

Jarot

by Jarot Wijaya

Submission date: 24-Aug-2021 03:22AM (UTC-0300)

Submission ID: 1635179469

File name: TESIS_JAROT_WIJAYA.docx (1.64M)

Word count: 17695

Character count: 107385

**MODIFIKASI BOLA UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR
DAN KETRAMPILAN BERMAIN BOLA KASTI SISWA KELAS 5 SDN
WONOREJO 1 KECAMATAN WATES KABUPATEN KEDIRI DI
SEMESTER 1 TAHUN AJARAN 2019/2020**

TESIS

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Magister Keguruan Olahraga (M.Pd)



OLEH :

JAROT WIJAYA
NIM: 17.06.01.0013

**PROGRAM PASCA SARJANA
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI
2020**

Tesis oleh:

JAROT WIJAYA
NIM: 17.0.06.01.0013

Judul:

**MODIFIKASI BOLA UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR
DAN KETRAMPILAN BERMAIN BOLA KASTI SISWA KELAS 5 SDN
WONOREJO 1 KECAMATAN WATES KABUPATEN KEDIRI DI
SEMESTER 1 TAHUN AJARAN 2019/2020**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Tesis Prodi Magister Keguruan Olahraga
Program Pasca Sarjana UN PGRI Kediri

Tanggal:

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Sulistiono, M.Si
NIDN. 0007076801

Dr. Wasis Himawanto, M.Or
NIDN. 0723128103

Tesis oleh:

JAROT WIJAYA
NIM: 17.0.06.01.0013

Judul:

**PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR DAN KETERAMPILAN
BERMAIN BOLA KASTI MENGGUNAKAN MEDIA BOLA TENIS
PADA SISWA KELAS 5 SDN WONOREJO 1 KECAMATAN WATES
KABUPATEN KEDIRI DI SEMESTER 1 TAHUN AJARAN 2019/2020**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Tesis
Prodi Magister Kejuruan Olahraga
Program Pasca Sarjana UN PGRI Kediri

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua :
2. Penguji I : Dr. Sulistiono, M.Si
3. Penguji II : Dr. Wasis Himawanto, M.Or

Mengetahui,
Kaprodi MKO

Dr. Setyo Harmono, M.Pd
NIDN. 0727095801

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Jarot Wijaya
Jenis Kelamin : Laki-laki
Tempat/tgl. lahir : Kediri/ 18 Oktober 1974
NIM : 17.0.06.01.0013
Fak/Jur./Prodi : Pasca Sarjana/ Magister Keguruan Olahraga

7 Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri,
Yang Menyatakan

JAROT WIJAYA
NIM: 17.0.06.01.0013

MOTTO:

*MUMPUNG ANOM NGUDIYA LAKU UTAMA, NULADHA
LAKU UTAMA NGUNDUH WOHING PAKARTI*

*SELAGI MASIH MUDA CARILAH ILMU YANG BAIK,
MENELADANI BUDI PEKERTI YANG BAIK BISA
MEMBEDAKAN PERBUATAN BAIK DAN BURUK KARENA
SEMUA ⁸⁴AKAN MEMETIK HASIL DARI APA YANG KITA
TANAM*

Kupersembahkan karya ⁱⁿⁱ untuk:

Kedua anaku

Anang Arya Wijaya

Rangga Arya Wijaya

ABSTRAK

Jarot Wijaya: Modifikasi Bola Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar dan Keterampilan Bermain Bola Kasti Siswa Kelas 5 SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri di Semester 1 Tahun Ajaran 2019/2020, Tesis, Pasca Sarjana, Prodi Magister Keguruan Olahraga, 2020.

Kata kunci: modifikasi, motivasi belajar, keterampilan, bola kasti.

Penelitian ini dilatarbelakangi hasil pengamatan di lapangan yang menunjukkan minat belajar siswa sekolah dasar pada materi permainan bola kasti masih rendah. Salah satu penyebabnya adalah bola kasti yang terlalu keras sehingga menyebabkan ketakutan pada siswa pada saat “di pok”. Rendahnya minat belajar siswa berdampak pada turunnya kualitas pembelajaran yang ditandai dengan gerak motorik yang pasif, keterampilan bermain yang rendah dan membosankan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan motivasi belajar dan keterampilan bermain bola kasti siswa kelas 5 SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri. Penelitian ini dilakukan dengan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan subyek penelitian siswa kelas 5 SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri dengan menerapkan modifikasi bola kasti saat pelaksanaan pembelajaran. Penelitian dilaksanakan dalam 2 siklus, menggunakan instrumen berupa angket kuesioner motivasi belajar siswa, lembar observasi aktivitas siswa dan guru, dan lembar penilaian psikomotor.

Penerapan pembelajaran dengan media bola tenis dapat meningkatkan motivasi belajar dan keterampilan bermain bola kasti siswa kelas 5 Sekolah Dasar Negeri Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri tahun ajaran 2019/2020. Penerapan pembelajaran dengan menggunakan media bola tenis pada permainan bola kasti mempunyai dampak yang positif bagi perkembangan dan kemajuan siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar, hal ini dapat dilihat dengan adanya peningkatan untuk prestasi teknik memukul bola, melempar bola, menangkap bola dan kelincahan siswa.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Kami panjatkan kehadiran Allah Tuhan Yang Maha Kuasa, karena hanya atas perkenan-Nya penyusunan tesis ini dapat diselesaikan. Tesis dengan judul “**Modifikasi Bola Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar dan Ketrampilan Bermain Bola Kasti Siswa Kelas 5 SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri di Semester 1 Tahun Ajaran 2019/2020**” ini ditulis guna memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Magister pada Prodi Pasca Sarjana Keguruan Olahraga Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu terselenggaranya penelitian ini, antara lain:

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd, selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri.
2. Dr. M. Muchson, M.M, selaku Direktur Program Pasca Sarjana Universitas Nusantara PGRI Kediri.
3. Dr. Setyo Harmono, M.Pd, selaku Kaprodi Pasca Sarjana Magister Keguruan Olahraga Universitas Nusantara PGRI Kediri.
4. Dr. Sulistiono, M.Si selaku Dosen Pembimbing I dan Dr. Wasis Himawanto, M.Or selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa sabar dan setia membimbing dalam rangka penyusunan karya ilmiah ini.
5. Keluarga besar SDN Wonorejo 1 yang senantiasa memberikan bantuan tenaga, waktu dan motivasi demi kelancaran penelitian.
6. Keluargaku yang selalu setia mendampingi dan memberikan motivasi agar tetap semangat dalam menyusun karya tulis ini serta teman-teman 1 angkatan Pasca Sarjana MKO Universitas Nusantara PGRI Kediri.

⁶⁹ Dalam penyusunan tesis ini masih banyak kekurangan, ⁴⁹ mengingat keterbatasan waktu, tenaga dan kemampuan yang ada sehingga kritik dan saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak sangat diharapkan.

Harapan penulis ⁸⁵ semoga hasil penelitian ini memberikan manfaat kepada seluruh pembaca, khususnya di dunia pendidikan ⁴⁹ sebagai salah satu upaya perbaikan dalam proses pembelajaran yang berdampak pada peningkatan mutu pendidikan.

Kediri,

JAROT WIJAYA
NIM: 17.0.06.01.0013

DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PENGANTAR	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah Penelitian	4
E. Tujuan Penelitian Tindakan	5
F. Kegunaan Penelitian	5
G. Hipotesis Tindakan	6
 BAB II : KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	7
1. Permainan Kasti	7
2. Teknik Permainan Kasti	13
3. Modifikasi Alat Dalam Pembelajaran PJOK ...	16
4. Media Bola Tenis dan Modifikasi Aturan Permainan Kasti	18
5. Sarana dan Prasarana	22
6. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar	23
7. Motivasi Belajar	26
B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu	32
C. Kerangka Berpikir	33
 BAB III : METODE PENELITIAN	
A. Subjek dan <i>Setting</i> Penelitian	35
B. Prosedur Penelitian	35
C. Instrumen Pengumpulan Data	39
D. Teknik Pengumpulan Data	45
E. Teknik Analisis Data	46
F. Rencana Jadwal Penelitian	46

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Selintas <i>Setting</i> Penelitian	47
B. Deskripsi Temuan Penelitian	47
1. Rencana Umum Pelaksanaan Tindakan	47
2. Pelaksanaan Tindakan Pembelajaran Siklus 1 .	48
40 3. Pelaksanaan Tindakan Pembelajaran Siklus 2 .	53
C. Pembahasan dan Pengambilan Simpulan	59
D. Kendala dan Keterbatasan	62

BAB V : SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	63
B. Saran-saran Untuk Tindakan Selanjutnya	64

