PENINGKATAN HASIL BELAJAR MEMUKUL BOLA KASTI MELALUI PERMAINAN DROP BALL PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI SUMBARANG 01 KECAMATAN JATINEGARA KABUPATEN TEGAL TAHUNPELAJARAN 2015/2016

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata1
Untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan
Pada Universitas Negeri Semarang

Oleh:

ACHMAD FAOZI
NIM 6102914082

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN (FIK)
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2016

ABSTRAK

Achmad Faozi.2016. Peningkatan Hasil Belajar Memukul Bola Kasti Melalui Permainan Drop Ball Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Sumbarang 01 Kecamatan Jatinegara Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.Pembimbing: (1) Drs. Tri Nurharsono, M.Pd, (2) Dr. Imam Santosa Ciptaning Wahyu W., S.Pd., M.Si.

Kata Kunci :HasilBelajar, bola kasti danpermaianan Drop Ball.

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah "apakah pembelajaran memukul bola kasti melalui permainan Drop Ball dapat meningkatkan hasil belajar memukul bola kasti pada siswa kelas IV SD Negeri Sumbarang 01 Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016?"Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah model pembelajaran memukul bola kasti menggunakan permainan Dop Ball dapat meningkatkan hasil belajar memukul bola kasti pada siswa kelas IV SD Negeri Sumbarang 01 Kabupaten Tegal tahun pelajaran 2015/2016

.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas yang terdiri dari 2 siklus. Tiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Penelitian dilakukan di SD Negeri Sumbarang 01 Kabupaten Tegal, dengan subjek penelitian kelas IV dengan jumlah 31 siswa, terdiri dari 16 siswa laki-laki dan 15 siswa perempuan, serta dilaksanakan pada bulan April sampai dengan Mei 2016.Metode dalam penelitian tindakan kelas ini menggunakan data pengamatan secara langsung terhadap proses pembelajaran dengan teknik pengumpulan data, observasi, dokumentasi, serta tes tertulis dan praktek.

Berdasarkan hasil penilaian data awal yang diperoleh, terdapat peningkatan pada hasil belajar siswa pada siklus I dan siklus II. Analisis presentase 39% dengan jumlah 31 siswa yang tuntas sebanyak 12 siswa, kemudian menuju siklus I meningkat dengan presentase 71% dengan jumlah siswa yang tuntas 22 anak dan siklus II meningkat dengan presentase 87%, dengan siswa yang tuntas 27 anak. Penelitian ini berhasil dari indikator keberhasilan yang ditargetkan 85%.

Kesimpulan dari hasil belajar penelitian ini adalah permainan Drop Ball dapat meningkatkan hasil belajar memukul bola kasti pada siswa kelas IV SD Negeri Sumbarang 01 Kecamatan Jatinegara Kabupaten Tegal. Penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif penyampaian pembelajaran dalam dunia pendidikan. Sebaiknya pembelajaran permainan Drop Ball dapat dilaksanakan seperti apa yang telah direncanakan dengan karakteristik siswa Sekolah Dasar, sehingga dapat tercapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sangsi akademik dari Unnes dan sangsi hukum sesuai yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, Mei 2013

Penulis,

METERAI TEMPEL
FBA01ADF663191062
6000

ACHMAD FAOZI
NIM 6102914082

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini yang berjudul "Peningkatan Hasil Belajar Memukul Bola Kasti Melalui Permainan Drop Ball Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Sumbarang 01 Kecamatan Jatinegara Kabupaten Tegal TahunPelajaran 2015/2016", telah disetujui pada:

Hari :

Tanggal :

Pembimbing I	Pembimbing II
12/5 2016	12/5
Drs. Tri Nurharsono, M.Pd.	**Dr.Imam Santosa,M.Si**
NIP. 19600429 198601 1 001	**NIP. 19690529 200112 1 001**

Mengetahui
Ketua Jurusan
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

13/5 2016

Drs. Mugiyo Hartono, M.Pd.
NIP. 19610903 198803 1 002

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi atasnama Mumin Ramadhan NIM 6102914083 Program Studi PJKR denganjudul Peningkatan Hasil Belajar Smash Bola Voli Melalui Modifikas Bola Gantung Pada Siswa Kelas VI SD Negeri Cerih 01 Kecamatan Jatinegara Kabupaten TegalTahun Pelajaran 2015/2016 telahdisahkan dihadapan sidang PanitiaPengujiSkripsiFakultasIlmuKeolahragaanUniversitasNegeri Semarangpada :

Hari : Sabtu

Tanggal : 28 Mei 2016

Panitia Ujian

Ketua	Sekretaris
Prof. Dr. TANDIYO RAHAYU, M.Pd	ANDRI AKHIRUYANTO,S.Pd. M.Pd.
NIP.19610320 198403 2 001	NIP. 19810129 200312 1 001

DewanPenguji

1. RANU BASKORA AJI P. S.Pd. M.Pd (Penguji 1)
   NIP.19741215 199703 2 004
2. Drs.TRI NURHARSONO , M.Pd (Penguji 2)
   NIP.19600429 198601 1 001
3. Dr. IMAM SANTOSA , S.Pd. M.Si (Penguji 3)
   NIP.19690529 200112 1 001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

1. ....sesungguhnya Allah tidak akan mengubah suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. (Q.S Ar-Ra'du : 11)

PERSEMBAHAN

1. Kedua Orang tua Kami Bapak Mukson danibutercinta Siti Aisyah terimakasih atas do'a dan ketulusan hatinya.
2. Istriku tercinta Susi Handayani yang senantiasa mendampingi dalam setiap gerak dan langkahku.
3. Anakku Reynand Khalif El Fazi yang sangat aku sayangi.
4. Semua Keluarga besarku tersayang
5. Teman-teman seperjuangan kelompok Kab. Tegal.
6. Teman-teman guru SDN Sumbarang 01

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan taufik, rahmat, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini tidak lain atas doa restu, bimbingan, bantuan, dandoronganmoril, materiildariberbagaipihak. Untuk itu pada kesempatan ini, penulis menyampaikan rasa terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang
4. Ketua Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang
5. Drs. Tri Nurharsono, M.Pd Pembimbing Utama yang telah memberikan petunjuk, bimbingan, dan pengarahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.
6. Dr.Imam Santosa Ciptaning W., S.Pd. M.Si Pembimbing Pendamping yang telah memberikan petunjuk, bimbingan, dan pengarahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.
7. Bapak/Ibu dosen yang telah memberikan ilmunya selama penulis menuntut ilmu di Universitas negeri Semarang.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

8. Utoyo Raharjo. S.Pd.SD selaku Kepala Sekolah SD Negeri Sumbarang 01 yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
9. Siswa-siswi SD Negeri Sumbarang 01 yang saya banggakan.
10. Teman-teman PKG PJKR angkatan 2014 yang telah banyak membantu pelaksanaan penelitian ini
11. Semuapihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang turut membantu dalam penelitian ini.

Atas segala bantuannya, semoga amal kebaikan bapak, ibu, dan saudara-saudara mendapat balasan yang tiada henti dari Allah SWT.

Akhirnya peneliti berharap semoga hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangsih yang berguna bagi perkembangan pendidikan khususnya pendidikan jasmani.

Semarang, April 2016

Penulis

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR ISI

JUDUL i
ABSTRAK ii
LEMBAR PERNYATAAN iii
LEMBAR PERSETUJUAN iv
LEMBAR PENGESAHAN v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN vi
KATA PENGANTAR vii
DAFTAR ISI ix
DAFTAR TABEL xi
DAFTAR GAMBAR xiii
DAFTAR LAMPIRAN xiv

BAB I PENDAHULUAN
1.1. Latar BelakangMasalah 1
1.2. Rumusan Masalah 5
1.3. TujuanPenelitian 5
1.4. Manfaat Penelitian 5
1.5. Sumber Pemecahan Masalah 6

BAB II LANDASAN TEORI
2.1. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 8
2.1.1. Tujuan dan Fungsi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 9
2.2. Pengertian Belajar 13
2.2.1. Pengertian Hasil Belajar 14
2.2.2. Pengertian Belajar Gerak 15
2.2.3. Gerak Dasar 15
2.2.4. Pengertian Minat 16
2.3. Pengertian Pembelajaran 18
2.3.1. Ciri – ciri Pembelajaran 19
2.3.2. Metode Pembelajaran 21
2.2.4. Setrategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani 21
2.4. Pengertian Evaluasi 22
2.4.1. Kegunaan Evaluasi 23
2.2.4. Syarat dan Petunjuk Dalam Menyusun Alat Evaluasi 24
2.5. Permainan Kasti 25
2.5.1. Gerak Dasar 25
2.5.2. Lapangan Permainan Kasti 32
2.5.3. Peralatan Permainan Kasti 33
2.2.4. Peraturan Permainan Kasti 33
2.2.4. Cara Bermain Kasti 35
2.6. Model Permainan Drop Ball 36
2.6.1. Penerapan Model Permainan Drop Ball 36
2.6.2. Cara Permainan Drop Ball 38
2.6.3. Aturan Bermain 42

BAB III METODE PENELITIAN

3.1. Subjek Penelitian 43
3.2. ObjekPenelitian…….. 43
3.3. Waktu Penelitian..... 43
3.4. Lokasi Penelitian 44
3.5. Metode Penelitian Tindakan Kelas 44
3.5.1.Perencanaan 45
3.5.2.Pelaksanaan Tindakan 45
3.5.3.Pengamatan 46
3.5.4.Dokumentasi 56
3.5.5.Refleksi 46
3.5.5.1.Siklus I 48
3.5.1.2.Siklus II 50
3.6. Teknik Pengumpulan Data 52
3.7. Instrumen Evaluasi 52

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Siklus I..... 55
4.1.1.Perencanaan 55
4.1.2.Tindakan 55
4.1.3.Observasi 59
4.1.4.Refleksi 61
4.2. Siklus II..... 63
4.2.1.Perencanaan 63
4.2.2.Tindakan 63
4.2.3.Observasi 67
4.2.4.Refleksi 69
4.3. Pembahasan Hasil Penelitian 70
4.4. Analisis Pembelajaran..... 71
4.4. Simpulan Siklus Berdsarkan Hasil Belajar..... 72
4.4. Ketuntasan Belajar..... 72

