indonesia dan Bola voli bahkan sudah mendemam ke seluruh plosok dan tidak ketinggalan di pedesaan. Untuk itu kita harus menanamkan pada peserta didik kita mengenai Pentingnya ilmu bola voli serta sejarah singkat bola voli. Pengamatan terhadap pelaksanaan proses pembelajaran permainan bola voli di beberapa sekolah, menunjukkan bahwa banyak ditemukan masalah, kurangnya penguasaan ketampilan gerak passing , maka perlu diajarkan secara mendalam tentang gerak dasar permainan bola voli. Sehubungan dengan masalah itu terutama Passing, anak didik perlu diajarkan gerak dasar Passing dengan benar. Sesuai dengan perkembangannya, “ Passing dalam permainan bola voli dikenal ada tiga, yaitu : Passing Bawah, Passing Samping, dan Passing Atas, akan tetapi Passing Bawah yang memiliki tingkat kesulitan yang tinggi (menurut Bainil). Pembelajaran passing bawah pada siswa SD sering kali menemui masalah, dimana hasil pembelajarannya dinilai kurang maksimal oleh sang guru. Terutama pada pembelajaran awal salah satu gerak dasar voli pada siswa kelas 4 yaitu gerak dasar passing bawah yang di laksanakan pada SD Negeri Pringlangu. Dari 30 siswa kelas 4 dengan alokasi waktu 12 jam pelajaran dengan penetapan angka KKM 7,0 pada pembelajaran passing bawah diperoleh hasil kemampuan

passing bawah siswa yang berhasil tuntas sebesar 60%, sedangkan 40% siswa nilainya tidak berhasil memenuhi KKM .

Berdasarkan tabel evaluasi kemampuan gerak pada siswa kelas 4 SD Negeri Pringlangu menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang kurang maksimal dalam menerima hasil dari pembelajaran standart bola voli dengan menggunakan alat, lapangan, dan metode pembelajaran yang sesuai dengan standart bola voli mini. .

”Berdasarkan dari hal itu penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang “ Peningkatan Kemampuan Passing Bawah dengan Permainan Bola Berekor pada Siswa Kelas IV SD Negeri Pringlangu“, karena pada hal ini sangat penting dicari solusinya.

1.2. Permasalahan

Berdasarkan apa yang telah diuraikan dalam alasan pemilihan judul dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: Apakah ketrampilan dan hasil belajar pembelajaran passing bawah dalam penjasorkes menggunakan bola berekor pada siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Pringlangu Kota Pekalongan sudah memenuhi sasaran dan tujuan pada pembelajaran penjasorkes materi passing bawah.

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan passing bawah permainan bola voli pada siswa dan untuk mengetahui modifikasi pembelajaran passing bawah dalam penjasorkes menggunakan permainan bola berekor kelas IV Sekolah Dasar Negeri Pringlangu kota Pekalongan.

1.4. Manfaat Penelitian

Dalam mengembangkan modifikasi pembelajaran passing bawah juga berisi langkah-langkah pengembangan dari tahap awal sampai terciptanya produk passing bawah dengan menggunakan bola berekor. Penelitian ini secara spesifik mengembangkan tentang pembelajaran bola voli teknik passing bawah. Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut:

I. Bagi peserta didik

Siswa mendapat Variasi dalam Pembelajaran passing bawah sehingga mendapat pemikiran dan pengetahuan dalam bidang olahraga khususnya bola voli yaitu passing bawah

II. Manfaat Guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi guru penjasokes untuk menambah pengetahuan tentang metode pembelajaran melalui modifikasi passing bawah

III. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan yang baik bagi sekolah untuk lebih memerhatikan sarana dan pra sarana untuk menunjang pembelajaran penjasorkes

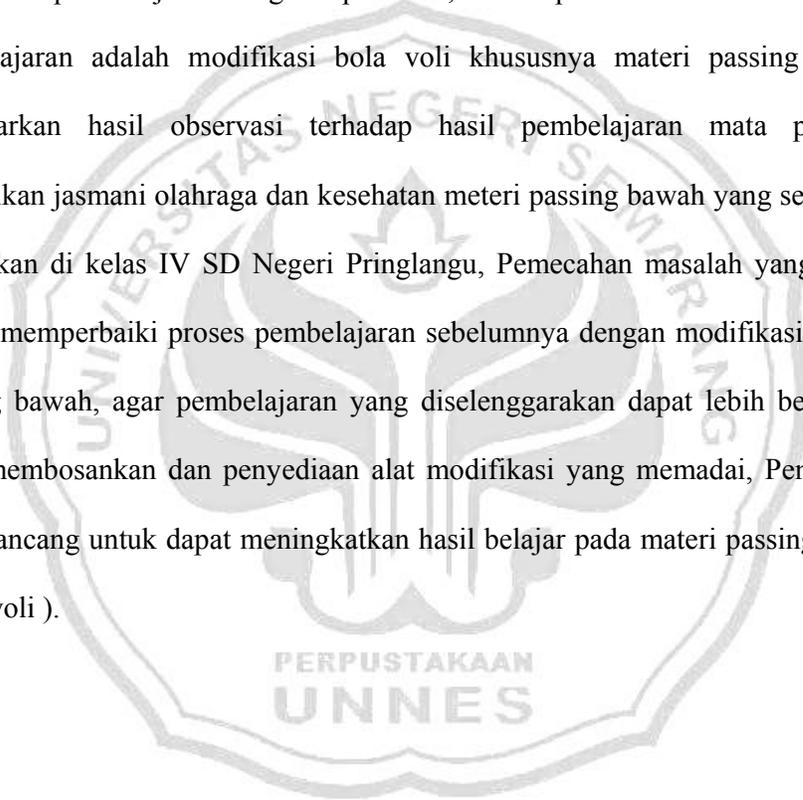
IV. Bagi Peneliti

Peneliti memperoleh pengetahuan dan pemikiran langsung bagaimana cara memilih pembelajaran yang tepat, sehingga dimungkinkan ketika mengajar mempunyai wawasan dan pengalaman. Peneliti akan mempunyai dasar-dasar kemampuan mengajar dan memperoleh pemecahan masalah dalam penelitian

sehingga diperoleh suatu model pembelajaran melalui modifikasi yang dapat meningkatkan hasil pembelajaran penjasorkes.

1.5. Pemecahan masalah

Menyikapi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dimana sekolah berhak menentukan sendiri materi yang akan diajarkan dan tentunya materi tersebut disesuaikan dengan kondisi sekolah. Model pembelajaran dalam bentuk modifikasi pembelajaran sangat diperlukan, dalam penelitian ini bentuk model pembelajaran adalah modifikasi bola voli khususnya materi passing bawah. Berdasarkan hasil observasi terhadap hasil pembelajaran mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi passing bawah yang selama ini diterapkan di kelas IV SD Negeri Pringlangu, Pemecahan masalah yang dipilih adalah memperbaiki proses pembelajaran sebelumnya dengan modifikasi melalui passing bawah, agar pembelajaran yang diselenggarakan dapat lebih bervariasi, tidak membosankan dan penyediaan alat modifikasi yang memadai, Pendekatan ini di rancang untuk dapat meningkatkan hasil belajar pada materi passing bawah (bola voli).



BAB II

LANDASAN TEORI

2.1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada peserta didik berupa aktivitas jasmani, permainan, dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, Organik, keterampilan motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial dan moral. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

2.1.1. Hakekat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Karenanya pendidikan jasmani ini harus menyebabkan perbaikan dalam "pikiran dan tubuh" yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan harian seseorang. Pendekatan holistik tubuh-jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain kependidikan: psikomotor, kognitif, dan afektif. Dengan meminjam ungkapan Robert Gensemer, pendidikan jasmani diistilahkan sebagai proses menciptakan "tubuh yang baik bagi tempat pikiran atau jiwa." Artinya, dalam

tubuh yang baik ‘diharapkan’ pula terdapat jiwa yang sehat, sejalan dengan pepatah Romawi Kuno: *Men sana in corpore sano*.

2.1.2. Definisi Pendidikan Jasmani

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 seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap peserta didik. Hal ini sesuai dengan batasan pengertian pendidikan jasmani menurut UNESCO dalam “ International Charter of Physical Education and Sport ” (1978), sebagai berikut : Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak. (Harsuki. Perkembangan Olahraga Terkini. (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 2003), p. 26)

Materi mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang meliputi: pengalaman mempraktikkan keterampilan dasar permainan dan olahraga; aktivitas pengembangan; uji diri/senam; aktivitas ritmik; akuatik (aktivitas air); dan pendidikan luar kelas (outdoor) disajikan untuk membantu peserta didik agar memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara melakukan gerakan secara aman, efisien, dan efektif. Adapun implementasinya perlu dilakukan

secara terencana, bertahap, dan berkelanjutan, yang pada gilirannya peserta didik diharapkan dapat meningkatkan sikap positif bagi diri sendiri dan menghargai manfaat aktivitas jasmani bagi peningkatan kualitas hidup seseorang. Dengan demikian, akan terbentuk jiwa sportif dan gaya hidup aktif.

2.2. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bukan merupakan pendidikan tentang problem tubuh, akan tetapi merupakan pendidikan tentang problem manusia dan kehidupan yang mempunyai 4 ranah tujuan, yaitu :

a. Jasmani dan Psikomotor, meliputi :

- 1) Kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan kardiovaskuler dan kelentukan
- 2) Persepsi gerak, gerak dasar, keterampilan, olahraga dan tari

b. Kognitif, meliputi :

- 1) Pengetahuan
- 2) Keterampilan intelektual
- 3) Kemampuan intelektual

c. Afektif, meliputi :

- 1) Sehat
- 2) Respek gerak
- 3) Aktualisasi diri
- 4) Konsep diri

Adapun Samsudin (2008:23) menyatakan secara umum tujuan Penjasorkes dapat diklasifikasikan ke dalam empat ketegori, yaitu :

1) Perkembangan Fisik

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*).

2) Perkembangan Gerak

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah dan sempurna (*skill full*).

3) Perkembangan Mental

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang Penjasorkes ke dalam lingkungannya sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap dan tanggung jawab siswa.

4) Perkembangan Sosial

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

Sedangkan menurut Rusli Rutan dalam Rubianto Hadi (2001:7) tujuan penjasorkes adalah untuk membantu peserta didik dalam meningkatkan gerak mereka, disamping agar mereka merasa senang dan mau berpartisipasi dalam berbagai aktivitas.

2.3. Model Pembelajaran

Model pembelajaran merupakan sebuah rencana yang dimanfaatkan untuk merancang pengajaran. Isi yang terkandung di dalam model pembelajaran adalah berupa strategi pengajaran yang digunakan untuk mencapai tujuan instruksional.

Contoh strategi pengajaran yang biasa guru terapkan pada saat proses belajar mengajar adalah manajemen kelas, pengelompokkan siswa dan penggunaan alat bantu pengajaran.

Model pembelajaran adalah suatu rencana atau pola yang dapat digunakan untuk membentuk kurikulum (rencana pembelajaran jangka panjang), merancang bahan-bahan pembelajaran dan membimbing pembelajaran di kelas atau yang lain.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran merupakan suatu proses interaksi antara guru dengan peserta didik serta rencana yang dapat digunakan untuk merancang pengajaran dan untuk membentuk kurikulum.

2.4. Ciri-ciri Pembelajaran

Berdasarkan pendapat (Husdarta, 2000:35). Ciri-ciri pembelajaran dapat dikemukakan sebagai berikut :

- 1.) Pembelajaran dilakukan secara sadar dan direncanakan secara sistematis
- 2.) Pembelajaran dapat menumbuhkan perhatian siswa dalam belajar
- 3.) Pembelajaran dapat menyediakan bahan belajar yang menarik perhatian dan menantang siswa
- 4.) Pembelajaran dapat menggunakan alat bantu belajar yang tepat dan menarik
- 5.) Pembelajaran dapat menciptakan suasana belajar yang aman dan menyenangkan bagi siswa
- 6.) Pembelajaran dapat membuat siswa menerima pelajaran baik secara fisik maupun psikologis

7.) Pembelajaran menekankan keaktifan siswa

2.5. Prinsip Pembelajaran

Prinsip pembelajaran yang mengacu pada tujuan pembelajaran dibagi menjadai tiga, yaitu :

1.) Prinsip pengaturan kegiatan kognitif

Pembelajaran hendaknya memperhatikan bagaimana mengatur kegiatan kognitif yang efisien. Caranya mengatur kegiatan kognitif yang efisien menggunakan sistematika alur pemikiran dan sistematika proses pembelajaran itu sendiri.

2.) Prinsip pengaturan kegiatan afektif

Pembelajaran afektif perlu memperhatikan dan pengaturan tiga kegiatan afektif, yaitu faktor *conditioning*, *behavior modification*, *human model*. Faktor *conditioning* yaitu perilaku guru yang berpengaruh terhadap rasa senang atau rasa benci siswa terhadap guru. Faktor *behavior modification* yaitu pemberian penguatan seketika. Faktor *human model* yaitu contoh berupa orang yang dikagumi dan dipercaya oleh siswa.

3.) Prinsip pengaturan kegiatan psikomotor

Pembelajaran psikomotor mementingkan faktor latihan, penguasaan prosedur gerak-gerak dan prosedur koordinasi anggota badan.

2.6. Strategi Pembelajaran

Komponen strategi pembelajaran terdiri atas empat hal :

2.6.1. Urutan kegiatan pembelajaran

Urutan kegiatan pembelajaran terdiri dari tiga tahapan yaitu pendahuluan, penyajian dan penutup. Pada tahapan pendahuluan guru menginformasikan tujuan,

gambaran singkat materi yang akan disajikan dan menghubungkan pesan pembelajaran dengan pengalaman subjek belajar. Tahap penyajian ini terdiri atas kegiatan menguraikan isi pembelajaran, memberikan contoh dan memberi latihan. Pada tahap penutup guru memberikan tes formatif, *feedback*, serta tindak lanjut.

2.6.2. Metode

Metode pembelajaran ini memuat pendekatan, model mengajar, metode atau teknik mengajar dengan ceramah, diskusi dan tanya jawab. Setelah guru menyelesaikan materi secara bertahap, guru memberikan kesempatan anak untuk bertanya dan juga memberikan pertanyaan kepada anak. Apabila ada kesalahan maka disajikan untuk diskusi lebih lanjut.

2.6.3. Media pembelajaran

Media pembelajaran mencakup media visual, auditif, benda tiruan atau nyata dan alat pembelajaran. Guru harus pandai memberikan contoh benda yang berhubungan dengan materi pembelajaran.

2.6.4. Waktu

Waktu yang diperlukan untuk pembelajaran penjasorkes harus mengikuti prosedur kurikulum KTSP.

2.7. Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Masa usia sekolah dasar adalah masa kanak-kanak akhir yang berlangsung dari usia enam tahun hingga kira-kira dua belas tahun. Karakteristik utama siswa sekolah dasar ialah mereka menampilkan perbedaan-perbedaan individual dalam banyak segi dan bidang, diantaranya perbedaan dalam intelegensi, kemampuan dalam kognitif bahasa, perkembangan, kepribadian dan perkembangan fisik anak.

Piaget mengidentifikasi tahapan perkembangan intelektual yang dilalui anak, yaitu : (a) tahap sensorik motor, usia 0-2 tahun, (b) tahap operasional, usia 2-6 tahun, (c) tahap operasional konkret, usia 7-11 atau 12 tahun, (d) tahap operasional formal, usia 11-12 tahun ke atas (<http://expresiriau.com/>).

Berdasarkan uraian di atas, siswa sekolah dasar berada pada tahap operasional konkret. Pada tahap ini anak mengembangkan pemikiran logis masih sangat terikat pada fakta-fakta perseptual, artinya anak mampu berpikir logis tetapi masih terbatas pada objek-objek dan mampu melakukan konservasi.

Keterampilan dalam permainan bola voli yang dapat dikembangkan :

Anak Usia 5 – 8 tahun

- a. Aktivitas gerak yang sederhana dan menggembarakan
- b. Aktivitas gerak yang dapat dilakukan adalah lempar-tangkap, memukul, menendang, mendribel.
- c. Merangsang aktivitas gerak (bermain bola voli) dengan menggunakan balon yang terang atau bola pantai yang halus

Anak Usia 9 – 10 tahun

Perkenalan bola : lempar-tangkap, memukul, gerakan yang berpola.

Keterampilan baru:

- a. pola-pola gerak kaki secara khusus, seperti ke belakang, menyeret/bergeser, menyilang.
- b. Menangkap dan memantulkan (menvoli), seperti menangkap bola, umpan sendiri, dan envoli.

- c. Servis melempar dari bawah: untuk mempersiapkan ketentuan bahwa setelah servis harus siap bermain.
- d. Servis dari bawah: menservis bola pada jarak yang bebas ke lapangan lawan

Anak Usia 11 – 12 Tahun

Perkenalan bola : olah kaki, menangkap dan memukul (menvoli), servis bawah

Keterampilan baru:

- a. pasing atas, seperti menpasing atas bola yang halus dan cukup tinggi ke depan kepada pemain penyerang, melakukan pasing atas dengan cara memutar tubuh.
- b. Servis menyamping
- c. Permulaan untuk pasing bawah, seperti memainkan bola yang halus dan ditinggikan, menggunakan kaki, pasing bawah lurus ke depan.
- d. Menyerang dengan bola yang diumpankan menggunakan pasing atas dari seberang net lapangan lawan
- e. Aksi spike
- f. Memainkan bola di net

2.8. Modifikasi Permainan

- a. Pengertian Modifikasi

Dalam penyelenggaraan program pendidikan jasmani hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu “*Developmentally Appropriate Practice*” (DAP). Artinya bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong ke arah perubahan tersebut.

Modifikasi merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh para guru agar pembelajaran mencerminkan DAP. Oleh karena itu, DAP termasuk didalamnya “*Body Scalling*” atau ukuran tubuh siswa harus selalu dijadikan prinsip utama dalam memodifikasi pembelajaran Penjasorkes. Esensi modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara menurunkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajar. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan dan membelajarkan siswa dari yang tidak bisa menjadi bisa dari tingkat yang rendah ke tingkat yang lebih tinggi, yang tadinya kurang terampil menjadi lebih terampil (Yoyo Bahagia, dkk. 2000:1). Modifikasi dalam pembelajaran merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh guru agar pembelajaran mencerminkan DAP (*Development Appropriate Practice*) yakni tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan, (Yoyo Bahagia, 2000: 1)

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis, bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, perseptual, kognitif, sosial dan emosional.