DAFTAR PUSTAKA	65
-----------------------------	----

LAMPIRAN-LAMPIRAN	69
--------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel		halaman
3.1	: Lembar Angket Motivasi Belajar Siswa	40
3.2	: Lembar Pengamatan Aktivitas	42
3.3	: Instrumen Rubrik Penilaian Psikomotor	43
3.4	: Kriteria Rubrik Penilaian Psikomotor	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar	halaman
2.1 : Lapangan Permainan Kasti	9
2.2 : Media Bola Tennis	18
2.3 : Gerakan Melempar “pok”	19
2.4 : Kerangka Berpikir	34
3.1 : Model Visualisasi Bagan PTK	36
4.1 : Perbandingan Motivasi Belajar, Aktivitas Siswa, dan Keterampilan Bermain Bola Kasti pada Siklus 1 dan Siklus 2	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	halaman
1 : Hasil Skor Angket Motivasi Siklus 1	70
2 : Hasil Skor Angket Motivasi Siklus 2	71
3 : Lembar Observasi Aktivitas Siswa Siklus 1	72
4 : Lembar Observasi Aktivitas Siswa Siklus 2	73
5 : Lembar Penilaian Keterampilan Siswa Siklus 1	74
6 : Lembar Penilaian Keterampilan Siswa Siklus 2	76
7 : RPP Siklus 1	78
8 : RPP Siklus 2	100
9 : Dokumentasi Penelitian	102

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

² Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang harus diajarkan di sekolah. Mata pelajaran ini mengembangkan tiga domain pembelajaran yang meliputi: afektif, kognitif dan psikomotor pada anak yang pelaksanaannya dapat bersifat teori maupun praktik. ⁶⁹ Di dalam mata pelajaran pendidikan jasmani kesehatan di sekolah dasar ada beberapa materi permainan, akan tetapi pada pelaksanaan praktiknya seringkali siswa kurang berminat mengikuti karena alat yang dipakai kurang menarik bahkan cenderung menakutkan karena menyebabkan sakit.

²⁴ Guru merupakan salah satu elemen penting dalam sistem pendidikan nasional, khususnya yang dilaksanakan di sekolah. Komponen-komponen lain tidak akan memberikan arti apabila interaksi guru dengan peserta didik tidak berkualitas. Begitu pentingnya peran guru dalam mentransformasikan input-input pendidikan ⁸³ (Mursita, 2015: 1). Jadi sebagai seorang guru, khususnya guru PJOK ³ (Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan) di sekolah dasar haruslah pandai-pandai ¹ mencermati macam macam permainan dalam proses pembelajaran agar proses belajar mengajar dapat diikuti siswa dengan perasaan senang dalam suasana yang menyenangkan.

² Pembelajaran dapat berjalan dengan lancar apabila beberapa unsur dapat terpenuhi seperti: guru, siswa, materi, sarana dan prasarana. Namun faktanya unsur-unsur tersebut tidak terpenuhi sehingga pembelajaran tidak sesuai tujuan.

Salah satunya unsur sarana dan prasarana di sekolah-sekolah yang kurang memadai menjadi permasalahan siswa kurang tertarik mengikuti materi permainan.

Permasalahan peralatan dan aturan permainan menjadi permasalahan yang banyak kita jumpai di sekolah-sekolah, terutama sekolah dasar. Hal ini disebabkan beberapa faktor diantaranya adalah kurangnya peralatan yang diperuntukan untuk permainan bola kecil terhadap siswa sekolah dasar. Selain itu permasalahan yang lain adalah kurang tersedianya sarana dan prasarana olahraga. Kurangnya sarana dan prasarana ini merupakan masalah yang sangat mendasar dalam pendidikan jasmani di sekolah-sekolah.

Salah satu materi permainan bola kecil di sekolah dasar adalah bola kasti. Permainan ini sudah sangat dikenal masyarakat dan mudah dimainkan. Meskipun demikian, berdasarkan observasi jika memainkan bola kasti dengan peralatan dan aturan permainan yang biasa dimainkan oleh orang dewasa, anak-anak tidak akan bisa menikmati permainan ini karena peralatan yang digunakan untuk orang dewasa tidak tepat jika dimainkan anak-anak. Misalnya bola kasti, jika menggunakan bola kasti yang biasa dimainkan oleh orang dewasa, menurut pernyataan beberapa anak banyak yang ketakutan karena bola yang terbuat dari karet yang dalamnya diisi serabut kelapa akan menyakitkan jika digunakan untuk melempar/mengepok lawan. Demikian juga dengan aturan permainan karena siswa putra dan putri anak sekolah dasar ketika pelajaran PJOK bermain bersama-sama tentu saja siswa putra lebih kuat daripada putri, oleh karena itu perlu memodifikasi hal-hal yang dirasa kurang tepat untuk anak-anak sekolah dasar.

Di dalam permainan bola kasti siswa dapat mengembangkan banyak kemampuannya, antara lain kecepatan lari, kelenturan dalam menghindari lemparan bola, kemampuan melempar dan menangkap bola, keterampilan dalam memukul bola, mengontrol emosi dan rasa takutnya jika terkena lemparan bola dan selalu melatih kerja sama tim yang baik (Pamungkas, 2015: 15).

Permainan kasti termasuk permainan beregu yang mengutamakan kegembiraan dan ketangkasan para pemainnya. Untuk dapat memenangkan permainan, satu regu dituntut untuk bekerja sama dengan baik. Karena di dalam permainan bola kasti banyak membutuhkan bermacam keterampilan, maka permainan ini sangat tepat dikenalkan kepada anak-anak usia sekolah dasar agar kebutuhan gerakanya terpenuhi.

Sampai saat ini dalam permainan bola kasti masih menggunakan aturan permainan dan bola yang digunakan oleh dewasa. Oleh karena itu, modifikasi aturan permainan dan bola yang digunakan perlu dirubah menggunakan media yang lebih aman agar siswa pada tingkat SD tidak takut dalam mengikuti permainan bola kasti, yaitu menggunakan media bola tenis.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi masalah-masalah dalam penelitian tindakan kelas di SD Negeri Wonorejo Kecamatan Wates Kabupaten Kediri adalah sebagai berikut:

1. Pembelajaran PJOK materi permainan kasti masih menggunakan metode konvensional.
2. Pemilihan strategi/pendekatan pembelajaran belum sesuai dengan tujuan pembelajaran.

3. Kurangnya motivasi dan minat siswa dalam pembelajaran kasti.
4. Cuma sedikit siswa yang terlibat aktif saat proses pembelajaran.
5. Modifikasi pembelajaran belum pernah diterapkan sehingga perlu diterapkan agar pembelajaran lebih aktif, inovatif, kreatif, dan menarik.

2 C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, peneliti akan memberikan batasan masalah sebagai ruang lingkup dari penelitian ini yaitu pada upaya meningkatkan motivasi belajar dan keterampilan bermain bola kasti siswa kelas 5 SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri di semester 1 tahun ajaran 2019/2020 melalui penggunaan media bola tenis dan modifikasi aturan permainan.

8 D. Perumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah penerapan modifikasi bola dapat meningkatkan motivasi belajar permainan bola kasti siswa kelas 5 SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri di semester 1 tahun ajaran 2019/2020?
2. Apakah penerapan modifikasi bola dapat meningkatkan keterampilan bermain bola kasti siswa kelas 5 SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri di semester 1 tahun ajaran 2019/2020?

E. Tujuan Penelitian Tindakan

Berdasarkan permasalahan di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Peningkatan motivasi belajar permainan bola kasti siswa kelas 5 SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri di semester 1 tahun ajaran 2019/2020 melalui penerapan modifikasi bola.
2. Peningkatan keterampilan bermain bola kasti siswa kelas 5 SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri di semester 1 tahun ajaran 2019/2020 melalui penerapan modifikasi bola.

F. Kegunaan Penelitian

Setelah selesai penelitian ini, hasil yang diperoleh nantinya diharapkan dapat bermanfaat bagi guru dan pemerhati pendidikan. Manfaat tersebut antara lain:

1. Bagi guru, hasil penelitian ini merupakan sumbangan yang berarti dengan memberikan sumbangan pengetahuan sebagai bahan pertimbangan tentang pentingnya penerapan metode modifikasi terhadap peningkatan motivasi belajar anak sekolah dasar dan keterampilan bermain bola kasti.
2. Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan perbandingan bagi yang berminat untuk mengadakan penelitian lebih lanjut.

G. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan teori pembelajaran dan hasil penelitian yang telah dipaparkan di latar belakang penelitian sebelumnya, peneliti dapat menyusun hipotesis tindakan sebagai berikut:

1. Jika pembelajaran kasti dilakukan dengan memodifikasi bola, maka motivasi belajar permainan bola kasti siswa kelas 5 SDN Wonorejo 1 akan meningkat.
2. Jika pembelajaran kasti dilakukan dengan memodifikasi bola, maka keterampilan bermain bola kasti siswa kelas 5 SDN Wonorejo 1 akan meningkat.

² BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Permainan Kasti

²⁹ Indonesia merupakan negara yang memiliki ribuan budaya yang tersebar di seluruh pelosok negerinya. Macam-macam budaya yang ada di Indonesia membuat keberagaman suku dan adat istiadat. Corak dan keberagaman dari budaya Indonesia salah satunya tercermin dari olahraga tradisional yang lahir dalam masyarakat. Tiap budaya memiliki jenis olahraga tradisional yang beragam dan memiliki potensi untuk dikembangkan lebih jauh (Himawanto, 2017: 1). Kasti ³ adalah salah satu permainan tradisional yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 12 orang. Kasti adalah permainan yang dibawa pada jaman penjajahan dari negeri Belanda. Pengertian ²⁷ kasti sebenarnya sudah cukup lama kita kenal, permainan tersebut dimainkan oleh anak-anak (Kurniadi, 2010: 3).