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan..... 73
5.2. Saran..... 73

DAFTAR PUSTAKA..... 75
LAMPIRAN-LAMPIRAN 76

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

1. Rubrik penilaian gerak (psikomotor)..... 53
2.Rubrik penilaian sikap (afektif)..... 53
3.Rubrik penilaian pengetahuan (kognitif)..... 54
4. Lembar penilaian aspek kognitf, aspek afektif, dan aspek psikomotor ... 59
5. Hasil Belajar Siklus I 61
6. Hasil Belajar Siklus II 69

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

1. Melempar Bola Kasti Dari Bawah 26
2. Melempar Bola Kasti Mendatar 27
3. Melempar Bola Kasti Melambung 28
4. Menangkap Bola Bawah, Mendatar, Melambung 29
5. Memukul Bola Mendatar, Melambung, Memantul Tanah 30
6. Berlari 31
7. Lapangan Kasti 32
8. Lapangan Drop Ball 37
9. Baris Berbanjar 38
10. Memukul Drop Ball 39
11. Menuju Tiang Hinggap 40
12. Menunggu di Tiang Hinggap 41
13. Alur Siklus 47
14. Diagram ketuntasan siswa pada siklus I 62
15. Diagram Ketuntasan Siswa Pada Siklus II 70

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Surat Keputusan Pembimbing .....
2. Surat Keputusan Penguji .....
3. Surat Ijin ke Sekolah .....
4. Surat Keterangan dari Sekolah .....
5. Daftar Nilai.....76
5. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) 77
6. Penilaian Aspek Psikomotor Siklus I 85
7. Penilaian Aspek Psikomotor Siklus II 85
8. Rubrik Penilaian Aspek Afektif Siklus I 87
9. Rubrik Penilaian Aspek Afektif Siklus II 87
10. Rubrik Penilaian Aspek Kognitif Siklus I 88
11. Rubrik Penilaian Aspek Kognitif Siklus II 88
12. Dokumentasi Penelitian 99

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani adalah suatu tempat atau wadah untuk dapat menyalurkan hasrat dan keinginan para peserta didik untuk bergerak. Bergerak hakekatnya bukan hanya salah satu kebutuhan alami peserta didik, melainkan dari sisi lain dapat membentuk, membina, dan mengembangkan individu peserta didik kearah yang lebih baik. Sementara itu disisi lain aktivitas gerak dapat meningkatkan kemampuan intelektual peserta didik. Pendidikan jasmani merupakan program pembelajaran yang memberikan perhatian yang proporsional dan memadai pada pembelajaran, yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif.Agus Budhi (2009:iv)

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelaksanaan pendidikan jasmani harus diarahkan pada pencapaian tujuan pendidikan tersebut. Tujuan pendidikan

jasmani bukan aktivitas jasmani itu sendiri, tetapi untuk mengembangkan potensi siswa melalui aktivitas jasmani. Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar pada hakikatnya mempunyai arti, peran dan fungsi yang strategis dalam upaya menciptakan suatu masyarakat yang sehat. Karena peserta didik di sekolah dasar adalah kelompok masyarakat yang sedang tumbuh berkembang, ingin rasa gembira dalam bermain dan memiliki kerawanan yang memerlukan pembinaan dan bimbingan. Oleh karena itu, pendidikan jasmani merupakan suatu wadah pembinaan yang sangat tepat

Bermain pada intinya adalah aktivitas yang digunakan sebagai hiburan. Kita mengartikan bermain sebagai hiburan yang bersifat fisikal yang tidak kompetitif, meskipun bermain tidak harus selalu bersifat fisik. Bermain bukanlah berarti olahraga dan pendidikan jasmani, meskipun elemen dari bermain dapat ditemukan di dalam keduanya.

Penyelenggaraan pendidikan jasmani disekolah dasar selama ini berorientasi pada pengejaran cabang – cabang olahraga yang sifatnya mengarah pada penguasaan tehnik. Padahal hakekatnya pendidikan jasmani adalah gerak .dalam pengertian ini ada dua hal yang harus dipahami yaitu mejadikan gerak sebagai alat pembinaan dan pengembangan pretasi peserta didik. Oleh karena itu pendidikan jasmani dituntut untuk membangkitkan gairah motivasi anak dalam bergerak. Karena bergerak tidak hanya merupakan kebutuhan alami peserta didik sekolah dasar saja, melainkan juga membentuk,membina dan mengembangkan anak. Sementara itu dari sisi lain aktivitaas gerak pun dapat meningkatkan kemanpuan intelektuak peserta didik

Proses belajar mengajar dengan metode yang tepat, akan memberikan hasil pembelajaran yang baik, siswa akan dengan mudah memahami dan

melaksanakan semua kegiatan di dalam proses belajar. Demikian halnya, untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar memukul bola pada permainan kasti ini, maka dengan penerapan metode yang tepat akan dapat meningkatkan kemampuan hasil pukulan yang baik.

Metode latihan yang disebut juga metode ketepatan, merupakan suatu cara mengajar yang baik untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu. Selain itu, metode ini dapat juga digunakan untuk memperoleh suatu ketangkasan, ketepatan, kesempatan, dan keterampilan.Nana Syaodih Sukmadinata (2005:8)

Disamping itu, permainan kasti merupakan suatu olahraga permainan yang dapat dimainkan oleh pria maupun wanita. Permainan kasti termasuk dari beberapa permainan bola kecil, karena pada permainan kasti ini menggunakan bola yang ukurannya kecil seperti pada permainan bola kecil lainnya misalnya tenis lapangan, tenis meja, bulutangkis dan permainan bola kecil lainnya.

Tujuan dari pada permainan kasti ini adalah untuk memukul bola sejauh mungkin dan dapat melewati tiang hinggap dengan cepat serta dapat kembali ke tempat awal untuk mendapatkan poin sebanyak mungkin. Selian itu juga tujuan permainan kasti ini lebih difokuskan pada kerjasama tim dan menggembirakan serta membuat seluruh siswa aktif. Memukul bola merupakan teknik yang harus dikuasai setiap pemain karena sebuah pukulan yang dapat menentukan berhasil tidaknya permainan. Sebagian besar para siswa kurang menguasai teknik-teknik memukul. Pada saat pemukul perkenaan bola, sering terjadi kesalahan, contohnya tidak mengenai sasaran atau bola.

Materi gerak dasar pendidikan jasmani pada kelas IV terdapat di SK 6. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dan nilai-nilai

yang terkandung didalamnyalatihan dasar kebugaranjasmani dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya dan KD 6.1 Mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola kecil beregu dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama regu, sportivitas, dan kejujuran. Pada materi kasti di kelas IV Sekolah Dasar Negeri Sumbarang 01 dari 31 siswa , yang terdiri dari 16 siswa laki-laki dan 15 siswi perempuan masih banyak yang belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) yaitu 75.

Salah satu pendekatan dalam pembelajaran yang dapat digunakan dalam hal ini adalah pendekatan pembelajaran dengan mengarah pada permainan kompetisi secara individu maupun kelompok melalui model permainan Drop Ball. Suatu pendekatan pembelajaran ini dapat membantu siswa mempelajari keterampilan gerak dasar dan mempelajari teknik gerak memukul bola kasti dengan mudah dan benar.

Model permainan Drop Ball dalam pembelajaran gerak dasar, akan dibuat suatu permainan yang mengandung unsur kompetisi dan terdiri dari rangkaian gerak (memukul bola kasti yang dijatuhkan dari depan atas). Keadaan ini akan membantu menumbuhkan motivasi dan kesungguhan dalam pembelajaran memukul bola kasti.

Model permainan Drop Ball pada materi gerak dasar ini berupa permainan kasti yang di modifikasi cara melempar bolanya,yang biasa di lempar dari depan tetapi diganti dengan dijatuhkan dari depan atas si pemukul.

Tujuan model permainan Drop Ball adalah agar siswa merasa senang dan antusias mengikuti pembelajaran gerak dasar. Dengan perasaan suka dan antusias pada pembelajaran tersebut membuat siswa aktif dalam mengikuti pembelajaran serta lebih mudah menguasai materi yang diajarkan.

Berdasarkan uraian di atas mendorong peneliti untuk melakukan peneltian tindakan kelas (PTK) yang diformulasikan dalam judul PTK *"PENINGKATAN HASIL BELAJAR MEMUKUL BOLA KASTI MELALUI PERMAINAN DROP BALL PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI SUMBARANG 01 KECAMATAN JATINEGARA KABUPATEN TEGAL"*

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembahasan di atas, maka rumusan masalah yang diteliti adalah "Apakah melalui *permainan drop ball* dapat meningkatkan hasil belajar memukul bola kasti pada siswa kelas IV SD Negeri Sumbarang 01 kecamatan Jatinegara kabupaten Tegal ? "

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana meningkatkan pembelajaran gerak memukul bola kasti melalui model permainan Drop Ball pada siswa kelas IV SD Negeri Sumbarang 01.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti, para pendidik, dan pembaca pada umumnya. Manfaat tersebut antara lain sebagai berikut:

a. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan suatu referensi bagi guru pendidikan jasmani dalam melaksanakan proses pembelajaran serta dapat memberikan informasi secara ilmiah dan dapat memberikan masukan kepada

semua pihak pengajar khususnya bagi pengajar pendidikan jasmani dalam usaha menanamkan arti pentingnya sebuah pembelajaran dengan model training

b. Secara Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan perbandingan mengenai pembelajaran pendidikan jasmani antara menggunakan pembelajaran yang konvensional dengan pembelajaran dengan model training. Hal ini diharapkan bisa membantu guru pendidikan jasmani dalam mengatasi kesulitan pada proses pembelajaran terutama bagi sekolah–sekolah dasar yang memiliki keterbatasan sarana dan prasarana. Dan diharapkan juga bagi siswa agar bisa lebih aktif dan partisipatif dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada saat pembelajaran gerak dasar.