Jadi pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, dan penghayatan nilai-nilai serta pembiasaan pola hidup sehat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Yang

membedakan antara pendidikan jasmani dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan yaitu gerak insani atau manusia yang bergerak secara sadar.

Tujuan ideal program pendidikan jasmani bersifat menyeluruh, sebab mencakup bukan hanya aspek fisik tetapi juga aspek lainnya yang mencakup aspek intelektual, emosional, sosial dan moral dengan maksud kelak anak muda itu menjadi seseorang yang percaya diri, berdisiplin, sehat, bugar dan hidup bahagia, (Rusli Lutan; 2001).

Tujuan penjasorkes (standart isi) adalah: (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 didalam pendidikan jasmani dan kesehatan. (5) mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis (6) mengembangkan keterampilan 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 .

Modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani penting untuk diketahui oleh para guru pendidikan jasmani. Diharapkan guru pendidikan jasmani dapat menjelaskan pengertian dan konsep modifikasi, menyebutkan apa yang

dimodifikasi dan bagaimana cara memodifikasinya, menyebutkan dan menerangkan beberapa aspek analisis modifikasi. Dalam penyelenggaraan program pendidikan jasmani hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu: “*developmentally Appropriate Practice*” (DAP). Artinya bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memerhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong ke arah perubahan tersebut.

Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang diajarnya. Perkembangan atau kematangan yang dimaksud mencakup fisik, psikis, maupun ketrampilannya. Tugas ajar itu juga harus mampu mengakomodasi setiap perubahan dan perbedaan karakteristik individu dan mendorongnya ke arah perubahan yang lebih baik.

Modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan DAP. Esensi modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya kurang terampil menjadi lebih terampil. Cara-cara guru memodifikasi pembelajaran akan tercermin dari aktivitas pembelajarannya yang diberikan guru mulai dari awal hingga akhir pelajaran.

Selanjutnya guru-guru pendidikan jasmani juga harus mengetahui apa saja yang bisa dan harus dimodifikasi serta tahu bagaimana cara memodifikasinya.

Beberapa aspek analisis modifikasi ini tidak terlepas dari pengetahuan guru tentang tujuan, karakteristik materi, kondisi lingkungan, dan evaluasinya. Di samping pengetahuan dan pemahaman yang baik tentang tujuan, karakteristik, materi, kondisi lingkungan, evaluasi, keadaan sarana prasarana dan media pengajaran pendidikan yang dimiliki oleh sekolah akan mewarnai kegiatan pembelajaran itu sendiri.

Dalam melaksanakan tugasnya sehari-hari yang paling dirasakan oleh para guru pendidikan jasmani adalah hal-hal yang berkaitan dengan sarana serta prasarana pendidikan jasmani yang merupakan media pembelajaran pendidikan jasmani yang sangat diperlukan. Minimnya sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang dimiliki sekolah-sekolah menuntut seorang guru pendidikan jasmani untuk lebih kreatif dalam memberdayakan dan mengoptimalkan penggunaan sarana dan prasarana yang ada. Seorang guru pendidikan jasmani yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru, atau memodifikasi yang sudah ada tetapi disajikan dengan cara yang semenarik mungkin, sehingga anak didik akan merasa senang mengikuti pelajaran penjas yang diberikan. Banyak hal-hal sederhana yang dapat dilakukan oleh guru pendidikan jasmani untuk kelancaran jalannya pendidikan jasmani.

Guru pendidikan jasmani di lapangan tahu dan sadar akan kemampuannya. Namun apakah mereka memiliki keberanian untuk melakukan perubahan atau pengembangan-pengembangan ke arah itu dengan melakukan modifikasi. Seperti halnya halaman sekolah, taman, ruangan kosong, parit, selokan dan sebagainya yang ada di lingkungan sekolah sebenarnya dapat direkayasa dan dimanfaatkan

untuk kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan melakukan modifikasi sarana maupun prasarana, tidak akan mengurangi aktivitas siswa dalam melaksanakan pelajaran pendidikan jasmani.

Pengembangan model modifikasi ini dimaksudkan agar materi yang ada dalam kurikulum dapat disajikan sesuai dengan tahap-tahap perkembangan kognitif, afektif dan psikomotor anak. Dari segi modifikasi fokus pada aturan olahraga. Pengembangan model modifikasi sendiri juga sangat bermanfaat untuk mengantisipasi terbatasnya sarana dan pra sarana yang ada di sekolah, serta membuat siswa tidak merasa bosan dalam pembelajaran penjasorkes sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

(Rusli Lutan,2001:42) menyatakan : modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan, dengan tujuan agar :

- 1) Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran
- 2) Meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi
- 3) Siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

b. Manfaat Modifikasi

Menurut Yoyo Bahagia (2000:1) modifikasi permainan memiliki esensi untuk menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar secara potensial yang dapat memperlancar siswa dalam belajar. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan dan membelajarkan siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, dari tingkat yang rendah menjadi tingkat yang lebih tinggi.

modifikasi memiliki keuntungan dan keefektivitasan, yang meliputi :

1. Meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa dalam pelajaran penjasorkes
Orientasi pembelajaran olahraga dan permainan yang dimodifikasi ke dalam Penjas, yaitu menimbulkan rasa senang (*gymfun*). Anak yang mengikuti pembelajaran dengan rasa senang, tentu akan mendorong motivasinya untuk berpartisipasi dalam mengikuti pembelajaran Penjas. Akhirnya anak akan memiliki kesempatan untuk aktif gerak, sehingga tujuan pembelajaran untuk meningkatkan kebugaran anak akan tercapai.

2. Meningkatkan aktivitas belajar siswa

Prinsip dalam modifikasi olahraga dan permainan adalah aktivitas belajar (*learning activities*). Oleh karena itu dalam pembelajaran Penjas, yang perlu ditekankan adalah memanfaatkan waktu dengan aktivitas gerak. Menurut Jones (1995) yang dikutip oleh Yoyo Bahagia (2000:47) menyatakan bahwa dalam pembelajaran Penjasorkes guru harus dapat memanfaatkan 50 % dari waktu yang tersedia dengan aktivitas gerak. Sebagai contoh apabila waktu yang tersedia dalam pembelajaran Penjasorkes di SD adalah 70 menit, maka 50 menit harus dimanfaatkan untuk aktivitas gerak anak. Berkaitan dengan hal ini, maka seorang guru dituntut harus bisa untuk mendesain pembelajaran Penjasorkes sedemikian rupa, baik materi, metode dan organisasi pembelajaran yang efektif.

3. Meningkatkan hasil belajar Penjasorkes ke siswa

Seperti telah dikemukakan di atas, bahwa prinsip pembelajaran yang menggunakan modifikasi adalah aktivitas belajar dan kesenangan, memberikan kesempatan kepada siswa untuk beraktivitas tinggi dan memberikan pengalaman gerak yang banyak.

4. Mengatasi kekurangan sarana dan pra sarana

Setiap sekolah mempunyai sarana dan pra sarana yang berbeda, ada yang memadai dan ada yang tidak memadai. Untuk mengatasi kekurangan sarana dan pra sarana maka memerlukan modifikasi dalam pembelajaran. Dengan modifikasi ini bisa meminimalisir kekurangan sarana dan pra sarana.

Modifikasi sebagai salah satu alternatif pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan dengan berbagai pertimbangan. Modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan dengan tujuan agar:

- a. Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran
- b. Meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi
- c. Siswa dapat melakukan pola gerak secara benar

Kurikulum dapat disajikan sesuai dengan tahap-tahap perkembangan kognitif, afektif dan psikomotorik anak.

Komponen yang dapat dimodifikasi sebagai pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani diantaranya adalah:

1. Ukuran, berat atau bentuk peralatan yang digunakan,
2. Lapangan permainan,
3. Waktu bermain atau lamanya permainan,
4. Peraturan permainan dan
5. Jumlah pemain. (Yoyo Bahagia, 2005: 5)

2.9. Permainan

Bermain mempunyai makna pendidikan yaitu dalam bermain anak akan dibawa kepada kesenangan, kegembiraan dan kebahagiaan dalam dunia anak.

Semua situasi ini mempunyai makna wahana pendidikan. Inti dari bermain suatu permainan adalah *fun*. Tanpa itu bermain mejadi kehilangan makna. Bermain haruslah menyenangkan. Bermain juga diyakini mapu untuk menghilangkan berbagai batasan dan hambatan dalam diri. Bermain mampu menghilangkan stress dan frustasi.

Adapun sifat bermain adalah sebagai berikut :

1. Bermain merupakan aktivitas yang dilakukan dengan sukarela atas dasar rasa senang
2. Bermain dengan rasa senang, menumbuhkan aktivitas yang dilakukan secara spontan
3. Bermain dengan rasa senang, untuk memperoleh kesenangan, menimbulkan kesadaran agar bermain dengan baik perlu berlatih, kadang-kadang memerlukan kerja sama dengan teman, menghormati lawn, mengetahui kemampuan teman, patuh pada peraturan dan mengetahui kemampuan dirinya sendiri

Faktor-faktor yang mempengaruhi permainan anak :

1. Kesehatan
2. Intelegensi
3. Jenis kelamin
4. Lingkungan
5. Status social ekonomi

Model pembelajaran dengan pola bermain passing bawah erat kaitannya dengan perkembangan imajinasi perilaku yang sedang bermain, karena melalui

daya imajinasi, maka permainan yang akan berlangsung akan jauh lebih meriah. Oleh karena itu sebelum melakukan kegiatan, maka guru pendidikan jasmani sebaiknya memberikan penjelasan terlebih dahulu kepada siswanya imajinasi tentang permainan yang akan dilakukannya. (Sukintaka,1992:72) menyatakan bahwa jenis permainan terbagi menjadi beberapa kelompok, antara lain.

Permainan berdasarkan jumlah pemain dapat dibedakan menjadi :

1. Bermain sendiri

Bermain sendiri merupakan permainan yang dilakukan sendiri oleh anak, benar-benar tanpa teman bermain atau lawan bermain. Permainan ini biasa dilakukan anak pada kelompok umur anak pra sekolah.

2. Bermain bersama

Bermain bersama merupakan permainan yang dilakukan oleh dua anak atau lebih. Pada permainan ini anak bukan sebagai lawan. Biasanya permainan ini dimainkan oleh anak-anak pra sekolah sampai umur 10 tahun. Pada permainan ini biasanya ada pembagian tugas peranan.

3. Bermain tunggal

Bermain tunggal maksudnya ialah pada waktu bermain lawan bermain, keduanya berusaha untuk memenangkan permainan dengan pencapaian angka atau nilai yang sudah ditentukan. Bermain tunggal ini dapat dijumpai pada permainan tenis lapangan, tenis meja dan permainan bulu tangkis.

4. Bermain beregu

Bermain beregu maksudnya ialah pada waktu bermain ada teman dalam satu regu dan ada lawan bermain yang berteman juga. Jumlah regu yang terbatas hanya dua

orang saja disebut bermain ganda (seperti bermain tunggal). Sedangkan anggota yang regunya lebih dari dua orang disebut regu/kelompok.

Olahraga tentu memiliki landasan untuk dikembangkan agar dapat meningkatkan fisik dan jiwa siswa. Diantara landasan pengembangan dan modifikasi dalam berolahraga adalah:

1. Permainan dan olahraga tidak hanya untuk anak-anak yang terampil.
2. Permainan dan olahraga tidak hanya untuk surplus energi.
3. Permainan dan olahraga tidak hanya untuk kesenangan.
4. Permainan dan olahraga tidak boleh mengabaikan prinsip perkembangan.
5. Permainan dan olahraga seringkali membuat anak pasif.
6. Permainan dan olahraga tidak boleh mengabaikan kemajuan belajar siswa.

2.10. Passing bawah

Passing bawah termasuk salah satu teknik dalam cabang olahraga bola voli, prestasi yang diukur adalah hasil passing bawah yang mengalir setepat mungkin. Ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai untuk melakukan passing bawah dengan baik yaitu: teknik permulaan, teknik pelaksanaan, dan teknik lanjutan.

Teknik permulaan passing bawah yaitu: kedua lutut ditekuk, berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan untuk mendapatkan suatu keseimbangan labil agar dapat lebih mudah dan lebih cepat bergerak ke segala arah. Kedua tangan saling berpegangan yaitu; punggung tangan kanan diletakkan diatas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan



gambar 1

sumber dari <http://www.google.co.id/imgres?q=posisi+tangan,+passing>

Teknik pelaksanaan passing bawah yaitu: ayunkan kedua lengan ke arah bola, dengan sumbu gerak pada persendian behu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus. Perkenaan bola pada bagian prosimal dari lengan, diatas dari pergelangan tangan dan pada waktu lengan membentuk sudut sekitar 45 derajat dengan badan, lengan diayunkan dan diangkat hamper lurus.

Teknik lanjutan passing bawah yaitu: setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melaangkah ke depan untuk mengambil posisi siap kembali dan ayunan lengan untuk passing abawah ke depan tidak melebihi sudut 90 derajat dengan bahu atau badan.



gambar 2 sumber: <http://www.kawandnews.com/2011/09/cara-dan-teknik-pelaksanaan-passing.html>



gambar 3 sumber: <http://www.google.co.id/imgres?q=posisi+tangan,+passing>

Beberapa kesalahan yang sering terjadi saat melakukan passing bawah dalam bola voli antara lain:

- a. Ketika menerima bola lengan terlalu tinggi, kemudian lanjutan lengan berada di atas bahu
- b. Tubuh terlalu rendah karena pinggang ditekuk sehingga operan terlalu rendah dan kencang. Seharusnya yang ditekuk adalah lutut.
- c. Lengan terpisah sesaat, sebelum, pada saat, atau sesaat sesudah menerima bola.
- d. Bola mendarat di lengan daerah siku.

Aktivitas pembelajaran gerak dasar passing bawah dapat dilakukan seperti penjelasan berikut ini. Gerakan passing bawah passing bawah bola voli adalah

mengoperken bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. Gerak ini cukup kompleks dan dilakukan dengan menggunakan alat bola voli, pada pembelajaran passing bawah siswa kelas IV dikarenakan pantulan bola yang cukup deras dan juga beratnya yang masih kurang sesuai dengan ukuran fisik siswa kelas 4 maka digunakan bola yang dimodifikasi agar pembelajaran dapat berjalan lebih efektif dan efisien. Dalam penelitian ini yang digunakan adalah bola voli dengan bola berekor dan pembelajaran dilaksanakan dengan menggunakan lapangan bola voli mini dengan peraturan permainan yang dimodifikasi.

Sangat menarik bila menggunakan potongan bola berekor yang ekornya di buat berwarna . Di samping menarik, dengan alat tersebut rasa takut siswa dapat hilang karena bola lebih ringan dan lajunyapun lebih pelan, tetapi bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan passing bawah dan jumlah kesempatan passing bawah pada anak didik kita. Semakin banyak siswa diberi kesempatan melakukan gerakan, semakin mungkin tercapainya keterampilan gerak passing bawah yang efisien, efektif dan adaptif.

Bahwa passing bawah merupakan salah satu yang diajarkan di sekolah dasar. Melalui modifikasi yang merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh guru agar pembelajaran mencerminkan DAP (*Development Appropriate Practice*) yakni tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan. (Yoyo Bahagia, 2000: 1)

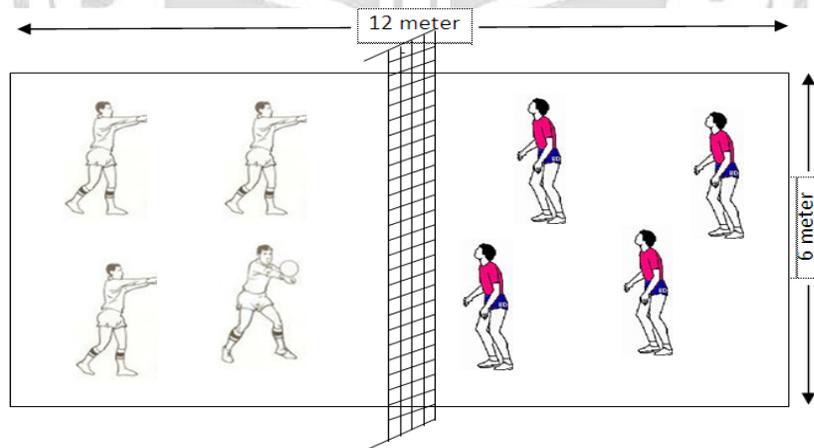


(gambar 4 sumber: dokumentasi peneliti)

Beberapa komponen yang dapat dimodifikasi sebagai pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani diantaranya adalah ;

1. Ukuran, berat atau bentuk peralatan yang digunakan,
2. Lapangan permainan,
3. Waktu bermain atau lamanya permainan,
4. Peraturan permainan dan
5. Jumlah pemain. (Yoyo Bahagia, 2005: 5)

Gambar lapangan modifikasi permainan bola voli



(gambar 4 sumber:dokumen peneliti)

Lapangan permainan : Bentuk persegi panjang

Ukuran : 6x12 m

- Tempat : Halaman sekolah
- Alat : Bola plastic lapis spons dengan ekor potongan kain memanjang
- Jumlah pemain : 4 siswa setiap tim
- Tanda batas lapangan : garis bercat putih

Aturan permainan :Siswa dibagi menjadi dua regu dengan jumlah yang sama yaitu 4 siswa setiap regunya. Kedua regu masing-masing berusaha mematikan bola ke daerah lawan dengan memukul bola dengan gerakan passing, permainan diawali dengan serve dan lawan mengembalikan bola dengan memassing bola kembali, setiap anak mempunyai hak 3 sentuhan dimana jumlah passing maksimal 12 kali setiap regu, poin diperoleh apabila bola mati di daerah lawan, tim yang berhasil mendapatkan poin 15 terlebih dahulu adalah pemenangnya.

Penelitian ini adalah pembelajaran passing bawah dengan permainan bola berekor dalam pendidikan jasmani dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

2.11. Permainan dan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Permainan merupakan salah satu bentuk kegiatan dalam penjasorkes. Oleh sebab itu permainan mempunyai tugas dan tujuan yang sama dengan penjasorkes.

