



**PENERAPAN PERMAINAN BOLA TANGAN MODIFIKASI TERHADAP
HASIL BELAJAR BOLA TANGAN MELALUI MODEL
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI BAGI SISWA KELAS V SD
NEGERI 1 KARANGRANDU PECANGAAN KABUPATEN JEPARA
TAHUN AJARAN 2010/2011**

SKRIPSI

Diajukan Dalam Rangka Penyelesaian Studi Strata I

Untuk Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

PMUKHAMAD KHAMDUN

NIM 6101406560

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2011

ABSTRAK

Mukhamad Khamdun. 2011. *Penerapan Permainan Bola Tangan Modifikasi Terhadap Hasil Belajar Bola Tangan Melalui Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Bagi Siswa Kelas V SD Negeri 1 Karangrandu Pecangaan Kabupaten Jepara Tahun Ajaran 2010/2011*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing I: Drs. Bambang Priyono, M. Pd., Dosen Pembimbing II: Imam Santosa, S. Pd., M. Si.

Kata kunci: permainan bola tangan modifikasi, hasil belajar, dan model pembelajaran

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang terdiri atas dua siklus. Setiap siklus terdiri atas 4 tahap yaitu perencanaan, tindakan, observasi (pengamatan), dan refleksi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas penerapan permainan bola tangan modifikasi terhadap hasil belajar bola tangan melalui model pembelajaran pendidikan jasmani bagi siswa kelas V SD Negeri 1 Karangrandu Pecangaan Kabupaten Jepara tahun ajaran 2010/2011. Metode pokok yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode dokumentasi untuk memperoleh data nama siswa kelas V dan observasi (pengamatan) yang digunakan untuk memperoleh data keterampilan siswa yang meliputi aspek psikomotor dan aspek afektif siswa, sedangkan angket diberikan untuk mengetahui pemahaman siswa terhadap materi modifikasi bola tangan dan tanggapan atau respon siswa terhadap modifikasi bola tangan.

Data hasil pengamatan unjuk kerja psikomotor diperoleh hasil pada siklus I rata-rata mencapai 68,75% (cukup baik) dan mengalami kenaikan pada siklus II yang mencapai 84,72 % (baik), hasil dari kedua siklus tersebut kemudian dianalisis dengan rumus *Hake's normalized gain* dan mengalami peningkatan sebesar 0,5% dengan kriteria sedang (*middle gain*). Data hasil pengamatan afektif pada siklus I mencapai 72,92 % (cukup baik) pada siklus kedua mengalami peningkatan mencapai 88,89 % (baik) setelah dianalisis dengan rumus *Hake's normalized gain* kemudian mengalami peningkatan sebesar 0,57 % dengan kriteria sedang (*middle gain*). Data hasil penilaian pemahaman siswa (kognitif) siklus I sebesar 77,13 % (baik), siklus II 88,80 % (baik) setelah dianalisis dengan rumus *Hake's normalized gain* dan mengalami peningkatan sebesar 0,51 % dengan kriteria sedang (*middle gain*). Sedangkan untuk tanggapan siswa atau respon siswa terhadap modifikasi permainan bola tangan pada siklus I sebesar 88,06 % (baik) sedangkan pada siklus II sebesar 98,87 % (baik). Secara keseluruhan nilai yang diperoleh untuk setiap aspek pernyataan dalam angket mengalami peningkatan.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, terbukti bahwa permainan bola tangan modifikasi melalui model pembelajaran jasmani dapat meningkatkan hasil belajar bola tangan siswa. Oleh sebab itu, guru Penjas Orkes peneliti sarankan untuk menggunakan permainan bola tangan modifikasi sebagai salah satu alternatif pembelajaran bola tangan.

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi ini hasil karya sendiri. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.

Semarang, 2011

Penulis,

Mukhamad Khamdun
NIM. 6101406560



LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian skripsi.

Hari :

Tanggal :

Pembimbing I

Pembimbing II

Bambang Priyono, M. Pd.
NIP. 19600422198601 1 001

Imam Santosa, S. Pd., M. Si
NIP. 19690529 2001 12 1 001

Mengetahui,
Ketua jurusan PJKR

PERPUSTAKAAN
UNNES

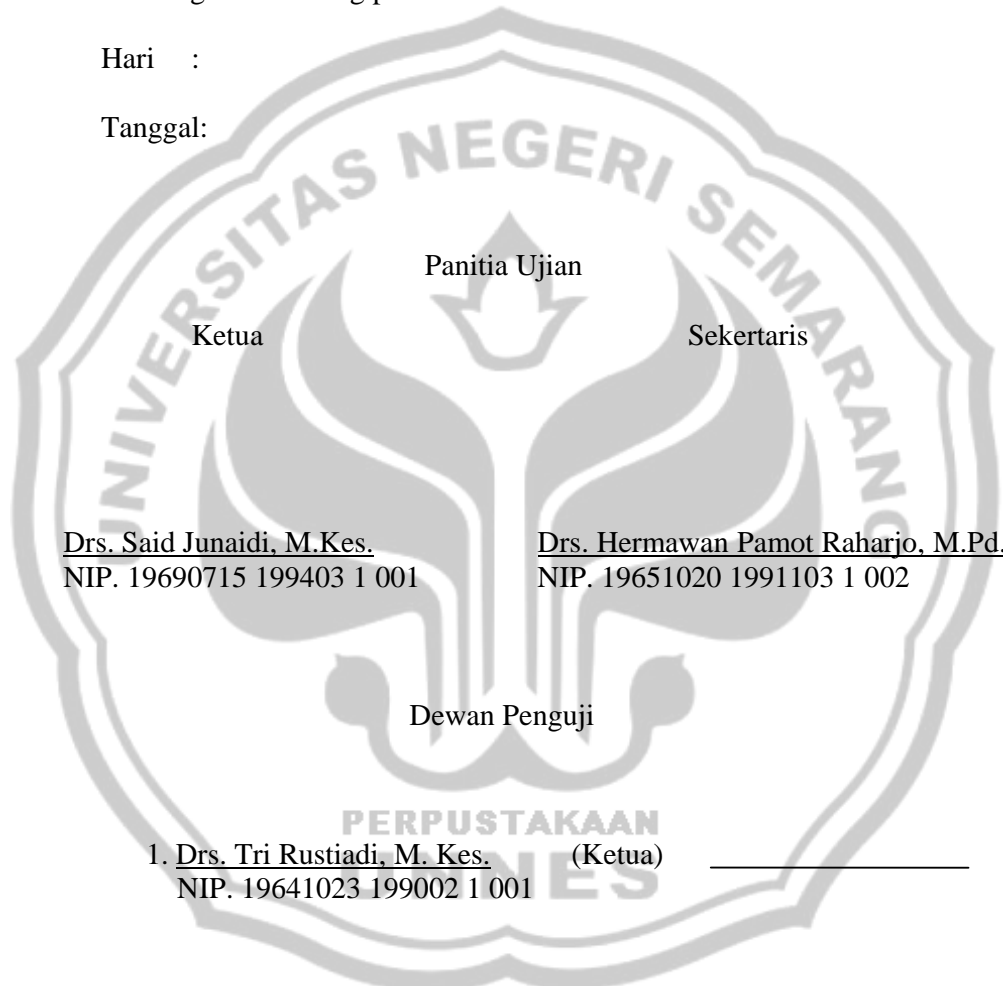
Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd
NIP. 19651020 199103 1 002

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi telah dipertahankan dihadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada :

Hari :

Tanggal:



Panitia Ujian

Ketua

Sekretaris

Drs. Said Junaidi, M.Kes.
NIP. 19690715 199403 1 001

Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd.
NIP. 19651020 1991103 1 002

Dewan Penguji

1. Drs. Tri Rustiadi, M. Kes. (Ketua) _____
NIP. 19641023 199002 1 001

2. Drs. Bambang Priyono, M. Pd. (Anggota) _____
NIP. 19600422 198601 1 001

3. Imam Santosa, S. Pd., M. Si. (Anggota) _____
NIP. 19690529 200112 1 001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Barangsiapa menempuh perjalanan untuk mencari ilmu, maka Allah akan memudahkan baginya jalan menuju surga (*Hadits riwayat Muslim*).

Barang siapa mau berusaha, maka dia yang akan mendapatkan (*pepatah Arab*).



Persembahan

Karya kecil ini penulis persembahkan untuk:

1. Bapak dan Ibu tercinta;
2. Kedua kakakku;
3. Keponakanku;
4. Sri Hayati, S. Pd. Tercinta yang selalu menyemangatiku;
5. Teman-teman PJKR '06;
6. Almamaterku;

KATA PENGANTAR

Puji syukur, Alhamdulillah, penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan kasih sayang-Nya, sehingga penulis berhasil menyelesaikan skripsi yang berjudul “Penerapan Permainan Bola Tangan Modifikasi Terhadap Hasil Belajar Bola Tangan Melalui Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Bagi Siswa Kelas V SD Negeri 1 Karangrandu Pecangaan Kabupaten Jepara Tahun Ajaran 2010/2011”.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tersusunnya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh sebab itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Drs. Harry Pramono, M. Si, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
2. Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M. Pd, Ketua Jurusan PJKR Universitas Negeri Semarang.
3. Drs. Bambang Priyono, M. Pd, Pembimbing I yang telah sabar memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
4. Imam Santosa, S. Pd., M. Si., Pembimbing II yang telah membantu membimbing dan memberikan arahan kepada penulis.
5. Suharno, S. Pd., Kepala SD N 1 Karangrandu Pecangaan Jepara yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
6. Puji Rahayuningsih, S. Pd., Guru Penjas Orkes yang telah memberikan bantuan dan masukan kepada peneliti selama melakukan penelitian.

7. Keluarga penulis, yang tiada henti mengalirkan bulir-bulir doa demi kelancaran studi penulis.
8. Keluarga besar SD N 1 Karangrandu Kecamatan Pecangaan Kabupaten Jepara yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian.
9. Teman-teman kos Senja, yang telah memberikan warna baru dalam kehidupan penulis.
10. Tsabit Azinar Ahmad, S. Pd, M. Pd., Ghani Purwadi, dan Ahmad Wahyudi, terima kasih atas *support*, bantuan, dan kritiknya, sehingga skripsi ini lebih baik.
11. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu terselesainya skripsi ini.

Penulis juga menyadari bahwa skripsi ini hanyalah satu dari sekian banyak penelitian tindakan kelas yang telah dilakukan. Maka kritik dan saran konstruktif akan menjadikan skripsi ini menjadi lebih baik. Harapan penulis semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak.

Semarang, Januari 2011

Penulis

DAFTAR ISI

JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERNYATAAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PENGESAHAN KELULUSAN	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Penegasan Istilah	6
1.6 Sumber Pemecahan Masalah	9
BAB II. LANDASAN TEORI	11
2.1 Permainan	11
2.2 Permainan Bola Tangan	13
2.3 Modifikasi Permainan	20
2.4 Landasan Pengembangan dan Modifikasi Olahraga	23
2.5 Kriteria Memodifikasi Permainan	24
2.6 Hasil Belajar	24
2.7 Model Pembelajaran	25
2.8 Pendidikan Jasmani	26

2.9 Karakteristik Anak SD	34
2.10 Perbedaan Bola Tangan Asli Dengan Modifikasi	36
2.11 Kerangka Berpikir	38
2.12 Hipotesis Tindakan	40
BAB III. METODE PENELITIAN	41
3.1 Subjek Penelitian	41
3.2 Lokasi Penelitian	42
3.3 Waktu Penelitian	42
3.4 Fokus Penelitian	42
3.5 Prosedur Kerja Penelitian Tindakan Kelas	42
3.6 Pelaksanaan Penelitian	43
3.7 Teknik Pengumpulan Data	53
3.8 Instrumen Pengumpulan Data	54
3.9 Uji Validitas dan Reabilitas	56
3.10 Analisis Data	59
3.11 Indikator Kinerja (Keberhasilan)	61
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	62
4.1	Hasil
Penelitian	62
4.1.1	Siklus
I	62
4.1.2	Siklus
II	66
4.2	Pemba
hasan	72
BAB V. PENUTUP	81
5.1	Kesim
pulan	81

5.2.....	Saran
82	
DAFTAR PUSTAKA	83

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perbedaan Modifikasi Bola Tangan.....	36
Tabel 2. Hasil Validasi Pengamatan	58
Tabel 3. Hasil Validasi Angket.....	58
Tabel 4. Hasil Pengamatan Psikomotor	72
Tabel 5. Hasil Pengamatan Afektif.....	74
Tabel 6. Hasil Penilaian Pemahaman Siswa (Kognitif).....	75
Tabel 7. Hasil Respon atau Tanggapan Siswa.....	77

PERPUSTAKAAN
UNNES

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Lapangan Bola Tangan <i>Out Door</i>	13
Gambar 2. Gawang Lapangan <i>Out Door</i>	14
Gambar 3. Lapangan Bola Tangan <i>Indoor</i>	16
Gambar 4. Teknik Menangkap Bola.....	17
Gambar 5. Teknik Mengoper atau Melempar Bola	18
Gambar 6. Teknik Menggiring Bola.....	18
Gambar 7. Teknik Menembak Bola.....	19
Gambar 8. Bagan Ilustrasi Kerangka Berpikir	39
Gambar 9 Bagan Alur Penelitian Tindakan Kelas	42
Gambar 10 Formasi Teknik Dasar Bola Tangan Secara Berkelompok	45
Gambar 11 Formasi Peraturan Permainan Bola Tangan Modifikasi	46
Gambar 12 Formasi Latihan Lempar Tangkap	49
Gambar 13 Formasi Latihan Membawa Bola	51
Gambar 14 Perbandingan Penilaian Psikomotor	72
Gambar 15 Perbandingan Pengamatan Afektif	74

Gambar 16 Pebandingan Penilaian Kognitif	75
Gambar 17 Perbandingan Tanggapan atau Respon Siswa	78

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Silabus	
Lampiran 2. RPP	
Lampiran 3. Lembar Pengamatan Psikomotor	
Lampiran 4. Lembar Pengamatan Afektif	
Lampiran 5. Kuesioner Pemahaman Siswa (kognitif)	
Lampiran 6. Kuesioner Tanggapan Siswa	
Lampiran 7. Hasil Perhitungan Validitas dan Reliabilitas	
Lampiran 8. Daftar Nama Siswa Kelas V	
Lampiran 9. Rekapitulasi Penilaian Psikomotor	
Lampiran 10. Rekapitulasi Penilaian Afektif	
Lampiran 11. Rekapitulasi Penilaian Kognitif	
Lampiran 12. Rekapitulasi Tanggapan atau Siswa	
Lampiran 13. Surat Penetapan Pembimbing	
Lampiran 14. Surat Ijin Penelitian	
Lampiran 15. Surat Keterangan	
Lampiran 16. Dokumentasi Penelitian	



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada hakikatnya pendidikan jasmani adalah bagian krusial dari sistem pendidikan. Sebab secara esensi pendidikan jasmani membantu kelancaran proses pembelajaran. Hal ini sejalan dengan filosofi yang mendasari pendidikan jasmani, yakni “*mensana in corpora sano*” yang artinya dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat. Namun inti dari pendidikan jasmani tidak semata mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani. Pendidikan jasmani juga mengembangkan keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral.

Pendidikan jasmani mempunyai peranan 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 aktifitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah, dan terencana.

Lebih dari itu, pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, spiritual), serta pembiasaan hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan

yang seimbang. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Oleh sebab itu, penyelenggaraan program pendidikan jasmani hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu "*Developmentally Appropriate Practice*" (DAP). Artinya adalah tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan anak didik yang sedang belajar.

Padahal kenyataan di lapangan mengatakan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani di Indonesia saat ini masih banyak menemui kendala, baik yang disebabkan oleh faktor eksternal maupun internal. Faktor eksternal yang sering menghambat proses pembelajaran pendidikan jasmani adalah sarana dan prasarana yang kurang mendukung. Sebab faktanya masih ada sekolah yang belum memiliki lapangan. Apabila mereka ingin berolahraga, maka mereka meminjam tempat penjemuran padi, sawah warga, ataupun fasilitas umum yang bagi mereka cukup layak sebagai sarana olahraga.

Adapun faktor internal yang sering menjadi penyebab kurang berhasil proses pembelajaran adalah kurangnya kreativitas guru dalam mengelola proses pembelajaran. Guru kurang mampu menciptakan kreativitas pembelajaran yang menarik dan menyenangkan. Guru juga jarang menerapkan metode ataupun model pembelajaran yang sesuai dengan

perkembangan siswa. Akibatnya pembelajaran berlangsung monoton.