1.5. Sumber Pemecahan Masalah

Melalui pendekatan permainan yang tepat diharapkan siswa tidak hanya dapat pengetahuan, namun juga memiliki kesan yang mendalam tentang materi pelajaran, sehingga dapat mendorong siswa untuk mengimplementasikan konsep nilai-nilai mata pelajaran dalam kehidupan sehari-sehari. Kurang lancarnya pelaksanaan pembelajaran strategi permainan yang disebabkan karena siswa kurang menguasai gerak dasar, dapat diatasi dengan cara pengalihan fokus perhatiannya ke pemahaman permainan, penguasaan gerak dasar. Pembelajaran permainan tidak harus kecabang olahraga resmi, tetapi dapat berupa permainan-permainan yang memiliki dasar-dasar strategi yang diperlukan dalam cabang olahraga yang sebenarnya. Dasar-dasar strategi permainan harus diperkenalkan kepada siswa secara bertahap melalui permainan sederhana.

Melalui Model Permainan Drop Balldiharapkan kegiatan pembelajaran akan tetap dapat dilaksanakan dengan berbagai keterbasan sarana prasarana yang dimiliki sekolah maupun keterbatasan kondisi fisik siswa Sekolah Dasar. Selain itu diharapkan kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan dapat menjadi lebih menarik dan lebih memotivasi siswa untuk aktif terlibat dalam kegiatan pembelajaran yang pada akhirnya hasil belajar yang dicapai siswa dapat optimal.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatanmerupakan pendidikan yang menggunakan aktifitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan. Bentuk-bentuk aktifitas yang digunakan oleh anak sekolah adalah bentuk gerak olahraga sehingga kurikulum pendidikan jasmani di sekolah diajarkan menurut cabang-cabang olahraga. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan melalui aktifitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, intelektual dan emosional. Adang Suherman (2000:1)

Pendidikan jasmani sebagai 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 Samsudin (2008:2)

Berdasarkan uraian tersebut di atas dapat dikatakan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai bagian pendidikan secara keseluruhan yang prosesnya menggunakan aktifitas jasmani/gerak sebagai alat-alat pendidikan maupun sebagai tujuan yang hendak dicapai adalah menanamkan sikap dan kebiasaan berhidup sehat dengan memanfaatkan pengetahuan dan pengalaman tentang kesehatan, baik yang diperoleh secara formal melalui program sekolah ataupun pengetahuan dan pengalaman yang diperoleh diluar sekolah. Pendidikan jasmani, mempunyai peran dalam pembinaan dan

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

pengembangan individu maupun kelompok dalam pemantapan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, serta emosional yang selaras dan seimbang.

2.1.1 Tujuan dan Fungsi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menurut Depdiknas (2003:2) ialah membantu siswa untuk peningkatan kesegaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif, serta kemampuan gerak dasar dan perkembangan jasmani, agar dapat :

a) Tercapainya pertumbuhan dan perkembangan jasmani khususnya tinggi dan berat badan.
b) Terbentuknya sikap dan perilaku : disiplin, kejujuran, kerjasama dalam mengikuti peraturan dan ketentuan yang berlaku.
c) Menyenangi aktifitas jasmani yang dipakai dalam pengisian waktu luang serta kebiasaan hidup sehat.
d) Mempunyai kemampuan untuk menjelaskan tentang manfaat pendidikan jasmani dan kesehatan, serta mempunyai kemampuan penampilan, keterampilan gerak yang benar dan efisien.
e) Meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan, serta daya tahan tubuh terhadap penyakit.

Sedangkan fungsi dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah untuk mengembangkan berbagai aspek dalam diri siswa yang meliputi aspek organik, aspek neuromuskuler, aspek perseptual, aspek kognitif, aspek sosial, dan aspek emosional. Depdiknas (2003:4).

1) Aspek organik

Pengembangan aspek organik pada siswa melalui penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya adalah :

a) Fungsi sistem tubuh menjadi lebih baik sehingga individual dapat memahami tuntutan lingkunganya
b) Meningkatkan daya tahan yaitu kemampuan otot atau kelompok otot untuk menahan kerja dalam waktu yang lama.
c) Meningkatkan kekuatan yaitu jumlah tenaga maksimal yang dikeluarkan oleh otot atau kelompok otot.
d) Meningkatkan daya tahan kardiovaskuler, kapasitas individual untuk melakukan aktivitas yang berat secara terus menerus dalam waktu lama.
e) Meningkatkan fleksibilitas, yaitu rentang gerak dalam persendian yang diperlukan untuk menghasilkan gerakan yang efisien dan mengulangi cidera.

2) Aspek neuromuskuler

Pengembangan aspek neuromuskuler pada siswa melalui penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya adalah :

a) Meningkatkan keharmonisan antara fungsi saraf dan otot.
b) Mengembangkan keterampilan lokomotor, seperi; memukul, berlari, menangkap dan yang lainnya.
c) Mengembangkan keterampilan non-lokomotor, seperti; mengayun, melengkung, meliuk, bergoyang, meregang, menekuk, menggantung, membongkok.
d) Mengembangkan faktor-faktor gerak, seperti; ketepatan, irama, rasa gerak, power, waktu reaksi, kelincahan.

e) Mengembangkan keterampilan dasar manipulatif, seperti; memukul, menendang, menagkap, berhenti, melempar, mengubah arah, memantulkan.

f) Mengembangkan keterampilan olahraga, seperti; bermain kasti, sepak bola, softball, bola voli, bola basket, baseball, atletik, tenis, beladiri, dan lain sebagainya.

g) Mengembangkan keterampilan rekreasi, seperti; menjelajah, mendaki, berkemah, berenang.

3) Aspek perceptual

Pengembangan aspek perceptual pada siswa melalui penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya adalah :

a) Mengembangkan kemampuan menerima dan membedakan isyarat.

b) Mengembangkan hubungan-hubungan yang berkaitan dengan tempat atau ruang, yaitu kemampuan mengenali obyek yang ada didepan, belakang, bawah, sebelah kanan, sebelah kiri.

c) Mengembangkan kordinasi gerak visual yaitu kemampuan mengkordinasikan pandangan dengan keterampilan gerak yang melibatkan tangan, tubuh dan kaki.

d) Mengembangkankeseimbangan tubuh yaitu;kemampuan mempertahankan keseimbangan statis dan dinamis.

e) Mengembangkan dominasi yaitu konsistensi dalam menggunakan tangan atau kaki kanan atau kaki kiri dalam melempar dan menendang.

f) Mengembangkan lateralis, yaitu; kemampuan membedakan antara sisi kanan, atau sisi kiri tubuh diantara bagian dalam kanan atau kiri tubuhnya sendiri.

g) Mengembankan image tubuh, yaitu; kesadaran bagian tubuhatau seluruh tubuh dan hubunganya tempat atau ruang.

4) Aspek kognitif

Pengembangan aspek kognitif pada siswa melalui penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya adalah :

a) Mengembangkan kemampuan menggali, menemukan sesuatu, memahami, memperoleh pengetahuan dan membuat keputusan.

b) Meningkatkan pengetahuan peraturan permainan, keselamatan dan etika.

c) Mengembangkan kemampuan penggunaan strategi dan teknik yang terlibat dalam aktivitas yang terorganisasi.

d) Meningkatkan pengetahuan bagaimana fungsi tubuh dan hubunganya dengan aktivitas jasmani.

e) Menghargai kinerja tubuh; penggunaan pertimbangan yang berhubungan dengan jarak, waktu, tempat, bentuk, kecepatan, dan arah yang digunakan dalam mengimplementasikan aktivitas dan dirinya.

f) Meningkatkan pemahaman tentang memecahkan memecahkan problem-problem perkembangan melalui gerak.

5) Aspek sosial

Pengembangan aspek sosial pada siswa melalui penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya adalah :

a) Menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungan dimana berada.

b) Mengembangkan kemampuan membuat pertimbangan dan keputusan dalam situasi kelompok.

c) Belajar komunikasi dengan orang lain.

d) Mengembangkan kemampuan bertukar pikiran dan mengevaluasi ide dalam kelompok.

e) Mengembangkan kepribadian, sikap dan nilai agar dapat berfungsi sebagai anggota masyarakat.

f) Mengembangkan rasa memiliki dan rasa diterima dimasyarakat.

g) Mengembangkan sifat-sifat kepribadian yang positif.

h) Belajar menggunakan waktu luang yang konstruktif.

i) Mengembangkan sikap yang mencerninkan karakter moral yang baik.

6) Aspek emosional

Pengembangan aspek emosional pada siswa melalui penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya adalah :

a) Mengembangkan respon yang sehat terhadap aktivitas jasmani.

b) Mengembangkan reaksi yang positif sebagai penonton.

c) Melepas ketegangan melalui aktivitas fisik yang tepat.

d) Memberikan saluran untuk mengekspresikan diri dan kreativitas.

e) Menghargai pengalaman estetika dari berbagai aktivitas yang relevan.

2.2 Pengertian Belajar

Menurut pengertian secara psikologis, belajar merupakan suatu proses perubahan yaitu tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Perubahan–perubahan tersebut akan nyata dalam seluruh aspek tingkah laku, dan pengertian belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungan. Sumiati(2009:38)

Belajar dalam suatu aktivitas mental atau psikis yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan, yang menghasilkan perubahan dalam pengetahuan pemahaman, keterampilan, dan nilai sikap. *Johnson, L. A* (2009:198)

Berdasarkan pada pengertian di atas pada prinsipnya tujuan belajar yaitu perubahan tingkah laku, hanya yang berbeda dalam hal atau usaha pencapaiannya. Menurut Slameto (2003:4) Perubahan tingkah laku tersebut mempunyai ciri–ciri sebagai berikut :

1. Perubahan terjadi secara sadar
2. Perubahan dalam belajar bersifat kontinyu dan fungsional
3. Perubahan dalam belajar bersifat positif dan aktif
4. Perubahan dalam belajar bersifat sementara
5. Perubahan dalam belajar bertujuan atau terarah
6. Perubahan mencakup aspek tingkah laku.

2.2.1 Pengertian Hasil Belajar

Pengertian hasil belajar adalah terjadinya perubahan tingkah laku pada diri siswa, yang dapat diamati dan diukur dalam perubahan pengetahuan sikap dan keterampilan. Perubahan dapat diartikan terjadinya peningkatan dan pengembangan yang lebih baik dibandingkan dengan sebelumnya.