Apabila anak diberi permainan, maka anak akan bermain dengan rasa senang sehingga anak akan mengungkapkan keadaan pribadinya yang asli pada saat bermain, baik itu berupa watak asli maupun kebiasaan yang telah membentuk kepribadiannya. Dengan bermain orang dapat mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia dalam bentuk gerak, sikap dan perilaku. Dari situasi seperti ini, guru dapat memberikan pengarahan, koreksi, saran, latihan atau dorongan yang

tepat agar anak didiknya berkembang lebih baik dan dapat mencapai kedewasaan yang diharapkan. Dengan demikian dapat pula dikatakan bahwa dengan bermain kita dapat meningkatkan kualitas anak sesuai dengan aspek pribadi manusia (Sukintaka, 1992:11-12).

Bermain mempunyai peranan dalam aspek jasmani pribadi manusia.

Sasaran jasmani tersebut sebagai berikut :

1. Pertumbuhan dan perkembangan anak

Aktivitas bermain pada anak-anak banyak dilakukan dengan aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani ini sangat penting bagi anak-anak dalam masa pertumbuhannya. Gerak mereka berarti latihan yang tidak disadarinya. Gerak dasar mereka jadi lebih baik dikarenakan kekuatan otot, kelentukan, daya tahan otot, dan daya tahan kardiovaskuler menjadi lebih baik. Disamping itu bertambah panjang dan bertambah besar otot-otot mereka. Dari pertumbuhan mereka, berarti semakin baik pula fungsi organ tubuh mereka, sehingga dapat dikatakan bahwa dari pertumbuhan mereka akan terjadi perkembangan yang lebih baik (Sukintaka, 1992:12).

2. Kemampuan gerak

Kemampuan gerak sering juga disebut gerak umum (*general motor ability*). Kemampuan gerak itu merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan gerak tugas gerak yang spesifik yang agak luas terhadap keterampilan gerak (*motor skill*) yang banyak.

Kemampuan gerak dalam berolahraga biasanya juga akan memberi pengaruh kepada gerak dan sikap gerak sehari-hari. Kemampuan gerak didasari oleh gerak

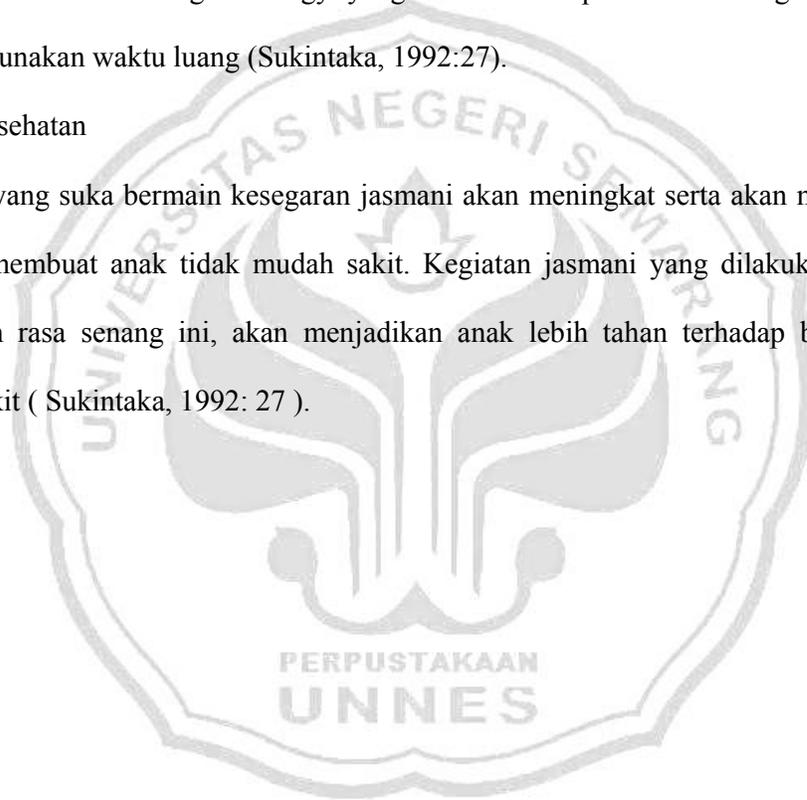
dasar yang baik. Adapun dasar gerak itu adalah kekuatan otot, kelentukan otot, daya tahan otot dan tahan kardiovaskuler (Sukintaka, 1992:12).

3. Kesegaran jasmani

Anak yang bermain secara terus menerus dalam jangka waktu yang lama diharapkan dapat meningkatkan perkembangan kesegaran jasmaninya. Sehingga dapat melaksanakan kegiatan sehari-hari dengan baik dan kuat, tanpa kelelahan yang berarti dan dengan energy yang besar mendapatkan kesenangan dalam menggunakan waktu luang (Sukintaka, 1992:27).

4. Kesehatan

Anak yang suka bermain kesegaran jasmani akan meningkat serta akan membuat anak membuat anak tidak mudah sakit. Kegiatan jasmani yang dilakukan anak dengan rasa senang ini, akan menjadikan anak lebih tahan terhadap beberapa penyakit (Sukintaka, 1992: 27).



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Subyek Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Suharsimi arikunto 2006 ; 130). Subyek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV SD N Pringlangu sebanyak 24 siswa (Putri 13 dan Putra 11)

3.2. Objek Penelitian

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang di teliti (Suharsimi Arikunto 2006 : 131).

Apabila jumlah subyek penelitian kurang dari 100 orang maka di ambil total sampling. Objek dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling, atau 24 siswa kelas IV SD N Pringlangu kecamatan Pekalongan barat

3.3. Lokasi Penelitian

Lokasi Penelitian ini dilaksanakan di SD N Pringlangu yang beralamatt di jalan Urip Sumoharjo gg 3 kelurahan Pringlangu, kecamatam Pekalongan Barat Kota Pekalongan.

3.4. Indikator Efektivitas Belajar

Penelitian Tindakan Kelas ini adalah untuk mengukur sejauh mana efektivitas belajar Passing bawah dengan menggunakan permainan bola berekor, indikator dari efektivitas belajar adalah meningkatnya hasil belajar siswa (Drs.Aswan Zein;), dengan kata lain bahwa untuk melihat efektif tidaknya sebuah proses pembelajaran bisa dilihat dari pencapaian hasil pembelajarannya.

3.5. Teknik pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Metode pengumpulan data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Metode Dokumentasi

Metode di gunakan untuk memperoleh data –data tentang data dan nama siswa kelas IV.

2. Metode observasi

Metode Observasi di gunakan untuk memperoleh data keterampilan siswa yang berupa lembar observasi (pengamatan). Lembar observasi di gunakan untuk mengungkap keterampilan siswa meliputi aspek psikomotor, aspek afektif.

3. Metode Angket

Metode angket di gunakan untuk mengetahui kemampuan siswa terhadap materi pembelajaran passing bawah (aspek kognitif) serta respon atau tanggapan siswa terhadap materi pembelajaran modifikasi passing bawah. Adapun angket yang disusun adalah tertutup, yaitu angket yang sudah disediakan alternatif jawabannya sehingga responden tinggal memilih. Hal ini akan memudahkan responden dalam menjawab.

Penelitian diperlukan sebuah metode agar hasil yang di harapkan sesuai dengan rencana yang ditentukan. Dilihat dari tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti yaitu ingin meningkatkan kualitas dan hasil pembelajaran di kelas IV, maka metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*). PTK merupakan suatu upaya untuk

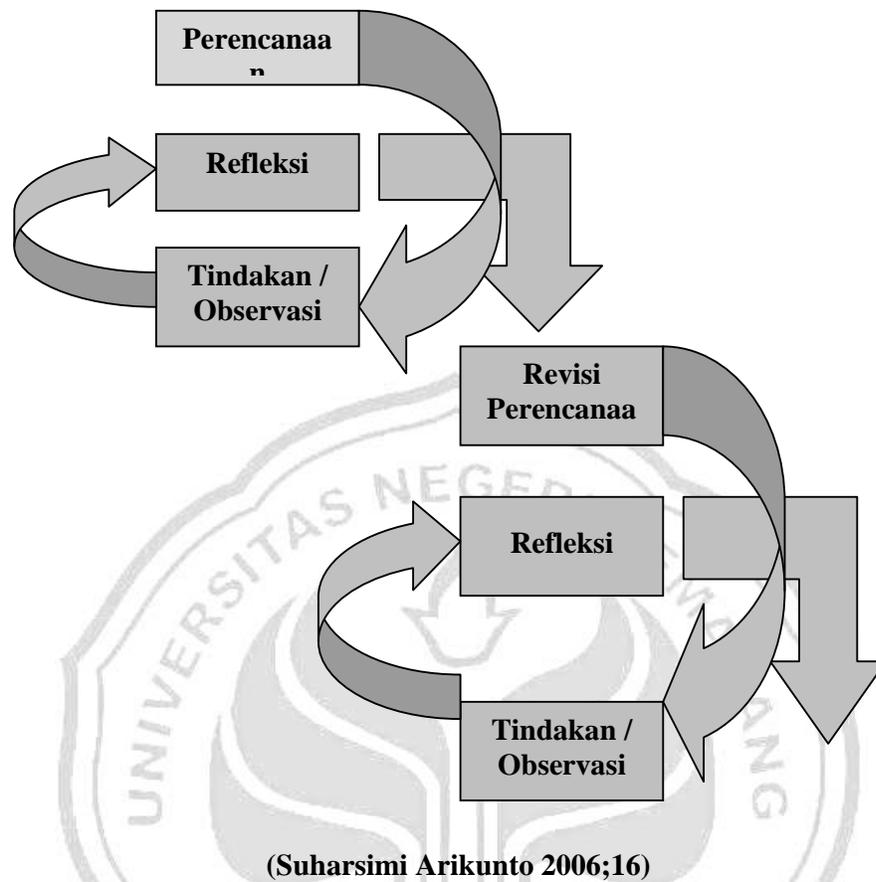
mencermati kegiatan belajar sekelompok peserta didik dengan memberikan sebuah tindakan yang sengaja dimunculkan dengan maksud untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran (Mulyasa, 2000:11).

Penelitian tindakan kelas terdiri dari tiga kata yang dapat dipahami pengertiannya sebagai berikut :

1. Penelitian adalah kegiatan mencermati objek, menggunakan aturan metodologi tertentu untuk memperoleh data atau informasi yang bermanfaat untuk meningkatkan mutu suatu hal yang menarik minat dan penting bagi peneliti.
2. Tindakan adalah suatu kegiatan yang sengaja dilakukan dengan tujuan tertentu yang dalam penelitian ini berbentuk rangkaian siklus kegiatan.
3. Kelas adalah sekelompok siswa dalam waktu yang sama menerima pelajaran yang sama dari seorang guru (Arikunto, 2006:91).

Rencana tindakan hendaknya memuat berbagai informasi tentang : (1) pengembangan materi pembelajaran, (2) pemilihan metode pembelajaran, (3) prosedur pemecahan masalah, (4) teknik pengumpulan data dan informasi yang diperlukan, (5) rencana pengumpulan dan pengolahan data, (6) rencana untuk melaksanakan tindakan pemecahan masalah dan (7) rencana evaluasi tindakan sekaligus evaluasi pembelajaran (Mulyana, 2000:109).

Secara garis besar ada empat tahapan dalam penelitian tindakan kelas yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi.



Keterangan :

1. Prosedur tindakan pada siklus I

Prosedur penelitian tindakan kelas dalam siklus I terdiri dari perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi dapat diuraikan sebagai berikut :

a. Perencanaan

Tahap perencanaan ini berupa rencana kegiatan, yaitu menentukan langkah-langkah yang dilakukan peneliti untuk memecahkan masalah. Pada tahap ini peneliti menyiapkan perencanaan yang matang untuk mencapai pembelajaran

yang diinginkan oleh peneliti. Dalam tahap perencanaan ini peneliti mempersiapkan proses pembelajaran dengan langkah-langkah:

Tahap perencanaan ini disusun perangkat untuk pelaksanaan proses pembelajaran yang ditentukan. Perangkat tersebut adalah :

- 1.) Silabus
- 2.) Membuat Skenario Pembelajaran atau Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang disusun untuk setiap pertemuan.
- 3.) Mempersiapkan materi pelajaran serta fasilitas dan sarana yang mendukung dalam pelaksanaan skenario pembelajaran.
- 4.) Menyusun lembar observasi (pengamatan) yang terdiri dari lembar observasi aktivitas belajar siswa dan lembar observasi kinerja guru untuk mengetahui bagaiman kondisi selama berlangsungnya proses pembelajaran.
- 5.) Menyusun alat evaluasi, tes ini digunakan untuk mengukur kemampuan kognitif siswa, alat evaluasi ini disusun berdasarkan kisi-kisi soal yang telah dibuat sebelumnya.

b. Tindakan

Tahap tindakan adalah tahap pelaksanaan perencanaan yang telah disusun oleh peneliti, yaitu dengan melaksanakan rencana pembelajaran yang telah disusun pada tahap perencanaan. Pada tahap ini dilakukan kegiatan :

- 1.) Guru membuka pelajaran dengan mengucapkan salam
- 2.) Guru mengadakan presensi kehadiran siswa
- 3.) Guru menjelaskan tujuan utama pelajaran dan motivasi belajar
- 4.) Guru memberikan konsep-konsep materi pembelajaran

- 5.) Guru menjelaskan materi dengan menggunakan modifikasi pembelajaran passing bawah pada tahap pertama
- 6.) Guru bersama-sama dengan siswa menarik kesimpulan dari materi yang telah disimpulkan
- 7.) Mengajarkan soal evaluasi

c. Observasi

Observasi dilakukan peneliti selama proses pembelajaran berlangsung. Hal ini dapat dilakukan dengan observasi secara langsung dan wawancara. Selama penelitian berlangsung, peneliti melakukan pengamatan terhadap kegiatan siswa ketika kegiatan pembelajaran berlangsung. Melalui lembar observasi, peneliti mengamati tingkah laku siswa selama kegiatan pembelajaran berlangsung.

Pedoman observasi digunakan untuk mengambil data penelitian pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Aspek-aspek yang diamati, yaitu :

- 1.) Kedisiplinan siswa
- 2.) Keaktifan siswa selama pembelajaran berlangsung (kemampuan memperhatikan, menyimak bahan ajar dan mencatat, kemampuan bertanya, kemampuan mengungkapkan pendapat, kemampuan menjawab pertanyaan guru, kemampuan menyimpulkan materi)
- 3.) Dokumentasi foto yang digunakan sebagai laporan berupa gambar aktivitas siswa selama mengikuti pembelajaran

d. Refleksi

Setelah mengadakan tindakan kelas, peneliti melakukan refleksi. Hasil refleksi ini digunakan untuk menemukan kelebihan dan kekurangan pembelajaran

penjas, peneliti dapat melakukan revisi terhadap rencana selanjutnya atau rencana awal siklus II. Refleksi siklus I digunakan untuk mengubah strategi dan sebagai perbaikan pembelajaran pada siklus II.

Refleksi pada siklus I dilakukan untuk perbaikan pelaksanaan siklus II.

Adapun hal-hal yang dijadikan bahan refleksi meliputi :

- 1.) Data dari hasil uji kompetensi
 - 2.) Kesan siswa terhadap proses pembelajaran
 - 3.) Data dari lembar observasi siswa
 - 4.) Hasil dokumentasi foto
 - 5.) Kualitas media/tempat yang digunakan
 - 6.) Efektifitas rencana pembelajaran yang digunakan
2. Prosedur Tindakan pada siklus II

Berdasarkan refleksi pada siklus I, maka pada siklus II ini dilakukan perbaikan-perbaikan dan penyempurnaan mulai dari perencanaan sampai refleksi. Proses penelitian tindakan kelas dalam siklus II yang terdiri atas perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi ini pada dasarnya sama seperti pada siklus I, tetapi ada beberapa perbedaan kegiatan pembelajaran pada siklus II. Proses penelitian pada siklus II ini diuraikan sebagai berikut :

a. Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan peneliti pada siklus II merupakan penyempurnaan dan perencanaan pada siklus I. peneliti mempersiapkan hal-hal yang akan dilaksanakan pada siklus II dengan memperbaiki hasil refleksi siklus I. adapun tindakan yang dilakukan adalah ;

- 1.) Identifikasi hal-hal yang memerlukan perbaikan berdasarkan hasil observasi siklus I
 - 2.) Menentukan langkah-langkah perbaikan yang diwujudkan dalam rencana dan pelaksanaan pembelajaran penjasorkes dengan modifikasi passing bawah
 - 3.) Menyiapkan materi pelajaran
 - 4.) Menyusun pedoman pengamatan pembelajaran meliputi uji kompetensi siswa, obesrvasi siswa dan jurnal siswa
 - 5.) Tindakan pada siklus II merupakan perbaikan dari siklus I. kekurangan atau kelemahan-kelemahan yang menjadi penghambat dalam tindakan siklus I diperbaiki dalam siklus II. Arah tindakan ini difokuskan untuk peningkatan hasil belajar siswa dengan modifikasi passing bawah.
- b. Tindakan
- Tindakan ini dilakukan dalam tiga tahap, yaitu pendahuluan, inti dan penutup.
- 1.) Tahap pendahuluan, tindakan yang dilakukan pada pertemuan siklus ini adalah guru mengadakan apersepsi untuk menggali pengetahuan siswa, mengulas kembali materi yang telah disampaikan. Setelah itu guru memberikan penjelasan materi selanjutnya dengan menggunakan modifikasi passing bawah
 - 2.) Tahap pelaksanaan yaitu tahap melakukan kegiatan pembelajaran bermakna dengan penyajian konsep-konsep materi pembelajaran yang bertujuan untuk membuka kembali pengetahuan lama sehingga mempermudah penyerapan informasi baru

- 3.) Tahap penutup yaitu tahapan ini mengadakan diskusi bersama tentang informasi yang didapat dan mengambil kesimpulan dari hasil pembelajaran. Kemudian dilanjutkan dengan evaluasi.

c. Observasi

Observasi dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung, pada siklus II diharapkan adanya peningkatan hasil tes dan perubahan perilaku siswa. Sasaran observasi meliputi :

- 1.) Kesiapan siswa dalam mengikuti pembelajaran
- 2.) Siswa memperhatikan penjelasan guru dengan baik, aktivitas siswa saat pembelajaran penjasorkes dengan modifikasi passing bawah pada tahap kedua
- 3.) Siswa mengerjakan tugas dengan baik, sehingga pengamatan yang dilakukan pada siklus II samadengan pengamatan yang dilakukan pada siklus I. begitu juga poin pertanyaan yang diberikan pada siswa. Hal ini karena proses pengamatan sudah dianggap lebih menekankan pada aktivitas proses pembelajaran yaitu aktivitas siswa dan respon siswa yang diberikan guru

d. Refleksi

Refleksi pada siklus II bertujuan untuk merefleksi hasil evaluasi belajar siswa pada siklus I, yaitu dengan menganalisis kembali pembelajarn siklus II untuk menentukan kemajuan yang telah dicapai siswa selama proses pembelajaran sejarah dan untuk mencari kelemahan-kelemahan yang mungkin masih muncul pada siklus II. Selain itu untuk mengetahui keefektifan penggunaan modifikasi passing bawah pada pembelajaran penjasorkes, serta mengetahui perubahan perilaku siswa setelah mengikuti kegiatan pembelajaran.

