

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LEMPAR
BOLA KECIL MELALUI MODIFIKASI ALAT PEMBELAJARAN
PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KRANDON LOR 01
KECAMATAN SURUH KABUPATEN SEMARANG
TAHUN PELAJARAN 2014 / 2015**



SKRIPSI

Oleh:

YUNI ABDUL RAUF

X 4712704

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

2014

commit to user

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yuni Abdul Rauf
NIM : X4712704
Jurusan/Progam Studi : POK / Penjaskesrek
Universitas : Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul "Upaya Meningkatkan Gerak dasar Lempar Bola Kecil Melalui Modifikasi alat Pembelajaran Pada Siswa Kelas V SD Negeri Krandon Lor 01 Kecamatan suruh Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2014/2015" ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Selain itu sumber informasi yang saya kutip dari penulis telah disebut 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, Oktober 2014

Yang membuat pernyataan


METERAI
TEMPEL
PILIH ADMINISTRASI BANGSA
TOL
30EE8ACF484486069
ENAM RIBU RUPIAH
6000 DJP

Yuni Abdul Rauf

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LEMPAR
BOLA KECIL MELALUI MODIFIKASI ALAT PEMBELAJARAN
PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KRANDON LOR 01
KECAMATAN SURUH KABUPATEN SEMARANG
TAHUN PELAJARAN 2014 / 2015**



Diajukan untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmanai Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2014**

commit to user

PERSETUJUAN

Skripsi telah di setujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta



Surakarta, Oktober 2014

Pembimbing I

Drs. Mulyono, M.M
NIP. 19510809 197611 1 001

Pembimbing II

Pomo Warh Adi, S.Pd., M.Or
NIP. 19821225 200812 1 002

commit to user

PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan TIM Penguji Skripsi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas maret Surakarta dan diterima Untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Hari :

Tanggal :

Tim Penguji Skripsi

Nama Terang

Tanda Tangan

Ketua : Drs. Agustiyanto, M.Pd

Sekretaris : Haris Nugroho, S.Pd, M.Or

Anggota I : Drs. H. Mulyono, MM.

Anggota II : Pomo Warih Adi, S.Pd, M.Or

Disahkan oleh
Faakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sebelas Maret Surakarta



Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatulloh, M. Pd.

NIP. 196007271987011001

ABSTRAK

Yuni Abdul rauf. **UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LEMPAR BOLA KECIL MELALUI MODIFIKASI ALAT PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KRANDON LOR 01 KECAMATAN SURUH KABUPATEN SEMARANG TAHUN PELAJARAN 2014/ 2015**, Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta, July 2014.

Tujuan Penelitian ini adalah Penerapan modifikasi alat pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lempar bola kecil pada siswa kelas V SD Negeri Krandon Lor 01 Kecamatan Suruh Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2014/2015.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas. Penelitian dilaksanakan dalam 2 siklus yang tiap siklusnya terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. dan sebagai subyeknya dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Krandon Lor 01 Kecamatan Suruh Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2014/2015 yang berjumlah 21 siswa yang terdiri dari 11 putra dan 10 putri. Sumber Data berasal dari siswa, guru, dan kolaborator dan data hasil belajar diambil dari hasil pembelajaran gerak dasar lempar tangkap bola kecil yang berupa catatan tentang hasil pengamatan melalui tes siswa dengan menggunakan tes kecakapan gerak dasar lempar tangkap bola kecil serta angket yang diberikan kepada siswa. Uji Validitas data menggunakan teknik triangulasi. Indikator Pencapaian dari hasil peningkatan dalam penelitian tindakan kelas ini meliputi pemahaman gerak, penguasaan, serta perubahan nilai dan sikap yang tumbuh pada diri siswa dalam proses pembelajaran.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pembelajaran gerak dasar lempar bola kecil dengan penerapan modifikasi alat pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri Krandon Lor 01 mengalami peningkatan-peningkatan dari kondisi awal dari 21 siswa yang tuntas 6 anak dan 15 anak belum tuntas dari nilai ketuntasan yaitu 75 dengan rata-rata kelas 58,59. Pada Siklus I pertemuan 1 ketuntasan belajar mulai meningkat 7 anak tuntas dan 14 belum tuntas dengan rata-rata kelas 60,05. Pada Siklus I pertemuan 2 nilai ketuntasan menjadi 13 anak yang tuntas dan 8 belum tuntas dengan rata-rata kelas 69,03. Pada Siklus II pertemuan 1 nilai ketuntasan menjadi 17 anak yang tuntas dan 4 belum tuntas dengan nilai rata-rata 73,43. Pada Siklus II pertemuan 2 nilai ketuntasan menjadi 21 anak dengan nilai rata-rata kelas 77,74.