Lebih dari itu, pembelajaran yang guru lakukan juga cenderung konvensional sehingga pembelajaran terpusat pada guru. Padahal subjek utama dalam proses pembelajaran adalah siswa. Apabila guru ingin pembelajaran berlangsung efektif, maka guru harus mampu memberdayakan siswa melalui model pembelajaran yang tepat dan menyenangkan sehingga siswa tidak hanya mampu meningkatkan keterampilan mereka tetapi juga mampu mengembangkan sikap positif terhadap gerak atau aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga (*affective learning*).

Berdasarkan observasi awal dan wawancara yang peneliti lakukan dengan guru mata pelajaran Penjas Orkes diketahui bahwa pembelajaran Penjas Orkes di SD N 1 Karangrandu Pecangaan belum sesuai dengan kurikulum. Dalam kurikulum KTSP kelas V sekolah dasar, pembelajaran bola tangan termasuk salah satu materi yang harus diajarkan pada semester II. Namun guru mata pelajaran Penjas Orkes di SD N 1 Karangrandu Pecangaan mengatakan belum pernah mengajarkan materi tersebut kepada siswa dengan alasan ketiadaan fasilitas yang mendukung. Siswa hanya diajarkan permainan yang alat dan fasilitasnya tersedia saja, seperti voli, kasti, dan sepak bola.

Fasilitas untuk mata pelajaran Penjas Orkes di SD N 1 Karangrandu Pecangaan memang sangat minim. Selain lapangannya yang masih menumpang dengan fasilitas umum warga, yakni menggunakan tempat penjemuran padi, lapangan tersebut juga dimanfaatkan oleh dua sekolah sekaligus, yaitu SDN 1 dan SD N 2 Karangrandu Pecangaan. Peralatan untuk mata pelajaran Penjas Orkes di

SD N 1 Karangrandu Pecangaan juga sangat minim. Terbatasnya jumlah dan jenis bola serta ketiadaan gawang dan ring basket permanen juga menjadi masalah tambahan.

Melihat kondisi semacam ini, muncul keprihatinan dari peneliti. Peneliti ingin dengan fasilitas yang minim siswa tetap mendapat pembelajaran yang layak dan sesuai standar kurikulum yang diberlakukan pemerintah. Maka timbul inisiatif untuk mempraktekkan permainan bola tangan modifikasi.

Pemilihan permainan bola tangan modifikasi sebagai solusi atas polemik yang dihadapi sekolah didasari alasan bahwa dalam permainan bola tangan modifikasi dapat menggunakan alat yang tersedia di sekolah. Peneliti juga menyadari bahwa pembelajaran pendidikan jasmani yang disampaikan dengan menggunakan pendekatan permainan akan menjadi lebih menarik dan menyenangkan. Siswa merasa senang karena dengan bermain siswa dapat mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia dalam bentuk gerak, sikap, dan perilaku. Hal ini tentu saja akan berpengaruh terhadap tercapainya tujuan dalam pembelajaran pendidikan jasmani yaitu pembentukan semua ranah yang menyangkut ranah psikomotor, kognitif, dan afektif.

Disamping itu, permainan bola tangan modifikasi adalah permainan yang menyenangkan sebab dalam permainan ini gawang yang dibutuhkan diganti dengan kaki siswa. Berbeda dengan gawang konvensional, gawang kaki tersebut dapat bergerak kesana kemari sehingga siswa akan semakin tertantang dan termotivasi untuk dapat menyentuh bola ke gawang kaki. Selain itu, lapangan yang dibutuhkan untuk bermain bola tangan modifikasi juga tidak terlalu luas.

Bola yang digunakan juga tidak terlalu besar. Hal tersebut sesuai dengan kondisi kelas dimana jumlah siswa perempuan menjadi mayoritas.

Pemikiran semacam itu membuat peneliti semakin yakin untuk melaksanakan penelitian mengenai pembelajaran bola tangan modifikasi di SD N Karangrandu Pecangaan Jepara.

1.2 Perumusan Masalah

Permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah: "Apakah dengan penerapan permainan bola tangan modifikasi melalui model pembelajaran pendidikan jasmani dapat meningkatkan hasil belajar bola tangan bagi siswa kelas V SD Negeri 1 Karangrandu Pecangaan Kabupaten Jepara?"

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas penerapan permainan bola tangan modifikasi melalui model pembelajaran pendidikan jasmani terhadap peningkatan hasil belajar bola tangan bagi siswa kelas V SD Negeri 1 Karangrandu Pecangaan Kabupaten Jepara.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan akan bermanfaat bagi berbagai pihak diantaranya :

1.4.1 Peneliti

Dapat dijadikan wahana untuk menerapkan ilmu khususnya pendidikan jasmani yang telah diterima dibangku kuliah dan sebagai wawasan pengetahuan bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian pada masa yang akan datang.

1.4.2 Guru

Untuk meningkatkan kualitas mengajar dan mencoba menerapkan model pembelajaran sebagai inovasi baru dalam proses pembelajaran.

1.4.3 Siswa

Dengan banyaknya model pembelajaran mereka mendapatkan banyak variasi dalam pembelajaran. Selain itu siswa dapat belajar sambil bermain yang lebih utamanya adalah peningkatan kesegaran jasmani siswa meningkat.

1.4.4 Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan sekolah untuk mengembangkan model pembelajaran.

1.5 Penegasan Istilah

Sehubungan dengan judul skripsi di atas, maka untuk menyamakan penafsiran atau pengertian yang berbeda-beda perlu diadakan pembatasan istilah sebagai berikut :

1.5.1 Penerapan

Penerapan adalah mempraktikkan teori baru dalam suatu penelitian ilmiah. Dalam KBBI (2003:1180) disebutkan bahwa penerapan adalah penerapan atau perihal mempraktikkan. Yang dimaksud penerapan di sini adalah penerapan atau mempraktikkan teori dalam permainan bola tangan modifikasi.

1.5.2 Permainan Bola Tangan

Permainan bola tangan dapat dimainkan dalam 2 versi, yaitu versi *indoor* dan versi *outdoor*.

A. Bola Tangan Versi *Outdoor*

Bola tangan versi *outdoor* dimainkan oleh dua regu yang berlawanan. Tiap regu yang melakukan permainan di lapangan berjumlah 11 pemain yang terdiri atas 10 pemain lapangan dan 1 penjaga gawang. Sedangkan pemain pengganti berjumlah 2 orang pemain lapangan dan 1 orang penjaga gawang. Penjaga gawang tidak diperbolehkan menggantikan seorang pemain lapangan, akan tetapi sebaliknya seorang pemain lapangan boleh menggantikan penjaga gawang. Dan permainannya dimainkan di atas lapangan rumput dengan ukuran panjang antara 90 s.d 110 meter dan lebar ukuran 55 s.d 65 meter (Mahendra, 2000: 101).

B. Bola Tangan Versi *Indoor*

Adapun bola tangan versi *indoor* dimainkan di dalam ruangan oleh dua regu yang berlawanan. Tiap regu yang melakukan permainan di lapangan

berjumlah 7 pemain yang terdiri dari 6 pemain lapangan dan 1 penjaga gawang. Pemain cadangan berjumlah 5 orang (4 pemain lapangan dan 1 penjaga gawang). Permainannya dimainkan di atas lapangan keras dengan ukuran panjang 40 m dan lebar ukuran 20 m. Lama waktu permainan adalah 2 x 30 menit. Obyek dari permainan ini adalah melempar bola sampai masuk menjadi gol di gawang lawan (Rahman & Ermawan, 2005:18).

1.5.3 Modifikasi

Menurut KBBI (2003:751), modifikasi diartikan perubahan atau perubahan. Modifikasi ialah pengurangan atau penggantian unsur-unsur tertentu. Dalam skripsi ini yang dimaksud modifikasi adalah perubahan atau penggantian beberapa unsur dalam permainan bola tangan yang disesuaikan dengan kondisi sekolah penelitian.

1.5.4 Hasil Belajar

Hasil belajar adalah hasil yang diperoleh siswa dari proses pembelajaran. Hasil belajar siswa dapat dibagi dalam tiga ranah (domain), yaitu: (1) domain kognitif (pengetahuan atau yang mencakup kecerdasan bahasa dan kecerdasan logika-matematika, (2) domain afektif (sikap dan nilai atau yang mencakup kecerdasan antarpribadi dan kecerdasan intrapribadi, dengan kata lain kecerdasan emosional), dan (3) domain psikomotor (keterampilan atau yang mencakup kecerdasan kinestik, kecerdasan visual, spasial dan kecerdasan musikal). Adapun yang dimaksud

hasil belajar disini adalah kemampuan siswa untuk mampu melakukan permainan bola tangan.

1.5.5 Model Pembelajaran

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. Model pembelajaran yang dilaksanakan dalam penelitian ini adalah model pembelajaran pendidikan jasmani.

1.5.6 Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang dilaksanakan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan fisik, kecerdasan dan pembentukan watak.

1.6 Sumber Pemecahan Masalah

Menjawab tantangan kurikulum KTSP dimana guru dituntut untuk mampu melaksanakan pembelajaran yang kreatif, efektif, dan inovatif, maka model pembelajaran dalam bentuk modifikasi permainan sangatlah diperlukan. Apalagi jika guru mengajar di sekolah yang minim fasilitas. Dalam penelitian ini bentuk model pembelajaran adalah modifikasi

permainan bola besar khususnya materi permainan bola tangan.

Modifikasi permainan bola besar dilakukan agar permainan ini dapat dimainkan di sekolah-sekolah yang tidak memiliki lapangan bola tangan atau memiliki lapangan yang luas. Pemecahan permasalahan yang terkait pembelajaran bola tangan ini juga diharapkan dapat meningkatkan motivasi guru untuk menciptakan solusi-solusi pembelajaran melalui modifikasi permainan olahraga lainnya agar pembelajaran yang diselenggarakan dapat lebih bervariasi dan tidak membosankan.



BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Permainan

2.1.1 Pengertian Permainan

Bermain dapat membantu dalam usaha mencapai tujuan pendidikan dan bermanfaat dalam perkembangan anak (Soemitro, 1992:3). Dalam Bahasa Indonesia, permainan berasal dari kata dasar “*main*” yang berarti melakukan perbuatan untuk menyenangkan hati (dengan menggunakan alat tertentu atau tidak). Adapun permainan memiliki pengertian hal bermain atau perbuatan bermain (KBBI, 2003:698).

Dalam bermain seorang anak akan bergerak dengan bebas sesuai aturan permainan sekaligus naluri anak-anaknya akan terpuaskan. Keinginan anak-anak dalam bergerak akan memberikan pengaruh positif dalam perkembangan anak. Sedangkan tujuan pembelajaran akan tercapai dengan cepat apabila pembelajaran itu bagi anak dianggap menyenangkan.

Jadi, permainan adalah sesuatu perbuatan yang menyenangkan dimana pemain (anak) bebas bergerak sesuai aturan sekaligus dapat menjadi media untuk mencapai tujuan pendidikan karena permainan bersifat menyenangkan.

2.1.2 Fungsi Permainan

Permainan memiliki beberapa fungsi bagi anak-anak, yakni:

1. Nilai-nilai mental

- a. Kebutuhan anak akan pengalaman baru.

- b. Kebutuhan anak akan rasa aman.
- c. Kebutuhan anak untuk pengakuan.
- d. Kebutuhan anak untuk berpartisipasi.
- e. Kebutuhan anak akan rasa senang.

2. Nilai fisik

Gerakan-gerakan yang dilakukan anak sangat berguna bagi perkembangan dan pertumbuhan baik dari fungsi fisik, mental, sosial, dan emosionalnya. Bergerak yang dilakukan dalam bermain tentu saja disertai kegembiraan. Suasana gembira mempunyai pengaruh terhadap pertumbuhan anak.

3. Nilai sosial

Menurut Soemitro (1992:4), anak-anak yang bermain dengan gembira, suasana kejiwaannya juga bebas atau lepas dari segala yang merintanginya. Sifat-sifat yang selalu ditutupi selama ini akan nampak. Dengan demikian pendidikan mengetahui sifat-sifat anak pada waktu bermain.

Oleh sebab itu, sportivitas hendaknya diutamakan dalam setiap permainan. Kemenangan bukan tujuan utama. Sportivitas akan menimbulkan situasi pertandingan yang menggembarakan dan berakhir dengan kepuasan. Selain itu, sportivitas juga akan mendorong timbulnya rasa persatuan, rasa kebersamaan, rasa tanggung jawab baik pada kelompok maupun pada anggotanya, kerjasama, dan rasa sikap mendahulukan keperluan kelompok dari pada keperluan pribadi. Apabila hal tersebut dilakukan, maka inti dari pendidikan jasmani tidak semata mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani. Pendidikan jasmani juga

mengembangkan keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral akan tercapai.

2.2 Permainan Bola Tangan

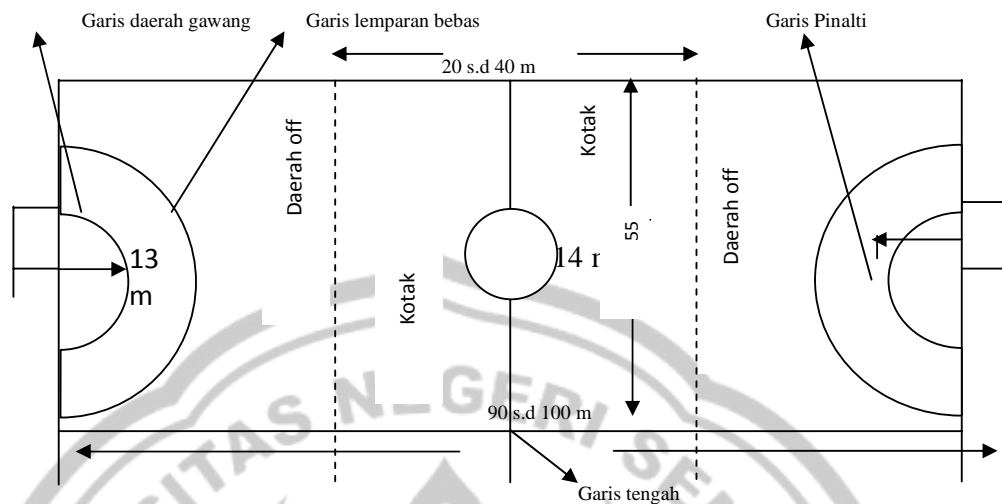
Permainan bola tangan dapat dimainkan dalam 2 versi, yaitu versi *indoor* dan versi *outdoor*.

2.2.1 Bola Tangan Versi *Outdoor*

Bola tangan versi *outdoor* dimainkan oleh dua regu yang berlawanan. Setiap regu yang melakukan permainan di lapangan berjumlah 11 pemain yang terdiri atas 10 pemain lapangan dan 1 penjaga gawang. Sedangkan pemain pengganti berjumlah 2 orang pemain lapangan dan 1 orang penjaga gawang. Penjaga gawang tidak diperbolehkan menggantikan seorang pemain lapangan, akan tetapi sebaliknya seorang pemain lapangan boleh menggantikan penjaga gawang. Dan permainannya dimainkan di atas lapangan rumput dengan ukuran panjang antara 90 s.d 110 meter dan lebar ukuran 55 s.d 65 meter (Mahendra, 2000:101).

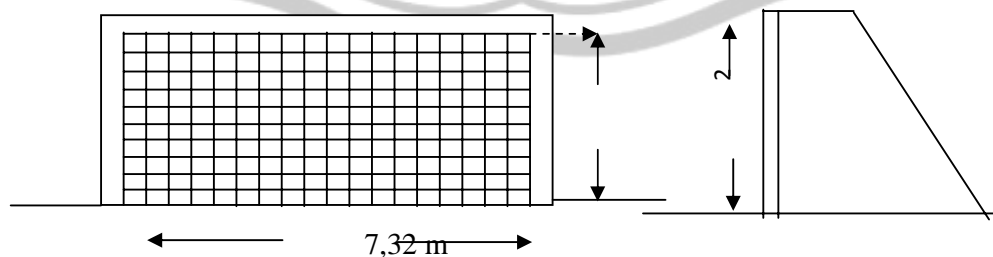
Mahendra (2000:110) juga menambahkan bahwa permainan bola tangan dimainkan dua babak dengan waktu 2 x 30 menit untuk putra dan 2 x 25 menit untuk putri, serta istirahat masing-masing 10 menit diantara 2 babak. Permainan bola tangan juga dapat dimainkan 2 x 15 tanpa istirahat untuk putra dan 2 x 10 tanpa istirahat untuk putri.

a. Lapangan



Gambar 1 Lapangan Bola Tangan Outdoor (sumber: Mahendra, 2000: 110)

Lapangan bola tangan *outdoor* berbentuk empat persegi panjang. Ukuran panjangnya antara 90–110 meter dan lebar antara 55–65 meter. Lapangan permainan dibatasi oleh garis-garis batas. Batas tepi panjang lapangan disebut garis gawang. Gawang harus berada tepat di tengah-tengah garis gawang. Sebuah gawang terdiri atas 2 buah tiang tegak lurus yang dipancangkan ke tanah dengan kuat dan dihubungkan dengan mistar gawang yang horizontal. Dibelakang gawang dipasang jaring/ net yang gunanya untuk menahan bola dan sekaligus dapat untuk memastikan terjadinya gol (terjadi bola masuk ke gawang).