Permainan kasti ³ sebenarnya cocok untuk anak-anak, terutama anak-anak Sekolah Dasar. Permainan kasti merupakan olahraga yang seharusnya menyenangkan. Semua anak di seluruh Indonesia sudah mengenal permainan kasti. Permainan mudah dipelajari dan biasa dimainkan oleh sekelas atau permainnya banyak. Tepatlah bahwa permainan kasti ini diajarkan di Sekolah Dasar. Permainan kasti termasuk dalam permainan bola kecil yang dimainkan secara beregu, yaitu regu pemukul dan regu penjaga. Permainan dinyatakan menang apabila salah satu regu mengumpulkan poin lebih banyak

³ Kasti merupakan salah satu jenis permainan bola kecil. Permainan kasti termasuk permainan beregu. Permainan ini mengutamakan kegembiraan dan ketangkasan para pemainnya. Untuk dapat memenangkan permainan, satu regu dituntut untuk bekerja sama dengan baik. ³ Permainan kasti adalah permainan yang sangat populer, hingga di beberapa daerah permainan ini mengalami beberapa perkembangan, yang kemudian menimbulkan kesukaran-kesukaran karena perbedaan pendapat (Rosyidi, 1982: 12). Akan tetapi, kesukaran-kesukaran tersebut (terutama yang mengenai peraturannya) ada yang tidak mungkin untuk ditetapkan menjadi suatu peraturan. Dalam hal ini bila ada pertandingan, segala sesuatu hanya dipertanggungjawabkan atas kebijakan wasit.

a. Lapangan Permainan Kasti

³ Lapangan yang digunakan untuk permainan bola kasti dapat secara khusus dipersiapkan atau menggunakan lapangan sepakbola atau lapangan sekolah yang diberi beberapa perlengkapan seperti base pelempar, base pemukul, base pemberhentian pertama, kedua, dan ketiga, sebaiknya dilengkapi dengan area sebagai berikut:

- 1) Ruang bebas/ruang tunggu pemain
- 2) Tempat pelampar (pelambung).
- 3) Tempat pemukul
- 4) Tempat penjaga belakang
- 5) Tempat pemberhentian pertama
- 6) Tempat pemberhentian kedua
- 7) Tempat pemberhentian ketiga

- 2) Bola kecil, keliling 20 cm, berat 60-70 gram
- 3) Tiang hinggap tinggi 150 cm di atas tanah
- 4) Patok tali
- 5) Nomor dada berukuran 25 x 25 cm, berwarna putih.

c. Taktik dan Teknik Permainan Kasti

1). Taktik

a). Memukul Bola.

Memukul bola diusahakan rendah agar lawan tidak ada kesempatan untuk membuat bola tertangkap.

(1) Memukul bola diarahkan ke samping

Apabila di tiang ³ pertolongan banyak kawan. Untuk memberi kesempatan kepada kawan-kawan itu supaya dapat lari ke tiang bebas, maka bola berganti-ganti dipukul ke kiri dan ke kanan. Dengan demikian pasangan lawan di lapangan terpaksa diubah-ubah saja karena pukulan yang berganti-ganti arahnya itu.

(2) Memukul bola jauh ke belakang

Apabila ditiang bebas banyak kawan yang akan masuk. Supaya kawan-kawan itu dapat lari pulang kurang bebas maka bola harus dipukul tinggi sekali hingga jatuh jauh dibelakang. Bola harus tinggi karena waktu bola sedang melayang di udara pelari-pelari mendapat kesempatan lari ke ruang bebas.

(3) Pembebas memukul bola

Pemukul yang pertama ke samping kiri atau ke kanan supaya teman-temannya dari pertolongan dapat lari ke tiang bebas. Pukulan yang

selanjutnya jauh tinggi ke belakang.

- (a) Pemain penjaga jangan ² sekali-kali melempar apabila jarak dengan lawan tidak sangat dekat.
- (b) Pemain penjaga sebaiknya melakukan lemparan ³ dua kali, yang pertama lemparan “tipuan” supaya lawan menjatuhkan diri dan sebagainya, sehingga lawan dengan mudah dapat dikenai lemparan.
- (c) Pemain penjaga hendaknya jangan melempar ke arah ³ samping, tetapi sedapat mungkin ke arah muka.
- (d) Kalau dari lawan banyak yang akan masuk, pada umumnya pelempar menjadi “bingung” tidak tahu siapa yang akan dilempar. Dalam hal ini:
 - i. ³ Pemain penjaga tidak boleh ragu-ragu
 - ii. Serahkan bola kepada seorang teman yang cepat lari dan keras lemparannya.
 - iii. Usahakan mengejar seorang pemain lawan yang dekat dan kejar hingga dapat dilempar.
 - iv. Sekali-kali jangan berganti mengejar orang lain.

b). Lari

- 1) Lari menjauhi bola dengan pandangan sekali-kali melihat kepada ² arah bola.
- 2) Jangan memegang tiang pertolongan, supaya sewaktu waktu dapat mencoba lari ke tiang bebas dan kembali lagi apabila percobaan itu gagal.
- 3) Apabila bola yang dipukul jatuh di dekat tiang pertolongan, lari terus ke arah tiang bebas.

- 4) Lari masuk ke ruang bebas apabila bola terpukul atau terlempar tinggi dan jauh.
- 5) Kalau ada teman yang gagal percobaannya untuk lari ke ruang bebas, sebaiknya teman-teman yang lain turut membantu dengan mencoba lari masuk ke ruang bebas, dalam hal ini sebaiknya pelari-pelari dibagi menjadi dua bagian yang sebagian lari dekat pada garis batas kiri, yang lain dekat pada garis batas kanan. Apabila dikejar lawan, sebaiknya lari kembali sehingga bagian yang lain ada kesempatan untuk lari masuk ke ruang bebas.

c. Kerja sama

- 1) Rombongan lapangan harus dapat bekerja bersama (*team work*) sebaiknya. Bermainlah secara "jarak dekat" dengan melemparkan bola (mengoperkan) kepada teman yang dekat-dekat saja.
- 2) Teman yang minta diberi bola janganlah berdiri dengan diam di tempatnya saja, tetapi larilah mendekati lawan yang dikejar itu.
- 3) Sebaiknya rombongan lapangan sering-sering melakukan "gerakan tipuan" untuk menipu lawannya. Umpama: bola pura-pura dilemparkan jauh ke belakang (sedangkan bola itu masih dipegang oleh seorang pemain di muka), sehingga lawan yang ada di tiang bebas tertipu dan mencoba lari masuk ke ruang bebas. Atau sebaliknya seorang pemain di belakang melakukan "gerakan tipuan" itu untuk menipu pemain-pemain di tiang pertolongan.

2. Teknik Permainan Kasti

Sebelum mulai dengan bermain kasti, anak-anak harus cukup cakap dalam melempar, menangkap dan memukul bola. Karena itu guru jangan tergesa-gesa dengan permainan kasti, sebaiknya anak-anak dilatih dahulu dalam teknik permainan yaitu: melempar, menangkap dan memukul bola. Teknik permainan kasti antara lain sebagai berikut:

3 a. Cara melempar bola

Untuk dapat bermain kasti dengan baik, seorang pemain dituntut untuk dapat memegang bola dengan baik dan pandai melemparkan bola. Ada beberapa cara melempar bola kasti, antara lain lemparan melambung dan lemparan lurus atau datar.

b. Cara memegang bola

Cara memegang bola kasti dapat dilakukan dengan cara: pegang bola dengan seluruh jari tangan, jari-jari tangan terbuka menghadap ke atas, pegang bola dengan erat agar bola tidak terlepas dari genggamannya.

c. Cara melempar bola melambung

Lemparan dengan cara melambung dimaksudkan untuk mengoperkan bola kepada teman yang agak jauh jaraknya dari kita. Lemparan ini digunakan oleh seorang pelambung. Jika siswa menjadi seorang pelambung, maka ia harus dapat melambungkan bola ke arah pukulan sesuai permintaan. Lambungan yang benar adalah posisi bola antara pusar dan dada pemukul.

Cara melakukan lemparan bola melambung di antaranya adalah (Kurniadi, 2010: 73):

- 1) Mula-mula lakukan posisi berdiri menyamping (kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang)
- 2) Buka kedua kaki dengan lebar (lutut kaki kiri diluruskan dan lutut kaki kanan dibengkokkan)
- 3) Pegang bola dengan tangan kanan dan letakkan tangan lurus disamping badan.
- 4) Letakkan tangan kiri di depan badan dan lurus sejajar dengan bahu.
- 5) Pandangan mata lurus ke arah depan
- 6) Bola dilemparkan dari atas kepala hingga jalannya bola akan melambung tinggi
- 7) Setelah bola dilemparkan arahkan tangan mengikuti arah jalannya bola
- 8) Lakukan gerakan seperti di atas dengan berulang-ulang agar terampil.

b. Cara melempar bola lurus atau datar

Lemparan bola lurus digunakan untuk melempar pelari atau pemukul. Saat mengarahkan bola perlu mengatur arah dan kecepatannya dengan tepat. Sasaran pukulan pemain yang dituju adalah punggung atau pantatnya. Dilarang memukul ke arah bagian dada ke atas karena akan sangat berbahaya. Ketika melempar, jangan terlalu keras. Agar sasaran yang dituju dapat lebih tepat. Cara melempar bola lurus atau datar adalah sebagai berikut (Supriyadi, 2010: 10):

- 1) Mula-mula lakukan posisi berdiri menyamping (kaki kiri di depan dan kaki kanan berada di belakang).