Simpulan penelitian ini bahwa pembelajaran gerak dasar lempar bola kecil dengan memodifikasi alat pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar pada siswa kelas V SD Negeri Krandon Lor 01 Kecamatan Suruh Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2014/2015.

Kata Kunci: Hasil belajar, Gerak dasar Lempar Tangkap Bola Kecil, Penerapan alat Modifikasi

commit to user

ABSTRACT

Yuni Abdul Rauf. **EFFORT TO IMPROVE LEARNING OUTCOMES CAST BASE BALL MOTION THROUGH THE MODIFICATION OF SMALL LEARNING TOOL IN CLASS V SD STATE KRANDON LOR Tell DISTRICT 01 DISTRICT OF LESSONS Semarang 2014/2015**, Thesis, Surakarta : Faculty of Teacher Training and Education, March Surakarta University, July 2014. The purpose of this study a modified application of learning tools to improve learning outcomes basic throwing motion a little ball in the fifth grade students of SD Negeri Krandon Lor Tell District 01 District Semarang in the Akademik Year 2014/2015.

The method used in this research is Classroom Action Research. The experiment was conducted in two cycles each cycle consisting of planning, implementation of action, observation, and reflection. And as subject in this study were fifth grade students Krandon Lor Elementary School District 01 District Tell Semarang in the Academic Year 2014/2015, which has 21 students, teacher, and collaborators and learning outcome data were taken from the results of learning basic throwing motion capture small ball in the form of notes on the observations through the use of student test test basic motor skills throwing and catching a small ball questionnaire given to the students. The validity of the test data using triangulation techniques. Indicators of Achievement from the resulting increase in classroom action research include an understanding of motion, control, and change of values and attitudes that grow on students in the learning process.

The results showed that in learning the basic motion throwing a small ball with a modified application of learning tools on Elementary School fifth grade students Krandon Lor 01 experienced increases from the initial conditions of the 21 students who completed 6 children and 15 children not yet complete mastery of the value of 75 with the average grade 58,59. At the first meeting of the first cycle of mastery learning began to increase 7 children and 14 unfinished completed with an average grade 60,05. At the first meeting of Cycle 2 mastery values to 13 children who completed and 8 unresolved with the average grade 69,03. At the first meeting of the second cycle value of mastery to 17 children and 4 unfinished due to the average value of 73,43. At the second meeting of the second Cycle completeness value to 21 children with an average value 77,74 class.

The conclusion of this study that learning basic motion throwing a small ball by modifying a learning tool to improve learning outcomes in the Elementary School fifth grade student Krandon Lor Tell District 01 District Semarang in the Academic Year 2014/2015.

Keywords : learning outcomes , basic Motion Capture Throw Small Ball , Application of Modified tool

commit to user

MOTTO

“Tak ada yang tak mungkin selagi kita belum mencoba” (Penulis)

“Orang-orang yang sukses telah belajar membuat diri mereka melakukan hal yang harus dikerjakan ketika hal itu memang harus dikerjakan, entah mereka menyukainya atau tidak.” (Aldus Huxley)

“Sesungguhnya bersama-sama kesulitan ada kemudahan.” (Al Insyirah ayat 6)

“Semua impian kita dapat menjadi nyata, jika kita memiliki keberanian untuk mengejanya.” (Walt Disney)

commit to user

PERSEMBAHAN



Kupersembahkan skripsi ini kepada :