Gambar 2 Gawang Bola Tangan Outdoor (Sumber: Mahendra, 2000: 110)

Jarak antara kedua tiang gawang adalah 7,32 meter (diukur dari bagian dalam tiang), sedangkan tinggi mistar gawang adalah 2,44 meter (diukur dari tanah sampai dengan sisi bawah mistar). Gawang dicat putih agar kontras dengan latar belakang dan sekitarnya. Dibelakang gawang dilengkapi dengan jaring untuk menahan bola jika terjadi gol. (Mahendra, 2000: 101)

b. Bola

Bola harus berbentuk bulat dengan bagian luar terbuat dari kulit sedangkan dalamnya dari gelembung karet. Bola harus berwarna tunggal (satu warna) dan dipompa tidak terlalu keras. Persyaratan bola untuk permainan menurut Mahendra (2000: 106) adalah :

1) Untuk Pria senior dan junior :

- Berat bola antara 425 – 475 gram
- Lingkar bola antara 58 – 66 cm

2) Untuk wanita senior dan junior, putra dan putri remaja :

- Berat bola antara 325 - 400 gram
- Lingkar bola antara 54 - 56 cm

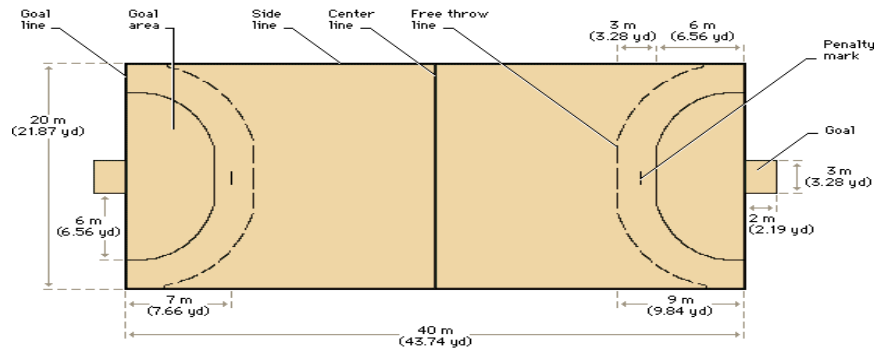
2.2.2 Bola Tangan Fersi *Indoor*

Rahman & Ermawan (2005: 18) mengatakan bahwa bola tangan dimainkan di dalam ruangan oleh dua regu yang berlawanan, tiap regu yang melakukan permainan di lapangan berjumlah 7 pemain yang terdiri atas 6 pemain lapangan dan 1 penjaga gawang. Pemain cadangan berjumlah 5

orang (4 pemain lapangan, 1 penjaga gawang). Dan permainannya dimainkan di atas lapangan keras dengan ukuran panjang 40 m dan lebar ukuran 20 m. Lama waktu permainan adalah 2 x 30 menit. Obyek dari permainan ini adalah melempar bola sampai masuk menjadi gol di gawang lawan.

Permainan bola tangan dapat dimainkan oleh putra dan putri, anak-anak sampai dengan orang dewasa. Yang membedakan permainan ini dengan penggolongan usia dan jenis kelamin hanya ada di ukuran bola. Sebagai petunjuk, ukuran bola menurut Rahman & Ermawan (2005: 18) adalah:

- 1) Untuk usia di bawah 8 tahun lingkaran bola adalah 48 cm dan berat paling tidak 290 gram (size 0).
- 2) Untuk anak putra (usia 8-12 tahun) dan anak putri (usia 8-14) lingkaran bola adalah 50-52 cm dan berat paling ringan 315 gram (size 1).
- 3) Untuk remaja putra usia 12-16 tahun dan remaja putri usia lebih dari 14 tahun lingkaran bola adalah 54-56 cm dan berat paling ringan adalah 325-400 gram (size 2).
- 4) Untuk putra usia lebih dari 16 tahun lingkaran bola adalah 58-60 cm dan berat paling ringan adalah 425-475 gram (size 3)



Gambar 3 Lapangan Bola Tangan Indoor

(Sumber: Rahman & Ermawan, 2005: 18)

2.2.3 Teknik Dasar Permainan Bola Tangan

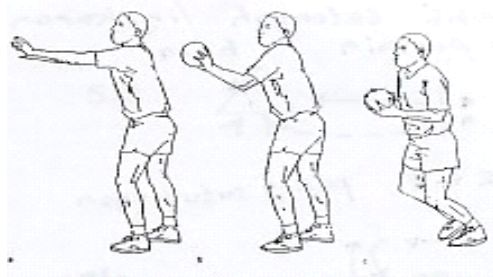
Pada umumnya permainan bola tangan berjalan dengan tempo yang cepat. Oleh karena itu seseorang pemain bola tangan harus memiliki keterampilan yang baik. Pemain harus dapat berlari dengan cepat, memiliki kelincihan, dapat menangkap bola dengan mantap, dan dapat melempar bola dengan tepat ke sasaran. Selain itu juga pemain harus memiliki koordinasi tubuh yang baik agar dapat mengkoordinasikan setiap teknik-teknik gerakan bola tangan dengan baik pula.

Dalam garis besarnya, keterampilan dasar permainan bola tangan terdiri dari beberapa teknik dasar, yaitu :

1) Menangkap Bola

Pada dasarnya posisi tubuh untuk menangkap harus memungkinkan menghadap ke arah datangnya bola supaya bola dapat ditangkap dengan baik. Disamping itu, yang tidak kalah penting adalah prinsip menyerap (*absorb*) gaya yang di bawa bola, agar *impact* dari bola dapat tersalur diredam (Mahendra, 2000:60). Caranya dengan mengikuti arah bola dengan

kedua lengan dan salurkan daya penahan sedikit demi sedikit terhadap bola.



Gambar 4 Menangkap Bola

2) Mengoper atau Melempar Bola

Mengoper bola dapat dilakukan dengan satu atau dua tangan. Operan dengan dua tangan diperlukan terutama untuk operan jarak pendek. Pada prinsipnya mengoper bola dengan dua tangan harus dilakukan dengan mengerahkan tenaga tubuh yang disalurkan ke bola, bukan hanya tenaga lengan. Seperti yang dikatakan Mahendra (2000:59) bahwa tenaga yang diperlukan untuk mengoper bola dihasilkan dari gerakan tubuh yang bergerak ke depan, dan kemudian disalurkan dan digabung dengan tenaga lengan, tangan dan pergelangan tangan. Adapun operan dengan satu tangan dilakukan untuk operan jarak jauh atau hanya sekedar untuk mengecoh lawan. Yang prinsipnya pelaksanaan lemparan harus dilakukan dengan cepat dan kuat. Sesuai dengan prinsip *maximum time-distance* yang artinya lemparan harus dilakukan dalam waktu yang secepat-cepatnya dan jarak lempar yang maksimum. Gabungan antara dua faktor yang maksimum tadi, akan menjamin jauhnya lemparan.



Gambar 5 Mengoper atau Melempar Bola

(Sumber: Rahman & Ermawan, 2005:31)

3) Menggiring Bola

Menggiring bola merupakan keterampilan yang cukup sulit karena memerlukan koordinasi mata dan tangan dengan baik. Pada waktu bola dipantulkan ke tanah atau lantai, arah pantulan balik bola akan tergantung dari arah bola itu dipantulkan ke tanah atau lantai. Pelaksanaan *dribling* di tempat dan *dribling* bergerak memerlukan penyesuaian gaya dan sikap tubuh (Mahendra, 2000: 59).

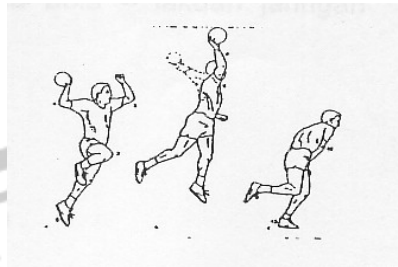


Gambar 6 Menggiring Bola (Sumber: Rahman & Ermawan, 2005:36)

4) Menembak

Menembak adalah bentuk gerakan lemparan yang ditujukan untuk memasukkan bola ke gawang. Agar berhasil, lemparan yang dilakukan harus cepat, kuat dan tepat. Seperti yang diungkapkan Mahendra (2000:59), bahwa

lemparan itu harus eksplosif, yaitu lemparan yang mengerahkan seluruh kecepatan dan kekuatan dalam waktu yang singkat sehingga menghasilkan gerak laju bola yang cepat.



Gambar 7 Menembak

(Sumber: Rahman & Ermawan, 2005:34)

2.3 Modifikasi

Modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan DAP (*Developmentally Appropriate Practice*). Artinya tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan anak didik yang sedang belajarnya. Tugas ajar yang sesuai ini harus mampu mengakomodasi setiap perubahan dan perbedaan karakteristik setiap individu serta mendorongnya ke arah perubahan yang lebih baik.

Rusli Lutan (1988) dalam Samsudin (2008:59) menyatakan modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diperlukan dengan tujuan :

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

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

Modifikasi permainan olahraga dapat dilakukan dengan melakukan pengurangan terhadap struktur permainan. Struktur-struktur tersebut diantaranya: (1) ukuran lapangan, (2) bentuk, ukuran, dan jumlah peralatan yang digunakan, (3) jenis *skill* yang digunakan, (4) aturan, (5) jumlah pemain, (6) organisasi permainan dan, (7) tujuan permainan (Bahagia, 2000: 31-32).

Berkaitan dengan modifikasi permainan yang diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, modifikasi memiliki keuntungan dan keefektivitasan, yang meliputi:

- a. Meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Orientasi pembelajaran olahraga dan permainan yang dimodifikasi ke dalam

pendidikan jasmani, yaitu: menimbulkan rasa senang (*gymsfun*). Anak yang mengikuti pembelajaran dengan rasa senang tentu akan mendorong motivasinya untuk berpartisipasi dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani. Akhirnya anak akan memiliki kesempatan untuk aktif bergerak, sehingga tujuan pembelajaran untuk meningkatkan kebugaran anak akan tercapai.

b. Meningkatkan aktivitas belajar siswa.

Prinsip dalam modifikasi olahraga dan permainan adalah aktivitas belajar (*learning activities*). Oleh karena itu dalam pembelajaran pendidikan jasmani, yang perlu ditekankan adalah memanfaatkan waktu dengan aktivitas gerak.

c. Meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani siswa.

Prinsip pembelajaran yang dimodifikasi adalah aktivitas belajar dan kesenangan, memberikan kesempatan kepada siswa untuk beraktivitas tinggi, dan memberikan pengalaman gerak yang banyak. Modifikasi olahraga mendorong anak untuk melakukan tugas gerak dengan tingkat keberhasilan yang lebih tinggi ketimbang pendekatan tradisional. Apabila pengalaman gerak anak sudah banyak tentu akan memberikan kontribusi pada peningkatan kebugaran jasmaninya. Kebugaran jasmani merupakan salah satu aspek yang sangat penting untuk modal dasar dalam mendapatkan hasil belajar yang optimal.

d. Mengatasi kekurangan sarana dan prasarana.

Sarana merupakan alat yang digunakan dalam pendidikan jasmani, sedangkan prasarana menunjukkan kepada tempat atau lapangan yang digunakan dalam

pendidikan jasmani. Untuk menciptakan proses pembelajaran pendidikan jasmani yang berkualitas baik, maka diperlukan sarana dan prasarana yang memadai. Apabila ketersediaan sarana dan prasarana tidak memadai, maka seorang guru perlu dituntut untuk berkeaktifitas atau menciptakan suatu bentuk modifikasi untuk mengatasi permasalahan sarana dan prasarana tersebut. Sebagai contohnya, apabila di sekolah tidak memiliki lempar cakram. Maka untuk mengajarkan materi lempar cakram, bisa menggunakan ban bekas sebagai pengganti cakram yang akan digunakan (<http://indoskripsi.com>).

Berdasarkan penjelasan tentang modifikasi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa modifikasi merupakan salah satu cara yang dapat digunakan sebagai solusi atas permasalahan yang terkait dengan pembelajaran, khususnya dalam pembelajaran jasmani di sekolah yang dilakukan dengan cara pengurangan atau pemodifikasian struktur permainan agar sesuai dengan DAP (*Developmentally Appropriate Practice*).

2.4 Landasan Pengembangan dan Modifikasi Olahraga

Landasan pengembangan dan modifikasi olahraga:

- 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

(Suherman, 2000:17).

2.5 Kriteria Memodifikasi Permainan

Kriteria dalam memodifikasi permainan adalah:

- 1) Mendorong maksimal.
- 2) Memperhatikan keselamatan.
- 3) Mengajar efektifitas dan efisiensi gerak.
- 4) Memenuhi tuntutan perbedaan kemampuan anak.
- 5) Sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan anak.
- 6) Memperkuat keterampilan yang sudah dipelajari sebelumnya.
- 7) Mengajar menjadi anak yang cerdas.
- 8) Meningkatkan perkembangan emosional dan sosial (Suherman, 2000:19).

2.6 Hasil Belajar

Dalam proses pembelajaran, hasil belajar menjadi tolok ukur keberhasilan proses pembelajaran yang telah berlangsung. Apabila hasil belajar sudah memenuhi indikator ketuntasan yang distandarkan, maka dapat dinyatakan proses pembelajaran tersebut berhasil. Ketuntasan hasil belajar dapat diperoleh melalui evaluasi yang mencakup tiga ranah, yakni kognitif, psikomotorik, dan afektif. Kesemuanya itu saling berkesinambungan antara satu dengan yang lain.

Pada pembelajaran pendidikan jasmani, hasil belajar juga dinilai berdasarkan ketiga aspek tersebut. Aspek kognitif berfungsi untuk

mengetahui kemampuan penguasaan materi oleh siswa. Aspek psikomotorik sebagai ukuran penilaian keterampilan siswa. Sedangkan aspek afektif untuk mengetahui kesadaran mental dan moral siswa. Hal tersebut sesuai dengan tujuan dari pendidikan jasmani, yakni membentuk pribadi yang sehat secara lahiriah dan batiniah.

2.7 Model Pembelajaran

Model adalah pola (contoh, acuan) yang akan dibuat atau dihasilkan (KBBI, 2003:751). Model pembelajaran adalah acuan dalam proses pembelajaran. Model pembelajaran biasanya dipraktikkan oleh guru, namun tidak menutup kemungkinan siswa juga dapat dijadikan model dalam pembelajaran. Model pembelajaran digunakan untuk mempermudah siswa memahami materi yang diajarkan guru.

Dalam pembelajaran jasmani, model pembelajaran sering dimanfaatkan. Hal ini dilakukan mengingat konten pembelajaran jasmani merupakan keterampilan. Maka, pemodelan dilakukan untuk memberikan contoh kepada siswa cara berolahraga yang benar serta meminimalisir resiko yang timbul akibat kesalahan dalam berolahraga.

2.8 Pendidikan Jasmani

2.8.1 Definisi Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui aktivitas fisik. Melalui proses belajar tersebut, pendidikan jasmani ingin memberikan

sumbangan terhadap perkembangan anak. Perkembangannya bersifat menyeluruh sebab yang dituju bukan aspek fisik atau jasmani saja. Namun juga perkembangan gerak atau psikomotorik, perkembangan pengetahuan dan penalaran yang dicakup dalam istilah kognitif, serta perkembangan watak serta kepribadiannya, yang tercakup dalam istilah perkembangan afektif.

Dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah sangat penting, yakni memberikan kesempatan pada siswa yang terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Lebih lanjut Gabbard, Leblanc, dan Lowy (1987) dalam Sukintaka (1992:10) menyatakan bahwa pertumbuhan, perkembangan, dan belajar aktivitas jasmani akan mempengaruhi: (1) ranah kognitif, yang berupa kemampuan berpikir (bertanya, kreatif dan menghubungkan), kemampuan memahami, menyadari gerak, dan perbuatan akademik, (2) ranah psikomotor, yang berupa pertumbuhan biologik, kesegaran jasmani, kesehatan, keterampilan gerak, dan peningkatan keterampilan gerak, dan (3) ranah afektif, yang berupa rasa senang, penanggapan yang sehat terhadap aktivitas jasmani, kemampuan menyatakan dirinya (aktualisasi diri), menghargai diri sendiri, dan konsep diri.