- 2) Buka kedua kaki dengan lebar (lutut kaki dibengkokkan dan lutut (kaki kanan diluruskan).
- 3) Pegang bola dengan tangan kanan dan bengkokkan siku 90 derajat
- 4) Letakkan tangan kiri di depan dan lurus sejajar bahu
- 5) Pandangan mata ke arah depan
- 6) Lemparkan bola sejajar sehingga arah jalannya bola akan sejajar dengan dada.
- 7) Setelah bola dilemparkan, arahkan tangan mengikuti arah jalannya bola.
- 8) Agar lebih terampil melambungkan bola dengan cara lurus atau datar, lakukan latihan ini berulang-ulang.

c. Cara menangkap bola

Cara menangkap bola kasti sangat bervariasi. Berdasarkan arah datangnya bola, cara menangkap bola kasti dapat dilakukan dengan menangkap bola melambung tinggi, menangkap bola mendatar (setinggi dada), menangkap bola rendah (antara lutut dan pinggang), dan menangkap bola bergulir di tanah. Cara menangkap bola dapat dilakukan dengan cara (Supriyadi, 2010:14):

- 1) Mula-mula berdiri tegak kedua kaki agak dibuka dan lutut sedikit ditekuk
- 2) Condongkan sedikit badan ke arah depan
- 3) Pandangan mata tertuju ke arah datangnya bola
- 4) Bengkokkan siku dan tempatkan kedua tangan di depan dada
- 5) Renggangkan kedua telapak tangan serta jari-jari dengan lemas.
- 6) Segera jemput bola dengan kedua tangan ketika bola datang menghampiri.
- 7) Setelah bola di tangan, tarik ke arah dada dan pegang erat-erat bola tersebut.

3. Modifikasi Dalam Pembelajaran PJOK

¹⁰ Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari pendidikan memiliki tugas unik yaitu menggunakan gerak sebagai media untuk membelajarkan siswa, atau dengan kata lain Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan pembelajaran.

¹⁷ Tujuan Pendidikan Jasmani menurut Permendiknas Nomor 22 Tahun 2006 (Riadi, 2018: 1) adalah sebagai berikut:

- a. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- b. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- c. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- d. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
- e. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis.
- f. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
- g. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif.

10 Untuk mencapai tujuan pembelajaran tersebut, guru PJOK harus dapat merancang dan melaksanakan pembelajaran sesuai dengan tahap-tahap perkembangan dan karakteristik siswanya. Memodifikasi sarana dan prasarana merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan guru PJOK agar pembelajaran dapat dilaksanakan dengan baik sesuai dengan Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar, serta pencapaian tujuan pembelajaran PJOK itu sendiri. Oleh karena itu memodifikasi sarana dan prasarana dalam proses belajar mengajar PJOK sangat penting dilakukan. Menurut Lutan dalam Dhiantoro (2015: 1), tujuan modifikasi dalam pembelajaran PJOK yaitu:

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

Pendekatan modifikasi dimaksudkan agar materi yang ada di dalam kurikulum dapat tersampaikan dan disajikan sesuai dengan tahap-tahap perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotor siswa, sehingga pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar dapat dilaksanakan dengan baik dan sesuai dengan Kompetensi Dasar yang akan dicapai. 10 Modifikasi alat dapat dilakukan dengan pertimbangan:

- a. Siswa Sekolah Dasar belum memiliki kematangan fisik dan emosional.
- b. Berolahraga dengan peralatan dan aturan yang dimodifikasi akan mengurangi resiko cedera.
- c. Peralatan olahraga yang dimodifikasi akan mampu mengembangkan keterampilan siswa lebih cepat dibanding dengan peralatan standar.

- d. Olahraga yang dimodifikasi menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan dalam suasana kompetitif pada siswa.

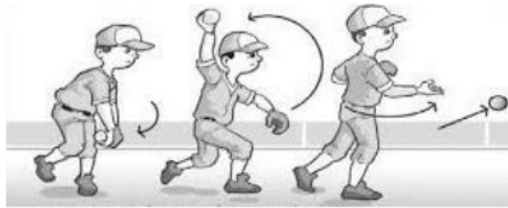
4. Media Bola Tennis dan Modifikasi Aturan Permainan Kasti

Dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini, perilaku yang diterapkan kepada siswa adalah dengan melakukan mengganti media/alat pembelajaran yaitu menggunakan media bola tennis. Media bola tennis dipilih untuk digunakan karena bola tennis terbuat dari bahan yang lunak (empuk). Harapannya dengan pemakaian media bola tennis pada permainan kasti akan mengurangi resiko cedera pada saat siswa terkena lemparan. Selain daripada itu, kebanyakan saat melaksanakan permainan kasti dengan menggunakan bola yang asli sering membuat siswa berjenis kelamin perempuan cenderung malas dan takut untuk melakukan permainan diakibatkan akan rasa sakit yang mereka rasakan saat terkena lemparan “pok” pada permainan kasti sebelumnya selama ini.



Gambar 2.2 Media Bola Tennis

Selain itu perlakuan berikutnya adalah dengan memodifikasi aturan dengan menitik beratkan gerak dasar melempar pada siswa laki-laki. Aturannya adalah saat menjadi penjaga, siswa laki-laki harus melakukan lemparan pok melambung apabila sasaran kepada siswa perempuan. Adapun contoh sikap dan gerakan melempar yang wajib dilakukan adalah seperti gambar di bawah ini:



Gambar 2.3 Gerakan melempar “pok”

Gerakan yang dilakukan seperti melakukan gerakan melempar bola menyusur tanah, dengan posisi telapak tangan menghadap ke atas saat melepaskan bola akan tetapi arah bola tetap lurus ke depan bukan menyusur tanah. Dengan melakukan gerakan dan gaya seperti tersebut diharapkan terjadinya efek perubahan kecepatan laju bola sehingga menyebabkan bola tidak terlalu keras saat mengenai tubuh.

¹ Modifikasi berasal dari kata yang berarti modif yang berarti pengubahan atau perubahan (Poerwadarminto, 2005: 751). Pakar pendidikan mengungkapkan modifikasi pembelajaran merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh para guru agar pembelajaran mencerminkan *Developmentally Appropriate Practice* (DAP). Inti dari modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi mata pelajaran dengan meruntuhkannya dalam bentuk aktivitas belajar potensial yang dapat mempelancar siswa dalam belajarnya (Suherman, ¹2000: 1).

Pengertian modifikasi adalah suatu usaha yang dilakukan guru berupa rancangan model pembelajaran yang variatif dan menarik untuk menciptakan perubahan dan meningkatkan mutu pendidikan. ¹ Modifikasi merupakan implementasi yang sangat berintegrasi dengan aspek pendidikan lainnya. ⁴ Modifikasi dapat diartikan sebagai upaya melakukan perubahan dengan melakukan penyesuaian baik dalam segi fisik material maupun dalam tujuan dan

cara (Suherman, 2000: 1). Dalam pembelajaran PJOK, apapun dapat dimodifikasi, mulai dari memodifikasi tujuan pembelajaran, karakteristik materi ajar, lingkungan pembelajaran maupun dalam hal penilaian.

1 Klasifikasi modifikasi dibedakan menjadi :

a. **Komponen Keterampilan**

Guru dapat memodifikasi keterampilan yang dipelajari siswa tersebut dengan cara mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitannya. Berlatih perbagian ini kurang bermakna apabila siswa belum tahu gerak secara keseluruhan. Untuk itu berikanlah gambaran secara keseluruhan terlebih dahulu, misalnya dengan demonstrasi.

b. **Klasifikasi Materi**

Materi pembelajaran dalam bentuk keterampilan-keterampilan yang akan dipelajari siswa dapat disederhanakan berdasarkan klasifikasi keterampilannya. Guru dapat memodifikasi materi pembelajaran tersebut dengan cara mengurangi dan menambah tingkat kesulitan dan kompleksitas materi pelajaran berdasarkan klasifikasi keterampilannya, yaitu *Close skill* dan *Open skill*.

c. **Kondisi Penampilan**

Guru dapat memodifikasi kondisi penampilan siswa dengan cara mengurangi atau menambah tingkat kompleksitasnya dan kesulitannya. Misalnya tinggi rendah kecepatan penampilan, kekuatan penampilan, melakukan di tempat atau bergerak, maju ke depan atau segala arah.

d. *Jumlah Skill*

Guru dapat memodifikasi materi pembelajaran dengan cara mengurangi atau menambahkan jumlah keterampilan yang dilakukan siswa dengan cara mengombinasikan gerakan atau keterampilan. Contohnya pada lempar tangkap bola pada permainan bola kasti

e. *Perluasan Jumlah Perbedaan Respon*

Guru dapat menambahkan tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara menambah jumlah dan perbedaan respon terhadap konsep yang sama, dan hal ini akan mendorong terciptanya “*transfer of learning*” (Suherman, 2000:4-5).