- Yang tercinta istriku Sri Mulyani
- Yang tersayang anak-anakku Ardiyan Abdi Wibowo, Dea Ayu Syabana dan Nazla Aprilia Hawa
- Teman-temanku yang selalu mendukungku

commit to user

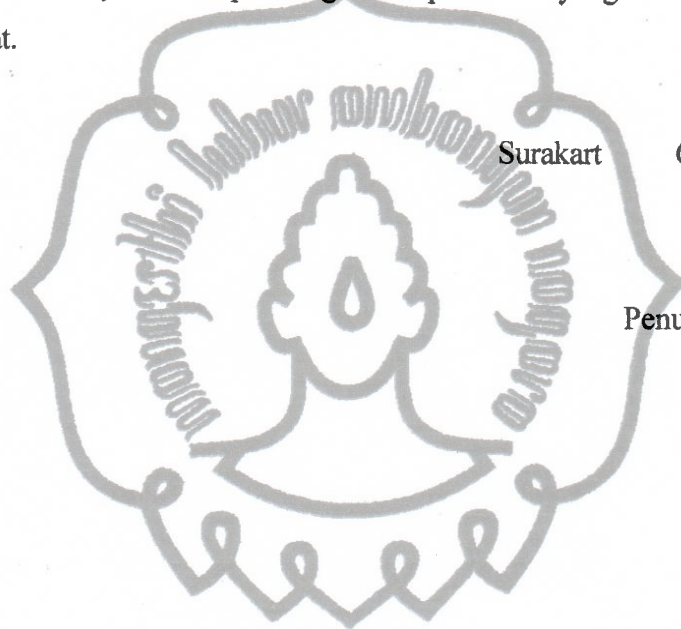
KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga dapat diselesaikan penulisan skripsi ini. Disadari bahwa penulisan skripsi ini banyak mengalami hambatan, tetapi berkat bantuan dari beberapa pihak maka hambatan tersebut dapat diatasi. Oleh karena itu dalam kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M. Pd. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Bapak Drs. Mulyono, M.M. Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta yang telah memberikan ijin untuk mengadakan penelitian.
3. Drs. Djoko Nugroho, M. Or. Selaku ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret.
4. Bapak Drs. Mulyono, M.M. Selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun skripsi.
5. Bapak Pomo Warih Adi, S. Pd. M. Or. Selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun skripsi.
6. Bapak Drs. Sulistiyo, . Selaku Kepala UPTD Pendidikan Kecamatan Suruh yang telah memberikan ijin dalam pelaksanaan penelitian ini.
7. Bapak Suprato, S. Ag. selaku Kepala SD Negeri Krandon Lor 01 yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melaksanakan kegiatan penelitian.
8. Siswa kelas V SD Negeri Krandon Lor 01 tahun 2014/2015 yang telah bersedia menjadi sampel penelitian.
9. Guru dan Karyawan serta siswa-siswi SD Negeri Krandon Lor 01 yang telah banyak memberikan inspirasi serta membantu dan mendukung dalam pelaksanaan penelitian.

10. Rekan-rekan Mahasiswa S1 PPKHB Prodi Penjaskesrek, JPOK FKIP UNS khususnya kelompok Tegal V yang telah bantu membantu dalam keberhasilan pelaksanaan kegiatan penelitian.
11. Semua pihak yang telah membantu dan mendukung serta terlibat dalam pelaksanaan kegiatan penelitian sehingga selesai skripsi ini.

Semoga segala amal baik tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa. Akhirnya berharap semoga hasil penelitian yang sederhana ini dapat bermanfaat.



Surakarta

Oktober 2014

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
HALAMAN PENGAJUAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN ABSTRAK	vi
HALAMAN MOTTO	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Rumusan Masalah	4
B. Tujuan Penelitian	5
C. Manfaat Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORI	6
A. Tinjauan Pustaka	6
1. Pengertian Pendidikan Jasmani	6
2. Gerak Dasar	7
3. Hakekat Lempar	9
4. Pengertian Belajar	9
5. Pengertian Belajar Gerak	9
6. Pengertian Minat	10
7. Pengertian Permainan dan Pendidikan Jasmani	11
8. Pengertian Metode Belajar	33
9. Hakekat Bermain	33
10. Akurasi	35
11. Karakteristik Anak Sekolah	35

commit to user

12. Karakteristik Media Belajar	36
13. Pengertian Alat Modifikasi	37
14. Karakteristik Siswa Kelas V Sekolah Dasar	41
B. Kerangka Berpikir	43
BAB III METODE PENELITIAN	45
A. Tempat dan Waktu Penelitian	45
B. Subyek Penelitian	45
C. Data dan Sumber Data	46
D. Pengumpulan Data	46
E. Uji Validitas Data	47
F. Analisa Data	48
G. Prosedur Penelitian	48
H. Indikator Pencapaian	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	53
A. Diskripsi Pratindakan	53
B. Diskripsi Hasil Tindakan Siklus	53
C. Perbandingan Hasil Tindakan Antar Siklus	73
D. Pembahasan	79
BAB V SIMPULAN,IMPLIKASI DAN SARAN	83
A. Simpulan	83
B. Implikasi	83
C. Saran	85
DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN	89