3.6. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pembelajaran yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

a. Silabus

Silabus dibuat sebagai pedoman dalam pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran.

b. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dibuat dan digunakan untuk panduan peneliti untuk melaksanakan proses pembelajaran.

c. Instrumen Evaluasi

Instrumen evaluasi yang digunakan untuk mengetahui keterampilan siswa terhadap teknik dasar dalam permainan passing bawah yang meliputi :

1) Psikomotor

Tes ini digunakan untuk mengetahui keterampilan siswa terhadap teknik dasar dalam permainan passing bawah yang meliputi :

- Teknik dasar awalan
- Teknik dasar mepassing bawah bola
- Teknik dasar sikap akhir

2) Afektif

Teknik dasar ini digunakan untuk mengetahui perilaku siswa selama mengikuti proses pembelajaran yang meliputi :

- Menghargai teman dalam satu tim
- Bertanggung jawab pada posisi
- Mau menerima saran

- Memakai seragam
- Memiliki motivasi
- Kehadiran

3) Kognitif

Tes kognitif digunakan untuk mengetahui respon atau tanggapan siswa terhadap materi pembelajaran passing bawah

4) Angket tanggapan siswa

Angket tanggapan siswa digunakan untuk mengetahui respon atau tanggapan siswa terhadap materi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang menggunakan alat bantu mepassing bawah bola berekor.

Rancangan penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas. Prosedur atau langkah-langkah yang akan dilakukan dalam penelitian ini dilaksanakan dalam kegiatan yang berbentuk siklus penelitian. Setiap siklus penelitian terdiri dari empat kegiatan pokok yaitu, perencanaan, tindakan pelaksanaan, observasi, dan refleksi

Untuk mengumpulkan data penelitian, dilakukan dengan cara menentukan sumber data terlebih dahulu, kemudian jenis data, teknik pengumpulan data, dan instrumen yang digunakan. Teknik pengumpulan data secara lengkap dapat dilihat pada Tabel 5 di bawah ini :

Tabel 3.1
Teknik Pengumpulan Data

No	Sumber Data	Jenis Data	Teknik Pengumpulan Data	Instrumen
1	Siswa	Aktivitas siswa dalam belajar Passing bawah	Observasi	Pedoman Observasi
2	Guru	Aktivitas guru dalam mengajar Passing bawah	Observasi	Pedoman Observasi
3	Siswa	Hasil Belajar siswa	Tes Siswa melakukan gerak permulaan, gerak pelaksanaan, gerak lanjutan	
4	Siswa	Respon siswa (tingkat Kepuasan Belajar) terhadap proses Belajar Passing bawah	Penyebaran angket Angket kepuasan belajar siswa	

3.7. Analisa Data

Data yang sudah dikumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus PTK di analisis secara deskriptif dengan menggunakan prosentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran passing bawah permainan bola voli.

1. Hasil keterampilan gerak passing bawah bola voli, dilakukan dengan menganalisa nilai rata-rata tes kegiatan pembelajaran, kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang telah ditentukan.
2. Kemampuan melakukan rangkaian gerakan passing bola voli, dengan menganalisa rangkaian gerakan passing bawah bola voli, kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang telah ditentukan.

Adapun analisa data dalam penelitian ini melalui angka-angka yang diperoleh saat unjuk kerja passing bawah bola voli dengan alat bola berekor.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil penelitian

Penelitian Tindakan Kelas dalam pendidikan jasmani dengan alat bola berekor ini mengutamakan pada peningkatan kemampuan hasil belajar siswa setelah adanya tindakan. Pembelajaran passing bawah bola voli ini, secara umum terdiri dari : pendahuluan meliputi membariskan siswa, berdo'a, presensi, penyampaian materi dan memimpin pemanasan. Berikutnya adalah kegiatan inti yaitu teknik dasar passing bawah bola voli. Terakhir adalah kegiatan penutup yang terdiri dari membariskan siswa, evaluasi pembelajaran dilanjutkan berdo'a, kemudian siswa dibubarkan.

Penyampaian materi passing bawah bola voli dengan bola berekor cara menjelaskan materi kepada siswa dan dengan memberikan contoh, serta memberikan tugas sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran. Koreksi kesalahan siswa dilaksanakan bersamaan dengan proses pembelajaran, rekan praktikan dan guru pamong bertugas sebagai observer dimana data yang diperoleh digunakan sebagai evaluasi kegiatan belajar mengajar.

4.2.1 Deskripsi Data Kondisi Awal Hasil Belajar Passing Bawah.

Observasi dan tes awal dilakukan peneliti untuk mengetahui data awal mengenai hasil belajar passing bawah bola voli pada siswa kelas IV SD Negeri Prinlangu Kota Pekalongan Tahun Pelajaran 2011/2012. data tersebut untuk membantu peneliti mengetahui ada tidaknya peningkatan hasil belajar passing

bawah dari kondisi awal, siklus 1 hingga pada siklus 2. Berikut data awal yang dari hasil belajar passing bawah pada siswa kelas IV SD Negeri Prinlangu Kota Pekalongan Tahun Pelajaran 2011/2012

Tabel 4.2. Hasil Belajar Passing bawah pada Kondisi Awal

No	Nama	Nilai	KKM
1	Mirza Tri Setiono	75	70
2	M. Risqi	70	
3	Roby Setiawan	65	
4	Abdul Fatah	65	
5	M. Eriza	65	
6	M. Dony S	70	
7	M. Adi Nugroho	70	
8	M. Fahmi Yunus	65	
9	Novita Rahmah	60	
10	Afifah Fitri Anindya	65	
11	Ahmad Shobirin	65	
12	Andri Putra	66	
13	Eka Suksa Dewi	65	
14	Erika Ana Putri	60	
15	Eva Yunia	60	
16	Evalia Syarifa	70	
17	Hanifatul Maula Muna	65	
18	Heny Lestari	70	
19	Ibnu Malik	70	
20	M. Sahrul Bahrin	60	
21	Muslihin	70	
22	Mutiara Fani	60	
23	Nabila Syifa	70	
24	Nanda Arif Budiman	70	
	Jumlah	1591	
	Rata-rata	66	

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa dari jumlah siswa 24 anak, sejumlah 14 siswa 58,33% dari jumlah keseluruhan memiliki hasil belajar

dibawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 70. Data tersebut memiliki arti yaitu hasil belajar siswa tergolong dalam kriteria keberhasilan yang kurang, karena belum ada 80% siswa yang memiliki nilai tuntas.

4.2.2 Siklus 1

Pada siklus I peneliti melaksanakan kegiatan PTK, dengan melakukan persiapan dan langkah-langkah sebagai berikut :

a. Perencanaan

Perencanaan diawali dengan konsultasi dengan kepala sekolah selaku guru Pamong. Konsultasi antara peneliti dengan guru pamong meliputi penentuan waktu tindakan, kelas yang akan digunakan untuk penelitian, perencanaan tindakan dan pembuatan RPP . Penentuan waktu tindakan ini kaitannya dengan pelaksanaan tindakan. Dari hasil konsultasi dengan guru pamong diperoleh kesepakatan pelaksanaan tindakan dimulai pada hari Selasa, tanggal 5 Juni 2012 dan kelas yang digunakan yaitu kelas IV SD Negeri Prinlangu Kota Pekalongan

Langkah selanjutnya adalah penentuan metode yang akan digunakan pada materi pembelajaran. Pemilihan bola berekor untuk meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli dikarenakan adanya rasa bosan siswa karena penggunaan metode pembelajaran yang kurang menarik dan rasa sakit saat terkena bola. Rasa bosan dan sakit pada saat melakukan passing bawah sangat mengganggu kelancaran kegiatan pembelajaran, siswa menjadi malas, kurang bersemangat, serta trauma sehingga pencapaian tujuan dari pembelajaran itu menjadi kurang maksimal.

Pemilihan metode pembelajaran passing bawah melalui pendekatan bermain akan digunakan, disepakati dan sudah disesuaikan dengan kondisi dan karakteristik anak sekolah dasar. Setelah itu pembuatan RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran) yang memuat perencanaan pembelajaran yang akan dilaksanakan. Persiapan yang terakhir adalah mempersiapkan alat-alat yang akan digunakan dalam pembelajaran. Diantaranya adalah bola, meteran gulung, kapur dan peluit.

b. Tindakan

Siswa dibariskan dengan formasi dua bersaf, guru memimpin berdoa setelah itu dilakukan presensi, kemudian guru menjelaskan materi pembelajaran passing bawah bola voli dari cara melakukan gerak permulaan, sikap tubuh, perkenaan bola, arah bola, serta sikap akhir.

Kegiatan berikutnya adalah pemanasan, waktu yang digunakan untuk kegiatan pemanasan 15 menit. Kegiatan pertama, siswa melakukan peregangan statis dan dinamis, guru memberi contoh dan membetulkan siswa yang gerakannya kurang benar, menegur siswa yang kurang serius dalam melakukan pemanasan.

Kegiatan selanjutnya bermain “menembak ikan”, siswa dibagi dalam dua kelompok yaitu kelompok putra dan kelompok putri, kedua kelompok dibatasi oleh net. Setiap kelompok ditunjuk 4 siswa sebagai penembak yang berada di luar garis batas, siswa yang lain berada didalam lapangan yang telah disepakati. Setiap kelompok menggunakan 1 bola voli normal yang digunakan untuk bermain.

Cara bermain:

Siswa yang menjadi penembak berada diluar garis dan saling bekerja sama dengan teman sesama penembak melempar bola dengan satu tangan kearah teman lain yang berada didalam lapangan. Siswa yang sudah kena keluar dari lapangan dan ikut menembak siswa lainnya yang masih ada dalam lapangan,sampai tersisa 4 siswa terakhir. Kemudian 4 siswa terakhir itu menjadi penembak,siswa yang lain masuk ke dalam lapangan sampai batas waktu bermain selesai.

Memasuki kegiatan inti selama 45 menit. Kegiatan inti yang ke pertama adalah melambungkan bola ke depan atas berpasangan. Teknik melambungkan bolanya dengan sikap berdiri kedua kaki sejajar selebar bahu, lutut kaki sedikit ditekuk, badan condong ke depan, kedua tangan memegang bola, kemudian bola diayun dari bawah dilambungkan ke depan atas , dengan tumpuan pada sendi bahu, kaki belakang melangkah ke depan sebagai gerak lanjut, selain berfungsi sebagai keseimbangan, kemudian ditangkap pasangannya, demikian bergantian.

Kegiatan inti yang kedua melakukan passing bawah berpasangan. Siswa dibagi menjadi 4 kelompok setiap kelompok terdiri dari 4 anak. Teknik passing bawah berpasangan dengan sikap berdiri kaki sejajar selebar bahu, salah satu anak menyajikan bola dengan melambungkan bola kearah pasangannya, anak yang menerima bola dengan passing bawah dengan mengayunkan kedua lengan kearah bola, dengan sumbu gerak pada persendian bahu dengan siku benar-benar lurus. Pada saat mengayun tangan telah berpegangan yaitu punggung tangan kanan diletakkan diatas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan. Perkenaan bola pada bagian proksimal dari lengan pada bidang yang dibuat selebar mungkin

saat lengan membentuk sudut 45 derajat dengan badan, ayunan tangan diangkat sampai lurus sejajar dengan lantai.

Kegiatan inti yang ketiga yaitu dengan alat bola berekor cara melakukan passing bawah dengan arah bola ke atas. Siswa dibagi menjadi 4 kelompok, setiap kelompok terdiri dari 4 anak. Teknik passing bawah dengan arah bola ke atas ini dengan sikap awal berdiri dengan kedua kaki sejajar selebar bahu, kedua lutut sedikit ditekuk, bola disajikan sendiri dengan melambungkan bola keatas setinggi kira-kira 1,5 meter dari kepala, kemudian dipassing bawah dengan perkenaan bola pada bagian proksimal dari lengan, ayunan tangan dari bawah sampai kedua tangan sejajar dengan bahu dengan sumbu gerak pada persendian bahu dengan siku benar-benar lurus. Pada tahap awal dimulai dengan passing bawah sebanyak 2 kali sentuhan kemudian bola diterima dengan telapak tangan, lalu dilanjutkan ke tahap 3 kali sentuhan dan seterusnya. Setiap anak melakukan latihan secara bergantian sampai anak dapat menguasai passing bawah sendiri.

Setelah anak dapat menguasai teknik passing bawah dengan baik kemudian dilanjutkan dengan dengan alat bola berekor peraturan setiap anak harus melakukan passing bawah sendiri secara bergantian dengan jumlah passing sebanyak 5 kali sentuhan, pukulan passing yang dihitung apabila arah bola keatas setinggi minimal 1 meter dari kepala tanpa jatuh ketanah dan tidak melewati batas petak permainan. Selama dalam pelaksanaan kegiatan ini, jika ada kekeliruan tindakan siswa, guru memberi koreksi, memberikan contoh, dan selalu memotivasi siswa.

Kegiatan penutup dialokasikan waktunya 10 menit. Pada kegiatan penutup siswa dibariskan kembali untuk diadakan koreksi menyeluruh cara melakukan gerakan passing bawah yang benar, kemudian memberikan kesempatan pada siswa untuk tanya jawab, dilanjutkan pendinginan, berdo'a kemudian siswa dibubarkan.

c. Observasi

Hasil dari pengamatan selama proses pembelajaran berlangsung, dalam mengikuti pembelajaran passing bawah, siswa sangat antusias, sangat senang mengikuti kegiatan pembelajaran, meskipun hasil yang dicapai oleh siswa belum semuanya memuaskan. Pada siklus 1 dari jumlah 24 siswa kelas IV, ada 20 siswa yang sudah dapat melakukan passing bawah dengan benar. Secara umum suasana dalam pembelajaran siswa cukup aktif, ini terlihat dari antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran dari pemanasan sampai selesai pembelajaran.

Pengisian lembar observasi dilakukan oleh guru, observasi berdasarkan pengamatan pembelajaran yang sedang berlangsung. Pengisian lembar observasi kaitannya dengan sikap siswa selama mengikuti pembelajaran, pengadaan alat dan fasilitas yang digunakan selama pembelajaran.

d. Refleksi

Setelah dilakukan observasi, langkah selanjutnya adalah melakukan refleksi dari tindakan yang telah dilakukan. Hambatan dan kendala yang ditemukan selama proses pembelajaran passing bawah yang banyak dialami oleh siswa adalah sikap berdiri yang tidak benar, pada saat melakukan passing bola, saat memukul bola siku masih menekuk dan ayunan tangan terlalu tinggi sehingga

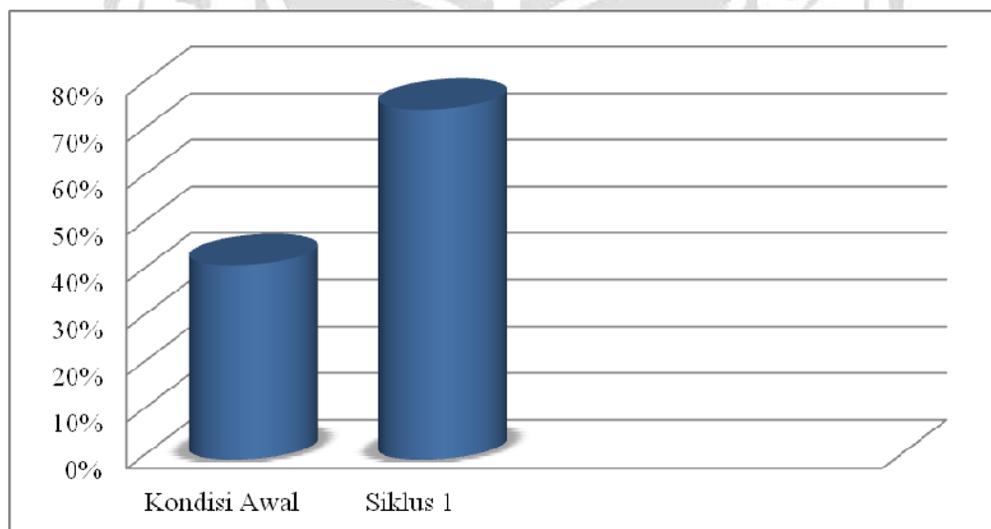
arah bola kebelakang, serta untuk gerak lanjut siswa masih banyak yang melupakan. Hambatan-hambatan tersebut diatasi oleh guru selama proses pembelajaran berlangsung, dengan cara melakukan koreksi terhadap siswa yang kesulitan dalam melakukan passing bawah.

d. Deskripsi Data Hasil pembelajaran Siklus 1

Dibawah ini deskripsi data hasil belajar passing bawa bola voli dan kriteria ketuntasan hasil belajar siklus I siswa kelas IV SD Negeri Prinlangu Kota Pekalongan Kecamatan Tahun Pelajaran 20011/2012.

Data yang menunjukkan bahwa hasil belajar siswa dari kondisi awal sampai dilakukan tindakan pada siklus 1 rata-rata meningkat sebesar 66,29.

Berikut perbandingan peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli dari kondisi awal sampai dilakukan tindakan pada siklus 1.



Grafik 1. Peningkatan Hasil Belajar Passing bawah dari Kondisi Awal ke Siklus 1

Berikut perbandingan peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli dari kondisi awal sampai dilakukan tindakan pada siklus 1.

