

**EFEK APLIKASI PERMAINAN *HOLE BALL*
TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN GERAK KASAR
SISWA KELAS V SD NEGERI 3 KEDUNGUPIT KECAMATAN
SRAGEN
KABUPATEN SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2012/2013**



Oleh :
BURHAN SIDQI
NIM. K4609025

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA**

Juli 2013
commit to user

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Burhan Sidqi
NIM : K4609025
Jurusan/ Program Studi : POK/ Penjaskesrek

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul “EFEK APLIKASI PERMAINAN *HOLE BALL* TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN GERAK KASAR SISWA KELAS V SD NEGERI 3 KEDUNGUPIT SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2012/2013”, ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

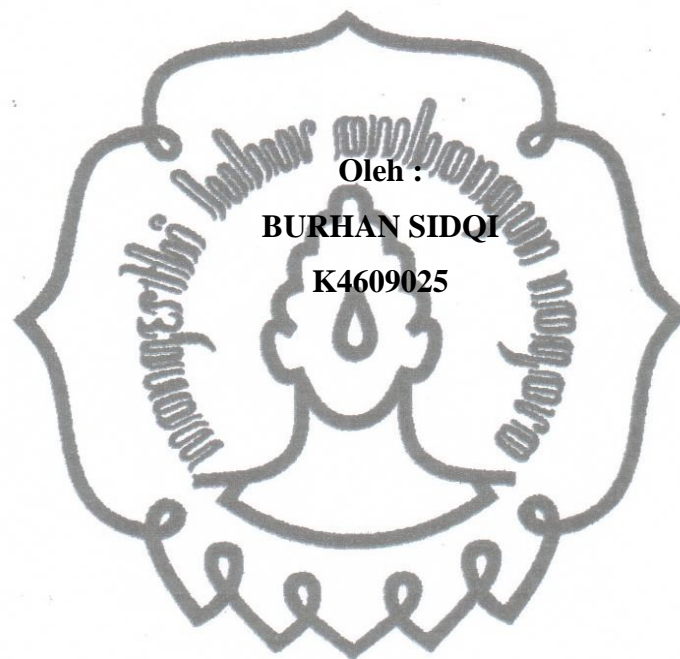
Surakarta, Juli 2013

Yang membuat pernyataan

A 6000 Rupiah stamp with a signature and the name Burhan Sidqi. The stamp includes the text "METERAI TEMPEL", "PAJAK MEMBANGUN NEGARA", "TGL 20", "AAD59ABF700094354", "ENAM RIBU RUPIAH", and "6000 DJP".

Burhan Sidqi

**EFEK APLIKASI PERMAINAN *HOLE BALL*
TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN GERAK KASAR
SISWA KELAS V SD NEGERI 3 KEDUNGUPIT KECAMATAN SRAGEN
KABUPATEN SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2012/2013**



Oleh :
BURHAN SIDQI
K4609025

Skripsi

**diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan Program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi,
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET**