Memodifikasi alat pembelajaran dapat meningkatkan keterampilan peserta didik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Mohamad dalam Purnama, 2017: 2). Di sinilah pentingnya peranan seorang guru pendidikan jasmani dalam memberikan pembelajaran yang menyenangkan. Salah satunya dengan memodifikasi alat pembelajaran sehingga peserta didik dapat memahami pembelajaran permainan kasti yang ada dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Untuk mengetahui hasil belajar dalam permainan kasti, dapat dilihat dari catatan lapangan yang dimiliki oleh guru atau melakukan observasi langsung di lapangan atau sekolah yang akan diteliti. Menurut Lutan dalam Suherman (2000: 57) modifikasi dalam mata pembelajaran pendidikan jasmani diperlukan agar siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran, meningkatnya kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, serta mampu melakukan pola gerak secara benar.

Seperti yang dikemukakan oleh Arda dan Darmawan dalam Purnama (2017: 4), modifikasi merupakan ⁴ salah satu upaya yang dapat dilakukan agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik oleh para guru. Disamping itu, modifikasi dapat meningkatkan aktivitas belajar siswa sesuai dengan tujuan. ⁴ Modifikasi dapat dikatakan sebagai suatu bentuk usaha yang dilakukan oleh seorang guru untuk memberikan pembelajaran yang berbeda dengan memperhatikan kemampuan siswa dalam memahami dan melakukan apa yang telah disampaikan oleh guru, sehingga siswa dapat memahami dan melakukan tugasnya dengan baik serta dapat meningkatkan, memperbaiki, dan mendorong perubahan kemampuan yang dimiliki siswa ² tersebut.

4. Sarana dan Prasarana

¹ Sarana dan Prasarana ini dapat diklasifikasikan seperti :

a. Peralatan

Guru dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara memodifikasi peralatan yang digunakan untuk melakukan skill itu. Misalnya, berat-ringannya, besar-kecilnya, tinggi-rendahnya, panjang pendeknya peralatan yang digunakan.

b. Penataan Ruang Gerak dalam Belajar

Guru dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara menata ruang gerak siswa dalam berlatih. Misalnya: sprint, memukul bola, atau lempar-tangkap di tempat, bermain di ruang kecil atau besar.

c. **Jumlah Siswa Yang Terlibat**

Guru dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara mengurangi atau menambah jumlah siswa yang terlibat dalam melakukan tugas ajar. Misal: belajar lempar tangkap bola sendiri, berpasangan, bertiga, berempat, dst.

d. **Formasi Pembelajaran**

Formasi belajar juga dapat dimodifikasi agar lebih berorientasi pada curahan waktu aktif belajar. Usahakan agar informasi formasi tidak banyak menyita waktu, namun masih tetap memperhatikan produktivitas belajar dan tingkat perkembangan belajar siswanya. Formasi formal, kalau belum dikenal siswa, biasanya cukup menyita waktu sehingga waktu aktif belajarnya berkurang. Formasi berlatih ini sangat banyak ragamnya tergantung kreativitas guru (Suherman, 2000: 7-8).

5. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar

Usia siswa di sekolah dasar berkisar 6-12 tahun. Masa ini merupakan “masa sekolah”. Pada masa ini anak sudah matang untuk belajar atau sekolah. Disebut masa sekolah, karena dia telah menyelesaikan tahap pra-sekolahnya yaitu taman kanak-kanak. Perkembangan pada anak yang ditandai dengan perkembangan memori, bahasa, dan berpikir anak usia 6 sampai dengan 8 tahun ditandai dengan segala sesuatu yang bersifat konkrit. Dan baru pada usia sekitar 8 dan 9 tahun anak dapat berpikir, berbahasa dan mengingat sesuai yang dipenuhinya bersifat abstrak dan memahami konsep abstrak tersebut.

Pada masa usia sekolah dasar ini sering pula sebagai masa intelektual atau masa keserasian bersekolah. Pada masa keserasian bersekolah ini secara relative

anak-anak lebih mudah dididik daripada masa sebelum dan sesudahnya. Masa keserasian bersekolah dibagi dalam dua fase (Samatowa, 2006: 7) yaitu sebagai berikut.

- a. Masa kelas-kelas rendah sekolah dasar, sekitar 6 tahun sampai dengan usia 8 tahun. Dalam tingkatan kelas di sekolah dasar pada usia tersebut termasuk dalam kelas 1 sampai dengan kelas 3. Jadi kelas 1 sampai dengan kelas 3 termasuk dalam kategori kelas rendah.
- b. Masa kelas-kelas tinggi sekolah dasar yaitu kira-kira 9 sampai kira-kira umur 12. Dalam tingkatan kelas di sekolah dasar pada usia tersebut termasuk dalam kelas 4 sampai dengan kelas 6. Jadi kelas 4 sampai dengan kelas 6 termasuk dalam kategori kelas tinggi.

Pada masa-masa kelas rendah siswa memiliki sifat-sifat khas sebagai berikut (Samatowa, 2006: 7-8).

- a. Adanya korelasi positif yang tinggi antara keadaan kesehatan pertumbuhan jasmani.
- b. Adanya sikap yang cenderung untuk memenuhi peraturan-peraturan permainan tradisional.
- c. Ada kecenderungan memuji sendiri.
- d. Suka membanding-bandingkan dirinya dengan anak lain, kalau hal itu dirasa menguntungkan untuk meremehkan anak lain.
- e. Kalau tidak dapat menyelesaikan sesuatu soal, maka soal itu dianggapnya tidak penting.

- f. Pada masa ini (terutama pada umur 6-8) anak menghendaki nilai (angka rapor) baik tanpa mengingat apakah prestasinya memang pantas diberi nilai baik atau tidak.
- g. Kemampuan mengingat (memory) dan berbahasa berkembang sangat cepat dan mengagumkan.
- h. Hal-hal yang bersifat konkret lebih mudah dipahami ketimbang yang abstrak.
- i. Kehidupan adalah bermain. Bermain bagi anak usia ini adalah sesuai yang dibutuhkan dan dinggap serius. Bahkan tidak dapat membedakan secara jelas perbedaan bermain dengan belajar.

Menurut Bassett, Jacka dan Logan (dalam Sumantri, 2005: 12-13) karakteristik anak usia SD secara umum sebagai berikut.

- a. Secara alamiah memiliki rasa ingin tahu yang kuat dan tertarik akan dunia sekitar yang mengelilingi diri mereka sendiri.
- b. Senang bermain dan lebih suka bergembira atau riang.
- c. Mereka suka mengatur dirinya untuk menangani berbagai hal, mengeksplorasi suatu situasi dan mencoba usaha-usaha baru.
- d. Mereka biasanya bergetar perasaannya dan terdorong untuk berprestasi sebagaimana mereka tidak suka mengalami ketidakpuasan dan menolakegagalan-kegagalan.
- e. Mereka belajar secara efektif ketika mereka merasa puas dengan situasi yang terjadi.
- f. Mereka belajar dengan cara bekerja, mengobservasi, berinisiatif dan mengajar anak-anak lainnya.

Selanjutnya menurut Sumantri (2005: 21) tujuan belajar yang sewajarnya dapat diwujudkan guru dalam kegiatan belajar anak didiknya di Sekolah Dasar antara lain:

- a. Menjadikan anak senang, bergembira, dan riang dalam belajar.
- b. Memperbaiki berfikir kreatif anak-anak, sifat keingintahuan, kerjasama, hargadiri dan rasa percaya diri pada diri sendiri khususnya dalam menghadapi kehidupan akademik.
- c. Mengembangkan sikap positif anak-anak dalam belajar.
- d. Mengembangkan afektif dan kepekaan terhadap peristiwa- peristiwa yangterjadi dilingkungannya, khususnya perubahan yang terjadi dalam lingkungan sosial dan teknologi.

Jadi, dari pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa siswa Sekolah Dasar pada umumnya berkisar 6-12 tahun. Oleh karena itu, pada usia inilah anak lebih cenderung suka bermain daripada belajar. Anak akan enggan memperhatikan gurunya menerangkan pelajaran yang diberikan, sehingga peran guru sangat penting dalam memberikan suatu motivasi dalam pembelajarannya agar anak menjadi lebih tertarik pada pembelajaran. Selain itu yang menjadi terpenting dalam pembelajaran agar anak menjadi lebih tertarik pada pembelajaran adalah penggunaan metode yang digunakan. Karena anak akan lebih mengingat sesuatu hal apabila anak tersebut terlibat langsung.

26 6. Motivasi Belajar

a. Pengertian Motivasi Belajar

Motivasi belajar adalah dorongan yang timbul dari dalam diri siswa (intrinsik) dan dari luar diri siswa (ekstrinsik) untuk melakukan sesuatu.