Tabel 4.3. Perbandingan Hasil Belajar pada Kondisi Awal dan Siklus 1

No	Nama Siswa	Nilai awal	Siklus I		
			Nilai	MK/BMK	T/BT
1	Mirza Tri Setiono	75	80	MK	T
2	M. Risqi	70	73	MK	T
3	Roby Setiawan	65	72	MK	T
4	Abdul Fatah	65	70	MK	T
5	M. Eriza	65	73	MK	T
6	M. Dony S	70	72	MK	T
7	M. Adi Nugroho	70	78	MK	T
8	M. Fahmi Yunus	65	73	MK	T
9	Novita Rahmah	60	67	BMK	BT
10	Afifah Fitri Anindya	65	67	BMK	BT
11	Ahmad Shobirin	65	72	MK	T
12	Andri Putra	66	70	MK	T
13	Eka Suksa Dewi	65	68	BMK	BT
14	Erika Ana Putri	60	78	MK	T
15	Eva Yunia	60	63	BMK	BT
16	Evalia Syarifa	70	72	MK	T
17	Hanifatul Maula Muna	65	65	BMK	BT
18	Heny Lestari	70	73	MK	T
19	Ibnu Malik	70	73	MK	T
20	M. Sahrul Bahrin	60	73	MK	T
21	Muslihin	70	77	MK	T
22	Mutiara Fani	60	63	BMK	BT
23	Nabila Syifa	70	75	MK	T
24	Nanda Arif Budiman	70	72	MK	T
	Jumlah	1591	1720		
	Rata-rata	66,29	71,66		

a. Prosentase Ketuntasan Hasi Belajar pada Kondisi Awal

Berikut tabel prosentase ketuntasan hasil belajar pembelajaran passing bawah pada siswa kelas V SD Negeri Pringlangu Kota Pekalongan Tahun Pelajaran 20011/2012.

Tabel 5. Prosentase Ketuntasan Hasil Belajar pada Kondisi Awal

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
	Baik Sekali	Tuntas	0	0%
75 – 79	Baik	Tuntas	1	4,16%
70 – 74	Cukup Baik	Tuntas	9	37,5%
65 – 69	Cukup	Belum Tuntas	9	37,5%
< 64	Kurang	Belum Tuntas	5	20,83%
Jumlah			24	100%

b. Prosentase Ketuntasan Hasi Belajar pada Siklus 1

Berikut tabel prosentase ketuntasan hasil belajar pembelajaran passing bawah siklus 1 pada siswa kelas V SD Negeri Pringlangu Kota Pekalongan Tahun Pelajaran 20011/2012.

Tabel 6. Prosentase Ketuntasan Hasil Belajar pada Siklus 1

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
> 80	Baik Sekali	Tuntas	1	4,16%
75 – 79	Baik	Tuntas	4	16,67%
70 – 74	Cukup Baik	Tuntas	13	54,16%
65 – 69	Cukup	Belum Tuntas	4	16,67%
< 64	Kurang	Belum Tuntas	2	8,33%
Jumlah			24	100%

Untuk mengurangi hambatan-hambatan yang muncul pada saat tindakan pertama, peneliti merencanakan tindakan kedua yaitu (1) siswa diminta untuk mengikuti permainan bola berekor dan memperhatikan penjelasan dan peragaan, sehingga focus dalam melaksanakan proses pembelajaran agar tujuan pembelajaran yang dilakukan dapat tercapai sesuai target yang ditentukan. (2) Peneliti dan kolaborasi lebih focus dalam melaksanakan observasi sehingga dapat menguasai kelas dengan baik agar kualitas hasil belajar dapat tercapai dengan optimal.

Kelebihan yang dapat digunakan sebagai tolak ukur keberhasilan tindakan pada siklus 1 antara :

- a. Siswa lebih semangat dan tertarik latihan passing bawah dengan bola berekor.
- b. Materi yang diberikan dapat disajikan secara terarah dan pembelajaran menjadi lebih aktif.
- c. Siswa memiliki minat dan lebih termotivasi dalam mengikuti pembelajaran karena lebih menyenangkan.

4.1.2 Siklus 2

a. Perencanaan

Perencanaan diawali dengan konsultasi dengan kepala sekolah selaku guru Pamong. Konsultasi antara peneliti dengan guru pamong meliputi penentuan waktu tindakan, perencanaan tindakan dan pembuatan RPP, penyusunan lembar observasi dan lembar penilaian, instrument tes ketangkasan passing bawah, Kemudian mempersiapkan peralatan yang akan dipakai untuk kegiatan pembelajaran. Dari hasil konsultasi diperoleh kesepakatan dengan guru pamong,

pelaksanaan tindakan pada siklus kedua akan dimulai pada hari Selasa, tanggal 19 Juni 2012.

b. Tindakan

Pertemuan II

Siswa dibariskan dengan formasi dua bersaf, guru memimpin berdoa setelah itu dilakukan presensi, kemudian guru menjelaskan materi pembelajaran passing bawah bola voli dari cara melakukan awalan, sikap tubuh, perkenaan bola, arah bola, serta sikap akhir.

Kegiatan berikutnya adalah pemanasan, waktu yang digunakan untuk kegiatan pemanasan 15 menit.

Kegiatan pertama siswa melakukan peregangan statis dan dinamis, guru memberi contoh dan membetulkan siswa yang gerakannya kurang benar, menegur siswa yang kurang serius dalam melakukan pemanasan. Kegiatan selanjutnya bermain “bola beranting”. Siswa dibagi dalam 4 kelompok dengan jumlah 4 anak setiap kelompok. Masing-masing kelompok berbaris berbanjar, jarak antar banjar satu rentangan tangan dan masing-masing kelompok disebelah kanan kiri diberi kun sebagai batas.

Cara bermain :

Semua siswa berdiri menghadap kedepan, kaki dibuka selebar bahu, siswa yang paling kanan memegang bola, setelah mendengar aba-aba dari guru, siswa yang memegang bola berlari melewati batas kemudian memberikan bola tersebut kepada teman sebelahny, teman yang diberi bola berlari melewati batas seperti yang telah dilakukan teman sebelumnya, demikian seterusnya sampai siswa yang

terakhir dan kelompok yang menang jika pelari terakhir lebih dahulu melewati batas . Permainan ini bertujuan mengenalkan kerja sama antar siswa sekaligus memfokuskan perhatian siswa pada materi pembelajaran. Permainan bola beranting ini diulang kembali setelah semua bola sampai pada siswa yang paling belakang.

Kegiatan inti yang pertama adalah melakukan passing bawah bergantian menggunakan bola voli, siswa dibagi menjadi 4 kelompok setiap kelompok terdiri dari 4 anak. Tiap kelompok membentuk formasi berhadapan yang terdiri 2 anak yang berdiri berbanjar. Teknik passing bawah berpasangan dengan sikap berdiri kaki sejajar selebar bahu, salah satu anak menyajikan bola dengan melambungkan bola kearah pasangannya, anak yang menerima bola dengan passing bawah dengan mengayunkan kedua lengan kearah bola, dengan sumbu gerak pada persendian bahu dengan siku benar-benar lurus. Pada saat mengayun tangan telah berpegangan yaitu punggung tangan kanan diletakkan diatas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan. Perkenaan bola pada bagian proksimal dari lengan pada bidang yang dibuat selebar mungkin saat lengan membentuk sudut 45 derajat dengan badan, ayunan tangan diangkat sampai lurus sejajar dengan lantai. Anak yang sudah melakukan passing bawah lari ke baris yang ada dihadapannya.

Kegiatan inti yang kedua yaitu dengan alat bola berekor cara melakukan passing bawah dengan arah bola ke atas. Siswa dibagi menjadi 4 kelompok, setiap kelompok terdiri dari 4 anak. Teknik passing bawah dengan arah bola keatas ini dengan sikap awal berdiri dengan kedua kaki sejajar selebar bahu, kedua lutut sedikit ditekuk, bola disajikan sendiri dengan melambungkan bola keatas setinggi

kira-kira 1,5 meter dari kepala, kemudian dipassing bawah dengan perkenaan bola pada bagian proksimal dari lengan, ayunan tangan dari bawah sampai kedua tangan sejajar dengan bahu dengan sumbu gerak pada persendian bahu dengan siku benar-benar lurus. Pada tahap awal dimulai dengan passing bawah sebanyak 2 kali sentuhan kemudian bola diterima dengan telapak tangan, lalu dilanjutkan ke tahap 3 kali sentuhan dan seterusnya. Setiap anak melakukan latihan secara bergantian sampai anak dapat menguasai passing bawah sendiri.

Setelah anak dapat menguasai teknik passing bawah dengan baik kemudian dilanjutkan dengan dengan alat bola berekor peraturan setiap anak harus melakukan passing bawah sendiri secara bergantian dengan jumlah passing sebanyak 5 kali sentuhan, pukulan passing yang dihitung apabila arah bola keatas setinggi minimal 1 meter dari kepala tanpa jatuh ketanah dan tidak melewati batas petak permainan. Selama dalam pelaksanaan kegiatan ini, jika ada kekeliruan tindakan siswa, guru memberi koreksi, memberikan contoh, dan selalu memotivasi siswa.

Kegiatan inti yang ketiga adalah bermain passing bawah melewati net beregu, siswa dibagi menjadi 4 kelompok setiap kelompok terdiri dari 4 anak yang menempati lapangan bola voli yang dibatasi net. Teknik gerakan dengan melakukan gerakan passing dengan benar melewati net ke arah lapangan lawan. Setiap kelompok dapat melakukan passing bawah sebanyak 5 kali sentuhan sebelum menyeberangkan bola ke lapangan lawan. Regu yang dapat memasukan bola ke lapangan lawan dan lawan tidak dapat menerima mendapat nilai 1. Regu yang mendapat nilai 15 lebih dulu sebagai pemenang.

Kegiatan penutup dialokasikan waktunya 10 menit. Pada kegiatan penutup siswa dibariskan kembali untuk diadakan koreksi menyeluruh cara melakukan gerakan passing bawah yang benar, kemudian memberikan kesempatan pada siswa untuk tanya jawab, dilanjutkan pendinginan, berdo'a kemudian siswa dibubarkan.

c. Observasi

Selama proses pembelajaran berlangsung, dalam mengikuti pembelajaran passing bawah, siswa sangat antusias, sangat senang dengan alat yang mereka pakai, meskipun hasil yang dicapai oleh siswa belum semuanya memuaskan, tetapi siswa melaksanakan tugas yang diberikan oleh guru. Secara umum suasana dalam pembelajaran siswa cukup aktif, ini terlihat dari antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran dari pemanasan sampai selesai pembelajaran.

Dengan dilaksanakannya pembelajaran melalui pendekatan bermain 5 kali sentuhan, siswa yang kurang tertarik belajar teknik dasar permainan bola voli menjadi termotivasi, hal ini memudahkan guru dalam memberikan teknik passing bawah meskipun belum semua khususnya siswa putri merasa nyaman.

Pengisian lembar observasi dilakukan oleh guru, observasi berdasarkan pengamatan pembelajaran yang sedang berlangsung. Pengisian lembar observasi kaitannya dengan kemampuan siswa selama mengikuti pembelajaran.

d. Refleksi

Setelah dilakukan observasi, langkah selanjutnya adalah melakukan refleksi dari tindakan yang telah dilakukan. Hambatan dan kendala yang ditemukan selama proses pembelajaran passing bawah yang dialami oleh siswa

adalah pada saat melakukan passing bawah, terutama siswa putri masih ada yang merasa takut tangannya sakit. Hambatan-hambatan tersebut diatasi oleh guru selama proses pembelajaran berlangsung, dengan cara melakukan koreksi terhadap siswa yang kesulitan dalam melakukan latihan passing bawah.

e. Deskripsi Data Hasil pembelajaran Siklus 2

Dibawah ini deskripsi data hasil belajar passing bawa bola voli dan kriteria ketuntasan hasil belajar siklus 2 siswa kelas IV SD Negeri Prinlangu Kota Pekalongan Kecamatan Pekalongan barat Tahun Pelajaran 20011/2012.

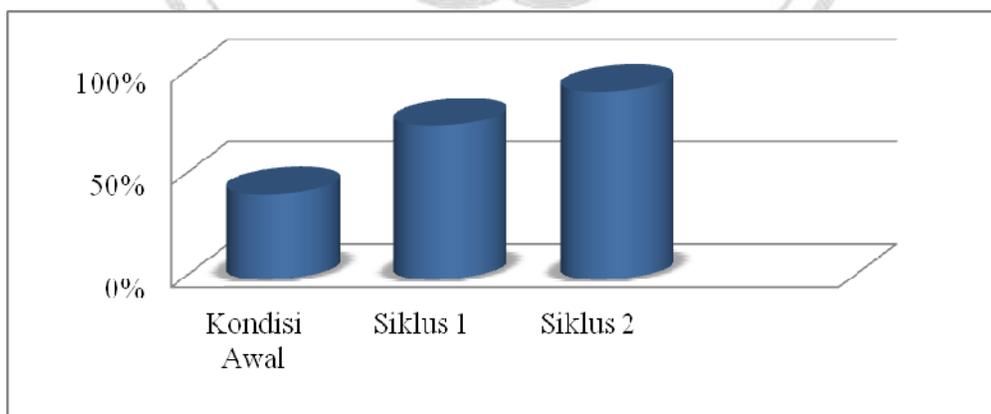
Tabel 4. Perbandingan Hasil Belajar pada Siklus 1 dan Siklus 2

No	Nama Siswa	Siklus 1	KKM	Siklus 2	KKM
1	Mirza Tri Setiono	80	70	82	70
2	M. Risqi	73	70	77	70
3	Roby Setiawan	72	70	75	70
4	Abdul Fatah	70	70	73	70
5	M. Eriza	73	70	77	70
6	M. Dony S	72	70	72	70
7	M. Adi Nugroho	78	70	78	70
8	M. Fahmi Yunus	73	70	77	70
9	Novita Rahmah	67	70	77	70
10	Afifah Fitri Anindya	67	70	73	70
11	Ahmad Shobirin	72	70	72	70
12	Andri Putra	70	70	72	70
13	Eka Suksa Dewi	68	70	68	70
14	Erika Ana Putri	78	70	78	70
15	Eva Yunia	63	70	67	70
16	Evalia Syarifa	72	70	75	70

17	Hanifatul Maula Muna	65	70	75	70
18	Heny Lestari	73	70	73	70
19	Ibnu Malik	73	70	75	70
20	M. Sahrul Bahrin	73	70	73	70
21	Muslihin	77	70	73	70
22	Mutiara Fani	63	70	72	70
23	Nabila Syifa	75	70	77	70
24	Nanda Arif Budiman	72	70	75	70
	Jumlah	1720		1786	
	Rata rata kelas	71,66		74,41	

Data di atas menunjukkan bahwa rata-rata hasil belajar siswa dalam pembelajaran passing bawah dengan pendekatan bermain lompat tali pada siklus 2 nilai rata-ratanya meningkat 4. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari banyaknya siswa yang tuntas, yaitu sebesar 91,67% siswa (22 anak) dari jumlah keseluruhan 24 siswa memiliki nilai diatas Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sebesar 70.

Berikut grafik perbandingan peningkatan hasil belajar passing bawah dari kondisi awal sampai dilakukan tindakan pada siklus 2.



Grafik 2 Peningkatan Hasil Belajar passing bawah bola voli dari Siklus 1 ke Siklus 2

c. Prosentase Ketuntasan Hasil Belajar pada Siklus 2

Berikut tabel prosentase ketuntasan hasil belajar pembelajaran passing bawah siklus 2 pada siswa kelas V SD Negeri Pringlangu Kota Pekalongan Tahun Pelajaran 20011/2012.

Tabel 4.4. Prosentase Ketuntasan Hasil Belajar pada Siklus 2

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
> 80	Baik Sekali	Tuntas	1	4,16%
75 – 79	Baik	Tuntas	12	50%
70 – 74	Cukup Baik	Tuntas	9	37,5%
65 – 69	Cukup	Belum Tuntas	2	8,33%
< 64	Kurang	Belum Tuntas	0	0
Jumlah			24	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa kondisi siklus 2 hasil belajar siswa dengan kategori baik sekali (tuntas) 1 anak (4,16%), baik (tuntas) sebanyak 12 anak (50%), cukup baik (tuntas) 9 anak (37,5%), cukup (belum tuntas) sebanyak 2 anak (8,33%).

d. Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Passing bawah

Berikut Perbandingan peningkatan rata-rata hasil belajar pembelajaran lompat tinggi dengan pendekatan bermain lompat tali pada siswa kelas V SD Negeri Pringlangu Kota Pekalongan Tahun Pelajaran 20011/2012.

Tabel 4.5. Tabel Perbandingan Hasil Rata-rata Hasil Belajar dari Kondisi Awal sampai Siklus 2

Rata-rata Hasil Belajar Siswa			
Kondisi Awal	Siklus 1	Siklus 2	Peningkatan
66,29	71,66	74,41	8,12

4.2 Pembahasan

Penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan dalam proses pembelajaran dengan menggunakan bola berekor meningkatkan kemampuan passing bawah siswa. Untuk mengetahui adanya peningkatan oleh peneliti dilakukan tes unjuk kerja siswa pada akhir pembelajaran.

Dari hasil tindakan siklus 1 diperoleh 75% dari jumlah keseluruhan siswa dapat melakukan lompat tinggi dengan benar, sedangkan 25% siswa yang lainnya belum menguasai. Pada tindakan siklus pertama mengalami peningkatan pembelajaran dilihat dari data awal atau pra pembelajaran siswa yang dapat melakukan passing bawah hanya 10 siswa, setelah ada tindakan ada 18 siswa yang bisa melakukan passing bawah dengan benar.

Dari data keseluruhan siswa jumlah nilai awal dengan rata-rata kelas 66 sedangkan setelah adanya tindakan jumlah nilai siswa menjadi 1720 dengan rata-rata kelas 71,66. Untuk siswa putra nilai tertinggi 80, nilai terendah 63 sedangkan siswa putri nilai tertinggi 73, nilai terendah 63. Untuk siklus pertama siswa yang belum tuntas dalam pembelajaran passing bawah sejumlah 6 dan 18 siswa lainnya sudah dapat melakukan passing bawah dengan benar. Lebih jelasnya hasil dari penilaian terlampir.

Untuk mengurangi hambatan-hambatan yang muncul pada saat tindakan pertama, peneliti merencanakan tindakan kedua. Dari hasil tindakan siklus 2 diperoleh 91,7% dari jumlah keseluruhan siswa dapat melakukan passing bawah dengan benar sedangkan 8,3% siswa yang lainnya belum menguasai. Pada tindakan siklus kedua mengalami peningkatan pembelajaran dilihat dari data pada siklus 1,

siswa yang dapat melakukan passing bawah 18 siswa, setelah ada tindakan pada siklus 2 ada 22 siswa yang bisa melakukan lompat tinggi gaya sraddle dengan benar. Dari data keseluruhan siswa tersebut jumlah nilai pada siklus pertama 1720 dengan rata-rata kelas 71,66 sedangkan setelah adanya tindakan jumlah nilai menjadi 1785 dengan rata-rata kelas 74,37. Untuk siswa putra nilai tertinggi 82 nilai terendah 67 sedangkan siswa putri nilai tertinggi 77, nilai terendah 68. Untuk siklus pertama siswa yang belum tuntas dalam pembelajaran lompat tinggi gaya sraddle sejumlah 6 dan 18 siswa lainnya sudah dapat melakukan passing bawah dengan benar. Pada pembelajaran siklus kedua ini siswa yang sudah dapat melakukan passing bawah dengan benar sejumlah 22 dan yang belum bisa melakukan lompat tinggi gaya sraddle dengan benar hanya tinggal 2 siswa. Dari data tersebut peneliti menyimpulkan pembelajaran yang sudah dilaksanakan selalu mengalami perubahan ke arah yang lebih baik, itu ditandai adanya kenaikan kemampuan passing bawah siswa dari setiap pertemuan pembelajaran melalui pendekatan bermain lompat tali.