Dari beberapa pengertian hasil belajar dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah suatu kemampuan atau keterampilan yang dimiliki oleh siswa setelah siswa tersebut mengalami aktivitas belajar.

2.2.2 Pengertian Belajar Gerak

Belajar gerak adalah suatu proses yang berhubungan dengan latihan atau pengalaman yang mengarah pada terjadinya perubahan-perubahan yang relative permanen dalam kemampuan seseorang untuk menampilkan gerakan-gerakan yang terampil.

belajar gerak adalah sebagai tingkah laku atau perubahan kecakapan yang mampu bertahan dalam waktu tertentu, dan bukan berasal dari proses pertumbuhan. Conni R (2009:83)

Belajar gerak meliputi tiga tahap, pertama tahap orientasi, yakni penguasaan informasi. Kedua, tahap pemantapan gerak melalui latihan berdasarkan informasi yang diperoleh. Ketiga, tahap otomatisasi, yaitu keterampilan itu dapat dilakukan secara otomatis.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, dapat kita simpulkan bahwa belajar gerak merupakan suatu proses yang di dalamnya terjadi penyampaian informasi, pemberian latihan dan perubahan yang terjadi akibat latihan relatif permanen. Penyampaian informasi dalam belajar gerak dapat berupa penjelasan dan pemberian contoh gerakan.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.2.3 Gerak Dasar

Pada dasarnya gerak dasar manusia adalah jalan, lari, lompat dan lempar Bentuk gerakan dasar tersebut telah dimiliki oleh murid-murid sekolah dasar. Gerak dasar lempar merupakan gerak dasar lokomotor yang perlu dikembangkan di sekolah dasar di samping gerak dasar yang lainnya. Gerak dasar lokomotor merupakan dasar macam-macam keterampilan yang sangat

perlu adanya bimbingan, latihan dan pengembangan agar anak-anak dapat melaksanakan dengan benar dan baik.

Sebagian besar gerak dasar lokomotor berkembang sebagai hasil dari beberapa tahap kematangan, namun yang menjadi permasalahannya sekarang adalah bagaimana cara menanamkan dan mengembangkan bentuk-bentuk gerak dasar yang telah dimiliknya itu, agar dapat dilakukan dengan benar dan baik.

kemampuan gerak dasar dapat diterapkan dalam aneka permainan, olahraga, dan aktivitas jasmani yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui aktivitas bermain, sangatlah tepat untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar anak di sekolah dasar, karena pada dasarnya dunia anak-anak adalah bermain.

Untuk itulah penulis pada kesempatan ini akan mencoba menyajikan pembelajaran memukul bola kasti untuk anak-anak kelas IV di sekolah dasar menggunakan permainan Drop Ball.

2.2.4 Pengertian Minat

Minat merupakan masalah yang paling penting di dalam pendidikan. Apalagi bila dikaitkan dengan aktifitas seseorang didalam kehidupan sehari-hari. Minat yang ada pada diri seseorang akan memberi gambaran dalam aktifitas untuk mencapai suatu tujuan.

Minat dapat diartikan sebagai rasa senang atau tidak senang dalam menghadapi suatu objek. Minat berkaitan dengan perasaan suka atau senang dari seseorang terhadap suatu objek. Minat sangat besar pengaruhnya dalam mencapai prestasi dalam suatu pekerjaan, jabatan atau karir. Tidak akan

mungkin orang yang tidak berminat akan suatu pekerjaan akan dapat menyelesaikan pekerjaan tersebut dengan baik. Mohamad Surya (2004:100)

Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu diluar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minat. suatu minat dapat diekspresikan melalui suatu pernyataan yang menunjukkan bahwa siswa lebih menyukai suatu hal daripada hal lainnya, dapat pula dimanifestasikan melalui partisipasi dalam suatu aktifitas. Siswa yang memiliki minat terhadap subjek tertentu cenderung untuk memberikan perhatian yang lebih besar terhadap subjek tersebut. Minat tidak dibawa sejak lahir. Slameto (2003:180)

Seseorang yang berminat terhadap suatu aktivitas akan memperhatikan aktivitas itu secara konsisten dan rasa senang. Selain itu dapat juga diimplementasikan melalui partisipasi aktif dalam suatu kegiatan dan memberikan perhatian yang lebih besar terhadap sesuatu yang diminati tanpa menghiraukan sesuatu yang lain. Saiful Bahri Djamarah (2002:132-133) Beberapa hal yang mempengaruhi minat anak pada sekolah yaitu :

1) Pengalaman dini sekolah,
2) Pengaruh orang tua,
3) Sikap saudara kandung,
4) Sikap teman sebaya,
5) Penerimaan oleh kelompok teman sebaya,
6) Keberhasilan akademik,
7) Sikap terhadap pekerjaan.

Berdasarkan uraian di atas maka faktor-faktor yang mempengaruhi adanya minat sebagai berikut:

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Faktor intrinsik atau faktor dari dalam yaitu minat dipengaruhi oleh kekuatan –kekuatan yang mendorong dari dalam diri seseorang yang terdiri dari rasa tertarik, rasa senang, adanya perhatian dan ada kemauan untuk melakukan suatu kegiatan.

Faktor ekstrinsik atau faktor dari luar diri seseorang. Dalam pembelajaran penjasorkes pengaruh dari luar tersebut adalah guru penjasorkes, alat dan fasilitas, metode yang digunakan guru dan materi yang diberikan guru kepada anak didik.

2.3 Pengertian Pembelajaran

Secara umum, pembelajaran adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru sedemikian rupa sehingga tingkah laku siswa berubah ke arah yang lebih baik. Pembelajaran yang bersifat pasif dan verbalitis yaitu suatu usaha guna memberikan materi pelajaran sedemikian rupa sehingga siswa hanya diberi atau menerima. Sumiati (2009:1)

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah kegiatan belajar dan mengajar yang mana keduanya saling berhubungan. Dalam proses pembelajaran terjadi interaksi antara siswa dan guru yang mana terjadi perubahan tingkah laku yang bersifat pengetahuan, keterampilan, nilai dan sikap. Pada hakekatnya pembelajaran merupakan kegiatan yang dilakukan oleh pendidik secara terprogram agar siswa mampu belajar secara aktif. Proses pembelajaran dilakukan untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan, dan kreativitas siswa.

2.3.1 Ciri–Ciri Pembelajaran

Adapun ciri-ciri pembelajaran yang menganut unsur-unsur dinamis dalam proses belajar siswa sebagai berikut :

1) Motivasi belajar

Motivasi dapat dikatakan sebagai serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi kondisi tertentu, sehingga seseorang itu mau dan ingin melakukan sesuatu, dan bila ia tidak suka, maka ia akan berusaha mengelakkan perasaan tidak suka itu. Jadi, motivasi dapat dirangsang dari luar, tetapi motivasi itu tumbuh di dalam diri seseorang.

2) Bahan belajar

Yakni segala informasi yang berupa fakta, prinsip dan konsep yang diperlukan untuk mencapai tujuan pembelajaran. Selain bahan yang berupa informasi, maka perlu diusahakan isi pengajaran dapat merangsang daya cipta agar menumbuhkan dorongan pada diri siswa untuk memecahkannya sehingga kelas menjadi hidup.

3) Alat Bantu belajar

Semua alat yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran, dengan maksud untuk menyampaikan pesan (informasi)) dari sumber (guru maupun sumber lain) kepada penerima (siswa). Inforamsi yang disampaikan melalui media harus dapat diterima oleh siswa, dengan menggunakan salah satu ataupun gabungan beberaapa alat indera mereka. Sehingga, apabila pengajaran disampaikan dengan bantuan gambar-gambar, foto, grafik, dan sebagainya, dan siswa diberi kesempatan untuk melihat, memegang, meraba, atau mengerjakan sendiri maka memudahkan siswa untuk mengerti pengajaran tersebut.

4) Suasana belajar

Suasana yang dapat menimbulkan aktivitas atau gairah pada siswa adalah apabila terjadi :

a. Adanya komunikasi dua arah (antara guru-siswa maupun sebaliknya) yang intim dan hangat, sehingga hubungan guru-siswa yang secara hakiki setara dan dapat berbuat bersama.

b. Adanya kegairahan dan kegembiraan belajar. Hal ini dapat terjadi apabila isi pelajaran yang disediakan berkesusaian dengan karakteristik siswa.

c. Kegairahan dan kegembiraan belajar jug adapat ditimbulkan dari media, selain isis pelajaran yang disesuaiakan dengan karakteristik siswa, juga didukung oleh factor intern siswa yaitu sehat jasmani, ada minat, perhatian, motivasi, dan lain sebagainya.

d. Kondisi siswa yang belajar

Mengenai kondisi siswa, adapat dikemukakan di sini sebagai berikut : Siswa memilki sifat yang unik, artinya anatara anak yang satu dengan yang lainnya berbeda dan Kesamaan siwa, yaitu memiliki langkah-langkah perkenbangan, dan memiliki potensi yang perlu diaktualisasikan melalui pembelajaran. Kondisi siswa sendiri sangat dipengaruhi oleh faktor intern dan juga faktor luar, yaitu segala sesuatu yang ada di luar diri siswa, termasuk situasi pembelajaran yang diciptakan guru. Oleh Karena itu kegiatan pembelajaran lebih menekankan pada peranan dan partisipasi siswa, bukan peran guru yang dominant, tetapi lebih berperan sebagai fasilitator, motivator, dan pembimbing.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.3.2 MetodePembelajaran

Model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematik dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar tertentu serta berfungsi sebagai pedoman para perancang pembelajaran dan para pengajar dalam merencanakan dan melakukan aktivitas pembelajaran. Kegiatan belajar yang telah dirancang dan dilaksanakan dengan penuh keahlian guru dapat menghasilkan suasana dan pembelajaran yang efektif.

2.3.3 Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani

Strategi Pengajaran sebagai Sistem Penyajian. Fungsi guru yang utama dan penting untuk membedakan strategi pengajaran adalah dalam hal pemilihan materi, penyajian tugas, penyusunan tahapan pembelajaran, pemberian umpan balik dan penilaian.