SURAKARTA

Juli 2013

commit to user

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

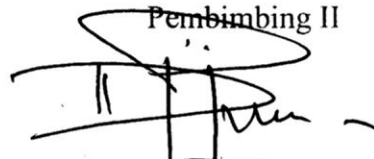
Surakarta, Juli 2013

Pembimbing I



Drs. Sarwono, M.S.
NIP. 19600614 198603 1 002

Pembimbing II



Djoko Nugroho, S.Pd, M.Or.
NIP. 19730205 200501 1 001

PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

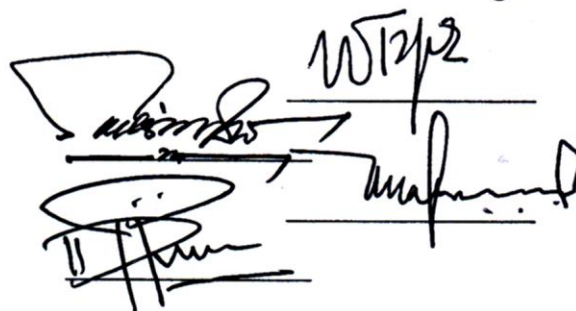
Hari : Jumat
Tanggal : 26 Juli 2013

Tim Penguji Skripsi

Nama Terang

Tanda Tangan

Ketua : Waluyo, S.Pd, M.Or.
Sekretaris : Drs. H. Wahyu Sulisty, M. Kes.
Anggota I : Drs. Sarwono, M. S.
Anggota II : Djoko Nugroho, S. Pd, M. Or.



Handwritten signatures of the examiners: Waluyo, H. Wahyu Sulisty, Sarwono, and Djoko Nugroho.

Disahkan oleh
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sebelas Maret



Prof. Dr.H.M. Furqon Hidayatullah, M.Pd.
NIP. 196007271987021001

MOTTO

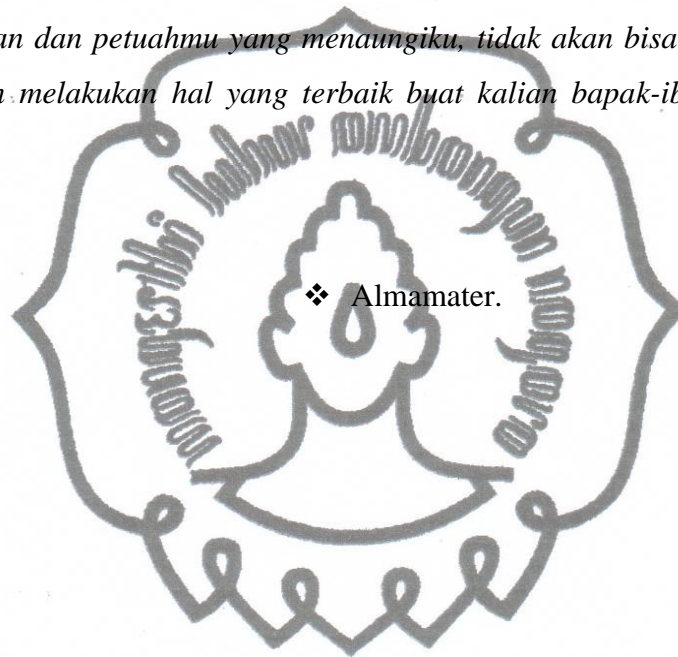
- Memaafkan tak seberat memindah samudra. (padi)
- Kalau ada hari ini untuk mengerjakan kenapa harus “besok” jangan menunggu sukses tetapi kejarlah kesuksesan. (Sahabat Dolpino)
- “Jika kita mendekat dengan Allah sejengkal, Allah mendekati kita sehasta, jika kita mendekati Allah dengan merangkak Allah akan mendekati kita dengan berjalan, jika kita mendekati Allah dengan berjalan maka Allah akan mendekati kita dengan berlari.” (AL - QUR’AN)
- Sebaik - baiknya manusia adalah manusia yang bermanfaat bagi manusia lainnya. (Penulis)
- Jika kita mau membantu Agama Allah, Allah akan memudahkan urusan kita didunia dan akhirat. (AL - HADIST)
- “Sesudah datang kesulitan maka akan datang kemudahan.”
(AL - QUR’AN)

PERSEMBAHAN

Teriring syukurku pada-MU, aku persembahkan skripsi ini untuk :

- ❖ “Kedua Orang Tua Ayahanda Mulyadi dan Ibunda Trisminah yang selalu memberikan doa, Kakak Fatin Umi Azimah, Adik Abdu Azis Fauzan”.