Jadi, dapat dirumuskan bahwa pendidikan jasmani adalah sebuah sistem pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk memperoleh kesehatan dan pertumbuhan jasmani, mental, serta moral.

2.8.2 Tujuan Pendidikan Jasmani

Menurut Sukintaka (1992), pendidikan jasmani 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) menghargai diri
 - 5) konsep diri

Suherman (2000: 23) menyatakan secara umum tujuan pendidikan jasmani dapat dikategorikan dalam empat kategori, 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 (*skillful*).

3) Perkembangan mental.

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan 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

Dapat disimpulkan bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah untuk membantu siswa membantu proses pertumbuhan tubuh, menjaga kesehatan, serta meningkatkan kesadaran mental.

2.8.3 Fungsi Pendidikan Jasmani

Menurut Samsudin (2008:3) ada beberapa aspek dalam fungsi pendidikan jasmani, yaitu :

a. Aspek Organik

- 1) Menjadikan fungsi sistem tubuh menjadi lebih baik sehingga individu dapat memenuhi tuntutan lingkungannya secara memadai serta memiliki landasan untuk pengembangan keterampilan.

- 2) Meningkatkan kekuatan yaitu jumlah tenaga maksimum yang dikeluarkan oleh otot atau kelompok otot.
- 3) Meningkatkan daya tahan yaitu kemampuan otot atau kelompok otot untuk menahan kerja dalam waktu yang lama.
- 4) Meningkatkan daya *cardiovaskuler*, kapasitas individu untuk melakukan aktivitas yang berat secara terus menerus dalam waktu yang relatif lama.
- 5) Meningkatkan fleksibilitas, yaitu rentang gerak dalam persendian yang diperlukan untuk menghasilkan gerakan yang efisien dan mengurangi cedera.

b. Aspek Neuromuskuler

- 1) Meningkatkan keharmonisan antara fungsi saraf.
- 2) Mengembangkan keterampilan lokomotor, seperti berjalan, berlari, melompat, meloncat, meluncur, melangkah, mendorong, menderap, bergulir dan menarik.
- 3) Mengembangkan keterampilan nonlokomotor seperti : mengayun, melempok, meliuk, bergoyang, meregang, menekuk, menggantung, membongkok.
- 4) Mengembangkan keterampilan dasar manipulatif seperti memukul, menendang, menangkap, berhenti, melempar, mengubah arah, memantulkan, bergulir, memvoli.
- 5) Mengembangkan faktor-faktor gerak seperti keterampilan, irama, rasa gerak, power, waktu reaksi, kelincahan.
- 6) Mengembangkan keterampilan olahraga seperti sepakbola, softball, bola voli, bola basket, baseball, atletik, bela diri.
- 7) Mengembangkan keterampilan rekreasi seperti menjelajah, mendaki, berkemah, berenang dan lainnya.

c. Aspek Perseptual

- 1) Mengembangkan kemampuan menerima dan membedakan isyarat.
- 2) Mengembangkan hubungan-hubungan yang berkaitan dengan tempat atau ruang, yaitu kemampuan mengenali obyek yang berada di depan, belakang, bawah, sebelah kanan atau sebelah kiri dari dirinya.
- 3) Mengembangkan koordinasi gerak visual, yaitu kemampuan mengkoordinasikan pandangan dengan keterampilan gerak yang melibatkan tangan, tubuh dan atau kaki.
- 4) Mengembangkan keseimbangan tubuh (statis, dinamis), yaitu kemampuan mempertahankan keseimbangan statis dan dinamis.
- 5) Mengembangkan dominansi (*dominancy*), yaitu konsisten dalam menggunakan tangan atau kaki kanan/kiri dalam melempar atau menendang.
- 6) Mengembangkan lateralitas (*laterality*), yaitu kemampuan membedakan antara sisi kanan atau sisi kiri tubuh dan diantara bagian dalam kanan atau kiri tubuhnya sendiri.
- 7) Mengembangkan image tubuh (*body image*), yaitu kesadaran bagian tubuh atau seluruh tubuh dan hubungannya dengan tempat atau ruang.

d. Aspek Kognitif

- 1) Mengembangkan kemampuan menggali, menentukan sesuatu, memahami, memperoleh pengetahuan dan membuat keputusan.
- 2) Meningkatkan pengetahuan peraturan permainan keselamatan dan etika.
- 3) Mengembangkan kemampuan menggunakan strategi dan teknik yang terlibat dalam aktivitas yang terorganisasi.

- 4) Meningkatkan pengetahuan bagaimana fungsi tubuh dan hubungannya dengan aktivitas jasmani.
- 5) Menghargai kinerja tubuh ; penggunaan pertimbangan yang berhubungan dengan jarak, waktu, tempat, bentuk, kecepatan dan arah yang digunakan dalam mengimplementasikan aktivitas dan darinya.
- 6) Meningkatkan pemahaman tentang memecahkan problem-problem pengembangan melalui gerakan.

e. Aspek Sosial

- 1) Menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungannya di mana berada.
- 2) Mengembangkan kemampuan membuat pertimbangan dan keputusan dalam situasi kelompok.
- 3) Belajar berkomunikasi dengan orang lain.
- 4) Mengembangkan kemampuan bertukar pikir dan mengevaluasi ide dalam kelompok.
- 5) Mengembangkan kepribadian, sikap, dan nilai agar dapat berfungsi sebagai anggota masyarakat.
- 6) Mengembangkan rasa memiliki dan rasa diterima masyarakat.
- 7) Mengembangkan sifat-sifat kepribadian yang positif.
- 8) Belajar menggunakan waktu luang yang konstruktif.
- 9) Mengembangkan sikap yang mencerminkan karakter moral yang baik.

f. Aspek Emosional

- 1) Mengembangkan respons yang sehat terhadap aktivitas jasmani.
- 2) Mengembangkan reaksi yang positif sebagai penonton.

- 3) Melepas ketegangan melalui aktivitas fisik yang tepat.
- 4) Memberikan saluran untuk mengekspresikan diri dan kreatifitas.
- 5) Menghargai pengalaman estetika dari berbagai aktivitas yang relevan.

2.8.4 Permasalahan Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani di sekolah meskipun telah diakui perannya dalam pengembangan kualitas sumber daya manusia (SDM) yang sempurna, namun dalam kenyataan di lapangan, pendidikan jasmani di Indonesia belum mampu berbuat banyak dalam ikut menciptakan manusia yang handal dari segi fisik maupun nonfisik. Hal ini dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain :

1. Banyak guru pendidikan jasmani yang belum menfungsikan pendidikan jasmani sebagai bagian penting. Esensi masalah dalam pendidikan jasmani bukanlah pada pengajaran yang benar. Dimana proses atau gaya mengajar yang masih kurang, gaya mengajar yang tidak tepat, dan umpan balik yang tidak tepat.
2. Dalam pembelajaran guru pendidikan jasmani lebih menekankan pada aspek keterampilan cabang olahraga dari pada nilai yang terdapat dalam cabang olahraga tersebut.
3. Gaya mengajar yang digunakan cenderung masih konvensional. Guru melatih bukan mengajar sehingga pendidikan jasmani lebih menekankan pada aspek psikomotor saja dari pada aspek kognitif dan afektif.
4. Terbatasnya sumber-sumber pendukung yang digunakan dalam proses

pembelajaran.

2.8.5 Hubungan Permainan dan Pendidikan Jasmani

Permainan merupakan aktivitas yang sangat digemari anak-anak, para remaja, dan orang tua. Banyak para ahli berpendapat bahwa permainan atau bermain sangat bermanfaat bagi perkembangan pribadi, kemampuan biologi. Dengan bermain dapat dikembangkan kestabilan dan pengendalian emosi yang sangat penting bagi keseimbangan mental.

Dalam pendidikan jasmani, permainan adalah bagian yang tak terpisahkan. Melalui permainan, materi pembelajaran akan mudah tersampaikan. Selain itu, dengan bermain akan terpaculah perkembangan manusia secara menyeluruh yang meliputi perkembangan jasmani, koordinasi gerak, kejiwaan dan sosial.

Pembelajaran pendidikan jasmani yang disampaikan dengan menggunakan pendekatan permainan akan menjadi lebih menarik dan menyenangkan. Anak-anak merasa senang karena dengan bermain anak dapat mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia dalam bentuk gerak, sikap, dan perilaku. Hal ini tentu saja akan berpengaruh terhadap tercapainya tujuan dalam pembelajaran pendidikan jasmani yaitu pembentukan semua ranah yang menyangkut ranah jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif.

2.9 Karakteristik Anak SD

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, di antaranya, perbedaan dalam intelegensi, kemampuan dalam kognitif dan bahasa, perkembangan kepribadian dan perkembangan fisik anak.

Piaget mengidentifikasikan 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 atau 12 tahun ke atas (<http://xpresiriau.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 berfikir logis tetapi masih terbatas pada objek-objek kongkrit dan mampu melakukan konservasi.

Berkenaan dengan pembelajaran jasmani, terdapat beberapa perkembangan kemampuan gerak hasil penelitian Espenschade dan Eckert (1980), di antaranya adalah:

1. Terjadi perbedaan yang relatif tinggi pada perkembangan kemampuan berlari pada anak laki-laki dengan anak perempuan khususnya mulai usia 12 tahun.
2. Perkembangan kemampuan loncat tegak meningkat cepat sampai usia lebih kurang 9 tahun pada anak laki-laki dan perempuan, sesudah itu pada anak perempuan hanya kecil peningkatannya.

3. Perbedaan perkembangan kemampuan melempar antara anak laki-laki dengan perempuan terjadi cukup besar. Khususnya pada usia 13 tahun, kemampuan melempar pada anak perempuan cenderung mengalami penurunan. Sementara pada anak laki-laki masih tetap mengalami peningkatan.

Adapun ciri-ciri perkembangan sosial dan emosional pada anak yang duduk di kelas V dan VI sekolah dasar adalah:

1. Mudah dibangkitkan
2. Ingin mengetahui segala sesuatu
3. Loyal terhadap kelompoknya (<http://file.upi.edu/>).

2.10 Perbedaan antara Permainan Bola Tangan yang Asli dengan Modifikasi Permainan Bola Tangan Sasaran Kaki

Hasil modifikasi materi permainan “Bolatangan Sasaran Kaki”, memiliki perbedaan dengan bentuk permainan bola tangan yang sesungguhnya. Adapun perbedaan antara permainan bolatangan yang sesungguhnya dengan model permainan “Bola Tangan Sasaran Kaki” adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Perbedaan Modifikasi Bola Tangan

ITEM	PERMAINAN BOLATANGAN STANDAR IHF	PERMAINAN BOLATANGAN MODIFIKASI
<p>Fasilitas dan perlengkapan :</p> <p>1. Lapangan</p> <p>1.1 <i>Outdoor</i></p> <p>1.2 <i>Indoor</i></p> <p>2. Bola</p> <p>3. Gawang</p>	<p>Panjang 90 s.d 110 m</p> <p>Lebar 55 s.d 65 m</p> <p>Panjang 40 m</p> <p>Lebar 20 m</p> <p>Terbuat dari kulit</p> <p>Dengan gawang</p>	<p>Peraturan Modifikasi Permainan :</p> <p>Panjang 20 m</p> <p>Lebar 10 m</p> <p>Daerah terlarang 3 m</p> <p>Terbuat dari bahan kulit</p> <p>Menggunakan gawang kaki</p>
<p>Peraturan Permainan</p> <p>2.1 Jumlah Pemain</p> <p>2.2 Waktu Permainan</p> <p>2.3 Angka</p> <p>2.4 Penentuan pemenang</p>	<p>Outdoor : 11 Orang</p> <p>Indoor : 7 orang</p> <p>Outdoor :</p> <p>Pa . 2 x 30 menit</p> <p>Pi. 2 x 25 menit</p> <p>Indoor : 2 x 30 menit</p> <p>Versi keduanya waktu istirahat 10 menit</p> <p>Memasukan ke gawang nilainya 1</p> <p>Yang terbanyak memasukan bola ke gawang lawan</p>	<p>6 orang</p> <p>2 x 10 menit tanpa waktu istirahat. Permainan ini dilakukan 2 babak dan pergantian babak juga diikuti perpindahan tempat</p> <p>Melempar/menembak bola ke kaki nilainya 1</p> <p>Yang terbanyak melempar bola ke gawang kaki lawan</p>
<p>Teknik Permainan</p> <p>3.1 Membawa bola</p> <p>3.2 Lempar tangkap bola</p> <p>3.3 Menembak</p>	<p>Bola dipantulkan, dan ditangkap kembali dengan satu atau dua tangan sampai pada saat yang tepat di lempar ke teman atau ditembakkan ke sasaran</p> <p>Dilakukan dengan satu atau dua tangan</p> <p>Dilakukan dengan satu tangan</p>	<p>Bola dipantulkan, dan ditangkap kembali dengan satu atau dua tangan maksimal 3 kali. Kemudian harus di lemparkan ke teman atau ditembakkan ke sasaran</p> <p>Dilakukan dengan satu atau dua tangan</p> <p>Dilakukan dengan satu atau dua tangan dari luar daerah terlarang</p>

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa perbedaan antara permainan bola tangan standar dengan permainan bola tangan modifikasi terletak pada hampir semua struktur permainan. Namun perbedaan mendasar yang tampak dari permainan bola tangan modifikasi dibandingkan permainan bola tangan

standar adalah gawang yang digunakan. Dalam permainan bola tangan standar, gawang yang digunakan adalah gawang standar. Sedangkan pada permainan bola tangan modifikasi, gawang yang digunakan adalah kaki. Pemilihan kaki sebagai gawang alternatif selain agar permainan lebih menarik dan menyenangkan juga untuk mensiasati ketiadaan fasilitas yang akan digunakan dalam permainan bola tangan.

2.11 Kerangka Berpikir

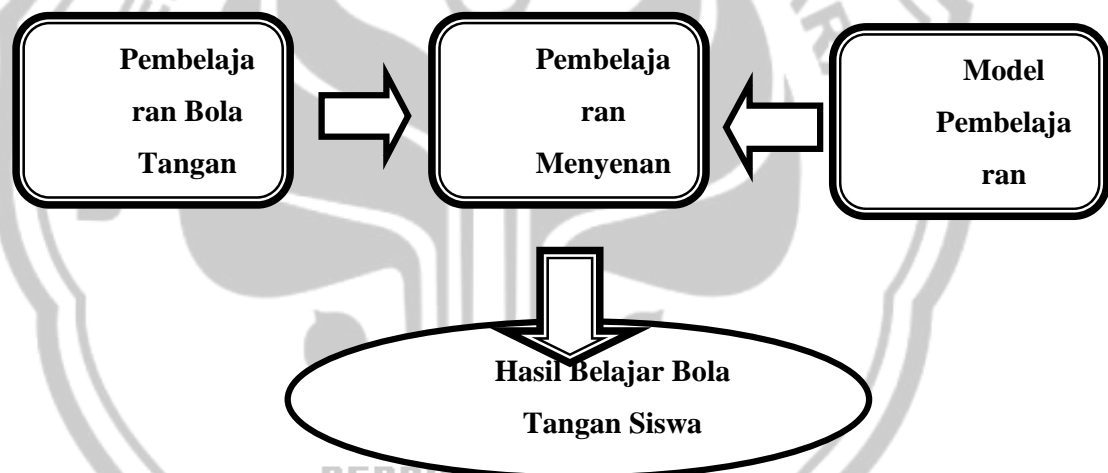
Modifikasi merupakan salah satu solusi alternatif atas permasalahan kekurangan fasilitas, baik sarana maupun prasarana yang menjadi masalah klasik bagi sekolah-sekolah marginal di Indonesia. Melalui modifikasi, kekurangan fasilitas bukan menjadi hambatan dalam proses pembelajaran. Dengan menggunakan modifikasi, permainan yang sangat sederhana menjadi sangat menyenangkan.

Hal itu pula yang menjadi polemik dalam sekolah penelitian. Kekurangan sarana olahraga, baik lapangan yang kurang memenuhi standar, ketiadaan gawang maupun alat olahraga (bola) membuat peneliti berpikir untuk memodifikasi permainan bola tangan sesuai dengan fasilitas yang ada. Maka teretuslah ide membuat permainan bola tangan modifikasi.