Motivasi instrinsik meliputi hasrat dan keinginan untuk berhasil, dorongan kebutuhan untuk belajar, dan harapan akan cita-cita siswa. Sedangkan motivasi ekstrinsik yang meliputi adanya penghargaan, lingkungan belajar yang kondusif, kegiatan belajar yang menarik, dan adanya upaya guru dalam membelajarkan siswa.

Sedangkan menurut Riadi (2013:1), motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subyek belajar itu dapat tercapai.

Jadi motivasi belajar adalah kemauan, hasrat, atau minat seorang siswa dalam melaksanakan proses dan tugas dalam kegiatan belajar mengajar yang dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri (instrinsik) dan faktor dari luar (ekstrinsik). Semakin tinggi motivasi seorang siswa untuk belajar maka semakin tinggi pula hasil dan prestasi belajar yang diperoleh.

b. Jenis dan Fungsi Motivasi

Secara umum, motivasi dibedakan menjadi dua jenis yaitu motivasi instrinsik dan motivasi ekstrinsik.

1) Motivasi Instrinsik

Hamalik dalam Neynuraeni (2013: 1) berpendapat bahwa motivasi instrinsik adalah motivasi yang tercakup dalam situasi belajar yang bersumber dari kebutuhan dan tujuan-tujuan siswa sendiri. Sedangkan menurut Sardiman dalam Nayaakya (2014: 1) motivasi instrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif dan berfungsi tidak perlu dirangsang dari luar karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Dengan kata lain, individu terdorong untuk

bertingkah laku ke arah tujuan tertentu tanpa adanya faktor pendorong dari luar.

Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut di atas dapat dikatakan bahwa motivasi instrinsik adalah motivasi yang tercakup dalam situasi belajar yang bersumber dari kebutuhan dan tujuan-tujuan siswa sendiri atau dengan kata lain motivasi instrinsik tidak memerlukan rangsangan dari luar tetapi berasal dari diri siswa. Siswa yang memiliki motivasi instrinsik⁹ menunjukkan keterlibatan dan aktivitas yang tinggi dalam belajar.

Motivasi dalam diri merupakan keinginan dasar yang mendorong individu mencapai berbagai pemenuhan segala kebutuhan diri sendiri. Untuk memenuhi kebutuhan dasar siswa, guru memanfaatkan dorongan keingintahuan siswa yang bersifat alamiah dengan jalan menyajikan materi yang cocok dan bermakna bagi siswa. Menurut Usman dalam Sakban (2013: 1)⁵ motivasi instrinsik timbul sebagai akibat dari dalam diri individu sendiri tanpa ada paksaan dorongan dari orang lain tetapi atas kemauan sendiri.

Pada dasarnya siswa belajar didorong oleh keinginan sendiri maka siswa secara mandiri dapat menentukan tujuan yang dapat dicapainya dan aktivitas-aktivitasnya yang harus dilakukan untuk mencapai tujuan belajar. seseorang mempunyai motivasi instrinsik karena didorong rasa ingin tahu, mencapai tujuan menambah pengetahuan. Dengan kata lain, motivasi instrinsik bersumber pada kebutuhan yang berisikan keharusan untuk menjadi orang yang terdidik dan berpengetahuan. Motivasi instrinsik

muncul dari kesadaran diri sendiri, bukan karena ingin mendapat pujian atau ganjaran.

Guru dapat menggunakan beberapa strategi dalam pembelajaran agar siswa termotivasi secara instrinsik, yaitu:

- a) Mengaitkan tujuan belajar dengan tujuan siswa sehingga tujuan belajar menjadi tujuan siswa atau sama dengan tujuan siswa.
 - b) Memberi kebebasan kepada siswa untuk memperluas kegiatan dan materi belajar selama masih dalam batas-batas daerah belajar yang pokok.
 - c) Memberikan waktu ekstra yang cukup banyak bagi siswa untuk mengembangkan tugas-tugas mereka dan memanfaatkan sumber-sumber belajar yang ada di sekolah.
 - d) Kadang kala memberikan penghargaan atas pekerjaan siswa.
 - e) Meminta siswa-siswanya untuk menjelaskan dan membacakan tugas-tugas yang mereka buat, kalau mereka ingin melakukannya. Hal ini perlu dilakukan terutama sekali terhadap tugas yang bukan merupakan tugas pokok yang harus dikerjakan oleh siswa, kalau tugas dikerjakan dengan baik.
- 2) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik berbeda dari motivasi instrinsik karena dalam motivasi ini keinginan siswa untuk belajar sangat dipengaruhi oleh adanya dorongan atau rangsangan dari luar. Dorongan dari luar tersebut dapat berupa pujian, celaan, hadiah, hukuman dan teguran dari guru. Menurut Sardiman dalam Nayaakya (2014: 1) motivasi ekstrinsik adalah “motif-

motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya rangsangan atau dorongan dari luar”. Bagian yang terpenting dari motivasi ini bukanlah tujuan belajar untuk mengetahui sesuatu tetapi ingin mendapatkan nilai yang baik, sehingga mendapatkan hadiah.

Motivasi instrinsik juga diperlukan dalam kegiatan belajar karena tidak semua siswa memiliki motivasi yang kuat dari dalam dirinya untuk belajar. Guru sangat berperan dalam rangka menumbuhkan motivasi ekstrinsik. Pemberian motivasi ekstrinsik harus disesuaikan dengan kebutuhan siswa, karena jika siswa diberikan motivasi ekstrinsik secara berlebihan maka motivasi instrinsik yang sudah ada dalam diri siswa akan hilang. Motivasi ekstrinsik dapat membangkitkan motivasi instrinsik, sehingga motivasi ekstrinsik sangat diperlukan dalam pembelajaran.

Dimyanti dalam Neynuraini (2013: 1) mengemukakan bahwa motivasi ekstrinsik dapat berubah menjadi motivasi instrinsik jika siswa menyadari pentingnya belajar. Motivasi ekstrinsik juga sangat diperlukan oleh siswa dalam pembelajaran karena adanya kemungkinan perubahan keadaan siswa dan juga faktor lain seperti kurang meneriknya proses belajar mengajar bagi siswa. Motivasi ekstrinsik dan instrinsik harus saling menambah dan memperkuat sehingga individu dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Menurut Oemar (2002: 166) faktor-faktor yang mempengaruhi atau mendukung motivasi ekstrinsik antara lain:

a) Lingkungan

Kepenuhan keinginan untuk saling bergaul, merupakan salah satu upaya untuk memenuhi kebutuhan sosial, di luar kebutuhan sosial untuk selalu berinteraksi dengan keluarga.

b) Sarana dan prasarana

Salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi ekstrinsik adalah sarana dan prasarana. Orang tua mempunyai semangat dengan adanya sarana dan prasarana yang memadai dan akan memperkuat motivasi ekstrinsik orang tua.

c) Metode mengajar

Kenneth H. Hover dalam Oemar ¹³ (2002: 165) mengemukakan teknik dan proses mengajar yang bermacam-macam adalah efektif untuk memelihara murid. Cara mengajar yang bervariasi ini akan menimbulkan situasi belajar yang menantang dan menyenangkan seperti halnya bermain dengan alat permainan yang bernilai. Hal itulah yang nantinya akan menjadi salah satu faktor pertimbangan orang tua, karena kenyamanan anak saat belajar mengajar menjadi perhatian utama dari orang tua. Situasi belajar yang nyaman dan menyenangkan akan memperkuat motivasi ekstrinsik orang tua.

¹⁵
c. Cara Membangkitkan Motivasi Belajar

Upaya-upaya peningkatan motivasi belajar siswa dilakukan oleh guru dengan menggunakan berbagai cara. Pemilihan cara membangkitkan motivasi belajar siswa harus disesuaikan dengan karakteristik siswa dan juga mata pelajaran yang sedang diajarkan oleh guru. Siswa yang mempunyai motivasi belajar dan berprestasi instrinsik yang kuat berbeda penanganannya dengan

siswa yang bermotivasi belajar dan berprestasi ekstrinsiknya yang kuat. Di sisi lain faktor-faktor terjadinya penurunan motivasi belajar dan berprestasi juga turut menentukan pemilihan upaya yang akan dilakukan.

Ada beberapa cara yang bisa dilakukan oleh guru membangkitkan motivasi belajar siswa, baik motivasi instrinsik maupun ekstrinsik antara lain dengan cara:

1. Memberikan penghargaan kepada siswa yang berprestasi.
2. Adanya persaingan atau kompetisi di dalam kelas.
3. Pemberian hadiah atau pujian terhadap siswa-siswa yang memiliki prestasi baik dan memberikan hukuman kepada siswa yang prestasinya mengalami penurunan.
4. Adanya pemberitahuan tentang kemajuan belajar siswa.