Belai kasih sayangmu yang tiada berujung, doamu yang tiada henti, pengorbananmu yang tiada akhir, air mata dan keringat yang tercurur untukku suri tauladan dan petuahmu yang menaungiku, tidak akan bisa terbalaskan. Aku selalu ingin melakukan hal yang terbaik buat kalian bapak-ibuku. Aku sayang kalian.



commit to user

ABSTRAK

Burhan Sidqi. **EFEK APLIKASI PERMAINAN *HOLE BALL* TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN GERAK KASAR SISWA KELAS V SD NEGERI 3 KEDUNGUPIT KECAMATAN SRAGEN KABUPATEN SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2012/2013**. Skripsi, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta. Juli 2013.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendiskripsikan prosedur cara bermain hole ball dan untuk meningkatkan keterampilan gerak kasar pada siswa kelas V SD Negeri 3 Kedungupit Sragen tahun pelajaran 2012/2013.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen kuasi (PEK). Penelitian dilaksanakan dengan desain *Matching Pretest-Posttest Control Group Design*. Subjek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri 3 Kedungupit yang berjumlah 36 siswa. Dalam penelitian ini terdapat dua kelompok, yaitu kelompok kontrol sebanyak 18 siswa dan kelompok eksperimen sebanyak 18 siswa. Teknik pengumpulan data dengan tes TGMD 2 (Ulrich, D.A. (2000), tes membuat keputusan taktik dan pelaksanaan keterampilan yaitu dengan GPAI (*Game Performance Assesment Instrument*) dan lembar observasi atau lembar pengamatan. Analisis data dianalisis secara statistik deskriptif dan statistik inferensial dengan SPSS Versi 18.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa *Hole ball* merupakan suatu permainan hasil pengembangan dari teknik dasar lempar tangkap bola kecil yang dikemas ke dalam bentuk permainan olahraga. Bentuk lapangan *hole ball* adalah persegi panjang dengan perbandingan panjang dan lebar adalah 2:1 seumpama panjang lapangan 30 m maka lebar lapangan adalah 15 m dan setiap tim terdiri dari 9 orang. Dari segi proses penerapan pembelajaran permainan hole ball pada siswa kelas V SD Negeri 3 Kedungupit Sragen adalah efektif, keefektifan penerapan permainan hole ball ditunjukkan oleh hasil analisis data yaitu analisis data dengan lembar observasi terhadap kegiatan siswa dalam proses pembelajaran selama 12 kali pertemuan, bahwa sebagian besar siswa termasuk dalam kategori baik sekali sebanyak 3 siswa atau 16.66%, kategori baik sebanyak 7 siswa atau 38.88%, kategori cukup sebanyak 4 siswa atau 22.22% dan kategori sedang berjumlah 4 siswa atau 22.22%. Dalam pembelajaran konvensional tidak dapat dilaksanakan observasi saat pembelajaran berlangsung, karena pembelajaran tidak terdesain dengan rinci sebagaimana pada kelompok eksperimen diterapkan adalah efektif, dari hasil kuesioner permainan hole ball dapat diambil kesimpulan bahwa respon siswa dari proses pembelajaran positif sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan bahwa Respon siswa dikatakan positif, jika persentase minimal 80%. Dari segi produk pembelajaran permainan hole ball pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Telihat dari sebelum diberi perlakuan atau pretest, rata-rata keterampilan gerak kasar siswa sebesar 43.39 dan setelah diberi perlakuan meningkat menjadi 62.72, sedangkan pada kelompok kontrol sebelum diberi perlakuan atau pretest rata-rata keterampilan Gerak Kasar siswa sebesar 44.11 dan setelah diberi perlakuan meningkat menjadi 50.67.

commit to user

Disarankan seorang guru penjasorkes menggunakan permainan hole ball untuk meningkatkan keterampilan gerak kasar, karena setelah diadakan penelitian ini keterampilan gerak kasar siswa meningkat. Hole ball dapat digunakan sebagai olahraga alternatif bola kecil yang dapat diberikan kepada siswa, karena siswa merasa antusias dalam permainan ini. Sebagai guru penjasorkes hendaknya memasyarakatkan permainan hole ball, karena termasuk olahraga baru. Untuk peneliti yang lain disarankan untuk menambah observer yang sangat minim.