Dalam permainan bola tangan modifikasi, guru (peneliti) akan berusaha menerapkan konsep permainan bola tangan namun dengan beberapa modifikasi sesuai dengan fasilitas yang tersedia. Melalui bola tangan modifikasi, siswa akan tetap mampu bermain bola tangan dengan

lebih menyenangkan. Dikatakan lebih menyenangkan sebab dalam permainan bola tangan modifikasi, gawang yang digunakan adalah kaki siswa. Siswa yang ingin mendapat nilai harus berjuang menyentuh bola pada kaki lawannya. Sedangkan kaki siswa yang menjadi gawang akan bergerak kesana kemari. Hal tersebut akan menjadi tantangan tersendiri bagi siswa.

Adapun konsep penelitian yang akan dilaksanakan pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan ini dapat dilihat dalam bagan kerangka berfikir berikut ini:



Gambar 8 Bagan Ilustrasi Kerangka Berpikir

2.12 Hipotesis Tindakan

Berdasarkan uraian dalam kerangka berfikir, maka dapat diajukan hipotesis untuk penelitian ini: “Penerapan permainan bola tangan modifikasi melalui model pembelajaran pendidikan jasmani dapat meningkatkan hasil belajar bola tangan siswa.”

BAB III

METODE PENELITIAN

Penelitian tindakan kelas merupakan jenis penelitian yang berbasis kelas. Masalah yang dikaji berpangkal dari permasalahan pembelajaran yang muncul di kelas. Penelitian permainan bola tangan modifikasi untuk meningkatkan hasil belajar bola tangan adalah salah satu bentuk penelitian jenis ini. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kualitas pembelajaran permainan bola tangan modifikasi untuk meningkatkan hasil belajar bola tangan yang berlangsung di kelas. Oleh sebab itu, diperlukan kolaborasi yang baik antara peneliti dan guru.

Suyanto (1997) dalam Subyantoro (2009:6) mendefinisikan bahwa PTK (Penelitian Tindakan Kelas) sebagai suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif dengan melakukan tindakan-tindakan tertentu agar dapat memperbaiki dan atau meningkatkan praktik-praktik pembelajaran di kelas secara profesional. Senada dengan Suyanto, Aqib, dkk (2009:3) mengatakan bahwa Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah penelitian yang dilakukan oleh guru di kelasnya sendiri melalui refleksi diri dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sehingga hasil belajar siswa meningkat.

3.1 Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah kelas V yang berjumlah 27 siswa yang terdiri atas 15 orang perempuan dan 12 orang laki-laki.

3.2 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD N 1 Karangrandu, yang beralamat di desa Karangrandu Kecamatan Pecangaan Kabupaten Jepara.

3.3 Waktu Penelitian

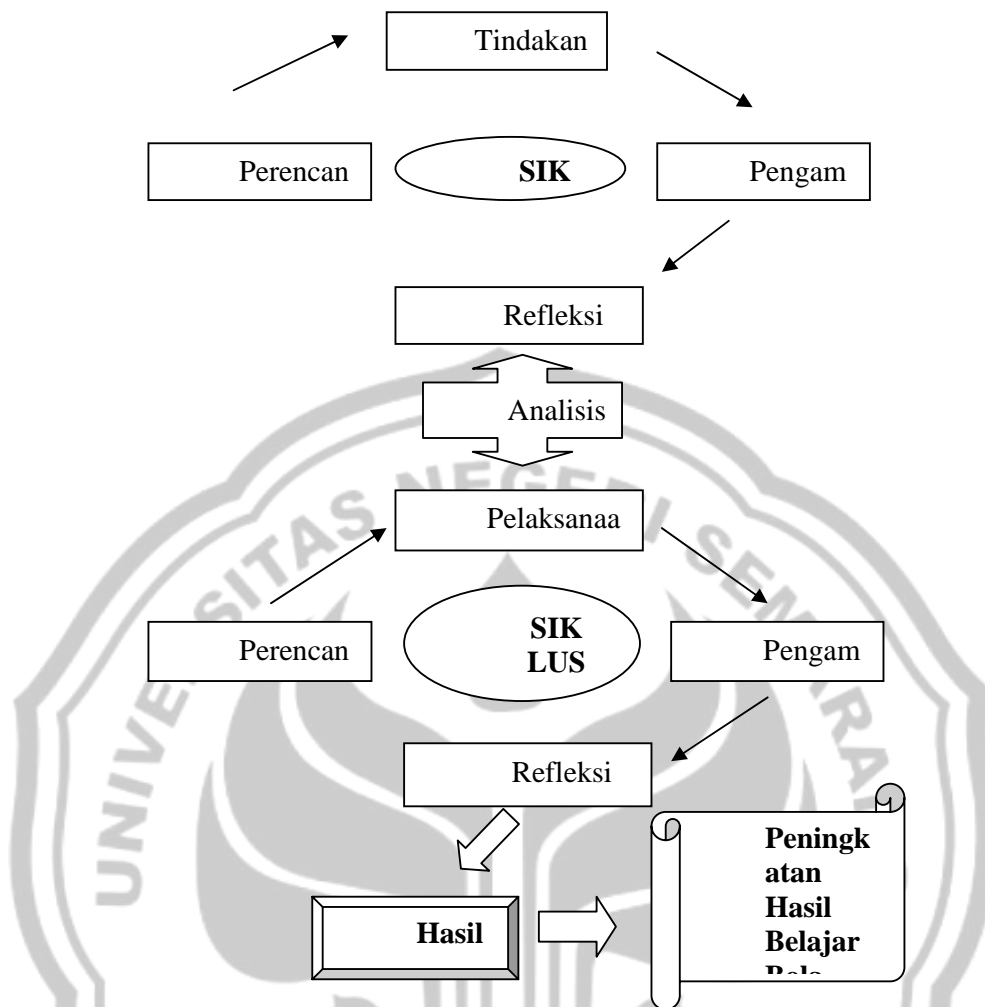
Penelitian ini dilaksanakan mulai bulan Desember 2010-Januari 2011.

3.4 Fokus Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD N 1 Karangrandu Kecamatan Pecangaan Kabupaten Jepara. Dengan fokus penelitian berupa penerapan keterampilan bola tangan modifikasi untuk meningkatkan hasil bola tangan.

3.5. Prosedur Kerja Penelitian Tindakan Kelas

Dalam penelitian tindakan kelas terdapat beberapa tahapan yang harus dilalui. Secara garis besar tahapan tersebut, meliputi 1) perencanaan, 2) pelaksanaan, 3) pengamatan (observasi), dan 4) refleksi. Keempat tahap tersebut dilaksanakan dalam beberapa siklus. Siklus tersebut dapat dilihat pada bagan berikut ini.



Gambar 9 Bagan Alur Penelitian Tindakan Kelas

3.6 Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengamati keterampilan proses siswa selama proses pembelajaran bola tangan modifikasi. Keterampilan-keterampilan dalam penelitian ini diamati dalam 2 siklus. Setiap siklus terdiri atas 4 tahap yaitu perencanaan, tindakan, observasi (pengamatan), dan refleksi. Kedua siklus ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui adanya peningkatan (*gain*) dari keterampilan-keterampilan proses siswa selama proses pembelajaran bola tangan. Uraian rincian tahapan

pelaksanaan penelitian adalah sebagai berikut.

3.6.1 Siklus I

1. Perencanaan Tindakan

Pada tahap ini dilakukan persiapan pembelajaran bola tangan, yakni :

- Identifikasi keadaan awal siswa yang meliputi jumlah siswa dan informasi tentang proses pembelajaran yang telah dilakukan. Dari observasi awal tersebut diketahui bahwa jumlah siswa 27 orang, 15 perempuan dan 12 laki-laki. Siswa belum pernah melakukan pembelajaran bola tangan sebab ketiadaan fasilitas, namun siswa sering melakukan permainan yang berhubungan dengan bola baik besar maupun kecil, seperti kasti untuk anak perempuan dan sepak bola untuk anak laki-laki. Meskipun belum pernah melakukan permainan bola tangan, namun keseringan siswa bermain kasti dan sepak bola membuat siswa secara tidak langsung telah memiliki *basic* bermain bola tangan.
- Menyiapkan perangkat pembelajaran modifikasi bola tangan meliputi silabus, rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP), lembar evaluasi, dan menyiapkan alat dan bahan yang digunakan dalam pembelajaran modifikasi bola tangan.

2. Pelaksanaan Tindakan

Dalam siklus I, tindakan dilakukan dalam dua pertemuan.

Langkah-langkahnya adalah sebagai berikut :

Pertemuan Pertama

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan.
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.

2. Kegiatan Inti (45 menit)

- Melakukan teknik dasar lempar, tangkap, membawa bola dan menembak dengan rincian kegiatan sebagai berikut : (15 menit)
 - Guru membagi siswa menjadi 2 kelompok.
 - Tugas siswa melempar/menembak bola ke bagian badan lawan dari lutut sampai ke kaki.
 - Setiap kelompok yang terkena sasaranya dari lawan dinyatakan dapat nilai 1.
- Bermain modifikasi bola tangan dengan rincian sebagai berikut : (30 menit)
 - Guru membagi siswa menjadi 2 kelompok putra dan 2 kelompok putri.
 - Kelompok putra menempati lapangan putra sedangkan kelompok putri menempati lapangan kelompok putri.
 - Guru menjelaskan peraturan permainan modifikasi permainan bola tangan.

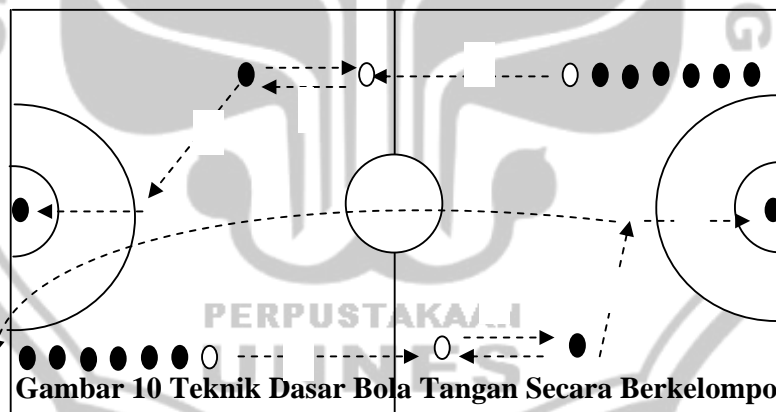
3. Penutup (20 menit)

Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran dan berdoa.

Pertemuan Kedua

Langkah-langkahnya:

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)
 - Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan.
 - Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.
2. Kegiatan Inti (45 menit)
 - Melakukan teknik dasar membawa bola, lempar tangkap dan menembak ke sasaran secara berkelompok dengan rinciannya sebagai berikut: (15 Menit)
 - Untuk mengingatkan materi yang lalu guru memberi penjelasan mengenai teknik dasar bola tangan.
 - Guru membagi siswa menjadi beberapa kelompok selanjutnya melakukan teknik dasar bola tangan secara berkelompok.

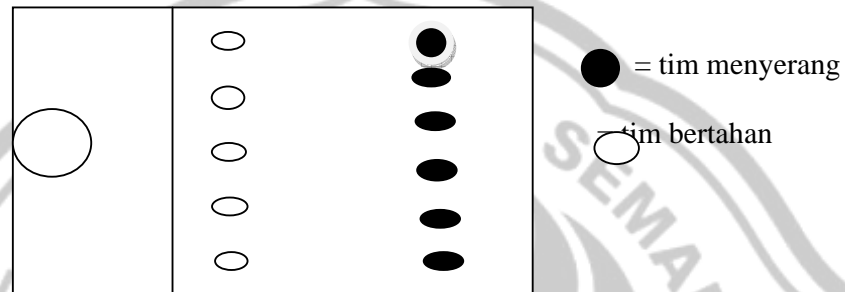


Ket : 1. Teknik dasar membawa bola

1. Teknik dasar lempar tangkap
 2. Teknik dasar membawa bola
 3. Teknik dasar menembak
- Bermain modifikasi bola tangan dengan rincian sebagai berikut :

(30 menit)

- o Guru membagi siswa menjadi 2 kelompok putra dan 2 kelompok putri.
- o Kelompok putra menempati lapangan putra sedangkan kelompok putri menempati lapangan kelompok putri.
- o Guru menjelaskan peraturan permainan modifikasi permainan bola tangan.



Gambar 11 Peraturan Permainan Modifikasi Permainan Bola Tangan

3 Penutup (20 menit)

Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran dan mengisi angket.

3. Observasi

Observasi atau pengamatan adalah tindakan yang dilaksanakan untuk mengamati jalannya pelaksanaan tindakan yaitu mengamati keterampilan proses siswa selama melakukan modifikasi permainan bola tangan. Dalam kegiatan ini, guru mengamati pelaksanaan tindakan untuk mengetahui sejauh mana efek penggunaan permainan bola tangan modifikasi dalam meningkatkan hasil belajar bola tangan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran Penjas Orkes yang dapat dilihat dari keseriusan siswa dalam melakukan pemanasan, partisipasi siswa

dalam permainan yang telah diterapkan dan semangat siswa dalam mengikuti mata pelajaran Penjas Orkes.

Hasil pelaksanaan penelitian tindakan kelas meliputi hasil observasi dan angket, dianalisis yang hasilnya akan digunakan sebagai acuan untuk melaksanakan perbaikan pada siklus selanjutnya.

4. Refleksi

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap refleksi adalah menganalisis jalannya pembelajaran dan menganalisis perangkat evaluasi berupa tes hasil belajar bola tangan. Berdasarkan perangkat evaluasi tersebut kemudian diidentifikasi dan dijadikan bahan masukan untuk siklus berikutnya.

Pada siklus I permainan bola tangan modifikasi masih ditemukan berbagai kekurangan seperti lemahnya kemampuan *mendribble* siswa dan kurangnya sikap kerja sama siswa. Selain itu, hasil yang siswa peroleh juga belum memenuhi indikator kinerja yang telah ditetapkan.

3.6.2 Siklus II

1. Perencanaan Tindakan

Pada tahap ini dilakukan persiapan pembelajaran bola tangan seperti :

- Mencari solusi atas permasalahan yang terjadi dalam siklus I untuk dijadikan perbaikan dalam siklus II.
- Menyiapkan perangkat pembelajaran modifikasi bola tangan meliputi silabus, rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) yang telah disesuaikan dengan kekurangan dalam siklus I, lembar evaluasi, dan menyiapkan alat dan bahan yang digunakan dalam pembelajaran modifikasi bola tangan.

2. Pelaksanaan Tindakan

Pada siklus II, tindakan juga dilakukan dalam dua pertemuan dengan waktu masing-masing pertemuan 2x35 menit.

Langkah-langkahnya adalah sebagai berikut :

Pertemuan I

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

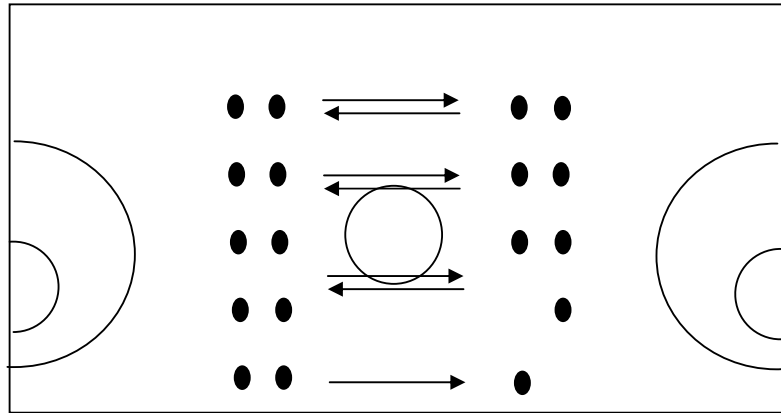
- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (45 menit)

- Teknik dasar *passing* dan tangkap dengan rincian kegiatan sebagai berikut:

(15 menit)

- Melakukan teknik dasar *passing* dan tangkap secara berpasangan dan bergantian.
- Melakukan teknik dasar *passing* dan tangkap dengan gerak melempar bola secara berpasangan dan dilanjutkan dengan gerak ke belakang dan ke depan.



Gambar 12 Formasi Latihan Lempar Tangkap

- Melakukan teknik dasar *passing* dan tangkap dengan cara siswa dibagi menjadi 4 kelompok lalu melakukan *passing* diagonal.
- Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model demonstrasi.
 - Guru mencontohkan gerakan *passing* dan tangkap kepada siswanya.
 - Guru memberikan tugas kepada siswa untuk maju ke depan untuk memperagakan gerakan *passing* dalam bola tangan.
 - Guru memberikan tugas kepada siswa agar membentuk kelompok selanjutnya melakukan tugas yang diberikan oleh guru.
- Bermain modifikasi bola tangan dengan rincian sebagai berikut :
 - (30 menit)
 - Guru membagi siswa menjadi 2 kelompok putra dan 2 kelompok putri

- Kelompok putra menempati lapangan putra sedangkan kelompok putri menempati lapangan kelompok putri
- Guru menjelaskan peraturan permainan modifikasi permainan bola tangan

3. Penutup (20 menit)

Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar.