B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian yang dilakukan Purnama (2018: 1) menyatakan bahwa aktivitas permainan kasti yang dimiliki siswa yang dipengaruhi oleh alat yang terkesan sulit yang tidak sesuai dengan karakteristik siswa di SDN Burujul Kulon 1 Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam pembelajaran permainan bola kecil. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas dengan *Games Performace Assessment Instrument* (GPAI) sebagai instrument pengumpul data. Subyek pada penelitian ini adalah 20 siswa kelas V yang terdiri dari 10 siswa laki laki dan 10 siswa perempuan.

Penelitian ini dilakukan di SDN Burujul Kulon 1 Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka. Data penelitian diambil dengan menggunakan lembar observasi penilaian keterampilan bermain, catatan lapangan, dan dokumentasi penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan modifikasi alat dalam pembelajaran permainan bola kecil mampu memberikan manfaat positif terhadap proses belajar mengajar bagi siswa antara lain adanya peningkatan dari siklus I hingga siklus II. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penerapan modifikasi alat pembelajaran dapat meningkatkan keterampilan bermain siswa kelas V SDN Burujul Kulon 1 Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka.

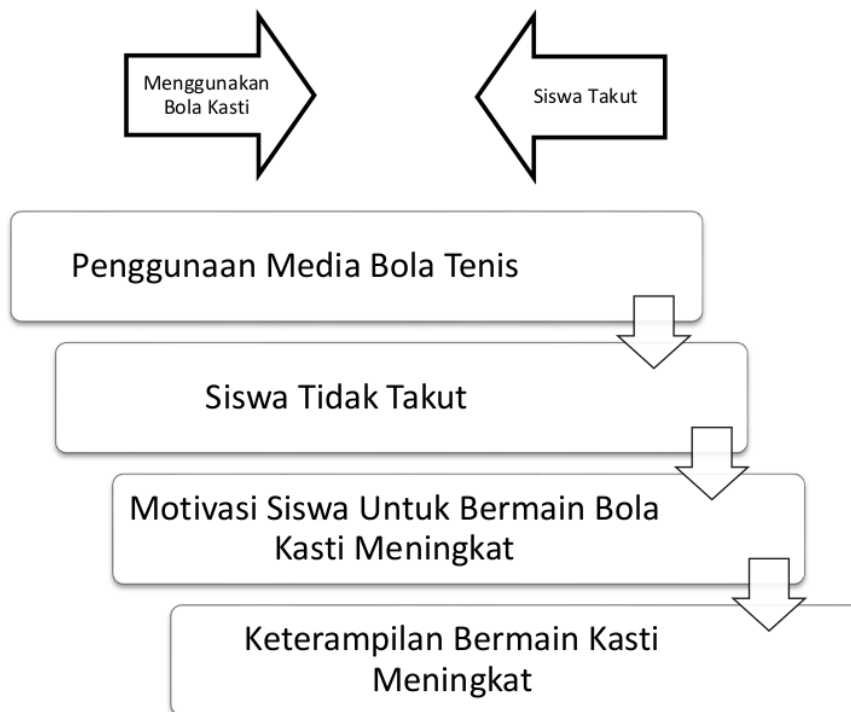
C. Kerangka Berpikir

Pembelajaran PJOK materi permainan kasti dilakukan dengan metode demonstrasi, ceramah, tanya jawab, dan penugasan baik secara individu maupun kelompok. Pada saat melakukan permainan, banyak siswa khususnya siswa perempuan cenderung tidak tertarik untuk melakukan permainan tersebut. Berdasarkan hasil tanya jawab tentang permasalahan tersebut oleh guru kepada siswa, ternyata diketahui siswa perempuan mempunyai alasan ketakutan akan terkena lemparan bola kasti yang notabene bahan bola kasti terbuat dari bahan yang agak keras sehingga bisa mengakibatkan sakit saat terkena lemparan bola. Selama proses pembelajaran siswa lebih banyak pasif. Kondisi tersebut menunjukkan siswa kurang berminat dalam mengikuti pembelajaran PJOK materi permainan kasti.

Oleh karena itu diperlukan perubahan proses pembelajaran untuk lebih meningkatkan minat siswa dan mengurangi keengganan siswa dalam belajar

bermain bola kasti. Pembelajaran PJOK dapat dilakukan dengan menerapkan modifikasi. Modifikasi yang akan dilakukan dalam pembelajaran tersebut kaitannya dengan permasalahan yang ada maka guru merubah bola kasti menjadi bola yang lebih empuk yaitu dengan bola tenis dan aturan cara melakukan lemparan bola juga mengalami penekanan dan perbedaan pada siswa laki-laki dan perempuan.

² Berdasarkan uraian di atas, maka kerangka berpikir dalam penelitian tindakan kelas ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2.4 Kerangka Berpikir

METODE PENELITIAN

A. Subjek dan *Setting* Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas 5 SDN Wonorejo I Kecamatan Wates Kabupaten Kediri pada semester ganjil tahun pelajaran 2019/2020 dengan jumlah siswa sebanyak 34, yaitu 14 putri dan 20 putra. Alasan dipilihnya siswa kelas 5 karena jumlah siswa yang genap sehingga mempermudah dalam pembagian kelompok saat diberikan perlakuan untuk penelitian tindakan kelas.

B. Prosedur Penelitian

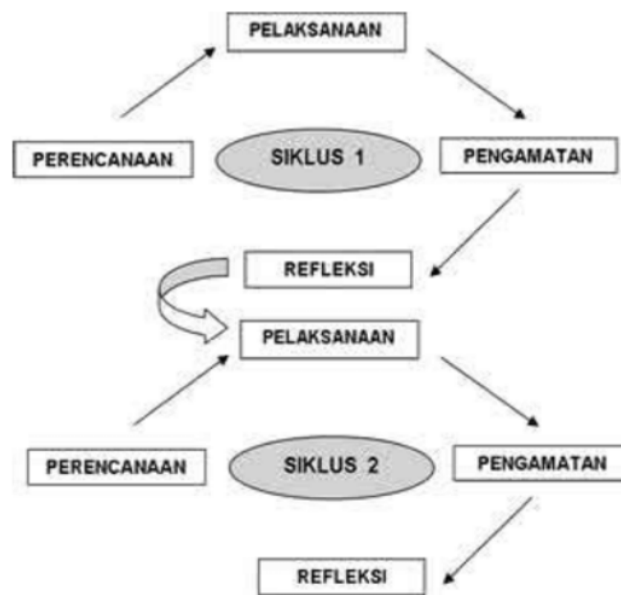
Penelitian yang dilaksanakan ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Suatu penelitian yang bersifat praktis, situasional, kondisional dan kontekstual berdasarkan permasalahan yang muncul dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari di kelas. Penelitian tindakan kelas adalah penelitian tindakan yang dilakukan di kelas dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran di kelasnya.

Adapun tujuan penelitian adalah penggunaan media bola tenis dan modifikasi aturan permainan untuk meningkatkan motivasi belajar dan keterampilan bermain kelas 5 SDN Wonorejo I Kecamatan Wates Kabupaten Kediri pada pembelajaran PJOK materi permainan bola kasti.

Jenis penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas yang dilakukan secara kolaborasi antara guru kelas dan peneliti. Artinya peneliti tidak melakukan

sendiri, namun berkolaborasi dengan guru kelas 5 SDN Wonorejo 1. Secara partisipatif bersama-sama dengan mitra peneliti akan melaksanakan penelitian ini langkah demi langkah.

Ada beberapa ahli yang mengemukakan model/desain penelitian tindakan dengan bagan yang berbeda, namun menurut Arikunto (2006: 92), secara garis besar terdapat empat tahapan yang lazim dilalui yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Dalam penelitian ini mengacu pada model putaran spiral dari Kemmis dan Mc. Taggart yang terdiri dari dua siklus dan masing-masing siklus menggunakan empat komponen tindakan yaitu perencanaan (planning), tindakan (acting), pengamatan (observing), dan refleksi (reflecting) dalam satu spiral yang saling terkait. Untuk lebih jelasnya diilustrasikan model putaran spiral dari Kemmis dan Mc. Taggart sebagai berikut.



Gambar 3.1 Model Visualisasi Bagan PTK
(Arikunto, 2006: 93)

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan setiap siklusnya meliputi tahapan planning (perencanaan), action (pelaksanaan), observation (observasi), dan reflection (refleksi).