Kata kunci: pembelajaran, permainan hole ball, keterampilan Gerak Kasar.



KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, yang memberi ilmu, inspirasi dan kemuliaan. Atas kehendakNya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“EFEK APLIKASI PERMAINAN *HOLE BALL* TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN GERAK KASAR SISWA KELAS V SD NEGERI 3 KEDUNGUPIT SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2012/2013”**.

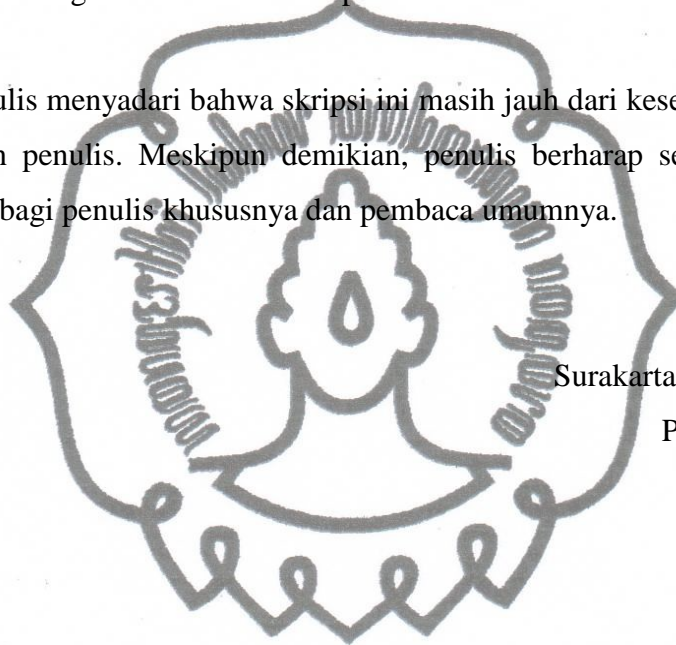
Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Penulis menyadari bahwa terselesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Bapak Drs. H. Mulyono, MM, Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Bapak Waluyo, S.Pd., M.Or Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Drs. Sarwono, MS, selaku Pembimbing I, yang telah selalu memberikan motivasi dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Djoko Nugroho, S. Pd, M. Or, selaku Pembimbing II, yang selalu memberikan pengarahan dan bimbingan daalam penyusunan skripsi ini.
6. Daryono, S.Pd, selaku Kepala SD Negeri 3 Kedungupit Sragen, yang telah memberi kesempatan dan tempat guna pengambilan data dalam penelitian.

commit to user

7. Surono, S.Pd, selaku Guru mata pelajaran Penjasorkes SD Negeri 3 Kedungupit Sragen, yang telah memberi bimbingan dan bantuan dalam penelitian.
8. Para siswa kelas V SD Negeri 3 Kedungupit Sragen , yang telah bersedia untuk berpartisipasi dalam pelaksanaan penelitian ini.
9. Semua pihak yang turut membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak mungkin disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan karena keterbatasan penulis. Meskipun demikian, penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca umumnya.



Surakarta, Juli 2013

Penulis,

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PENGAJUAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
HALAMAN ABSTRAK.....	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
A. Kajian Teori.....	6
1. Keterampilan Gerak Kasar.....	6
a. Keterampilan Gerak Kasar untuk Anak.....	6
b. Macam-macam Keterampilan Gerak Kasar.....	8
2. Permainan Hole ball bagian dari Bola Kecil (Bola Bakar)..	10
a. Pengertian Permainan Hole ball	10
b. Perlengkapan Permainan Hole ball.....	11
c. Peraturan Permainan Hole ball.	12
d. Permainan Bola Bakar	13
e. Lapangan dan Alat-alat.....	13
f. Teknik Dasar Permainan Bola Bakar.....	15