Macam-macam Strategi Pengajaran (Ada 7 strategi), yaitu:

1) Pengajaran interaktif (*interactive teaching*) maksudnya guru dominan dalam proses belajar mengajar atau gaya komando guru menyuruh-siswa melakukan, guru bertanya-siswa menjawab.
2) Pengajaran berpangkalan/berpos (*station teaching*),gaya latihan prosesnya seperti circuit training.
3) Pengajaran sesama teman (*peer teaching*) gaya resiprokal
4) Pembelajaran (*cooperative learning*), dalam prosesnya siswa diberi tugas untuk menyelesaikannya secara berkelompok.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

5) Strategi pengajaran diri (*self instructional strategies*), dalam prosesnya siswa diberi tugas/masalah yang harus diselesaikan sendiri dalam jangka waktu tertentu dan sistem tutorial berlaku.

6) Strategi kognitif (*cognitive strategies*), strategi yang memerlukan fungsi kognitif seperti pemecahan masalah, yang dapat dilakukan dengan konvergen dan divergen.

7) Pengajaran beregu (*team teaching*), melibatkan lebih dari 1 guru untuk mengajar pada kelompok-kelompok

2.4 Pengertian Evaluasi

Evaluasi merupakan subsistem yang sangat penting dan sangat dibutuhkan dalam sistem pendidikan, karena evaluasi dapat mencerminkan seberapa jauh perkembangan atau kemajuan hasil pendidikan. Dengan evaluasi, maka maju dan mundurnya kualitas pendidikan dapat diketahui dan dengan evaluasi kita dapat mengetahui titik kelemahan dan jalan keluar untuk berubah menjadi lebih baik. Secara umum evaluasi diartikan suatu proses sistemik untuk mengetahui tingkat keberhasilan suatu program fungsi dan prosedur evaluasi pembelajaran. Asra (2009:12)

Evaluasi dapat diartikan sebagai suatu kegiatan yang terencana untuk mengetahui keadaan suatu objek dengan menggunakan instrument dan hasilnya dibandingkan dengan suatu tolak ukur untuk memperoleh suatu kesimpulan.

Sehingga dapat disimpulkan evaluasi adalah proses mendiskripsikan, mengumpulkan, dan menyajikan suatu informasi yang bermanfaat untuk pertimbangan dan pengambilan keputusan.

Evaluasi merupakan suatu proses yang berkelanjutan yang mendasari keseluruhan kegiatan pembelajaran yang baik. Dan bertujuan untuk mengetahui sampai sejauhmana efisiensi proses pembelajaran yang dilakasanakan dan efektifitas pencapaian tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dalam hal ini yang dievaluasi adalah karakteristik siswa dengan menggunakan suatu tolak ukur tertentu. Karakteristik–karakteristik tersebut dalam ruang lingkup kegiatan belajar–mengajar adalah tampilan siswa dalam bidang kognitif (pengetahuan dan intelektual), afektif (sikap, minat, dan motivasi), psikomotor (ketrerampilan, gerak, dan tindakan) dan tampilan itu dapat dievaluasi secara lisan, tertulis, maupun perbuatan. Mohammad Asrori (2009:112).

2.4.1 Kegunaan Evaluasi

Secara umum tujuan evaluasi pembelajaran adalah untuk mengetahui efektivitas proses pembelajaran yang telah dilaksanakan.

Tujuan evaluasi adalah untuk :

a) Mengetahui tingkat penguasaan peserta didik terhadap kompetensi yang telah ditetapkan
b) Mengetahui kesulitan–kesulitan yang dialami peserta didik dalam proses belajar, sehingga dapat dilakukan diagnosis dan kemungkinan memberikan remedial teaching
c) Mengetahui efisiensi dan efektifitas strategi pembelajaran yang digunakan guru, baik yang menyangkut metode, media maupun sumber–sumber belajar.
d) Menentukan angka kemajuan atau hasil belajar pada siswa yang berfungsi sebagai :

1) Laporan kepada orang tua / wali siswa
2) Penentuan kenaikan kelas
3) Penentuan kelulusan siswa

e) Penempatan siswa ke dalam situasi belajar–mengajar yang tepat dan serasi dengan tingkat kemampuan, minat, dan berbagai karakteristik yang dimiliki.

f) Mengenal latar belakang siswa (psikologis, fisik, dan lingkungan) yang berguna baik bagi penempatan maupun penentuan sebab–sebab kesulitan belajar para siswa.

g) Sebagai umpan balik bagi guru, yang pada gilirannya dapat digunakan untuk memperbaiki proses belajar–mengajar dan program remedial bagi siswa.

2.4.2 Syarat Dan Petunjuk Dalam Menyusun Alat Evaluasi

Dalam penyusunan alat evaluasi, ada beberapa syarat dan petunjuk yang perlu diperhatikan yakni:

a) Pendidik harus menetapkan dulu segi–segi apa yang akan dinilai sehingga benar–benar terbatas serta dapat member petunjut bagaimana dan dengan alat apa dari segi tersebut dapat kita nilai

b) Pendidik harus menetapkan alat evaluasi yang betu–betul *valid* dan *relibel* yang berarti taraf ketepatan dan ketetapan tes dengan aspek yang akan dinilai

c) Penilaian harus objektif yang artinya menilai prestasi peserta didik sebagaimana adanya

d) Hasil penilaian tersebut harus betul–betul diolah dengan teliti sehingga dapat ditafsirkan berdasarkan kriteria yang berlaku dan

e) Alat evaluasi yang dibuat hendaknya mengandung unsur diagnosis yang artinya dapat dijadikan bahan untuk mencari kelemahan peserta didik dan pendidik.

2.5 Permainan Kasti

Permainan kasti sudah dikenal sejak dulu. Bahkan, sejak zaman penjajahan Belanda dan Jepang, permainan ini sudah ada. Permainan ini seringdilakukandi sekolah-sekolah bahkan di masyarakat pun sering ditemukan. Namun, akhir-akhir ini permainan kasti sudah jarang ditemukan apalagi dalampertandingan dalam kompetisi resmi. Kasti merupakan salah satu permainan bola kecil karena menggunakanbola kecil seukuran bola tenis lapangan. Permainan ini dimainkanoleh dua regu, yaitu regu pemukul dan regu penjaga. Regu pemukul berusahamengumpulkan nilai dengan memukul bola kemudian mengelilingi lapangan.Adapun regu penjaga berusaha menangkap bola, kemudian mematikan regupemukul. Regu yang paling banyak mengumpulkan nilai, merekalah yangkeluar sebagai pemenang. Untuk bisa memainkan permainan ini tidak memerlukan lapangan yangbegitu luas.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.5.1 Gerak Dasar

Agar dapat bermain kasti dengan baik kita dituntut menguasai teknik dasar bermain kasti. Adapun teknik dasar permainan kasti ada 3, yaitu teknik melempar, menangkap, dan memukul bola.

a. Teknik Melempar Bola

1) Melempar Bola Menyusur Tanah

Cara melakukan:

a) Bola dipegang pada pangkal ruas jari tangan

b) Posisi badan membungkuk

c) Ayunan lengan belakang ke depan melalui bawah

d) Bola dilempar menyusur tanah ke sasaran

Gambar 1.1 *Melempar bola bawah*

Sumber : Buku Penjas Orkes (Deni Kurniadi 2010:5)

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2) Melempar Bola Mendatar

Cara melakukan:

a) Bola dipegang pada pangkal ruas jari tangan, diantara jari telunjuk, jari tengah, dan jari manis. Sedangkan jari kelingking dan ibu jari mengontrol bola agar tidak jatuh

b) Badan condong ke belakang, ayunan lengan dari bawah ke atas

c) Bola dilempar mendatar setinggi dada ke arah sasaran

Gambar 1.2 *Melempar bola mendatar*

Sumber : Buku Penjas Orkes (Deni Kurniadi 2010:5)

3) Melempar Bola Melambung

Cara melakukan:

a) Bola dipegang pada pangkal ruas jari tangan, diantara jari telunjuk, jari tengah, dan jari manis. Sedangkan jari kelingking dan ibu jari mengontrol bola agar tidak jatuh

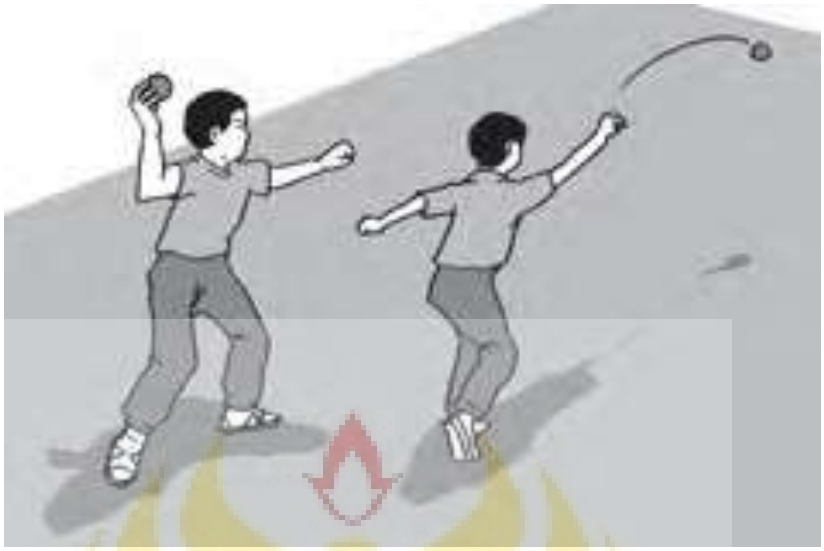
b) Badan condong ke belakang, ayunan lengan dari bawah ke atas

c) Melempar dengan tangan terkuat. Apabila melempar dengan tangan kanan, maka kaki kiri berada di depan, begitu sebaliknya.

d) Bola dilempar melambung diikuti gerakan lanjutan dengan melangkahkan kaki k;belakang ke depan.

e) Pandangan mata ke arah sasaran lemparan

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG



Gambar 1.3 *Melempar bola melambung*

Sumber : Buku Penjas Orkes (Deni Kurniadi 2010:5)

4) Melempar Bola Memantul Tanah

Cara melakukan:

a) Posisi kaki ditekuk dan badan condong ke depan

b) Ayunan lengan ke arah depan bawah

c) Bola dilempar memantul tanah ke sasaran

b. Teknik Menangkap Bola

Teknik menangkap bola kasti ada 4 macam, yaitu:

1) Menangkap Bola Mendatar

2) Menangkap Bola Melambung

3) Menangkap Bola Menyusur Tanah

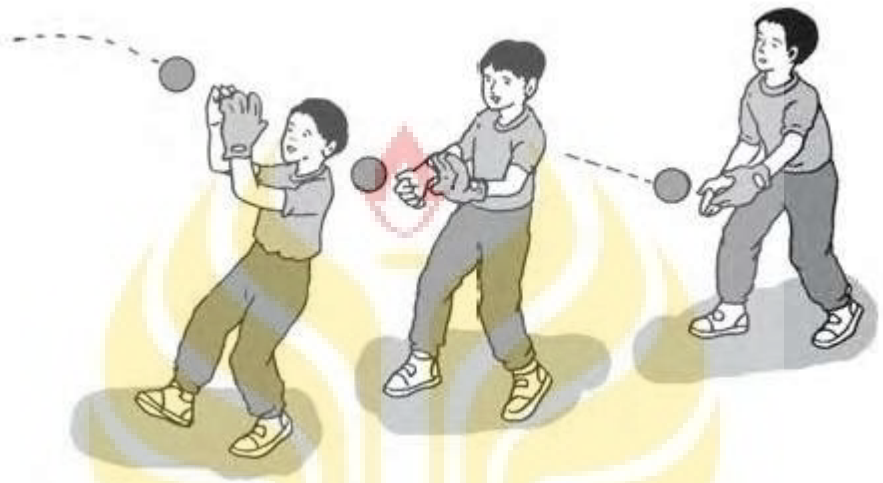
4) Menangkap Bola Memantul Tanah

Cara melakukan 4 teknik ini pada dasarnya sama, yaitu

a) Pandangan mata tertuju pada arah datangnya bola

b) Menangkap dengan kedua tangan dengan kedua telapak tangan dibuka membentuk setengah bola

c) Saat perkenaan bola pertama dengan telapak tangan, diikuti sedikit tarikan tangan ke belakang.



Gambar 1.4 *Menangkap bola bawah, mendatar, dan melambung*

Sumber : Buku Penjas Orkes (Deni Kurniadi 2010:6)

c. Teknik Melambungkan Bola

Teknik melambungkan bola digunakan untuk memberikan umpan yang baik kepada pemukul.

Cara melakukan:

1) Berdiri tegak Jika melempar dengan tangan kanan, maka kaki kanan berada di depan

2) Bola dipegang dengan tangan kanan di depan paha kanan

3) Badan condong ke depan

4) Putar lengan kanan (yang memegang bola) ke belakang 360°

5) Langkahkan kaki kiri ke depan, ayunkan lengan ke depan dan lepaskan bola saat berada di samping paha kanan disertai lecutan pergelangan tangan

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

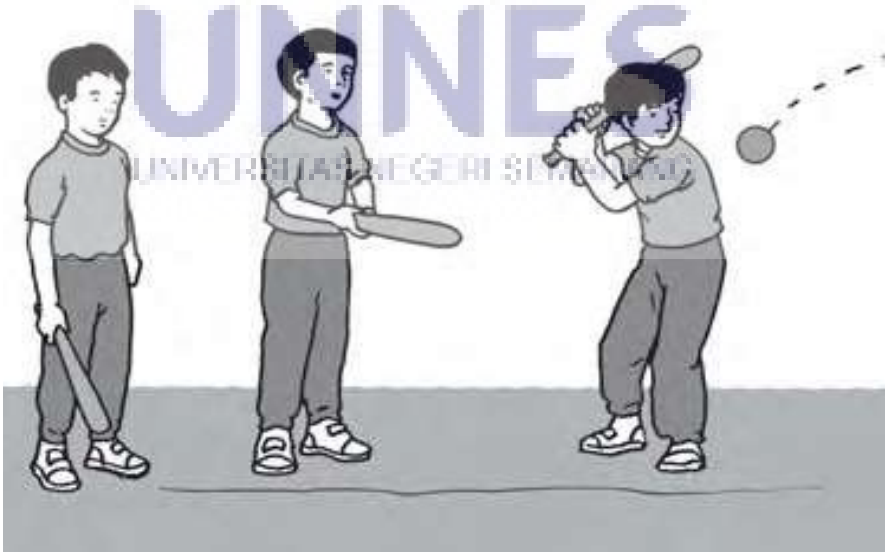
d. Teknik Memukul Bola

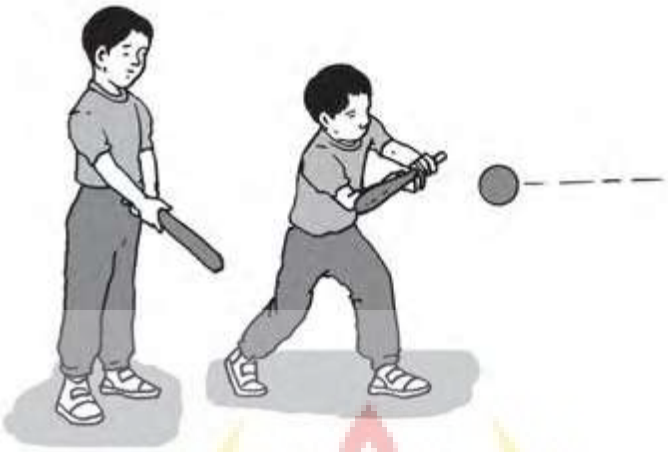
Cara melakukan:

1) Pegang alat pemukul di bagian yang lebih kecil dengan satu tangan
2) Berdiri menyamping sehingga pelambung berada di samping kiri pemukul
3) Kedua kaki dibuka selebar bahu
4) Letakkan alat pemukul di atas bahu sebelah kanan dengan siku tangan yang memegang alat pemukul ditekuk
5) Pandangan ke arah pelambungdan datangnya bola
6) Ayunkan alat pemukul dengan meluruskan siku disertai lecutan pergelangan tangan saat bola dalam jangkauan pukulan
7) Diikuti gerakan lanjutan dengan melangkahkan kaki belakang ke depan

Teknik memukul bola ada 4 macam, yaitu:

1) Memukul Bola Mendatar
2) Memukul Bola Melambung
3) Memukul Bola Memantul Tanah



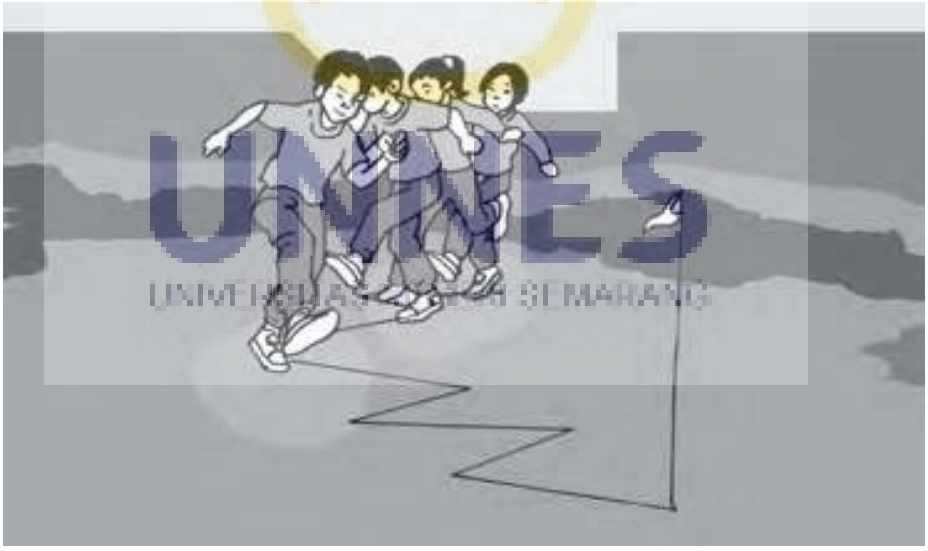


Gambar 1.5 *Memukul bola mendatar dan melambung*

Sumber : Buku Penjas Orkes (Deni Kurniadi 2010:5)

e. Berlari

Teknik berlari dalam permainankasti yaitu lari lurus dan lari berbelok-belok. Kemampuan ini bermanfaat bagi regu pemukul untukmenghindari terkena lemparan bola dari regu penjaga.



Gambar 1.6 *Berlari belok-belok*

Sumber : Buku Penjas Orkes (Deni Kurniadi 2010:5)

2.5.2 Lapangan Permainan Kasti

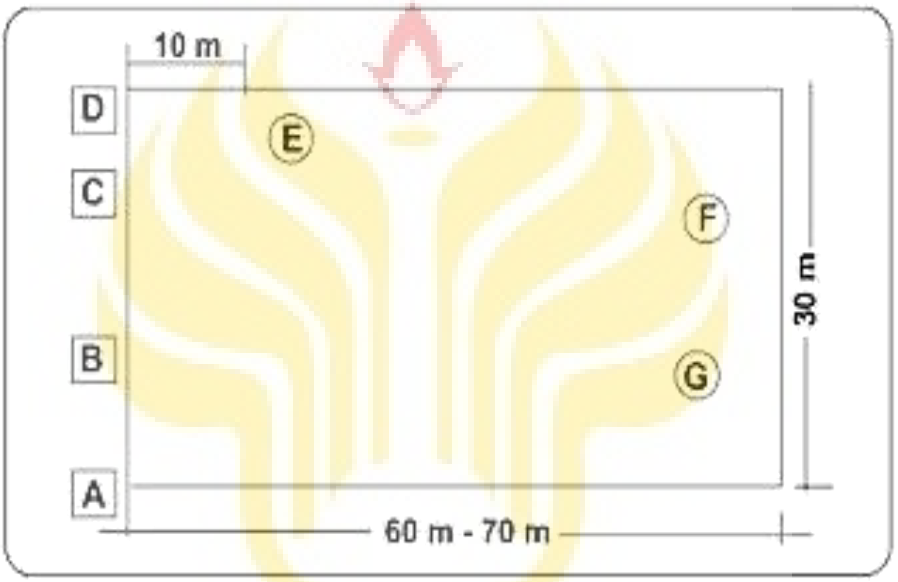
Lapangan kasti berbentuk persegi panjang dengan ukuran:

Panjang : 60 – 70 meter

Lebar : 30 meter

Ruang hinggap : 3

Ruang bebas : 1



Gambar 1.7 *lapangan kasti*

Sumber : Buku Penjas Orkes (Deni Kurniadi 2010:4)

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Keterangan Gambar:

A : Ruang bebas atau ruang tunggu

B : Tempat pelempar (pelambung)

C: Tempat pemukul

D : Tempat penjaga belakang

E : Tiang hinggap pertama

F : Tiang hinggap kedua

G : Tiang hinggap ketiga

2.5.3 Peralatan Permainan Kasti

Pada permainan kasti, alat-alat yang diperlukan yaitu alat pemukul dan bola kasti. Alat pemukul terbuat dari kayu dengan panjang 50-60 sentimeter. Penampangnya berbentuk oval atau bulat telur dengan lebar penampang tidak lebih dari 5 sentimeter dan memiliki ketebalan 3 sentimeter. Bola kasti terbuat dari karet atau kulit dengan ukuran lingkaran 19-20 centi meter dan memiliki berat 70-80 gram.