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Permainan Lomba Beranting	15
2. Permainan Berburu Burung	16
3. Permainan Lempar Lembing	17
4. Permainan Melempar dan Menangkap Bola Mendatar	18
5. Permainan Lempar Tangkap Bola dengan Rintangan	19
6. Permainan Menembak Burung	20
7. Permainan Lempar bola Silang.....	21
8. Permainan Melempar Bola dengan Sasaran	22
9. Permainan Mengumpulkan Bola Formasi	22
10. Permainan Lempar Tangkap Bola dengan Net.....	23
11. Permainan Langkah Silang dengan Bilah.....	25
12. Permainan Lempar Tangkap dengan Rintangan.....	26
13. Permainan Lempar Tangkap dengan Rintangan Tali.....	27
14. Permainan Lempar Tangkap dengan Ketua.....	27
15. Permainan Lempar Tangkap dengan Gawang.....	28
16. Permainan Lempar Tangkap Bola berpasangan	29
17. Permainan Lempar tangkap dengan garis/rafia	30
18. Permainan Lempar tangkap dengan sasaran.....	31
19. Permainan Lempar Tangkap melewati net	32
20. Permainan Lompat hruf S dengan sasaran.....	32
21. Alat Pembelajaran Modifikasi Bola Tonis.....	38
22. Alat Pembelajaran Modifikasi Cone.....	38
23. Alat Pembelajaran Modifikasi Bilah Karet.....	39
24. Alat Pembelajaran Modifikasi Kardus.....	39
25. Alat Pembelajaran Modifikasi Bola Plastik.....	43
26. Alat Pembelajaran Modifikasi Net.....	40
27. Alat Pembelajaran Modifikasi Bola Besar.....	40
28. Alur Kerangka Berpikir	43
29. Desain Penelitian Tindakan Kelas	44

commit to user

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Waktu Penelitian.....	45
2. Teknik Pengumpulan data.....	46
3. Indikator Pencapaian.....	52
4. Hasil belajar gerak dasar lempar bola kecil pada kondisi awal	53
5. Hasil belajar gerak dasar lempar bola kecil pada Siklus I Pertemuan 1 ..	60
6. Hasil belajar gerak dasar lempar bola kecil pada Siklus I Pertemuan 2 ..	67
7. Hasil belajar gerak dasar lempar bola kecil pada Siklus II Pertemuan 1 ..	68
8. Hasil belajar gerak dasar lempar bola kecil pada Siklus II Pertemuan 2 ..	72
9. Perbandingan Hasil Belajar gerak dasar lempar bola kecil dari Siklus 1 Pertemuan 1 sampai Siklus II Pertemuan 2	74
10. Hasil belajar gerak dasar lempar tangkap bola kecil pada Siklus 1 Pertemuan 1	76
11. Hasil belajar gerak dasar lempar tangkap bola kecil pada Siklus I Pertemuan 2	78
12. Hasil belajar gerak dasar lempar tangkap bola kecil pada Siklus II Pertemuan 1	79
13. Hasil belajar gerak dasar lempar tangkap bola kecil pada Siklus II Pertemuan 2	80
14. Perbandingan Hasil Belajar Gerak dasar lempar tangkap bola kecil Dari Siklus I Pertemuan 1 sampai Siklus II Pertemuan 2.....	81

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Lembar Penilaian Pra Siklus.....	90
2. Lembar Penilaian Siklus 1 Pertemuan 1	91
3. Lembar Penilaian Siklus 1 Pertemuan 2	92
4. Lembar Penilaian Siklus II Pertemuan 1	93
5. Lembar Penilaian Siklus II Pertemuan 2	94
6. RPP Siklus I.....	95
7. RPP Siklus II.....	106
8. Lembar Observasi.....	117
9. Lembar Kartu Ceria	157
10. Dokumen Kegiatan	158
11. Surat Keterangan.....	164