3.	Bermain Sambil Belajar dan Berlatih.....	19
	a. Fungsi Bermain dalam Pendidikan.....	20
	b. Pengertian Latihan	21
	c. Prinsip-prinsip Latihan	21
	d. Komponen-komponen Latihan	24
4.	Belajar dan Pembelajaran.....	25
	a. Pengertian Belajar.....	25
	b. Pengertian Pembelajaran.....	25
	c. Kriteria Pembelajaran yang Sukses	26
	d. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	27
	e. Lembar Observasi Pembelajaran	27
5.	Pengaruh Pembelajaran Permainan Hole ball terhadap Keterampilan Gerak Kasar	28
	a. Pelaksanaan Pembelajaran Permainan Hole ball.....	28
	b. Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran permainan Hole Ball	28
B.	Kerangka Berpikir.....	30
C.	Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN		33
A.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	33
	1. Tempat Penelitian.....	33
	2. Waktu Penelitian.....	33
B.	Subjek Penelitian.....	34
C.	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	34
	1. Metode Eksperimen Kuasi	34
	2. Rancangan Penelitian	35
D.	Teknik Pengumpulan Data.....	36
E.	Teknik Analisis Data	36

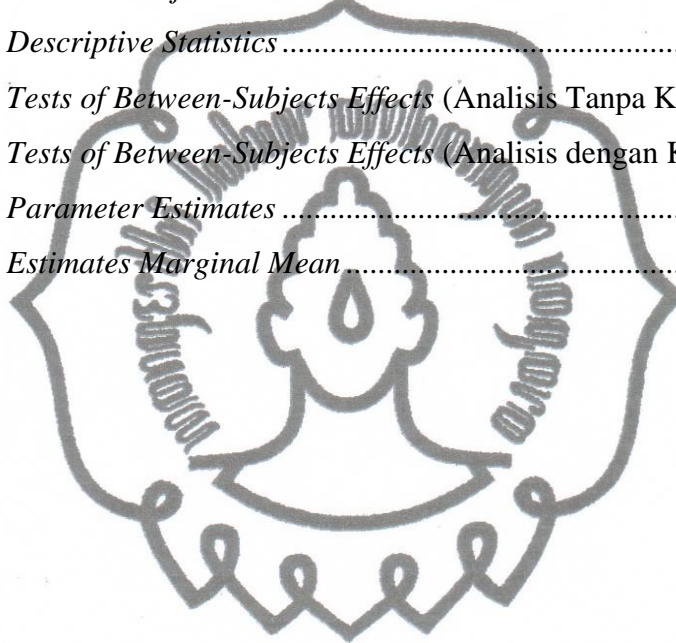
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
A. Deskripsi Data	42
1. Analisis Statistik Deskriptif	42
B. Pengujian Persyaratan Analisis	45
a. Uji Prasyarat Analisis.....	45
b. Analisis Regresi.....	48
c. Analisis Kovarians	61
C. Pengujian Hipotesis.....	65
D. Pembahasan Hasil Analisis Data.....	65
 BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	 68
A. Simpulan.....	68
B. Implikasi.....	68
C. Saran	69
 DAFTAR PUSTAKA.....	 70
 LAMPIRAN	 72