Pertemuan II

Langkah-langkahnya:

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

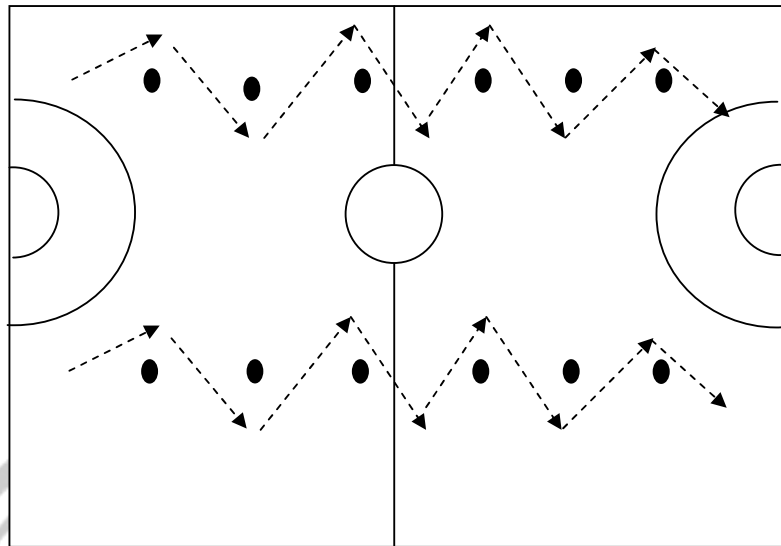
- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (45 menit)

- Teknik dasar *dribble* dengan rincian kegiatan sebagai berikut:

(15 Menit)

- Melakukan *dribble* secara bergantian dengan teman sekelompok dan dilakukan secara berulang-ulang.
- Melakukan *dribble* dengan cara zig-zag melewati temannya.



Gambar 13 Formasi Latihan Membawa Bola

- Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model demonstrasi
 - Guru mencotohkan gerakan *passing* dan tangkap kepada siswanya
 - Guru memberikan tugas kepada siswa untuk maju ke depan untuk memperagakan gerakan *passing* dalam bola tangan
 - Guru memberikan tugas kepada siswa agar membentuk kelompok selanjutnya melakukan tugas yang diberikan oleh guru
- Bermain modifikasi bola tangan dengan rincian sebagai berikut :
 - (30 menit)
 - Guru membagi siswa menjadi 2 kelompok putra dan 2 kelompok putri
 - Kelompok putra menempati lapangan putra sedangkan kelompok putri menempati lapangan kelompok putri

- o Guru menjelaskan peraturan permainan modifikasi permainan bola tangan

3. Penutup (20 menit)

Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran

3. Observasi

Merupakan tindakan yang dilaksanakan untuk mengamati jalannya pelaksanaan tindakan, yaitu mengamati keterampilan proses siswa selama melakukan modifikasi permainan bola tangan.

4. Refleksi Akhir

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap refleksi akhir adalah menganalisis jalannya pembelajaran dan menganalisis perangkat evaluasi berupa tes hasil belajar bola tangan. Berdasarkan perangkat evaluasi pada siklus II diketahui bahwa terjadi kenaikan yang cukup signifikan dari hasil bola tangan siklus I dan siklus II siswa. Kelemahan dan kekurangan yang terjadi pada siklus I juga sudah teratasi dengan baik. Hal tersebut terbukti dengan tercapainya indikator kinerja yang telah ditetapkan. Di samping itu, tanggapan siswa juga mengindikasikan bahwa pembelajaran permainan bola tangan modifikasi adalah pembelajaran yang menyenangkan.

3.7 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu :

1. Dokumentasi, yaitu untuk memperoleh data nama siswa kelas V.

2. Observasi (pengamatan), yaitu, untuk memperoleh data keterampilan proses siswa yang berupa lembar observasi (pengamatan). Lembar observasi digunakan untuk mengungkap keterampilan proses siswa yang meliputi aspek psikomotorik dan aspek afektif.
3. Angket, diberikan untuk mengetahui kemampuan siswa terhadap materi pembelajaran bola tangan (aspek kognitif) serta respon atau tanggapan siswa terhadap materi pembelajaran modifikasi pembelajaran bola tangan. Adapun angket yang disusun adalah angket tertutup, yaitu angket yang sudah disediakan alternatif jawabannya sehingga responden tinggal memilih, hal ini akan memudahkan responden dalam menjawab. Pada skripsi ini angket digunakan untuk mengungkap data tentang kemampuan siswa terhadap materi pembelajaran dan tanggapan siswa terhadap materi pembelajaran pendidikan jasmani menggunakan modifikasi permainan bola tangan.

3.8 Instrumen Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah :

1. Instrumen Pembelajaran

Instrumen pembelajaran yang digunakan dalam penelitian ini meliputi :

- a. SILABUS

Silabus dibuat sebagai pedoman dalam pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran.

- b. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Rencana pelaksanaan pembelajaran dibuat dan digunakan sebagai panduan peneliti untuk mengatur jalannya proses pembelajaran.

2. Instrumen Evaluasi

Instrumen evaluasi yang digunakan dalam pembelajaran berupa tes hasil belajar bola tangan yang meliputi :

a. Psikomotor

Tes ini digunakan untuk mengetahui ketrampilan siswa terhadap teknik dasar dalam permainan bola tangan yang meliputi :

- Teknik dasar lempar atau *passing*
- Teknik dasar menangkap bola
- Teknik dasar membawa bola atau *dribble*
- Teknik dasar menembak

b. Afektif

Tes ini digunakan untuk mengetahui perilaku siswa selama mengikuti proses pembelajaran modifikasi permainan bola tangan yang terdiri dari beberapa aspek, yaitu :

- Menghargai teman dalam satu tim
- Bertanggung jawab pada posisi
- Mau menerima saran dari teman
- Tidak menciderai lawan
- Menerima keputusan wasit
- Memakai seragam
- Memiliki motivasi dalam bermain

➤ Kehadiran

c. Kognitif

Tes kognitif digunakan untuk mengetahui kemampuan siswa terhadap materi pembelajaran bola tangan.

d. Angket Tanggapan Siswa

Angket tanggapan siswa digunakan untuk mengetahui respon atau tanggapan siswa terhadap materi pembelajaran pendidikan jasmani yang menggunakan modifikasi permainan bola tangan.

3.9 Uji Validitas dan Reabilitas

Sebelum instrumen diujikan maka instrumen perlu diuji cobakan terlebih dahulu dengan tahapan sebagai berikut :

1. Menentukan Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjuk tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen (Arikunto, 2006:168). Suatu instrumen dikatakan valid apabila instrumen tersebut mampu mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel yang dimaksud. Validitas dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur sah atau tidaknya angket dari tes psikomotor, kognitif dan afeksi. Untuk mengukur tingkat validitas instrumen, peneliti menggunakan rumus *product moment*:

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = koefisien korelasi

N = jumlah subjek

X = jumlah skor item/butir

Y = jumlah skor total

(Arikunto, 2006:170).

Untuk mengetahui valid tidaknya instrumen dilakukan dengan cara mengkonsultasikan hasil perhitungan koefisien korelasi (r) pada taraf signifikansi 5% atau taraf kepercayaan 95% apabila r_{xy} hitung > r_{xy} tabel maka instrumen tersebut dapat dinyatakan layak untuk mengambil data. Hasil analisis validitas dapat dilihat pada lampiran dan terangkum pada tabel berikut .

Tabel 2. Hasil Validitas Pengamatan

No	r hitung	r tabel	Kriteria	No	r hitung	r tabel	Kriteria
1	0,680	0,381	Valid	9	0,493	0,381	Valid
2	0,747	0,381	Valid	10	0,531	0,381	Valid
3	0,603	0,381	Valid	11	0,786	0,381	Valid
4	0,416	0,381	Valid	12	0,605	0,381	Valid
5	0,405	0,381	Valid	13	0,524	0,381	Valid

		1				1	
6	0,387	0,381	Valid	14	0,480	0,381	Valid
7	0,433	0,381	Valid	15	0,488	0,381	Valid
8	0,390	0,381	Valid	16	0,465	0,381	Valid

Tabel 3. Hasil Validitas Angket

No	r hit un g	r ta be l	Krit eria	No	r hit un g	r ta be l	Krit eria
1	0,577	0,381	Valid	11	0,522	0,381	Valid
2	0,419	0,381	Valid	12	0,419	0,381	Valid
3	0,430	0,381	Valid	13	0,710	0,381	Valid
4	0,689	0,381	Valid	14	0,419	0,381	Valid
5	0,470	0,381	Valid	15	0,488	0,381	Valid
6	0,419	0,381	Valid	16	0,419	0,381	Valid
7	0,559	0,381	Valid	17	0,385	0,381	Valid
8	0,419	0,381	Valid	18	0,427	0,381	Valid
9	0,462	0,381	Valid	19	0,617	0,381	Valid
10	0,419	0,381	Valid	20	0,683	0,381	Valid

Terlihat dari tabel 2 dan 3, semua item dinyatakan valid karena r hitung $>$ r tabel. Oleh sebab itu, maka semua item yang ada dalam instrumen tersebut digunakan dalam penelitian.

2. Menentukan Reliabilitas

Reliabilitas adalah pembuktian apakah suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang baik tidak akan bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu (Arikunto, 2006: 184).

Perhitungan reliabilitas uji coba instrumen pada penelitian ini menggunakan metode belah dua (*split half method*) dengan rumus Spearman-Brown, yaitu :

$$r_{11} = \frac{2r_{1/2/2}}{(1+r_{1/2/2})}$$

Keterangan :

r_{11} = koefisien reliabilitas yang telah ditetapkan

$r_{1/2/2}$ = korelasi antara skor-skor tiap belahan tes

Setelah diperoleh hasil perhitungan, hasil reliabilitas diperoleh $r_{11} = 1,06$ untuk tes pengamatan sedangkan untuk kognitif diperoleh $r_{11} = 0,417$, sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen angket tersebut reliabel.

Sebab $r_{11} >$ r tabel.

3.10 Analisis Data

Dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, Untuk analisis persentase digunakan rumus distribusi persentase, yaitu :

$$P = \frac{S}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase penguasaan tiap aspek

S = Jumlah skor perolehan untuk setiap aspek

N = Jumlah skor total

Hasil tersebut kemudian ditafsirkan dengan ruang kualitatif, yaitu :

76% - 100% = baik

56% - 75% = cukup baik

40% - 55% = kurang baik

< 40% = tidak baik

Untuk menghitung rata-rata prosentase untuk setiap siklus digunakan rumus rata-rata sebagai berikut :

$$\text{Rata - rata} = \frac{\sum \text{prosentase penguasaan tiap aspek}}{\sum \text{Aspek ketrampilan}}$$

Untuk mengetahui adanya peningkatan (gain) pada ketrampilan proses yang diamati pada setiap siklus, digunakan rumus Hake (Coletta, 2007).

$$\langle g \rangle = \frac{\langle S_{akhir} \rangle - \langle S_{awal} \rangle}{100\% - \langle S_{awal} \rangle}$$

Keterangan :

g (gain) = peningkatan ketrampilan proses siswa

S_{awal} = rata-rata ketrampilan proses awal

S_{akhir} = rata-rata ketrampilan proses akhir

Coletta (2007) mengklasifikasikan *gain* sebagai berikut :

- *g*- tinggi : $\langle g \rangle > 0,7$
- *g*- sedang : $0,7 > \langle g \rangle > 0,3$
- *g*- rendah : $\langle g \rangle > 0,3$

Apabila gain lebih dari 0,7 maka dapat dinyatakan bahwa peningkatan tinggi (*high gain*). Jika gain berada pada kisaran 0,7-0,3 maka dikatakan bahwa terjadi peningkatan sedang (*middle gain*). Namun gain berada di bawah 0,3 dinyatakan bahwa peningkatan yang terjadi rendah (*low gain*).

3.11 Indikator Kinerja (Keberhasilan)

Indikator kinerja dalam penelitian ini berbeda dalam setiap aspek penilaian. Untuk aspek penilaian psikomotorik dan afektif rata-rata skor yang diperoleh siswa <75 dan untuk kognitif, rata-rata skor yang diperoleh siswa <80 .

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 HASIL PENELITIAN

Dalam penelitian ini, ada empat aspek yang akan dinilai dalam dua siklus pembelajaran. Aspek tersebut meliputi: aspek psikomotorik, aspek afektif, aspek kognitif, serta tanggapan siswa terhadap proses pembelajaran. Berikut adalah rinciannya.

4.1.1 Siklus I

Setelah dilakukan tindakan pembelajaran bola tangan modifikasi pada siklus I, diperoleh hasil sebagai berikut.

4.1.1.1 Hasil Pengamatan Keterampilan Unjuk Kerja Siswa (Psikomotor)

Pada siklus I diperoleh hasil keterampilan unjuk kerja (psikomotorik) siswa sebagai berikut.

1. Pada teknik dasar lempar atau *passing*, 92% siswa mampu melakukan sesuai dengan aspek yang diajarkan. Hanya 2 orang atau 8 % dari sampel penelitian yang belum mampu melaksanakan secara sempurna.
2. Pada teknik dasar tangkap, 70% siswa juga mampu melakukan dengan sempurna. Kedua teknik di atas mampu siswa lakukan dengan baik sebab siswa sering melakukan permainan kasti yang di dalamnya juga terdapat keterampilan melempar dan menangkap bola. Hal tersebut peneliti ketahui ketika melakukan observasi awal.

3. Pada teknik dasar membawa bola atau *dribble*, diketahui bahwa 37% atau 10 siswa yang mampu melakukan *dribble* dengan baik. Sebagian besar siswa masih memantulkan bola lebih tinggi dari pinggangnya. Akibatnya mereka kesulitan mengendalikan bola. Bahkan beberapa diantaranya menggelanding di lapangan. Selain itu, pandangan siswa pada proses *dribble* juga masih tertuju pada bola.
4. Pada teknik dasar menembak, hanya 55% atau 15 siswa yang mampu menembakkan bola tepat pada kaki lawan. Hal ini disebabkan adanya siswa yang menjadi gawang masih belum mematuhi peraturan dengan berlari-lari melewati batas yang telah ditentukan.

Dari keseluruhan aspek hasil pengamatan unjuk kerja (psikomotorik) diperoleh nilai rata-rata klasikal 68,75. Hasil tersebut masih berada pada kategori cukup dan belum mampu memenuhi indikator kinerja, yakni 75.

4.1.1.2 Hasil Pengamatan Perilaku Siswa (Afektif)

Berdasarkan pengamatan pada siklus I, diperoleh data hasil pengamatan keterampilan afektif dengan rincian sebagai berikut.

1. Pada aspek kerja sama, 67% atau 18 siswa yang mampu bekerja sama dengan baik. Beberapa siswa ada yang tidak bertanggung jawab pada posisinya. Ketika mereka ditunjuk di bagian *dribble* mereka tidak mau dan tiba-tiba pindah ke bagian lempar. Alasannya karena mereka tidak bisa. Hal tersebut tentu merusak permainan. Ada juga siswa yang memarahi teman satu timnya yang tidak bisa menembak dengan baik. Padahal ia sendiri juga belum mampu melakukannya dengan sempurna.

2. Pada aspek sportivitas, 77% siswa mampu menunjukkan sportivitas mereka. Hal tersebut tampak jelas, ketika wasit (guru peneliti) memberi keputusan nilai. Mereka mampu menerima semua keputusan wasit secara mutlak.
3. Pada aspek kesungguhan, 55% siswa menunjukkan kesungguhan mereka. Selebihnya masih belum menunjukkan kesungguhan, sebab kerja sama mereka sangat rendah. Mereka kurang mampu mengendalikan emosi ketika teman mereka melakukan kesalahan.
4. Pada aspek kehadiran, 92% siswa memenuhinya. Siswa hadir tepat waktu, dan tidak membolos. Namun ada 2 siswa yang tidak memakai seragam lengkap. Ketika mereka di tanya mereka menjawab lupa membawa seragam.

Berdasarkan hasil keseluruhan aspek pengamatan perilaku siswa (afektif) diperoleh nilai rata-rata klasikal 72,92. Hasil yang diperoleh masih berada pada kategori cukup dan belum mampu memenuhi indikator kinerja sebesar 75.

4.1.1.3 Hasil Pengamatan Pemahaman Siswa (Kognitif)

Hasil pengamatan pemahaman siswa pada pembelajaran bola tangan modifikasi siklus I adalah sebagai berikut.