2.5.4 Peraturan Permainan Kasti

1) Jumlah Pemain

Jumlah pemain kasti tiap regu adalah 12 orang, dengan salah satu pemain bertindak sebagai kapten. Setiap pemain wajib mengenakan nomor dada dari 1 sampai 2.

2) Waktu Permainan

Waktu permainan dilakukan dalam 2 babak. Tiap-tiap babak 20 – 30 menit. Diantara tiap babak diberikan istirahat 15 menit.

3) Wasit

Pertandingan kasti dipimpin oleh seorang wasit dibantu 3 orang penjaga garis dan 1 orang pencatat waktu.

4) Regu Pemukul

a) Setiap pemain berhak memukul satu kali, kecuali pemain terakhir berhak memukul sampai 3 kali.

b) Sesudah memukul, alat pemukul harus diletakkan di dalam ruang pemukul. Apabila alat pemukul diletakkan di luar, maka pemain tersebut tidak

mendapatkan nilai, kecuali jika ia segera meletakkannya di dalam ruang pemukul.

c) Pukulan dinyatakan benar apabila bola yang dipukul melampaui garis pukul, tidak jatuh di ruang bebas, dan tidak mengenai tangan pemukul.

5) Regu Penjaga

Regu penjaga bertugas:

a) Mematikan lawan dengan cara melemparkan bola ke pemukul atau menangkap langsung bola yang dipukul melambung oleh regu pemukul.

b) Membakar ruang bebas dengan cara menempati ruang bebas jika kosong.

6) Pelambung

Pelambung bertugas:

a) Melambungkan bola sesuai permintaan pemukul

b) Jika bola yang dilambungkan oleh pelambung tidak sesuai dengan permintaan pemukul, maka pemukul boleh untuk tidak memukulnya. Jika ini terjadi sampai 3 kali berturut-turut maka pemukul dapat berlari bebas ke tiang pemberhentian pertama.

7) Pergantian Tempat

Pergantian tempat antara regu pemukul dan regu penjaga terjadi apabila:

a) Salah seorang regu pemukul terkena lemparan bola

b) Bola pukulan regu pemukul ditangkap langsung oleh regu penjaga sebanyak 3 kali berturut-turut.

c) Alat pemukul lepas ketika memukul

8) Cara Mendapatkan Nilai

a) Pemain berhasil memukul bola, kemudian lari ke pemberhentian I, II, III, dan ruang bebas secara bertahap, mendapat nilai 1.

b) Pemain berhasil berlari melewati tiang-tiang pemberhentian dan kembali ke ruang bebas atas pukulannya sendiri, mendapat nilai 2.

c) Regu penjaga menangkap langsung bola lambung yang dipukul oleh regu pemukul, mendapat nilai 1.

d) Regu yang mendapatkan nilai paling banyak dinyatakan sebagai pemenang.

2.5.5 Cara Bermain Kasti

Setelah menguasai beberapa teknik dasar permainan kasti dan memahami peraturan permainannya, selanjutnya adalah mempraktikkan bagaimana cara bermain kasti dengan benar. Dalam bermain kasti dibutuhkan kerjasama tim dan rasa tanggung jawab. Selain itu yang paling penting adalah sikap untuk selalu menjaga sportifitas.

Sebelum memulai bermain kasti, hendaknya ditentukan dulu dua regu yang akan bermain. Tiap-tiap regu berjumlah 12 pemain. Bagi siswa yang belum mendapatkan giliran bermain, hendaknya melihat di sisi lapangan sambil mempelajari kejadian-kejadian di lapangan.

2.6 Model permainan Drop Ball

Model pembelajaran merupakan salah satu komponen utama dalam menciptakan suasana belajar yang aktif, inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan.

Proses permainan Drop Ball bisa mengadaptasi model pembelajaran yang menyenangkan. Fokusmerupakan kunci yang diterapkan dalam permainan Drop Ball.

Membuat atau membangun metode permainan Drop Ball sendiri bisa dilakukan dengan berbagai cara diantaranya mengakomodir setiap karakteristik diri siswa. Artinya mengukur daya kemampuan serap ilmu masing-masing siswa.

Proses kreatif dimaksudkan agar guru menciptakan kegiatan belajar yang beragam sehingga memenuhi berbagai tingkat kemampuan siswa. Keadaan yang aktif dan menyenangkan tidaklah cukup jika proses pembelajaran tidak efektif, yaitu tidak menghasilkan apa yang harus dikuasai siswa setelah proses pembelajaran berlangsung, sebab pembelajaran memiliki sejumlah tujuan pembelajaran yang harus dicapai. Jika pembelajaran hanya aktif dan menyenangkan tetapi tidak efektif, maka pembelajaran tersebut tak ubahnya seperti bermain biasa, maka keefektifan dalam proses pembelajaran harus diutamakan.

2.6.1 Penerapan Model Permainan Drop Ball

Model pembelajaran gerak memukul bola kasti yang di jatuhkan dari depan atas ini adalah model permainan untuk memberikan siswa pengetahuan mengenai gerak dasar yang bertujuan untuk membekali siswa agar mengetahui cara memukul dengan benar, selain itu memberikan kreasi permainan baru melalui model permainan Drop Ball pada pembelajaran gerak memukul. Memukul bola kasti yang di jatuhkan dari atas adalah Permainan yang diterapkan pada pembelajaran gerak memukul bertujuan untuk membantu siswa dalam melatih cara ketepatan memukul dengan benar. Pada saat melakukan permainan ini, siswa dituntut untuk focus dalam memukul bola yang di jatuhkan. Cara sedemikian rupa akan menjadikan siswa berusaha untuk melakukan

dengan berhati-hati. Secara otomatis akan membantu membiasakan memukul dengan benar.

Penerapan permainan gerak memukul yaitu dengan menggunakan peralatan permaianan kasti. Penerapan gerak memukul yaitu dengan menggunakan bola yang dijatuhkan dari depan si pemukul dibiarkan agar memantul tanah terlebih dulukemudian bola tersebut dipukul lalu si pemukul dan penjatuh bola lari menuju ke tiang hinggap pertama diteruskan lari menuju ketiang hinggap kedua setelah pemukul kedua mendapat giliran untuk memukul dan seterusnya sampe pemukul pertama kembali ke tempat semula.

Dengan model permainan Drop Ball pendidik dapat mengetahui aspek kognitif, afektif, psikomotor, dan fisik yang ada dalam materi pelajaran. Berikut ini adalah gambar penerapan pembelajaran permainan Drop Ball.

Gambar2.1*Lapangan Drop Ball*
Sumber : dokumen peneliti (dibuat 11 April 2016)

Keterangan Gambar:

A : Ruang bebas atau ruang tunggu

B : Tempat penjatuh bola (balok/ kursi)