Pada awal kegiatan peneliti membuat target pencapaian kemampuan siswa dalam melakukan passing bawah 60% dari jumlah siswa seluruhnya dari kondisi awal 41,66%, tetapi setelah tindakan pembelajaran pada siklus 1 ternyata siswa yang dapat melakukan passing bawah 75% dengan rata-rata nilai 71,66. Pada siklus 1 target 80% belum tercapai, dilanjutkan pada tindakan siklus 2. Peneliti pada siklus 2 menargetkan 80% dari jumlah siswa keseluruhan dapat melakukan passing bawah dan pada kenyataannya, setelah adanya tindakan siklus 2 pada pembelajaran passing bawah dengan pendekatan bermain lompat tali siswa yang

mampu melakukan passing bawah menjadi 91,67% dengan rata-rata nilai 74.41. Dari kondisi awal sampai siklus 2, rata-rata nilai hasil belajar siswa meningkat 10. Karena target sebesar 80% siswa tuntas sudah tercapai peneliti menganggap cukup untuk kegiatan pembelajaran berhenti pada siklus 2 berakhir.

4.3 Keterbatasan Peneliti

Penelitian ini telah diusahakan dan dilaksanakan dengan sebaik-baiknya, karena dalam hal ini peneliti merasa masih banyak keterbatasan dan kelemahan diantaranya adalah :

- a) Penelitian ini hanya dilaksanakan dalam dua kali pertemuan dengan dilanjutkan pengambilan tes atau nilai. Sebaiknya untuk mengukur tingkat keberhasilan yang lebih maksimal masih memerlukan waktu yang lebih banyak.
- b) Masih banyak yang perlu dikembangkan dalam penerapan metode pembelajaran yang lebih meningkatkan motivasi siswa dalam proses pembelajaran sehingga hasil belajar siswa lebih meningkat dan tujuan pembelajaran dapat tercapai.
- c) Perlunya pendekatan bermain sebagai sarana dalam pembelajaran yang efektif dan inovatif sehingga dapat meningkatkan motivasi belajar keaktifan siswa.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian pembelajaran di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran passing bawah bola voli yang diberikan dengan menggunakan alat bola berekor meningkatkan kemampuan passing bawah siswa. Peningkatan kemampuan siswa dalam pembelajaran dengan bola berekor adanya peningkatan kemampuan melakukan passing bawah siswa yang pada awalnya hanya 16 siswa, kemudian meningkat menjadi 20 siswa .

5.2 Implikasi

Hasil penelitian yang diperoleh ini, mempunyai implikasi bagi perkembangan pengajaran Penjas Orkes di sekolah dasar khususnya pada SDN Pringlangu Guru penjasorkes dalam merencanakan pembelajaran passing bawah bola voli mini harus menggunakan metode pembelajaran inovatif dan menyenangkan yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan fisik siswa, sehingga dapat memotivasi siswa untuk aktif berpartisipasi dalam proses pembelajaran yang apada akhirnya dapat meningkatkan hasil belajar sesuai dengan tujuan pembelajaran.

5.3 Saran

Saran yang dapat penulis sampaikan sebagai pertimbangan untuk meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya cabang permainan antara lain :

a. Bagi Sekolah

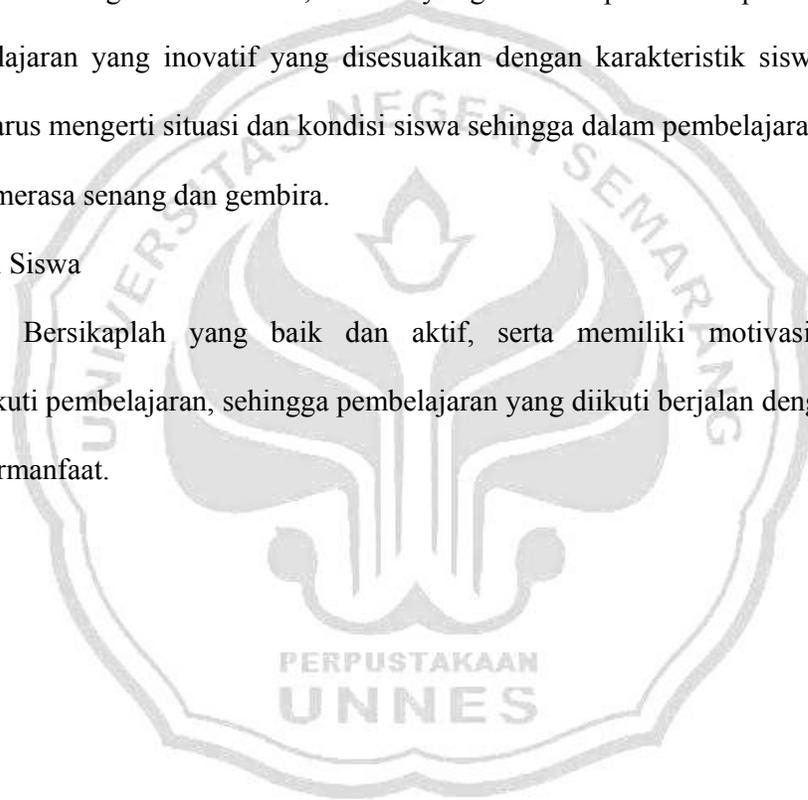
Alat dan fasilitas yang digunakan untuk pembelajaran dilengkapi, sehingga guru dalam hal ini dapat mengajar dengan baik dan siswa dapat menerima materi dengan optimal.

b. Bagi Guru

Dalam pembelajaran permainan dengan menggunakan bola khususnya permainan dengan bola besar, sebaiknya guru mampu menerapkan metode pembelajaran yang inovatif yang disesuaikan dengan karakteristik siswa. Guru juga harus mengerti situasi dan kondisi siswa sehingga dalam pembelajaran semua siswa merasa senang dan gembira.

c. Bagi Siswa

Bersikaplah yang baik dan aktif, serta memiliki motivasi dalam mengikuti pembelajaran, sehingga pembelajaran yang diikuti berjalan dengan baik dan bermanfaat.



DAFTAR PUSTAKA

Harsuki2003.Perkembangan Olahraga Terkini.Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 2003), p. 26)

Husdarta,dkk.2000. Sejarah dan filsafat manajemen pendidikan jasmani.

Rusli Lutan 2001. *Asas – asas Pendidikan Jasmani* Jakarta: Departemen Pendidikan nasional direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bekerjasama dengan Dirjen Olahraga.

Samsudin 2008. *Pembelajaran pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD / MI.*

Suharsimi, Arikunto, Suharjono, dan Supardi 2006*Penelitian Tindakan kelas* jakarta : PT. Bumi Aksara

Sukintaka. 1992. *Cakrawala pendidikan*, yogyakarta: Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat IKIP .

Yoyo Bahagia, dan A. Suherman. 2000. Prinsip-Prinsip Pengembangan dan modifikasi Cabang Olahraga. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah, Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setra DIII.

<http://dhaksinarga.freetzi.com/pasing.php>

<http://kismiatifikuny.wordpress.com/2010/01/07/passing-bola-volly/>

http://www.alkobandung.com/index.php?option=com_content&view=article&id=57:permainan-bola-voli-bagi-anak-usia-sd&catid=11:wawasandan-kesehatan&Itemid=50

Lampiran









PEMERINTAH KOTA PEKALONGAN
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
UPTD DIKPORa KECAMATAN PEKALONGAN BARAT
SEKOLAH DASAR NEGERI PRINGLANGU
 Alamat Jl.Urip Sumoharjo Gg. 3 Telp. (0285) 410420
 Kota Pekalongan 51112

SURAT KETERANGAN

Nomor : 73/43/2012

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Dasar Negeri Pringlangu Kecamatan Pekalongan Barat Kota pekalongan, menerangkan bahwa :

Nama	: Dwiko Wulandoro
Mahasiswa	: UNNES Semarang
NIM	: 6102910202
Program Studi	: Strata 1 (S.1)
Fakultas	: Ilmu Keolahragaan

benar-benar telah mengadakan penelitian di SDN Pringlangu Pada hari Rabu 23 Mei 2012 dan hari 6 Juni 2012.

Surat keterangan ini kami berikan untuk kelengkapan membuat skripsi yang berjudul :

“Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Bola Voli dengan Permainan Bola Berekor”

Kemudian kepada yang berkepentingan untuk dijadikan periksa adanya dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekalongan, 20 Juni 2012
 Kepala SDN Pringlangu

H.Sri Winarno Hudiono,S.Pd

NIP. 1962020919821008

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SD Negeri Pringlangu
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester : IV / II
Pertemuan : 1(Satu)
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit

Standar Kompetensi

6. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar

6.2 Mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola besar beregu dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama regu, sportivitas, dan kejujuran**)

Indikator

1. Melakukan teknik dasar passing bawah dengan baik dan benar
2. Melakukan gerak passing bawah dengan baik dan benar

A. Tujuan Pembelajaran

- a.Siswa dapat melakukan dan memahami permainan bola voli
- b.Siswa dapat melakukan bermain bola voli serta dapat melakukan kerjasama dengan menjunjung tinggi sportivitas.
- c.Siswa dapat memahami strategi dalam bermain bola voli

B. Materi Pembelajaran

Permainan bola besar / bola voli

C. Metode Pembelajaran

1. *Inclusive* (cakupan)
2. Demonstrasi
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Penilaian

D. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)
 - a. Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran
 - b. Pemanasan secara umum
 - c. Berlari mengelilingi lapangan bola voli/berlari dengan membawa bola
2. Kegiatan Inti
 - a. Eksplorasi
 - Penjelasan cara teknik dasar passing bawah
 - Penjelasan permainan bola berekor dengan bola plastik menggunakan ekor
 - Penjelasan penilaian passing bawah
 - b. Elaborasi

Inti

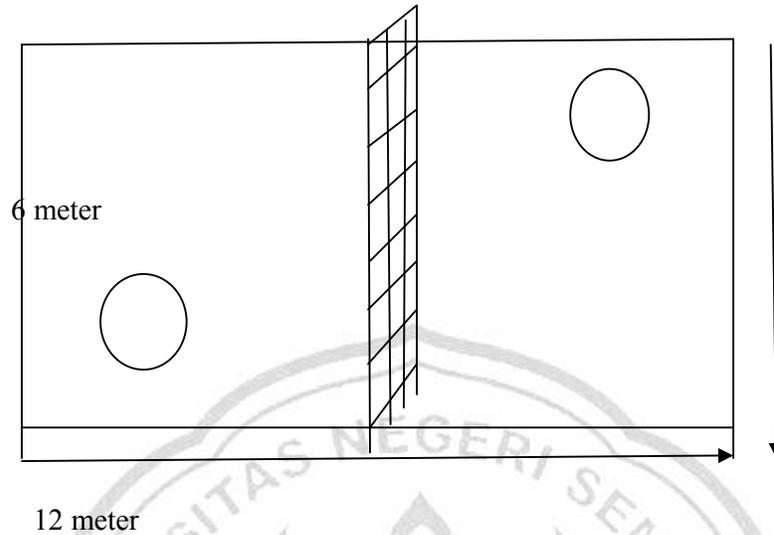
Melakukan permainan yang di modifikasi

Guru membagi kelompok laki-laki yang berjumlah 16 dan perempuan yang berjumlah 14 (4 kelompok laki –laki,3 kelompok perempuan),masing-masing tim beranggotakan 4 orang siswa/lebih.

Kelompok putri melawan putri dan putra melawan putra dengan bentuk pembelajaran perlombaan. Setiap tim berusaha memenangkan timnya untuk mencapai juara,.sistem penghitungan angka sama dengan permainan bola voli hanya saja gamenya 20. Lapangan permainan yang digunakan adalah lapangan bola voli mini yang dibatasi oleh net berketinggian 1,8 meter dari tanah.Pernmainan dimulai dengan menggunakan lemparan pada area lingkaran main dan dikembalikan dengan cara dipassing bawah.

Tugas : Tiap kelompok mempertahankan bola agar tidak mati di lapangan permainannya. Bola dimainkan dengan cara dilempar dari bawah ke atas, pemain yang mendapat bola harus massing mengoper keteman/melewatkan kembali bola ke daerah permainan lawan.Pemenang adalah tim yang berhasil mendapatkan angka 20 terlebih dahulu.

Permainan dilakukan dalam 2 set kemenangan ,maksimal babak yang dijalankan adalah 3 set.



(gambar lapangan permainan bola berekor)

c. Konfirmasi

Guru mengambil penilaian passing bawah

Guru mengevaluasi hasil kegiatan yang telah dilakukan

Guru menanyakan kesulitan yang di hadapi siswa

3. Kegiatan Penutup

a. Pendinginan (*colling down*)

b. Doa

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran

- Bola berekor
- Peluit
- Net bola voli
- Tali rafia
- Lapangan permainan

2. Sumber Pembelajaran

Buku penjasorkes kelas 4

Silabus

Media cetak :

Ria Lumintuarsa. 2008. *Peralatan Olahraga Anak (POA)*. Jakarta: Depdikbud.

Rusli, Lutan. 2001. *Asas-asas Pendidikan Jasmani*. Bandung: FPOK UPI.

Soemitro. 1992. *Permainan Kecil*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Sukintaka. 1992. *Teori Bermain Penjasorkes*. Jakarta : Depdikbud. Dirjen Dikti.

Sukintaka. 2004. *Teori Pendidikan Jasmani, Filosofi Pembelajaran dan Masa Depan*. Bandung : Nuansa.

Trisnowati, Tamat dan Moekarto, Mirwan. 2007. *Materi Pokok Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Yoyo, Bahagia dan Adang, Suherman, 2000. *Prinsip-prinsip Pengembangan dan modifikasi Cabang Olahraga*. Depdikbud, Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah, Bagian Proyek Penataran Guru SLTP etara DIII.

F. Penilaian

1. Teknik Penilaian:

- Pengamatan sikap (afeksi)
Mainkan permainan bola berekor dengan peraturan yang dimodifikasi.
Kerjasama dan tunjukan perilaku yang positif.

Ket : beri tanda (v) untuk setiap perilaku

$$N = \frac{\sum \text{skor yang diperoleh}}{\sum \text{Skor Maksimal}} \times 100$$

- Kuis (Kognisi)
Jawablah secara benar kuesioner mengenai konsep gerak dalam passing bawah

Ket: berikan penilaian terhadap kualitas pemahaman siswa dengan rentang 1 sampai dengan 10

NA = NA + NK + NP

- Tes unjuk kerja (psikomotor)

Lakukan teknik dasar passing bawah dengan baik dan benar

Ket : berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja siswa dengan rentang 1 sampai dengan 5

2. Rubrik Penilaian :

Rubrik Penilaian Pengamatan Sikap

Dalam Permainan bola berekor

Perilaku yang diharapkan	Skor	Nilai
1. Berkomunikasi dengan sopan dalam proses pembelajaran 2. Berkomunikasi dengan baik dalam bermain 3. Mentaati peraturan 4. Kerjasama dengan sesama teman 5. Menunjukkan sikap antusias terhadap pembelajaran		
Jumlah Nilai		

Jumlah skor max : 20

Penilaian Kognitif = $\frac{\text{jumlah skor yang diperoleh} \times 100}{\text{Jumlah skormaksimal}}$

Jumlah skormaksimal

Pemahaman dalam Pembelajaran

Untuk penilaian pemahaman siswa terhadap pembelajaran passing bawah yaitu menggunakan kuesioner.