Siswa yang memenuhi kategori baik sebanyak 23 orang atau 85,18% dari sampel penelitian. Sedangkan 4 orang atau 14,82% memenuhi kategori cukup. Meskipun pada observasi awal diketahui bahwa pembelajaran bola tangan adalah pembelajaran yang baru bagi siswa sebab pembelajaran belum pernah diajarkan

guru dengan alasan ketiadaan fasilitas, namun siswa ternyata mampu memahami permainan ini dengan cepat.

Menilik analisis butir soal, diketahui bahwa sebagian besar siswa salah pada soal ke-10, yakni: Dalam melakukan teknik melempar posisi kedua kaki harus sejajar. Pertanyaan lain yang banyak dijawab salah adalah pertanyaan nomor 11, yakni: *Lay up* adalah salah satu teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola tangan.

Berdasarkan hasil perhitungan analisis butir soal, diperoleh rata-rata klasikal 77,13. Nilai tersebut berkategori baik. Meskipun rata-rata klasikal yang diperoleh berkategori baik, namun belum mampu mencapai indikator kinerja, yakni 80.

4.1.1.4 Hasil Pengamatan Respon Siswa

Hasil pengamatan respon siswa pada siklus I diperoleh rincian hasil di bawah ini.

Bagi 68,52% sampel menyatakan bahwa permainan bola tangan sasaran kaki merupakan permainan yang sulit dilakukan. Meskipun demikian, sebanyak 77,78% dari seluruh sampel menjawab bahwa mereka mampu melakukan permainan bola tangan sasaran kaki dengan baik. Begitu pula 87,04% menyatakan permainan bola tangan sasaran kaki membuat mereka mudah untuk membawa bola.

Sebagian besar siswa juga mengatakan bahwa bola tangan sasaran kaki memudahkan mereka untuk melempar bola, menangkap bola, serta menembakkan

bola. Bahkan lebih dari 90% siswa telah mampu memahami bahwa mereka harus mampu bekerja sama dan bersikap sportif. Kemenangan bukan tujuan utama.

Pembelajaran bola tangan modifikasi sasaran kaki juga dianggap menyenangkan oleh siswa. Terbukti 90% sampel menjawab mereka menyukai permainan tersebut dan bersedia bermain lagi. Hal tersebut merupakan bukti bahwa permainan bola tangan modifikasi sasaran kaki adalah permainan yang menyenangkan.

4.1.1.5 Refleksi

Berdasarkan hasil pengamatan dan respon pada siklus I diketahui bahwa hasil yang diperoleh belum memenuhi indikator kinerja dari setiap aspek penilaian. Selain itu, keterampilan *dribble* dan menembak siswa juga masih lemah. Siswa juga belum mampu mengaplikasikan sikap kerja sama dan kesungguhan dalam permainan.

Meskipun secara kognitif siswa sudah mampu memahami peraturan permainan, namun terkadang dalam aplikasinya siswa melanggar peraturan permainan, seperti berlari-lari melewati batas bagi siswa yang menjadi gawang. Menilik belum tercapainya indikator kinerja, maka diperlukan perbaikan pada tindakan siklus II. Kelemahan dan kekurangan yang terjadi selama siklus I akan dicarikan solusi dan dilakukan perbaikan pada siklus II.

4.1.2 Siklus II

Setelah dilakukan tindakan perbaikan pada siklus II sebagaimana yang tercantum dalam BAB III, diperoleh hasil pembelajaran bola tangan modifikasi siklus I sebagai berikut.

4.1.2.1 Hasil Pengamatan Keterampilan Unjuk Kerja Siswa (Psikomotor)

Pada siklus II hasil pengamatan keterampilan unjuk kerja (psikomotorik) siswa diperoleh rincian sebagai berikut.

1. Pada teknik dasar lempar atau *passing*, seluruh siswa sampel mampu melakukan sesuai dengan aspek yang diajarkan. Mereka mampu mempraktekkan posisi ketika melempar dengan sempurna, yakni salah satu kaki ke depan, bola dipegang dengan satu atau dua tangan, ketika tangan lurus ke depan kaki yang di belakang ditarik ke depan untuk siap melangkah. Pandangan mereka juga lurus ke depan, tidak lagi tertuju ke bola.
2. Pada teknik dasar tangkap, 85% atau 23 orang siswa mampu menangkap bola dengan posisi sempurna. Teknik di atas mampu siswa lakukan dengan baik sebab sebelum memasuki permainan bola tangan modifikasi, guru melakukan latihan ringan mengenai teknik menangkap bola yang benar. Hanya 4 orang siswa yang masih belum mampu melakukan teknik tangkap dengan benar. Kesemuanya laki-laki dan mereka terkenal sangat sulit untuk diatur. Pada saat teman-teman mereka berlatih menangkap bola, mereka malah bermain bola sendiri. Akibatnya posisi mereka salah ketika menangkap bola.
3. Pada teknik dasar membawa bola atau *dribble*, diketahui bahwa 71% atau 19 siswa sudah mampu melakukan *dribble*. Meskipun sesekali pandangan mereka masih tertuju pada bola, namun secara keseluruhan mereka telah mampu melakukan teknik *dribble* dengan cukup baik.

4. Pada teknik dasar menembak, 85% atau 23 siswa yang mampu menembakkan dengan posisi sempurna. Walaupun tembakan mereka belum mampu mengenai kaki lawan, tetapi mereka berusaha menembakkan bola sesuai posisi yang tepat dalam peraturan.

Berdasarkan rincian di atas, dapat diketahui bahwa rata-rata klasikal hasil pengamatan unjuk kerja (psikomotorik) siswa mencapai nilai 84,72. Nilai tersebut berkategori baik dan sudah memenuhi indikator kinerja, yakni 75.

4.1.2.2 Hasil Pengamatan Perilaku Siswa (Afektif)

Hasil pengamatan perilaku siswa pada siklus II adalah sebagai berikut.

1. Pada aspek kerja sama, 88% dari sampel mampu bekerja sama dengan baik. Mereka mau menerima posisi mereka dengan sikap tanggung jawab. Mereka juga menunjukkan sikap saling membantu. Ketika ada teman mereka dalam satu tim yang belum bisa melakukan teknik *dribble*, padahal ia berada pada bagian *dribble*, maka siswa lain dalam satu tim yang bisa *dribble* akan menggantikan posisi temannya dengan sukarela.
2. Pada aspek sportivitas, 85% atau 23 orang siswa mampu menunjukkan sportivitas mereka. Ada 4 orang siswa yang sering membantah keputusan wasit. Keempat siswa tersebut memang sering berulah. Dan mereka juga sering menyatakan kalau wasit tidak adil, karena tidak memberikan nilai maksimal kepada mereka.
3. Pada aspek kesungguhan, 85% dari seluruh siswa sampel menunjukkan kesungguhan mereka. Siswa tersebut terlihat antusias dan berambisi untuk

mendapatkan nilai. Walaupun demikian, mereka juga tampak menikmati permainan bola tangan modifikasi dengan penuh kegembiraan.

4. Pada aspek kehadiran, seluruh siswa sampel (100%) hadir tepat waktu dan memakai seragam.

Berdasarkan rincian di atas, dapat diketahui bahwa rata-rata klasikal hasil pengamatan perilaku siswa (afektif) mencapai nilai 88,89. Nilai tersebut berkategori baik dan sudah memenuhi indikator kinerja, yakni 75.

4.1.2.3 Hasil Pengamatan Pemahaman Siswa (Kognitif)

Pada siklus II diperoleh rincian hasil pengamatan pemahaman siswa sebagai berikut.

Kategori baik diperoleh oleh 25 siswa atau 92,5% dari keseluruhan sampel penelitian. Adapun 2 orang atau 7,5% dari seluruh siswa sampel memperoleh kategori cukup. Untuk kategori kurang baik dan tidak baik sebanyak 0%. Hal tersebut dikarenakan, sebelum inti pembelajaran, guru mengulas soal-soal yang jawabannya masih banyak yang salah, sehingga ketika pertanyaan yang sama diberikan, maka siswa mampu menjawab dengan benar.

Berdasarkan analisis butir soal, diketahui bahwa sebagian besar siswa salah pada soal nomor 5, yakni: Waktu permainan modifikasi permainan bola tangan adalah 2 x 10 menit. Hampir sebagian besar siswa menjawab salah. Ini disebabkan pada waktu pembelajaran bersamaan dengan guru melakukan KKG (Kelompok Kerja Guru), sehingga siswa dipulangkan lebih awal. Namun siswa sampel tidak mau pulang dan masih

ingin terus bermain. Maka muncul anggapan dari siswa bahwa waktu permainan lebih dari 2 x 10 menit.

Dari hasil perhitungan analisis butir soal, diperoleh rata-rata klasikal 88,80. Nilai tersebut berkategori baik dan mampu mencapai indikator kinerja, yakni 80.

4.1.2.4 Hasil Pengamatan Respon Siswa

Hasil pengamatan respon siswa pada siklus II diperoleh rincian hasil di bawah ini.

Sebanyak 30% dari seluruh sampel menyatakan bahwa permainan bola tangan sasaran kaki merupakan permainan yang sulit dilakukan. Namun seluruh siswa menjawab bahwa mereka mampu melakukan permainan bola tangan sasaran kaki dengan baik. Begitu pula 96,30% seluruh siswa sampel menyatakan permainan bola tangan sasaran kaki membuat mereka mudah untuk membawa bola.

Lebih dari 95% dari siswa sampel juga mengatakan bahwa bola tangan sasaran kaki memudahkan mereka untuk melempar bola, menangkap bola, serta menembakkan bola. Bagi siswa permainan bola tangan modifikasi sasaran kaki merupakan permainan yang mudah dan menyenangkan.

Mudah sebab 100% siswa sampel menjawab bahwa permainan bola tangan modifikasi sasaran kaki lebih mudah dimainkan daripada permainan bola besar lainnya. Dinyatakan sebagai permainan menyenangkan sebab seluruh sampel menjawab bahwa permainan bola tangan modifikasi sasaran

kaki merupakan permainan yang menyenangkan dan mereka menyukainya. Siswa juga menyadari bahwa dalam setiap permainan dibutuhkan kerja sama, sportivitas, serta kepatuhan dan kesungguhan. Hal tersebut tercermin ketika mereka menjawab soal nomor 9-19. Jawaban siswa sampel rata-rata benar.

4.1.2.5 Refleksi

Setelah dilakukan perbaikan pada tindakan siklus II berdasarkan refleksi siklus I, diperoleh hasil sudah memenuhi indikator kinerja dari setiap aspek penilaian. Dari hasil keterampilan psikomotorik, mayoritas siswa sudah mampu mempraktekkan posisi dalam permainan sesuai dengan instruksi guru. Hanya ada beberapa siswa yang masih susah diatur. Namun, secara umum siswa mampu memenuhi indikator kinerja yang telah ditetapkan.

Tidak jauh berbeda dengan keterampilan psikomotorik, hasil dari pengamatan keterampilan afektif juga menunjukkan arah yang positif. Siswa sudah mampu bekerja sama dalam satu tim. Bahkan ada tim yang mereka saling membantu dan berdiskusi untuk menentukan posisi yang tepat bagi masing-masing anggota sesuai dengan kemampuannya.

Dalam keterampilan kognitif, secara umum siswa juga telah memahami berbagai hal mengenai permainan bola tangan modifikasi sehingga ketika mereka diminta untuk menjawab, siswa mampu menjawab dengan tepat. Kesalahan mereka hanya terletak pada soal yang menanyakan waktu permainan bola tangan modifikasi. Kesalahan tersebut lantaran kesalahan interpretasi atas pertanyaan

yang diajukan. Sebab faktanya memang siswa bermain lebih dari waktu yang ditetapkan. Itupun atas inisiatif dan keinginan siswa pribadi.

Pada hasil tanggapan siswa juga menunjukkan perkembangan yang lebih baik. Siswa memberikan tanggapan positif atas pembelajaran bola tangan modifikasi yang peneliti lakukan. Siswa juga bersedia melakukan pembelajaran yang sama di lain kesempatan.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran bola tangan modifikasi siklus II telah mampu memenuhi indikator kinerja dari setiap aspek penilaian, sehingga tidak diperlukan tindakan perbaikan pada siklus selanjutnya.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Hasil Pengamatan Keterampilan Unjuk Kerja Siswa (Psikomotorik)

Dalam penelitian ini dilakukan pengamatan keterampilan unjuk kerja siswa (psikomotorik). Pengamatan dilakukan dalam dua siklus selama penelitian berlangsung. Data hasil pengamatan tampak pada tabel 4. Berikut adalah perolehan hasilnya.

Tabel 4 Hasil Pengamatan Keterampilan Psikomotorik

PSIKOMOTOR	SIKLUS I	SIKLUS II
	68,75	84,72

Dari tabel di atas diketahui bahwa rata-rata hasil keterampilan psikomotorik siswa pada siklus I adalah 68,75 dan meningkat 15,97 pada siklus II menjadi 84,72.

Hasil tersebut kemudian dianalisis dengan rumus *Hake's normalized gain* sebagai berikut :

$$\text{Rata-rata siklus I : } \langle S_{pre} \rangle = 68,75$$

$$\text{Rata-rata siklus II : } \langle S_{post} \rangle = 84,72$$

$$\text{Hake's normalized gain : } \langle g \rangle = \frac{\langle S_{post} \rangle - \langle S_{pre} \rangle}{100\% - \langle S_{pre} \rangle}$$

$$\langle g \rangle = \frac{\langle 84,72\% \rangle - \langle 68,75\% \rangle}{100\% - \langle 68,75\% \rangle} = 0.5$$

Berdasarkan perhitungan dengan menggunakan rumus *Hake's normalized gain* diperoleh hasil dengan kriteria *gain* sedang (*middle gain*), yang berarti bahwa keterampilan unjuk kerja psikomotor selama siklus I dan II mengalami peningkatan cukup signifikan.

Perbandingan hasil pengamatan unjuk kerja psikomotor siswa pada masing-masing siklus ditunjukkan pada gambar berikut :



Gambar 14 Perbandingan Keterampilan Psikomotor

Perbandingan yang cukup signifikan tersebut terjadi karena pada siklus II siswa melakukan latihan seperti melempar, menangkap, mendribble,

serta menendang sebelum permainan bola tangan modifikasi dilakukan. Guru juga mengoreksi kesalahan-kesalahan yang siswa lakukan selama siklus I, seperti kurangnya kemampuan siswa dalam bekerja sama, agar tidak terulang kembali pada siklus II.

4.2.2 Hasil Pengamatan Keterampilan Perilaku Siswa (Afektif)

Hasil pengamatan afektif siswa selama proses pembelajaran bola tangan pada siklus I dan II dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Hasil Pengamatan Afektif

AFEKTIF	SIKLUS I	SIKLUS II
	72,92	88,89

Dari tabel di atas diketahui bahwa hasil pengamatan afektif pada siklus I mencapai 72,92 dan pada siklus II meningkat menjadi 88,89.

Hasil pengamatan afektif pada siklus I dan II kemudian dianalisis dengan rumus *Hake's normalized gain* sebagai berikut :

Rata-rata siklus I : $\langle S_{pre} \rangle = 72,92 \%$

Rata-rata siklus II : $\langle S_{post} \rangle = 88,89 \%$

Hake's normalized gain : $\langle g \rangle = \frac{\langle S_{post} \rangle - \langle S_{pre} \rangle}{100\% - \langle S_{pre} \rangle}$

$$\langle g \rangle = \frac{\langle 88,89\% \rangle - \langle 72,92\% \rangle}{100\% - \langle 72,92\% \rangle} = 0.57$$

Hasil yang diperoleh dari perhitungan pengamatan afektif siswa siklus I dan siklus II adalah (*middle gain*), yang berarti bahwa pengamatan perilaku siswa selama siklus I dan II meningkat namun tidak signifikan.

Perbandingan hasil pengamatan afektif siswa pada masing-masing siklus ditunjukkan pada gambar berikut.



Gambar 15 Perbandingan Pengamatan Afektif Siswa

Peningkatan yang terjadi pada siklus II merupakan dampak lanjutan dari stimulus positif berupa latihan melempar, menangkap, *mendribble*, dan menembak yang diberikan guru sebelum permainan dilaksanakan. Setelah berlatih dan mereka memahami posisi yang tepat untuk melempar, menangkap, *mendribble*, dan menembak memudahkan mereka bermain. Ketika siswa mampu bermain dengan baik, mereka lebih antusias, bersungguh-sungguh, dan bersemangat dalam pembelajaran. Apalagi dengan gawang kaki yang berlari kesana kemari membuat siswa merasa tertantang dan permainan juga menjadi semakin menyenangkan.