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Rincian Kegiatan Waktu dan Jenis Kegiatan Penelitian	33
4.1 Hasil Observasi Kelompok Eksperimen	43
4.2 Hasil Uji Normalitas Data KE, KK dan Kelompok Gabungan	45
4.3 Hasil Uji Linearitas Data KE, KK dan Kelompok Gabungan	46
4.4 Hasil Uji Homogenitas Tanpa Kovariat, dengan Kovariat	47
4.5 <i>Descriptive Statistics</i> pada Kelompok Eksperimen	48
4.6 Analisis Korelasi pada Kelompok Eksperimen.....	49
4.7 <i>Variables Entered/ Removed^b</i> pada Kelompok Eksperimen..	49
4.8 Model <i>Summary^b</i> dalam Analisis Regresi Kelompok Eksperimen.....	49
4.9 <i>ANOVA^b</i> dalam Analisis Regresi Kelompok Eksperimen.....	50
4.10 <i>Coefficients^a</i> dalam Analisis Regresi Kelompok Eksperimen.....	50
4.11 Model <i>Summary and Parameter Estimates</i> Kelompok Eksperimen.....	51
4.12 <i>Descriptive Statistics</i> pada Kelompo Kontrol	52
4.13 Analisis Korelasi pada Kelompok Kontrol.....	53
4.14 <i>Variables Entered/ Removed^b</i> pada Kelompok Kontrol.....	53
4.15 Model <i>Summary^b</i> dalam Analisis Regresi Kelompok Kontrol	53
4.16 <i>ANOVA^b</i> dalam Analisis Regresi Kelompok Kontrol	54
4.17 <i>Coefficients^a</i> dalam Analisis Regresi Kelompo Kontrol	54
4.18 Model <i>Summary and Parameter Estimates</i> Kelompok Kontrol	55
4.19 <i>Variables Entered/ Removed^b</i> pada Kelompok Gabungan....	56
4.20 Analisis Korelasi pada Kelompok Gabungan	57
4.21 <i>Variables Entered/Removed^b</i> Kelompok Gabungan	57

commit to user

4.22	Model <i>Summary</i> ^b dalam Analisis Regresi Kelompok Gabungan	57
4.23	<i>ANOVA</i> ^b dalam Analisis Regresi Kelompok Gabungan	58
4.24	<i>Coefficients</i> ^a dalam Analisis Regresi Kelompok Gabungan .	59
4.25	Model <i>Summary and Parameter Estimates</i> Kelompok Gabungan	59
4.26	<i>Between-Subjects Factors</i>	61
4.27	<i>Descriptive Statistics</i>	61
4.28	<i>Tests of Between-Subjects Effects</i> (Analisis Tanpa Kovariat)	62
4.29	<i>Tests of Between-Subjects Effects</i> (Analisis dengan Kovariat)	62
4.30	<i>Parameter Estimates</i>	63
4.31	<i>Estimates Marginal Mean</i>	63



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Lapangan Hole ball.....	11
2.2 Lapangan Bola Bakar	14
2.3 Sikap Pukulan Melambung.....	16
2.4 Sikap Pukulan Mendatar.....	16
2.5 Sikap Pukulan /merendah	17
2.6 Sikap Menangkap Bola Mendatar	18
2.7 Sikap Menangkap Bola Bergulirt di tanah.....	18
2.8 Skematika Kerangka Berpikir.....	31
4.1 Garis Regresi Kelompok Eksperimen	51
4.2 Garis Regresi Kelompok Kontrol.....	55
4.3 Garis Regresi Kelompok Gabungan.....	60
1. Kompetisi Hole ball.....	122
2. Peserta Kelompok Eksperimen.....	122
3. Persiapan Pretest.....	123
4. Pemanasan	123
5. Permainan Hole ball	124
6. TGMD 2 “Hop”	124
7. Proses Pembelajaran Permainan Hole ball	125
8. Persiapan Posttest	125

commit to user

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Silabus, Materi Pembelajaran dan Rencana Pelaksanaan	
2. Pembelajaran	72
3. Daftar Nama Siswa	85
4. Lembar Observasi Permainan Hole ball	76
5. Program Bermain Hole ball.....	89
6. Lembar Observasi GPAI	90
7. Kuesioner Permainan Hole ball.....	103
8. Hasil Pretest dan Posttest KK & KE	105
9. Hasil Observasi Permainan Kelompok Eksperiman	107
10. Petunjuk Pelaksanaan TGMD 2	108
11. Dokumentasi pelaksanaan Penelitian	122