Rubrik Penilaian Penilaian untuk kerja

Dalam Permainan bola berekor

Indicator	Aspek yang dinilai	Skor	Nilai
1. Teknik dasar melempar	1. Teknik Permulaan 2. Teknik Pelaksanaan 3. Teknik Lanjutan		
	Jumlah Nilai		

Rekapitulasi Penilaian

NO	NAMA	ASPEK YANG DINILAI			Jumlah	Nilai akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai akhir (NA) = $\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga aspek Penilaian}}$

Tiga aspek Penilaian

Keterangan

Mendapat nilai sangat baik ,jika skor antara = 86- 100

Mendapat nilai baik ,jika skor antara = 76 – 85

Mendapat nilai cukup ,jika skor antara = 70 – 75

Mendapat nilai kurang ,jika skor antara = kurang dari 70

Mengetahui
Kepala sekolah

Guru Mata Pelajaran

H.Sri Winarno,H.D,S.Pd
Nip : 196202091982011008

Dwiko Wulandoro
Nim : 6102910202



Lembar Penilaian Kinerja Ranah Psikomotor Siklus I

Mata Pelajaran : Penjasorkes Hari : Sabtu
 Kelas/Semester : V / II Tanggal : 2 Juni 2012
 Kegiatan : Praktikum Alokasi : 2 x 35 menit

Kompetensi Dasar : Siswa Melakukan Ketrampilan Passing Bawah

No	Nama	Aspek Yang Dinilai			Jumlah Skor	Nilai
		Sikap awal	Gerakan Pelaksanaan	Gerakan lanjutan		
		(1 – 5)	(1 – 10)	(1 – 5)		
1	Mirza Tri Setiono	5	7	4	16	80
2	M. Risqi	4	6	4	14	70
3	Roby Setiawan	4	7	3	14	70
4	Abdul Fatah	3	5	3	12	60
5	M. Eriza	4	7	4	15	75
6	M. Dony S	3	7	4	14	70
7	M. Adi Nugroho	4	7	4	16	75
8	M. Fahmi Yunus	3	7	4	14	70
9	Novita Rahmah	3	6	3	12	60
10	Afifah Fitri Anindya	4	5	3	12	60
11	Ahmad Shobirin	4	7	3	14	70
12	Andri Putra	4	5	3	12	60
13	Eka Suksa Dewi	4	6	3	13	65
14	Erika Ana Putri	4	8	4	16	80
15	Eva Yunia	3	5	3	12	60
16	Evalia Syarifa	3	7	4	14	70
17	Hanifatul Maula Muna	4	7	4	16	75
18	Heny Lestari	4	7	3	14	70
19	Ibnu Malik	4	7	4	16	75
20	M. Sahrul Bahrin	3	7	4	14	70
21	Muslihin	4	7	4	16	75
22	Mutiara Fani	3	5	3	12	60
23	Nabila Syifa	4	7	3	14	70
24	Nanda Arif Budiman	4	7	3	14	70
Jumlah		89	156	84	336	1660
Rata-rata		4	7	4	14	70

Lembar Penilaian Kinerja Ranah Afektif Siklus I

Mata Pelajaran : Penjasorkes Hari : Sabtu

Kelas/Semester : IV / II Tanggal : 2 Juni 2012

Kegiatan : Praktikum Alokasi : 2 x 35 menit

Kompetensi Dasar : Siswa Melakukan Keterampilan Passing bawah

No	Nama	Aspek Yang Dinilai				Jumlah Skor	Nilai
		Keberanian	Kedisiplinan	Sportifitas	Semangat		
		(1 – 5)	(1 – 5)	(1 – 5)	(1 – 5)		
1	Mirza Tri Setiono	4	4	4	4	16	80
2	M. Risqi	4	3	3	4	14	70
3	Roby Setiawan	3	4	3	4	14	70
4	Abdul Fatah	4	3	3	3	13	65
5	M. Eriza	4	3	3	4	14	70
6	M. Dony S	3	4	3	3	13	65
7	M. Adi Nugroho	4	4	3	4	15	75
8	M. Fahmi Yunus	3	3	4	4	14	70
9	Novita Rahmah	3	4	3	4	14	70
10	Afifah Fitri Anindya	3	4	3	4	14	70
11	Ahmad Shobirin	4	4	3	4	15	75
12	Andri Putra	4	3	4	4	15	75
13	Eka Suksa Dewi	4	3	3	4	14	70
14	Erika Ana Putri	4	4	4	4	16	80
15	Eva Yunia	4	3	3	3	13	65
16	Evalia Syarifa	3	4	3	3	14	70
17	Hanifatul Maula Muna	4	3	3	4	14	70
18	Heny Lestari	4	4	3	4	15	75
19	Ibnu Malik	3	3	4	4	14	70
20	M. Sahrul Bahrin	3	4	3	4	14	70
21	Muslihin	3	4	3	4	14	70
22	Mutiara Fani	4	4	3	4	15	75
23	Nabila Syifa	4	3	4	4	15	75
24	Nanda Arif Budiman	4	3	3	4	14	70
Jumlah		87	85	78	92	343	1715
Rata-rata		4	4	3	4	14	71

Lembar Penilaian Kinerja Ranah Kognitif Siklus I

Mata Pelajaran : Penjas Hari : Sabtu
 Kelas/Semester : V / II Tanggal : 2 Juni 2012
 Kegiatan : Praktikum Alokasi : 2 x 35 menit

Kompetensi Dasar : Siswa Melakukan Keterampilan Passing Bawah

No	Nama	Aspek yang dinilai					Jumlah Skor	Nilai
		Soal 1 (1 -4)	Soal 2 (1 -4)	Soal 3 (1 -4)	Sola 4 (1 -4)	Soal 5 (1 -4)		
1	Mirza Tri Setiono	3	3	3	4	3	16	80
2	M. Risqi	4	3	3	3	3	16	80
3	Roby Setiawan	3	3	3	3	3	15	75
4	Abdul Fatah	3	3	3	3	2	14	70
5	M. Eriza	4	4	3	2	2	15	75
6	M. Dony S	3	3	3	4	3	16	80
7	M. Adi Nugroho	4	4	3	3	3	17	85
8	M. Fahmi Yunus	4	3	3	3	3	16	80
9	Novita Rahmah	3	3	3	2	3	14	70
10	Afifah Fitri Anindya	4	4	2	2	2	14	70
11	Ahmad Shobirin	3	3	3	3	2	14	70
12	Andri Putra	3	3	3	3	3	15	75
13	Eka Suksa Dewi	3	3	3	3	2	14	70
14	Erika Ana Putri	3	3	3	3	3	15	75
15	Eva Yunia	3	3	3	2	2	13	65
16	Evalia Syarifa	3	3	3	3	3	15	75
17	Hanifatul Maula Muna	3	3	3	2	2	13	65
18	Heny Lestari	4	4	3	2	2	15	75
19	Ibnu Malik	4	4	3	2	2	15	75
20	M. Sahrul Bahrin	3	3	3	4	3	16	80
21	Muslihin	4	4	3	3	3	17	85
22	Mutiara Fani	4	4	2	2	2	14	70
23	Nabila Syifa	4	3	3	3	3	16	80
24	Nanda Arif Budiman	3	3	3	3	3	15	75
Jumlah		82	79	70	67	62	360	1800
Rata-rata		3	3	3	3	3	15	75

Lembar Analisis Ketuntasan Hasil Belajar Siklus I

No	Nama	Aspek yang dinilai			Nilai Komulatif	Ket
		Psikomotor	Afektif	Kognitif		
1	Mirza Tri Setiono	80	80	80	80	T
2	M. Risqi	70	70	80	73	T
3	Roby Setiawan	70	70	75	75	T
4	Abdul Fatah	60	65	70	70	T
5	M. Eriza	75	70	75	75	T
6	M. Dony S	70	65	80	72	T
7	M. Adi Nugroho	75	75	85	78	T
8	M. Fahmi Yunus	70	70	80	73	T
9	Novita Rahmah	70	65	80	72	T
10	Afifah Fitri Anindya	60	70	70	67	BT
11	Ahmad Shobirin	70	75	70	72	T
12	Andri Putra	60	75	75	70	T
13	Eka Suksa Dewi	65	70	70	68	BT
14	Erika Ana Putri	80	80	75	78	T
15	Eva Yunia	60	65	65	63	BT
16	Evalia Syarifa	70	70	75	75	T
17	Hanifatul Maula Muna	75	70	65	65	BT
18	Heny Lestari	70	75	75	73	T
19	Ibnu Malik	75	70	75	73	T
20	M. Sahrul Bahrin	70	70	80	73	T
21	Muslihin	75	70	85	77	T
22	Mutiara Fani	60	75	70	68	BT
23	Nabila Syifa	70	75	80	75	T
24	Nanda Arif Budiman	70	70	75	72	T
Jumlah		1660	1715	1800	1725	
Rata-rata		70	71	75	72	

Nilai Komulatif = Nilai kognitif + Nilai Afektif + Nilai Psikomotor

3

Keterangan :

T : Tuntas

BT : Belum Tuntas

KKM : 70

Hasil penilaian Awal dan Siklus I

No	Nama Siswa	Nilai awal	Siklus I		
			Nilai	MK/BMK	T/BT
1	Mirza Tri Setiono	75	80	MK	T
2	M. Risqi	70	73	MK	T
3	Roby Setiawan	65	75	MK	T
4	Abdul Fatah	65	70	MK	T
5	M. Eriza	65	75	MK	T
6	M. Dony S	70	72	MK	T
7	M. Adi Nugroho	70	78	MK	T
8	M. Fahmi Yunus	65	73	MK	T
9	Novita Rahmah	60	72	MK	T
10	Afifah Fitri Anindya	65	67	BMK	BT
11	Ahmad Shobirin	65	72	MK	T
12	Andri Putra	66	70	MK	T
13	Eka Suksa Dewi	65	68	BMK	BT
14	Erika Ana Putri	60	78	MK	T
15	Eva Yunia	60	63	BMK	BT
16	Evalia Syarifa	70	75	MK	T
17	Hanifatul Maula Muna	65	65	BMK	BT
18	Heny Lestari	70	73	MK	T
19	Ibnu Malik	70	73	MK	T
20	M. Sahrul Bahrin	60	73	MK	T
21	Muslihin	70	77	MK	T
22	Mutiara Fani	65	68	BMK	BT
23	Nabila Syifa	70	75	MK	T
24	Nanda Arif Budiman	70	72	MK	T
	Jumlah	1606	1725		
	Rata rata kelas	66,92	72		
	Prosentase tuntas	41,67%	79,17%		
	Prosentase belum tuntas	58,33%	20,83%		

Keterangan :

Kriteria Ketuntasan Minimal : 70

MK : Mengalami kenaikan

BMK : Belum Mengalami Kenaikan

T : Tuntas
BT : Belum Tuntas

Hasil dari penilaian tersebut tertera pada tabel berikut ini

Hasil perolehan penilaian passing bawah putra dan putri siklus I

Nilai	Hasil Penilaian Pssing bawah	
	Putra	Putri
Tertinggi	80	75
Terendah	63	65
Rata-rata	75	67,5





Lembar Penilaian Kinerja Ranah Psikomotor Siklus II

Mata Pelajaran : Penjasorkes Hari : Selasa

Kelas/Semester : V / II Tanggal : 6 Juni 2012

Kegiatan : Praktikum Alokasi : 2 x 35 menit

Kompetensi Dasar : Siswa Melakukan Ketrampilan Passing Bawah

No	Nama	Aspek Yang Dinilai			Jumlah Skor	Nilai
		Sikap awal	Gerakan Pelaksanaan	Gerakan lanjutan		
		(1 – 5)	(1 – 5)	(1 – 5)		
1	Mirza Tri Setiono	5	8	4	17	85
2	M. Risqi	4	7	4	15	75
3	Roby Setiawan	4	7	3	14	70
4	Abdul Fatah	4	7	3	14	70
5	M. Eriza	4	8	4	16	80
6	M. Dony S	4	7	4	15	75
7	M. Adi Nugroho	4	8	4	16	80
8	M. Fahmi Yunus	4	7	4	15	75
9	Novita Rahmah	4	7	3	14	70
10	Afifah Fitri Anindya	4	8	4	16	80
11	Ahmad Shobirin	4	7	3	14	70
12	Andri Putra	4	7	3	14	70
13	Eka Suksa Dewi	4	6	3	13	65
14	Erika Ana Putri	4	8	4	16	80
15	Eva Yunia	3	7	3	11	65
16	Evalia Syarifa	4	7	4	15	75
17	Hanifatul Maula Muna	4	7	4	15	75
18	Heny Lestari	4	7	3	14	70
19	Ibnu Malik	4	7	3	14	70
20	M. Sahrul Bahrin	4	7	4	15	75
21	Muslihin	4	7	3	14	70
22	Mutiara Fani	4	6	3	13	65
23	Nabila Syifa	4	7	4	15	75
24	Nanda Arif Budiman	4	7	3	14	70
Jumlah		96	171	3	349	1755
Rata-rata		4	7	4	15	73

Lembar Penilaian Kinerja Ranah Afektif Siklus II

Mata Pelajaran : Penjasorkes Hari : Rabu
 Kelas/Semester : V / II Tanggal : 6 Juni 2012
 Kegiatan : Praktikum Alokasi : 2 x 35 menit

Kompetensi Dasar : Siswa Melakukan Ketrampilan Passing Bawah

No	Nama	Aspek Yang Dinilai				Jumlah Skor	Nilai
		Keberanian (1 – 5)	Kedisiplinan (1 – 5)	Sportifitas 1 – 5)	Semangat (1 – 5)		
1	Mirza Tri Setiono	4	4	4	4	16	80
2	M. Risqi	4	4	4	4	16	80
3	Roby Setiawan	4	4	3	4	15	75
4	Abdul Fatah	4	4	3	3	14	70
5	M. Eriza	4	4	3	4	15	75
6	M. Dony S	4	4	3	3	13	70
7	M. Adi Nugroho	4	4	4	4	16	80
8	M. Fahmi Yunus	3	3	4	4	14	75
9	Novita Rahmah	4	4	3	4	15	75
10	Afifah Fitri Anindya	3	4	3	4	14	70
11	Ahmad Shobirin	4	4	3	4	15	75
12	Andri Putra	4	3	4	4	15	75
13	Eka Suksa Dewi	4	3	3	4	14	70
14	Erika Ana Putri	4	4	4	4	16	80
15	Eva Yunia	4	3	3	3	13	65
16	Evalia Syarifa	5	4	3	3	15	75
17	Hanifatul Maula Muna	4	4	3	4	15	75
18	Heny Lestari	4	4	3	3	14	70
19	Ibnu Malik	4	4	3	4	15	75
20	M. Sahrul Bahrin	4	4	3	3	13	70
21	Muslihin	4	4	4	4	16	80
22	Mutiara Fani	3	3	4	4	14	75
23	Nabila Syifa	4	4	3	4	15	75
24	Nanda Arif Budiman	3	4	3	4	14	70
Jumlah		93	91	80	90	352	1780
Rata-rata		4	4	3	4	15	74

Lembar Penilaian Kinerja Ranah Kognitif Siklus II

Mata Pelajaran : Penjas Hari : Rabu
 Kelas/Semester : V / II Tanggal : 6 Juni 2012
 Kegiatan : Praktikum Alokasi : 2 x 35 menit

Kompetensi Dasar : Siswa Melakukan Keterampilan Psssing bawah

No	Nama	Aspek yang dinilai					Jumlah Skor	Nilai
		Soal 1 (1 -4)	Soal 2 (1 -4)	Soal 3 (1 -4)	Sola 4 (1 -4)	Soal 5 (1 -4)		
1	Mirza Tri Setiono	3	3	3	4	3	16	80
2	M. Risqi	3	3	3	3	3	15	75
3	Roby Setiawan	3	3	3	4	3	16	80
4	Abdul Fatah	4	3	3	3	3	16	80
5	M. Eriza	3	3	3	3	3	15	75
6	M. Dony S	3	3	3	3	2	14	70
7	M. Adi Nugroho	4	4	3	2	2	15	75
8	M. Fahmi Yunus	3	3	3	4	3	16	80
9	Novita Rahmah	4	4	3	3	3	17	85
10	Afifah Fitri Anindya	3	3	3	3	2	14	70
11	Ahmad Shobirin	3	3	3	2	3	14	70
12	Andri Putra	4	4	2	2	2	14	70
13	Eka Suksa Dewi	3	3	3	3	2	14	70
14	Erika Ana Putri	3	3	3	3	3	15	75
15	Eva Yunia	3	3	3	3	2	14	70
16	Evalia Syarifa	3	3	3	3	3	15	75
17	Hanifatul Maula Muna	3	3	3	3	3	15	75
18	Heny Lestari	3	3	3	4	3	16	80
19	Ibnu Malik	4	3	3	3	3	16	80
20	M. Sahrul Bahrin	3	3	3	3	3	15	75
21	Muslihin	3	3	3	3	2	14	70
22	Mutiara Fani	4	4	3	2	2	15	75
23	Nabila Syifa	3	3	3	4	3	16	80
24	Nanda Arif Budiman	4	4	3	3	3	17	85
Jumlah		79	77	71	73	64	364	1820
Rata-rata		3	3	3	3	3	15	76

Lembar Analisis Ketuntasan Hasil Belajar Siklus II

No	Nama	Aspek yang dinilai			Nilai Komulatif	Ket
		Psikomotor	Afektif	Kognitif		
1	Mirza Tri Setiono	85	80	80	82	T
2	M. Risqi	75	80	75	77	T
3	Roby Setiawan	70	75	80	75	T
4	Abdul Fatah	70	70	80	73	T
5	M. Eriza	80	75	75	77	T
6	M. Dony S	75	70	70	72	T
7	M. Adi Nugroho	80	80	75	78	T
8	M. Fahmi Yunus	75	75	80	77	T
9	Novita Rahmah	70	75	85	77	T
10	Afifah Fitri Anindya	80	70	70	73	T
11	Ahmad Shobirin	70	75	70	72	T
12	Andri Putra	70	75	70	72	T
13	Eka Suksa Dewi	65	70	70	68	BT
14	Erika Ana Putri	80	80	75	78	T
15	Eva Yunia	65	65	70	67	BT
16	Evalia Syarifa	75	75	75	75	T
17	Hanifatul Maula Muna	75	75	75	75	T
18	Heny Lestari	70	70	80	73	T
19	Ibnu Malik	70	75	80	75	T
20	M. Sahrul Bahrin	75	70	75	73	T
21	Muslihin	70	80	70	73	T
22	Mutiara Fani	65	75	75	72	T
23	Nabila Syifa	75	75	80	77	T
24	Nanda Arif Budiman	70	70	85	75	T
Jumlah		1755	1780	1820	1785	
Rata-rata		73	74	76	76	

Nilai Komulatif = $\frac{\text{Nilai kognitif} + \text{Nilai Afektif} + \text{Nilai Psikomotor}}{3}$

3

Keterangan :

T : Tuntas
BT : Belum Tuntas
KKM : 70

Hasil Penilaian Siklus I dan Siklus II

No	Nama Siswa	Siklus I	Siklus II		
			Nilai	MK/BMK	T/B T
1	Mirza Tri Setiono	80	82	MK	T
2	M. Risqi	73	77	MK	T
3	Roby Setiawan	75	75	MK	T
4	Abdul Fatah	70	73	MK	T
5	M. Eriza	75	77	MK	T
6	M. Dony S	72	72	MK	T
7	M. Adi Nugroho	78	78	MK	T
8	M. Fahmi Yunus	73	77	MK	T
9	Novita Rahmah	72	77	MK	T
10	Afifah Fitri Anindya	67	73	MK	T
11	Ahmad Shobirin	72	72	MK	T
12	Andri Putra	70	72	MK	T
13	Eka Suksa Dewi	68	68	BMK	BT
14	Erika Ana Putri	78	78	MK	T
15	Eva Yunia	63	67	BMK	BT
16	Evalia Syarifa	75	75	MK	T
17	Hanifatul Maula Muna	65	75	MK	T
18	Heny Lestari	73	73	MK	T
19	Ibnu Malik	73	75	MK	T
20	M. Sahrul Bahrin	73	73	MK	T
21	Muslihin	77	73	MK	T
22	Mutiara Fani	68	72	MK	T
23	Nabila Syifa	75	77	MK	T
24	Nanda Arif Budiman	72	75	MK	T
	Mirza Tri Setiono	1725	1785		
	M. Risqi	72	76		
	Roby Setiawan	79,17%	91,67%		
	Prosentase belum tuntas	20,83%	8,33%		

Keterangan :

- MK** : Mengalami kenaikan
BMK : Belum Mengalami Kenaikan
T : Tuntas
BT : Belum Tuntas

Batas Nilai Tuntas sesuai SKBM Penjas adalah : 70

Hasil dari penilaian tersebut tertera pada table berikut ini

Hasil perolehan penilaian servis bawah putra dan putri

Nilai	Hasil Penilaian Passing bawah	
	Putra	Putri
Tertinggi	82	77
Terendah	67	68
Rata-rata	77	72,5

Perbandingan (Rata – rata) Hasil Penilaian Passing bawah

No	Jumlah	Perbandingan di setiap siklus		
		Keadaan awal	Siklus I	Siklus II
1	Rata – rata kelas	66,92	72	76
2	Prosentase Tuntas	41,67%	79,17%	91,67%
3	Prosentase Tidak Tuntas	58,33%	20,83%	8,33%

Kuesioner Tes Psikomotor Dan Kognitif Pembelajaran Passing bawah Bola Voli
Dengan Permainan Bola Berekor

I. PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER

1. Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan sebenar-benarnya dan sejujur-jujurnya
2. Berilah tanda (X) pada salah satu jawaban : Ya / Tidak pada jawaban yang tersedia sesuai dengan pilihanmu
3. Selamat mengerjakan dan terimakasih

II. PERTANYAAN

A. Psikomotorik

1. Apakah olahraga bola voli sulit untuk dilakukan?
A. Ya B. Tidak
2. Apakah kamu bisa melakukan olahraga bola voli?
A. Ya B. Tidak
3. Apakah kamu bisa melakukan gerakan passing bawah?
A. Ya B. Tidak
4. Apakah kamu merasa sulit untuk melakukan passing bawah?
A. Ya B. Tidak
5. Apakah kamu bisa melakukan gerakan passing bawah dengan baik?
A. Ya B. Tidak
6. Apakah jari kamu harus menggenggam ketika melakukan passing?