4.2.3 Hasil Pengamatan Keterampilan Pemahaman Siswa (Kognitif)

Hasil analisis penilaian pemahaman siswa terhadap materi pembelajaran bola tangan dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6. Hasil Analisis Kognitif

KOGNITIF	SIKLUS I	SIKLUS II
		77.13

Hasil pemahaman siswa pada siklus I dan II kemudian dianalisis dengan rumus *Hake's normalized gain* sebagai berikut :

$$\text{Rata-rata siklus I : } \langle S_{pre} \rangle = 77,13 \%$$

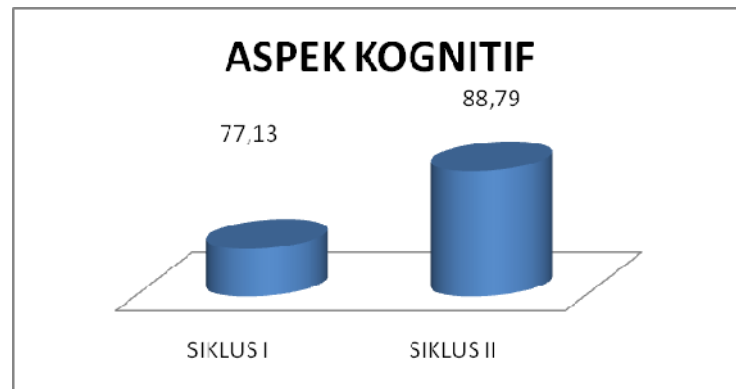
$$\text{Rata-rata siklus II : } \langle S_{post} \rangle = 88,80 \%$$

$$\text{Hake's normalized gain : } \langle g \rangle = \frac{\langle S_{post} \rangle - \langle S_{pre} \rangle}{100\% - \langle S_{pre} \rangle}$$

$$\langle g \rangle = \frac{\langle 88,80\% \rangle - \langle 77,13\% \rangle}{100\% - \langle 77,13\% \rangle} = 0.51$$

Hasil yang diperoleh ternyata (*middle gain*), yang berarti bahwa pemahaman siswa terhadap materi bola tangan selama siklus I dan II meningkat cukup signifikan.

Perbandingan hasil penilaian pemahaman siswa (kognitif) pada masing-masing siklus ditunjukkan pada gambar berikut :



Gambar 16 Perbandingan Nilai Kognitif

Peningkatan hasil tes kognitif dari siklus I ke siklus II yang cukup signifikan merupakan efek dari tindakan guru pada siklus II yang pada awal pembelajaran mengulas pertanyaan-pertanyaan yang sulit bagi siswa, sehingga ketika mereka diajukan pertanyaan yang sama sebagian besar dari siswa mampu menjawabnya dengan benar. Namun, ketika siswa diberi pertanyaan mengenai waktu permainan bola tangan modifikasi sasaran kaki, sebagian besar menjawab salah. Sebab ketika mereka bermain bola tangan modifikasi bersamaan dengan KKG, sehingga siswa dipulangkan lebih awal dan siswa sampel masih ingin tetap bermain walaupun waktu bermain siswa sudah habis. Mereka pun menjawab sesuai dengan kondisi nyata.

4.2.4 Hasil Pengamatan Respon Siswa

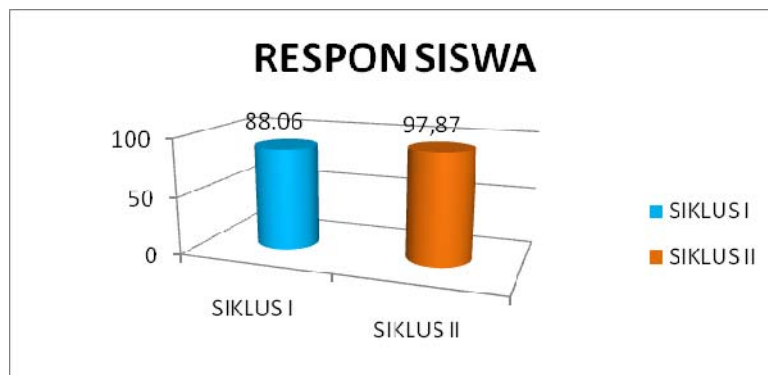
Hasil tanggapan siswa terhadap modifikasi permainan bola tangan untuk pembelajaran penjas orkes dapat dilihat pada tabel 7. Berikut adalah rinciannya.

Tabel 7. Tanggapan Siswa

No	Pertanyaan	Nilai Rata-Rata Respon	
		SIKLUS I	SIKLUS II
1	Apakah menurut kamu, modifikasi permainan Bola Tangan Sasaran Kaki merupakan permainan yang sulit untuk dimainkan?	68.52%	90.74%
2	Apakah kamu bisa memainkan modifikasi permainan Bola Tangan Sasaran Kaki?	77.78%	100%
3	Apakah dalam modifikasi permainan Bola Tangan Sasaran Kaki, kamu mudah untuk membawa bola ?	87.04%	96.3%
4	Apakah dalam modifikasi permainan Bola Tangan Sasaran Kaki, kamu mudah untuk mencetak gol / menembak?	72.22%	83.33%
5	Apakah dalam modifikasi permainan Bola Tangan Sasaran Kaki, kamu mudah untuk menangkap bola?	66.67%	96.3%
6	Apakah dalam modifikasi permainan Bola Tangan Sasaran Kaki, kamu mudah melakukan lemparan?	81.48%	96.3%
7	Apakah kamu kesulitan ketika kamu melakukan tembakan ke dalam Kaki dalam modifikasi permainan Bola Tangan?	79.63%	98.15%
8	Apakah cara bermain dalam modifikasi permainan Bola Tangan Sasaran Kaki, lebih mudah dari permainan bola besar lain yang kamu kenal?	87.04%	100%
9	Apakah kamu tahu cara bermain modifikasi permainan Bola Tangan Sasaran Kaki?	92.59%	100%
10	Apakah modifikasi permainan Bola Tangan Sasaran Kaki yang diajarkan oleh Bapak/Ibu guru bertujuan agar kamu melakukan gerak?	96.3%	100%
11	Apakah sebelum bermain	96.3%	100%

	modifikasi Bola Tangan Sasaran Kaki perlu melakukan pemanasan terlebih dahulu?		
12	Menurut kamu, apakah dalam modifikasi permainan Bola Tangan Sasaran Kaki setiap pemain harus mematuhi peraturan permainan?	98.15%	100%
13	Apakah kamu akan menerima keputusan yang diberikan oleh wasit?	96.3%	100%
14	Apakah kamu menghargai kemampuan yang dimiliki oleh teman dalam satu tim/regu ketika bermain Bola Tangan Sasaran Bergerak?	94.44%	100%
15	Apakah kamu suka bermain Bola Tangan Sasaran Kaki?	87.04%	100%
16	Apakah kamu akan bermain kasar dan mencederai lawan ketika bermain Bola Tangan Sasaran Kaki?	96.3%	100%
17	Apabila tim/regu kamu kalah, apakah kamu akan mengakui keunggulan tim/regu lawan?	90.74%	96.3%
18	Apakah dalam bermain Bola Tangan Sasaran Kaki dibutuhkan suatu kerjasama untuk memenangkan pertandingan?	100%	100%
19	Apakah kamu bersungguh-sungguh atau serius ketika bermain Bola Tangan Sasaran Kaki?	96.3%	100%
20	Apakah kamu bersedia lagi bermain modifikasi permainan Bola Tangan Sasaran Kaki?	100%	100%
	Rata-Rata	88.06%	97.87%

Peningkatan nilai rata-rata tersebut dapat ditunjukkan dengan gambar 11 sebagai berikut.



Gambar 17 Perbandingan Respon Siswa

Berdasarkan Tabel 7 di atas, diperoleh hasil analisis untuk masing-masing aspek tanggapan siswa pada siklus I dan II. Pada siklus I, rata-rata tanggapan siswa sebesar 88,06 % dan pada siklus ke II rata-rata tanggapan siswa sebesar 97,87 %. Secara keseluruhan nilai yang diperoleh untuk setiap aspek pernyataan dalam angket mengalami peningkatan. Peningkatan rata-rata tanggapan siswa ini terjadi karena selama proses pembelajaran berlangsung, siswa terlibat aktif dan antusias ketika melaksanakan pembelajaran. Bahkan ada beberapa pertanyaan yang memperoleh hasil maksimal selama dua siklus berturut-turut. Salah satunya adalah: Apakah dalam bermain Bola Tangan Sasaran Kaki dibutuhkan suatu kerjasama untuk memenangkan pertandingan?

Berdasarkan hasil kuesioner yang telah diberikan kepada siswa pada siklus I respon siswa rata-rata sebesar 100 % dan pada siklus II juga sebesar 100%. Hasil prosentasi tersebut menunjukkan bahwa rata-rata siswa selalu bekerjasama dan berusaha menaati peraturan yang berlaku dalam keterampilan bola tangan modifikasi sasaran kaki.

Dari hasil tiap siklus terjadi peningkatan ke arah positif. Keberhasilan penelitian ini tampak nyata pada meningkatnya hasil belajar bola tangan siswa sampel melalui permainan bola tangan modifikasi yang peneliti laksanakan. Hasil belajar bola tangan siswa sampel telah mencapai indikator kinerja. Itu berarti permainan bola tangan modifikasi telah teruji mampu meningkatkan hasil belajar bola tangan siswa sekaligus membuktikan bahwa melalui permainan yang sederhana pun asalkan menyenangkan akan diperoleh hasil yang maksimal.



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 SIMPULAN

Pembelajaran bola tangan modifikasi pada pelajaran pendidikan jasmani mampu meningkatkan keterampilan siswa dalam bermain bola tangan. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan prosentase rata-rata unjuk kerja siswa (psikomotor) selama siklus I dan siklus II. Pada siklus I persentase rata-ratanya mencapai 68,75 % (cukup baik). Pada siklus II, prosentase rata-ratanya meningkat menjadi 84,72 % (baik). Kriteria peningkatan unjuk kerja psikomotor adalah sedang (*middle gain*).

Hasil pengamatan afektif selama siklus I dan siklus II juga mengalami peningkatan. Pada siklus I rata-rata prosentase mencapai 72,92% (cukup baik). Pada siklus II persentase rata-rata meningkat mencapai 88,89% (baik). Kriteria peningkatan pengamatan afektif adalah sedang (*middle gain*).

Hasil penilaian pemahaman siswa selama siklus I dan siklus II juga mengalami peningkatan. pada siklus I rata-rata prosentase mencapai 77,13% (baik). Pada siklus II persentase rata-rata mencapai 88,80 % (baik). Kriteria peningkatan sedang (*middle gain*).

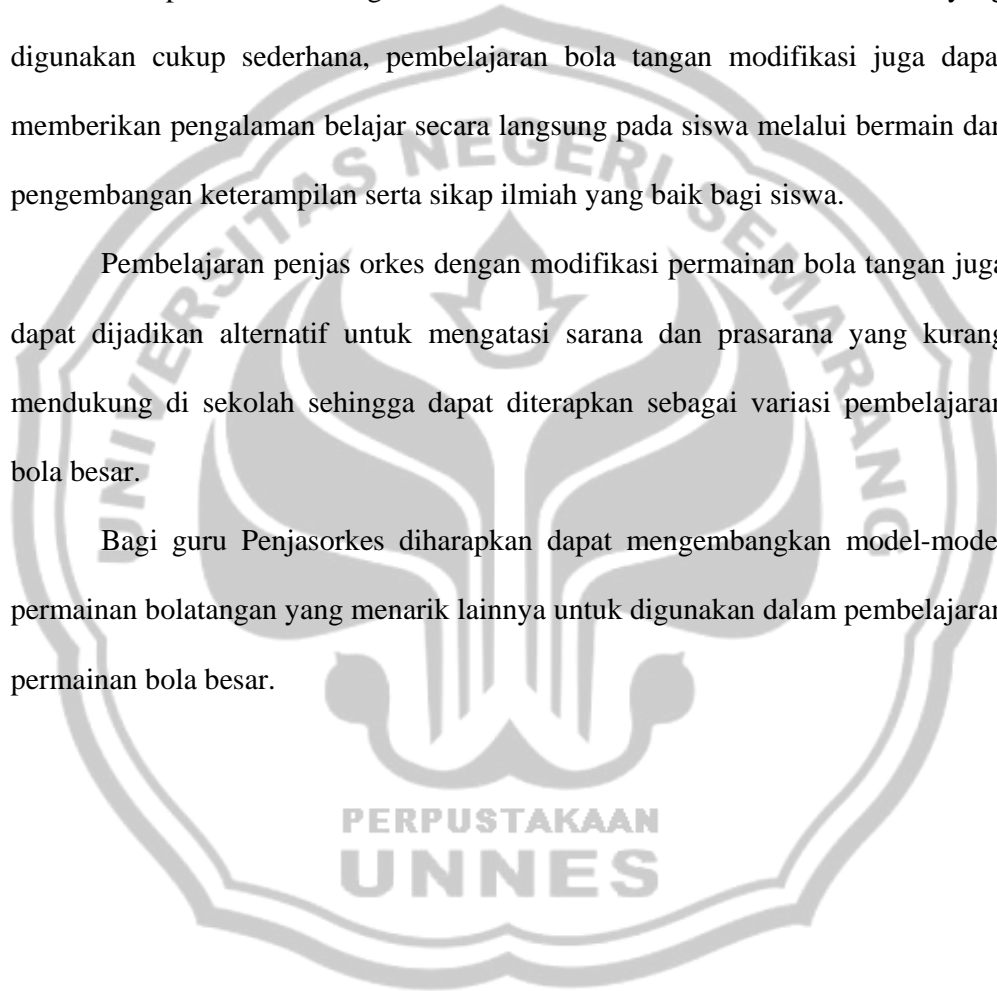
Hasil penilaian tanggapan atau respon siswa selama siklus I dan siklus II juga mengalami peningkatan. pada siklus I rata-rata prosentase mencapai 88.06 % (baik). Pada siklus II prosentase rata-rata mencapai 97,87% (baik).

5.2 SARAN

Saran yang dapat diberikan adalah pembelajaran penjas orkes dengan modifikasi permainan bola tangan dapat dijadikan alternatif pembelajaran untuk diterapkan di sekolah-sekolah, terutama sekolah-sekolah yang memiliki tingkat sarana dan prasarana kurang memadai. Sebab selain alat dan fasilitas yang digunakan cukup sederhana, pembelajaran bola tangan modifikasi juga dapat memberikan pengalaman belajar secara langsung pada siswa melalui bermain dan pengembangan keterampilan serta sikap ilmiah yang baik bagi siswa.

Pembelajaran penjas orkes dengan modifikasi permainan bola tangan juga dapat dijadikan alternatif untuk mengatasi sarana dan prasarana yang kurang mendukung di sekolah sehingga dapat diterapkan sebagai variasi pembelajaran bola besar.

Bagi guru Penjasorkes diharapkan dapat mengembangkan model-model permainan bolatangan yang menarik lainnya untuk digunakan dalam pembelajaran permainan bola besar.



DAFTAR PUSTAKA

- Aqib, Zainal, dkk. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas Untuk Guru SMP, SMA, SMK*. Bandung: Yrama Widya.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2008. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Bahagia, Yoyo dan A. Suherman. 2000. *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah, Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Coletta, V. P. et. Al. 2007. *Interpreting Force Concept Inventory Scores: Normalized Gain and SAT Scores*. <http://www.prst-per.aps.org>. (Diunduh 25 Januari 2011).
- Depdiknas. 2003. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Anonim. *Perkembangan Anak Usia Dini*. <http://file.upi.edu/> (Diunduh tanggal 25 Januari 2011).
- . *Pendidikan Jasmani, Pengaruh, dan Perkembangannya di Sekolah*. <http://one.indoskripsi.com/>(Diunduh tanggal 25 Januari 2011).
- . *Karakteristik Anak SD*. <http://xpresiriau.com/> (Diunduh tanggal 25 Januari 2011).
- Lutan, Rusli. 2001. *Asas-asas Pendidikan Jasmani*. Bandung: FPOK UPI.
- Mahendra, Agus. 2003. *Falsafah Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas, Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah, Pendidikan Luar Biasa, Bagian Proyek Pendidikan Kesehatan Jasmani Pendidikan Luar Biasa.
- Rahman , Hari A. dan Ermawan S. 2005. *Bolatangan: Sebuah Pengantar dalam Pembelajaran*. Yogyakarta: Perpustakaan Nasional.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Penjas Orkes*. Jakarta: Litera Prenada Media Group.

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

Subyantoro.2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Semarang: CV. Widya Karya.

Suherman, Adang. 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdiknas.

Sukintaka. 1992. *Teori Bermain Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Dikti.

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