C : Tempat pemukul

D : Tiang hinggap pertama

E : Tiang hinggap kedua

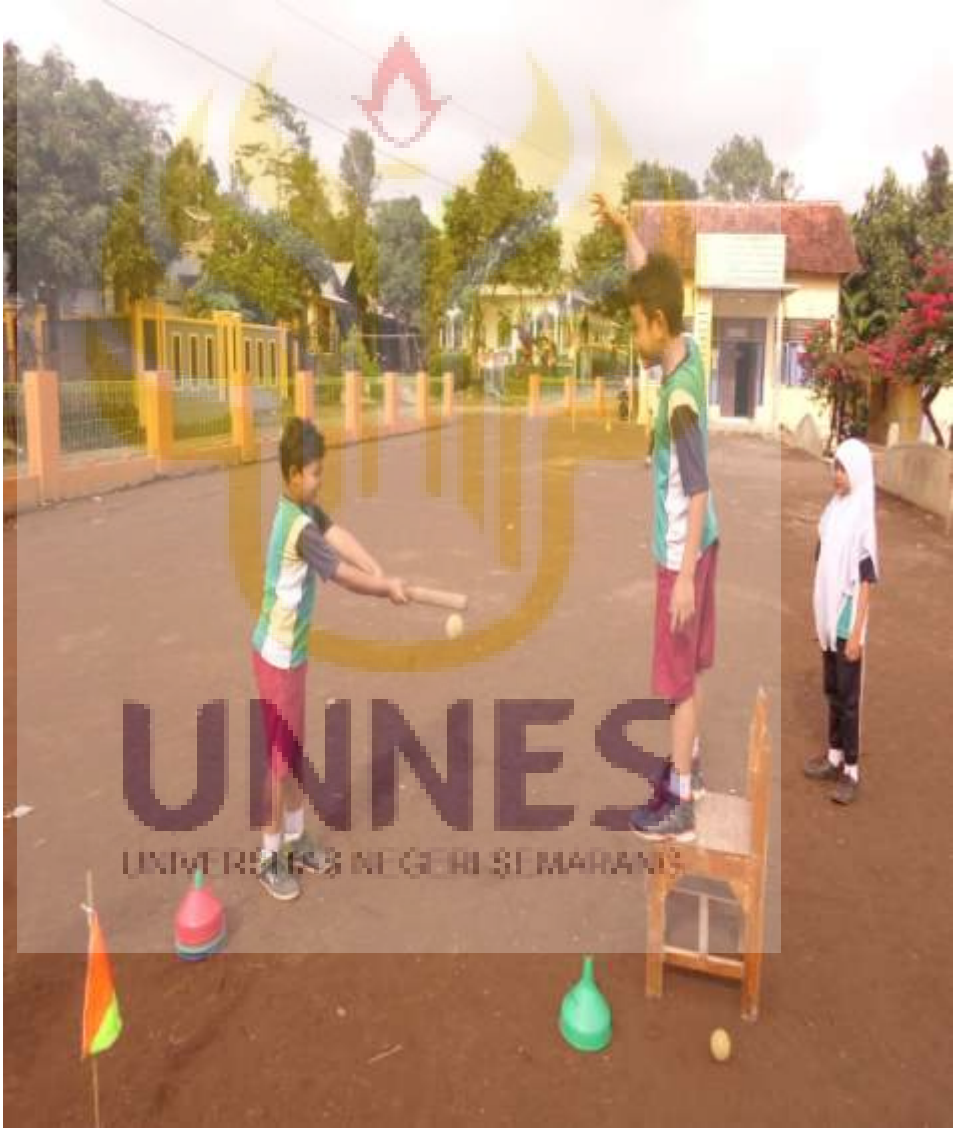
F : Tiang hinggap ketiga

2.6.2 Cara Permainan Drop Ball:

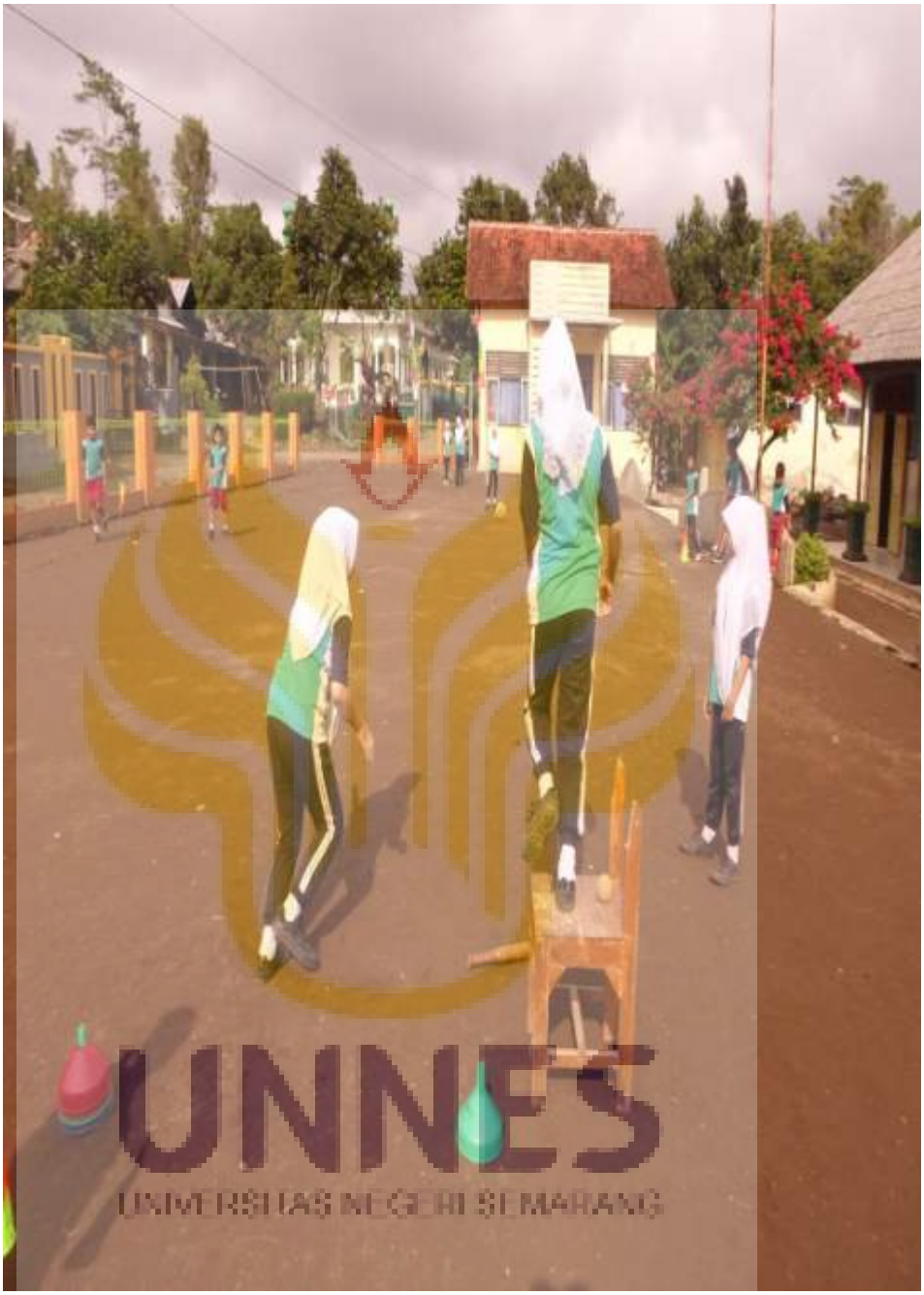
1) Siswa dibariskan menjadi dua berbanjar regu pemukul dan regu penjatuh bola. Dari ruang tunggu siswa mendapat giliran untuk memukul dan menjatuhkan bola, salah satu dari masing masing regu itu berjaga mengambil bola.

Gambar 2.2 *Baris berbanjar*
Sumber : dokumen peneliti (diambil 16 Maret 2016)

2) Permainan dimulai pemukul pertama dan penjatuh bola setelah melakukan lalu berlari ke tiang hinggap secara berurutan sampai pemukul dan penjatuh bola yang terahir.



Gambar 2.2 *Memukul bola Drop Ball*
Sumber : dokumen peneliti (diambil 16 Maret 2016)



Gambar 2.4 *Menuju tiang hinggap*
Sumber : dokumen peneliti (diambil 16 Maret 2016)

Gambar 2.5 *Menunggu di tiang hinggap*
Sumber : dokumen peneliti diambil (16 Maret 2016)

3) Masing – masing regu bergantian mendapat giliran menjadi regu pemukul dan penjatuh bola setelah semua anggota regu melakukan permainan.

4) Setelah selesai kedua regu dikumpulkan untuk mendapatkan evaluasi permainan.

2.6.3 Aturan Bermain

Aturan permainan gerak dasar tersebut tidak baku, peraturan ini dapat dibuat sesuai dengan keinginan guru. Peraturan-peraturan ini antara lain sebagai berikut:

1) Pemain dibagi menjadi dua kelompok yang masing-masing kelompok mempunyai nomor urutan dalam kelompoknya.
2) Semua siswa wajib mengikuti kecuali siswa yang sedang sakit.
3) Regu yang paling banyak mendapatkan pukulan yang mengenai bola dianggap sebagai pemenang
4) Apabila terjadi nilai yang sama maka akan di pertandingkan ulang

Pada model permainan Drop Ball ini dapat meningkatkan teknik gerak dasar permainan kasti seperti memukul, melempar bola, dan lari menuju tiang hinggap karena permainan ini mengandung teknik gerak dasar permainan kasti, yaitu:

1) Memukul bola kasti dengan tepat
2) Menjatuhkan bola sebagai pengganti melempar bola kasti
3) Menangkap bola yang dipukul
4) Melempar bola kasti ketika mendapatkan bola yang dipukul
5) Berlari menuju ke tiang hinggap secara berurutan

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Penelitian Tindakan Kelas yang berjudul "PENINGKATAN HASIL BELAJAR MEMUKUL BOLA KASTI MELALUI PERMAINAN DROP BALL PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI SUMBARANG 01 KECAMATAN JATINEGARA KABUPATEN TEGAL TAHUN 2015/2016" menghasilkan simpulan sebagai berikut :

Pembelajaran memukul bola kasti dengan menggunakan permainan Drop Ball memiliki dampak positif dalam meningkatkan hasil belajar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus, yaitu dari siklus I 71% dan siklus II 87%.

5.2 Saran

1) Bagi Guru

Galilah ide – ide kreatif untuk meningkatkan kualitas belajar mengajar, ciptakan pembelajaran yang praktis, aktif, inovatif, kreatif, efektif, menyehatkan, gembira dan berbobot. Dalam mengajar guru harus mempunyai tujuan agar semua ranah dalam embelajaran dapat terpenuhi.

2) Bagi Sekolah

Semoga lebih dapat mencukupi sarana dan prasarana agar kegiatan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat berjalan dengan baik.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

3) Bagi Pembaca

Semoga pembaca dapat mengambil hasil yang positif dari apa yang ada dipenelitian ini guna memperbaiki maupun sebagai tambahan pengetahuan dalam pembelajaran

4) Untuk Lembaga Pendidikan

Dapat digunakan sebagai bahan diskusi dalam kegiatan Kelompok Kerja Guru (KKG), serta dapat dijadikan *referensi.*

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto,Suharsimi dkk. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara

Arikunto, Suharsimi dkk.2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.

Adang, Suherman, 2000. *prinsip – prinsip perkembangan dan modifikasi permainan*. Semarang, Depdiknas

Asrori, Muhammad. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: CV Wacana Prima

Budhi, Agus, Pariman dan Nuryono. 2010. *Penjasorkes.* Jakarta: Pusat Pembukuan Kementrian Pendidikan Nasional.

Buku Panduan Penulisan Sekripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan. 2014. UniversitasNegeri Semarang

Johson, LouAnne. 2009. *Pengajaran Yang Kreatif Dan Menarik*.Jakarta: PT Macanan Jaya Cemerlang.

Kurniadi,Deni dan suro prapanca. 2010 *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk sekolah Dasar/ Madrasah Ibtidaiyah Kelas IV.* Jakarta: CV. Thursina.

Sukmadinata, Nana Syaodih.2008. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Sumiati dan Asra, 2009. *Metode Pembelajaran.*Bandung: CV Wacana Prima

Semiawan, Conny. 2009. *Penerapan Pembelajaran Pada Anak*. Jakarta: PTMacanan Jaya Cemerlang.

Wriaatmadja, Rochiati. 2009. *Metode Penlitian Tindakan Kelas*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.