A. Ya B. Tidak

7. Apakah tubuh kamu harus dalam posisi rendah ketika akan menerima bola?

A. Ya B. Tidak

8. Apakah kamu menerima bola dengan posisi bola di depan tubuh kamu ketika akan memassing bala?

A. Ya B. Tidak

9. Apakah kamu merasa sulit melewatkan bola di atas net ketika melakukan passing bawah?

A. Ya B. Tidak

10. Apakah cara bermain permainan bola berekor lebih mudah dari permainan bola voli sesungguhnya?

A. Ya B. Tidak

B. Kognitif

1. Apakah kamu Tahu cara bermain bola berekor untuk pembelajaran passing bawah?

A. Ya B. Tidak

2. Apakah permainan bola berekor untuk passing bawah mudah dilakukan?

A. Ya B. Tidak

3. Apakah kamu tahu tentang peraturan yang ada dalam permainan bola berekor?

A. Ya B. Tidak

4. Apakah setiap pemain wajib mentaati peraturan dalam bola berekor?
A. Ya B. Tidak
5. Apakah dalam permainan kamu dapat mengetahui peraturan bola berekor?
A. Ya B. Tidak
6. Pernahkah kamu bermain bola voli dengan menggunakan bola berekor?
A. Ya B. Tidak
7. Apakah kamu melakukan pemanasan sebelum melakukan olahraga?
A. Ya B. Tidak
8. Apakah kamu mengerti peraturan yang digunakan dalam pembelajaran passing bawah dalam permainan bola berekor?
A. Ya B. Tidak
9. Apakah kamu tahu cara melakukan passing bawah yang benar?
A. Ya B. Tidak
10. Apakah bola harus dipassing sebelum menyentuh tanah?
A. Ya B. Tidak

C. Afektif

1. Apakah kamu senang bermain bola berekor untuk pembelajaran passing bawah?
A. Ya B. Tidak
2. Apakah permainan bola berekor menarik bagi kamu?
A. Ya B. Tidak
3. Apakah kamu serius atau bersungguh-sungguh ketika bermain?
A. Ya B. Tidak

4. Apakah kamu akan mentaati peraturan selama bermain bola berekor dalam pembelajaran passing bawah?
A. Ya B. Tidak
5. Apakah setiap pemain harus mentaati peraturan bola berekor untuk pembelajaran passing bawah?
A. Ya B. Tidak
6. Apakah dalam permainan kamu memiliki kepercayaan diri untuk melakukan passing bawah?
A. Ya B. Tidak
7. Apakah kamu yakin bisa memassing bawah bola melewati net?
A. Ya B. Tidak
8. Apakah kamu kecewa saat tidak dapat melewatkan bola di atas net?
A. Ya B. Tidak
9. Apakah dalam bermain kamu melakukannya dengan semangat?
A. Ya B. Tidak
10. Apakah kamu bersedia bermain bola berekor lagi dalam pembelajaran passing bawah?
A. Ya B. Tidak

Lampiran 4

Kuesioner Tanggapan Siswa Terhadap Pembelajaran Passing bawah Dengan Permainan Bola Berekor untuk Pembelajaran Penjasorkes Bagi Siswa Di SD Negeri Pringlangu Kecamatan Pekalongan Barat Kota Pekalongan

I. Petunjuk Pengisian Kuesioner

1. Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan sebenar-benarnya dan sejujur-jujurnya
2. Berilah tanda (X) pada salah satu jawaban : Ya / Tidak pada jawaban yang tersedia sesuai dengan pilihanmu
3. Selamat mengerjakan dan terima kasih

II. Pertanyaan

1. Apakah menurut kamu permainan bola berekor merupakan permainan yang sulit?
A. Ya B. Tidak
2. Apakah kamu bisa memainkan passing bawah dengan bola Berekor?
A. Ya B. Tidak
3. Apakah kamu merasa kesulitan dalam passing bawah dengan bola berekor?
A. Ya B. Tidak
4. Apakah dalam passing bawah dengan bola Berekor ini kamu merasa mudah?
A. Ya B. Tidak
5. Apakah kamu merasa nyaman saat memegang bola Berekor?
A. Ya B. Tidak

6. Apakah kamu merasa nyaman saat memassing bola berekor?
A. Ya B. Tidak
7. Apakah kamu merasa mudah dalam memassing bola berekor ke arah depan?
A. Ya B. Tidak
8. Apakah kamu tahu bagaimana cara passing bawah dengan bola berekor ini?
A. Ya B. Tidak
9. Apakah cara passing bawah dengan bola berekor lebih mudah dari pada dengan bola voli sesungguhnya?
A. Ya B. Tidak
10. Apakah kamu tahu tentang peraturan permainan yang ada dalam permainan bola Berekor ini?
A. Ya B. Tidak
11. Apakah kamu dapat mematuhi peraturan permainan bola tangan berekor ini?
A. Ya B. Tidak
12. Apakah setiap pemain harus menaati peraturan dalam permainan bola berekor ini?
A. Ya B. Tidak
13. Apakah kamu tahu alat-alat yang digunakan dalam permainan bola berekor?

A. Ya B. Tidak

14. Apakah kamu tahu tugas wasit dalam permainan bola berekor?

A. Ya B. Tidak

15. Apakah seorang wasit akan memberi teguran kepada pemain yang tidak mematuhi peraturan?

A. Ya B. Tidak

16. Apakah passing bawah dengan bola Berekor dapat dilakukan semua orang?

A. Ya B. Tidak

17. Apakah kamu merasa gembira saat bermain permainan bola berekor?

A. Ya B. Tidak

18. Apakah kamu merasa senang ketika memenangkan permainan bola berekor?

A. Ya B. Tidak

19. Apakah kamu semangat dalam melakukan permainan bola berekor?

A. Ya B. Tidak

20. Apakah kamu bisa menerima seandainya kamu kalah dalam bermain permainan bola berekor?

A. Ya B. Tidak

HASIL TANGGAPAN SISWA SIKLUS 1

No	Pertanyaan	Jumlah Respon	
		Ya	Tidak
1	Apakah olahraga bola voli sulit?	26	4
2	Apakah kamu bisa melakukan olahraga bola voli?	27	3
3	Apakah kamu bisa melakukan gerakan passing bawah?	20	10
4	Apakah kamu merasa sulit untuk passing?	24	6
5	Apakah kamu bisa passing bawah dengan baik?	28	2
6	Apakah jari kamu harus menggenggam ketika melakukan passing bawah?	24	6
7	Apakah tubuh kamu harus dalam posisi rendah ketika akan menerima bola?	14	16
8	Apakah kamu menerima bola dengan posisi bola di depan tubuh kamu ketika akan memassing bola?	27	3

Lanjutan Lampiran 18

9	Apakah kamu merasa sulit melewati bola di atas net ketika melakukan gerakan passing bawah?	27	3
10	Apakah cara bermain permainan bola berekor lebih mudah dari permainan bola voli sesungguhnya?	25	5
11	Apakah kamu tahu cara bermain bola berekor untuk pembelajaran passing bawah?	27	3
12	Apakah permainan bola berekor untuk pembelajaran passing bawah mudah dilakukan?	26	4
13	Apakah kamu tahu tentang peraturan yang ada dalam permainan bola berekor?	26	4
14	Apakah setiap pemain wajib mentaati peraturan dalam bermain bola berekor ?	26	4
15	Apakah dalam permainan kamu dapat mengetahui	25	5

	peraturan bermain Bola berekor ?		
16	Pernahkah kamu bermain bola voli dengan menggunakan bola berekor?	25	5
17	Apakah kamu melakukan pemanasan sebelum melakukan olahraga?	26	4
18	Apakah kamu mengerti peraturan yang digunakan dalam pembelajaran passing bawah dalam permainan bola berekor?	24	6
19	Apakah kamu tahu cara melakukan passing bawah yang benar?	26	4
20	Apakah bola harus dipassing sebelum menyentuh tanah?	26	4

Lampiran 19

HASIL TANGGAPAN SISWA SIKLUS 2

No	Pertanyaan	Jumlah Respon	
		Ya	Tidak
1	Apakah olahraga bola voli sulit?	28	2
2	Apakah kamu bisa melakukan olahraga bola voli?	28	2
3	Apakah kamu bisa melakukan gerakan passing bawah?	26	4
4	Apakah kamu merasa sulit untuk passing?	26	4
5	Apakah kamu bisa passing bawah dengan baik?	26	4
6	Apakah jari kamu harus menggenggam ketika melakukan passing bawah?	26	4
7	Apakah tubuh kamu harus dalam posisi rendah ketika akan menerima bola?	17	3
8	Apakah kamu menerima bola dengan posisi bola di	27	3

Lanjutan Lamran 19

	depan tubuh kamu ketika akan memassing bola?		
9	Apakah kamu merasa sulit melewati bola di atas net ketika melakukan gerakan passing bawah?	27	3
10	Apakah cara bermain permainan bola berekor lebih mudah dari permainan bola voli sesungguhnya?	27	3
11	Apakah kamu tahu cara bermain bola berekor untuk pembelajaran passing bawah?	27	3
12	Apakah permainan bola berekor untuk pembelajaran passing bawah mudah dilakukan?	27	3
13	Apakah kamu tahu tentang peraturan yang ada dalam permainan bola berekor?	27	1
14	Apakah setiap pemain wajib mentaati peraturan dalam bermain bola berekor ?	26	4

15	Apakah dalam permainan kamu dapat mengetahui peraturan bermain Bola berekor ?	27	3
16	Pernahkah kamu bermain bola voli dengan menggunakan bola berekor?	27	3
17	Apakah kamu melakukan pemanasan sebelum melakukan olahraga?	26	4
18	Apakah kamu mengerti peraturan yang digunakan dalam pembelajaran passing bawah dalam permainan bola berekor?	28	2
19	Apakah kamu tahu cara melakukan passing bawah yang benar?	27	3
20	Apakah bola harus dipassing sebelum menyentuh tanah?	28	2

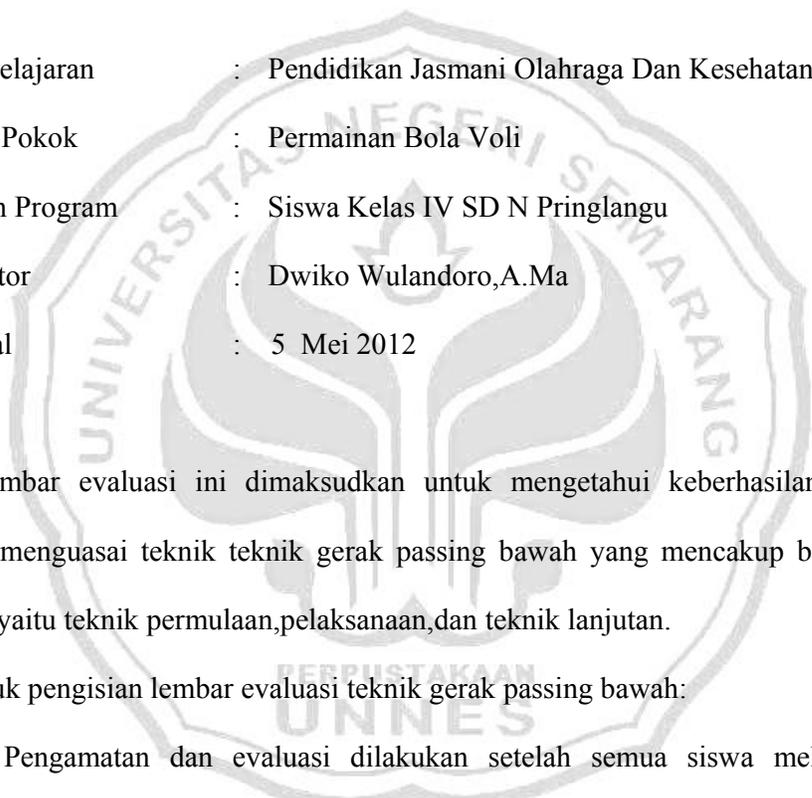
HASIL TANGGAPAN SISWA SIKLUS 2

EVALUASI GERAK

PASSING BAWAH MENGGUNAKAN PERMAINAN BOLA BEREKOR

PADA SISWA KELAS IV

SD N PRINGLANGU KOTA PEKALONGAN



Mata Pelajaran	:	Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan
Materi Pokok	:	Permainan Bola Voli
Sasaran Program	:	Siswa Kelas IV SD N Pringlangu
Evaluator	:	Dwiko Wulandoro,A.Ma
Tanggal	:	5 Mei 2012

Lembar evaluasi ini dimaksudkan untuk mengetahui keberhasilan siswa dalam menguasai teknik teknik gerak passing bawah yang mencakup beberapa teknik yaitu teknik permulaan, pelaksanaan, dan teknik lanjutan.

Petunjuk pengisian lembar evaluasi teknik gerak passing bawah:

1. Pengamatan dan evaluasi dilakukan setelah semua siswa melakukan permainan bola berekor
2. Evaluasi mencakup kesesuaian teknik yang dilakukan siswa, yang meliputi: teknik permulaan, teknik pelaksanaan, dan teknik lanjutan
3. Rentangan evaluasi mulai dari tidak baik sampai dengan sangat baik dengan cara memberi tanda “√” pada kolom yang tersedia.

Keterangan:

1 = tidak efektif

2 = kurang efektif

3 = cukup efektif

4 = efektif

5 = sangat efektif

A. Analisis gerakan passing bawah:

Teknik permulaan

1. Bergerak ke arah bola dan mengatur posisi tubuh
2. Kedua tungkai merenggang santai, bahu terbuka lebar
3. Tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah
4. Bentuk landasan dengan lengan
5. Ibu jari sejajar, siku terkunci

Teknik pelaksanaan

- 1) Terima bola di depan badan
- 2) Alihkan berat badan ke depan
- 3) Pukul bola jauh dari badan, gerakan landasan ke sasaran
- 4) Pinggul bergerak ke depan
- 5) Perhatikan saat bola menyentuh lengan

Teknik lanjutan

- 1) Jari tangan tetap digenggam
- 2) Landasan mengikuti bola kesasaran
- 3) Lengan sejajar di bawah bahu

- 4) Pindahkan berat badan ke arah sasaran
- 5) Perhatikan bola bergerak ke sasaran

B. Teknik penskoran

No	Kriteria	Keterangan
1	<p>Teknik permulaan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bergerak ke arah bola dan mengatur posisi tubuh 2. Kedua tungkai merenggang santai, bahu terbuka lebar 3. Tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah 4. Bentuk landasan dengan lengan 5. Ibu jari sejajar, siku terkunci 	<p>Nilai 5 : siswa dapat melakukan teknik gerakan dengan sempurna</p> <p>Nilai 4 : siswa dapat melakukan 4 gerakan dengan benar</p> <p>Nilai 3 : siswa dapat melakukan 3 gerakan dengan benar</p> <p>Nilai 2 : siswa dapat melakukan 2 atau 1 gerakan dengan benar</p> <p>Nilai 1 : siswa tidak dapat melakukan 4 gerakan dengan benar</p>
2	<p>Teknik pelaksanaan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Terima bola di depan badan 2. Alihkan berat badan ke depan 3. Pukul bola jauh dari badan, gerakan landasan ke sasaran 	<p>Nilai 5 : siswa dapat melakukan teknik gerakan dengan sempurna</p> <p>Nilai 4 : siswa dapat melakukan 4 gerakan dengan benar</p> <p>Nilai 3 : siswa dapat melakukan 3 gerakan dengan benar</p> <p>Nilai 2 : siswa dapat melakukan 2 atau</p>

	4. Pinggul bergerak ke depan	1 gerakan dengan benar
	5. Perhatikan saat bola menyentuh lengan	Nilai 1 : siswa tidak dapat melakukan 4 gerakan dengan benar
3	Teknik lanjutan 1. Jari tangan tetap digenggam 2. Landasan mengikuti bolakesasaran 3. Lengan sejajar di bawah bahu 4. Pindahkan berat badan ke arah sasaran 5. Perhatikan bola bergerak ke sasaran	Nilai 5 : siswa dapat melakukan teknik gerakan dengan sempurna Nilai 4 : siswa dapat melakukan 4 gerakan dengan benar Nilai 3 : siswa dapat melakukan 3 gerakan dengan benar Nilai 2 : siswa dapat melakukan 2 atau 1 gerakan dengan benar Nilai 1 : siswa tidak dapat melakukan 4 gerakan dengan benar

C. Tabel penilaian

No	Nama siswa	Teknik Permulaan					Teknik Pelaksanaan					Teknik Lanjutan				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1	Mirza Tri Setiono															
2	M. Risqi															

Lampiran 23



Mengisi angket



Sikap awal lempar

Lanjutan Lampiran 23



Pemanasan tanpa alat



Pemanasan dengan alat



Pasing Individual



Latihan Pasing Berpasangan



Permainan bola Voli dengan bola berekor



Permainan bola Voli dengan bola berekor