1. Siklus I

a. Perencanaan Tindakan

- 1) Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) tentang materi yang akan diberikan sesuai dengan metode pembelajaran yang digunakan. RPP disusun oleh peneliti dengan pertimbangan dari dosen. RPP ini berguna sebagai guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran di kelas.
- 2) Mempersiapkan sarana dan media yang digunakan dalam setiap pembelajaran.
- 3) Menyusun dan mempersiapkan lembar observasi. Lembar observasi diisi oleh peneliti pada saat pelaksanaan tindakan untuk setiap pertemuan. Lembar observasi ini digunakan untuk mengetahui proses pembelajaran yang berlangsung dengan menggunakan media bola tenis dan cara mengepok dengan cara dilambung.
- 4) Menyusun lembar angket untuk siswa. Lembar angket itu mempermudah peneliti untuk mengetahui bagaimana respon siswa terhadap kegiatan pembelajaran yang diberikan dan diisi oleh siswa yaitu angket sikap senang terhadap pembelajaran.

b. Pelaksanaan Tindakan

Peneliti melaksanakan tindakan pembelajaran menurut skenario yang telah disiapkan sebelumnya, yaitu tindakan dipandu oleh perencanaan yang telah disusun secara rasional. Sehingga sifat skenario tindakan adalah fleksibel dan

terbuka terhadap pelaksanaannya. Dengan kata lain, tindakan bersifat tidak tetap dan dinamis, serta memerlukan keputusan cepat terhadap sesuatu yang perlu dilakukan. Pada tahap ini, tindakan yang dilakukan yaitu:

1) Kegiatan awal

Guru membariskan siswa kemudian berdoa dan diabsen. Guru memberikan informasi tujuan pembelajaran yang sudah disesuaikan dengan kompetensi dasar. Guru menyampaikan apersepsi yang berkaitan dengan materi yang diajarkan, sehingga siswa terlibat dalam pembelajaran secara bermakna

2) Kegiatan inti

Guru memimpin pemanasan setelah selesai melakukan pemanasan guru menugaskan kepada siswa untuk memperhatikan pembelajaran secara seksama. Kemudian siswa mendengarkan penjelasan guru mengenai permainan bola kasti. Setelah itu, dalam pelaksanaan siswa dipilih secara sukarela untuk melakukan gerakan-gerakan melempar menggunakan media bola tenis sehingga siswa memiliki kesempatan untuk merasakan bagaimana rasanya melempar dan dilempar bola tenis, dan dalam melakukan lemparan dilakukan dalam simulasi permainan bola kasti, sehingga siswa makin tertarik untuk melakukannya.

3) Kegiatan penutup

Kegiatan yang dilakukan meliputi membuat kesimpulan secara bersama-sama materi yang telah diberikan.

c. Melaksanakan Pengamatan atau Observasi

Observasi dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung dengan menggunakan lembar observasi. Observasi dilakukan untuk melihat secara langsung bagaimana partisipasi siswa pada saat proses pembelajaran berlangsung. Setelah itu juga dilakukan lembar angket.

d. Refleksi

Kegiatan refleksi meliputi kegiatan analisis hasil pembelajaran dan sekaligus menyusun rencana perbaikan pada siklus berikutnya. Dalam upaya memperbaiki tindakan pada siklus berikutnya perlu dilakukan pemeriksaan terhadap hasil observasi, baik proses maupun hasil.

2. Siklus II

Kegiatan yang dilaksanakan pada siklus II menyesuaikan hasil dan refleksi pada siklus I. Pada siklus II dilakukan perbaikan-perbaikan yang mungkin masih terdapat kekurangan-kekurangan pada siklus I. Tahapan pada siklus II sama dengan siklus I. Hanya ada penambahan penekanan aturan melempar bola “pok” dari siswa laki-laki kepada siswa perempuan. ¹ Dalam penelitian ini direncanakan berlangsung sampai 2 (dua) siklus, namun apabila dalam penelitian nanti dipandang masih kurang maka dapat menambah siklus sampai dianggap cukup.

¹ C. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data merupakan suatu alat untuk mengukur data-data yang diperoleh. Instrumen sebagai alat pengambilan data harus dapat memberikan informasi tentang responden sesuai dengan keadaan yang

sesungguhnya. Instrumen harus dapat memberikan informasi yang dapat dipertanggungjawabkan.

Instrumen disusun berdasarkan teori yang melandasi variabel yang akan diambil datanya. Instrumen dalam penelitian ini berupa lembar angket motivasi belajar siswa dan instrumen rubrik penilaian bermain kasti (psikomotor).

64 1. Lembar Angket Motivasi Belajar Siswa

46 Dalam penelitian tindakan kelas ini, motivasi belajar siswa diukur dengan menggunakan angket motivasi belajar siswa (Cimale, 2012: 98) seperti disajikan 74 pada Tabel 3.1.

Tabel 3.1 Lembar Angket Motivasi Belajar Siswa

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1	Saya senang bermain bola kasti				
2	Saya bisa memukul bola kasti				
3	Saya bisa melempar bola kasti				
4	Saya bisa menangkap bola kasti				
5	Saat bermain kasti, saya suka bermain menjadi regu pemukul				
6	Saat bermain kasti, saya suka bermain menjadi regu penjaga				
7	Saat menjadi regu pemukul, saya suka memukul bola kasti berkali-kali				
8	Saat menjadi regu penjaga, saya suka melempar dan menangkap bola kasti berkali-kali				
9	Saat bermain kasti, saya takut terkena lemparan bola kasti				
10	Saat bermain kasti, saya takut melempar dan menangkap bola kasti				

Pada angket motivasi belajar siswa terhadap permainan bola kasti, terdapat 8 pernyataan positif yaitu nomor 1 s.d 8, dan 2 pernyataan negatif yaitu nomor 9 dan 10. Skor maksimal pernyataan positif pada jawaban “Sangat Setuju (4), Setuju (3), Tidak Setuju (2), dan Sangat Tidak Setuju (1)” sedangkan skor maksimal pernyataan negatif adalah kebalikan dari positif, yaitu pada jawaban “Sangat Tidak Setuju (4), Tidak Setuju (3), Setuju (2), dan Sangat Setuju (1)”.

Untuk menghitung skor maksimal angket motivasi adalah 40 poin, dengan rentang kriteria motivasi siswa adalah sebagai berikut:

- a. skor 1-10 (kategori motivasi rendah),
- b. skor 11-20 (kategori motivasi cukup)
- c. skor 21-30 (kategori motivasi tinggi)
- d. skor 31-40 (kategori motivasi sangat tinggi)

Pada pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini, instrumen berupa angket motivasi akan dibagikan kepada seluruh siswa pada pembelajaran awal perlakuan, pembelajaran siklus I, dan pembelajaran siklus II yang nantinya akan dibandingkan apakah terjadi peningkatan motivasi belajar siswa pada permainan bola kasti.

2. Lembar Pengamatan Aktivitas Siswa

³⁴ Dalam penelitian tindakan kelas ini, aktivitas belajar siswa diukur dengan menggunakan lembar pengamatan aktivitas (Gunawan, 2017: 68) seperti disajikan ⁶⁴ pada Tabel 3.2.

Tabel 3.2 Lembar Pengamatan Aktivitas

No.	Indikator	Skala Penilaian ¹				
		1	2	3	4	5
1	Siswa mendengarkan dan memperhatikan penjelasan dari guru					
2	Siswa memperhatikan peragaan yang diberikan oleh guru					
3	Siswa melaksanakan perintah dari guru dengan baik					
4	Siswa mempraktekkan gerak dasar memukul dan melempar bola dengan baik					
5	Respon siswa terhadap materi pelajaran yang diberikan oleh guru					
6	Kemampuan interaksi siswa dengan guru, siswa dengan siswa lain					
7	Kedisiplinan siswa dalam pembelajaran					
8	Siswa mampu menggunakan media pembelajaran dengan baik					
9	Antusias siswa dalam mengikuti KBM					
10	Keaktifan siswa dalam pembelajaran					
Jumlah Skor Tiap Butir						
Total Skor		$\frac{\text{Skor perolehan}^{\supset 1}}{50} \times 100$				

Keterangan:

Skor 1 : Sangat rendah
 Skor 2 : Rendah
 Skor 3 : Cukup
 Skor 4 : Baik
 Skor 5 : Sangat baik

3. Instrumen Rubrik Penilaian Psikomotor

Instrumen ini digunakan untuk mengukur kemampuan psikomotor siswa saat melakukan pembelajaran permainan kasti. Adapun rubrik penilaian yang akan digunakan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3 Rubrik Penilaian Psikomotor

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian																Skor Total	Nilai
		Memukul Bola				Melempar Bola				Menangkap Bola				Kelincahan					
		SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K		
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		
		2																	

Keterangan:

SB : Sangat Baik (Skor 4), jika memenuhi 4 kriteria gerakan dari rubrik penilaian

B : Baik (Skor 3), jika memenuhi 3 kriteria gerakan dari rubrik penilaian

C : Cukup (Skor 2), jika memenuhi 2 kriteria gerakan dari rubrik penilaian

K : Kurang (Skor 1), jika memenuhi 1 kriteria gerakan dari rubrik penilaian

Skor : Skor total dari aspek penilaian (skor maksimal adalah 20)

NA : $\frac{Skor}{Skor Maksimal} \times 100$

Kriteria rubrik penilaian psikomotor diperlukan untuk menentukan tingkat keberhasilan siswa dalam melakukan permainan bola kasti apakah seiring sejalan dengan peningkatan motivasi belajar sesuai dengan Buku Siswa (Kemdikbud, 2019: 39).

Tabel 3.4 Kriteria Rubrik Penilaian Psikomotor

Gerakan Memukul Bola		4	3	2	1
1	Pandangan ke arah datangnya bola				
2	Sikap tubuh (kedua kaki dibuka selebar bahu, posisi lengan yang memukul ditarik agak ke belakang)	Terpenuhi 4 kriteria gerakan	Terpenuhi 3 kriteria gerakan	Terpenuhi 2 kriteria gerakan	Terpenuhi 1 kriteria gerakan
3	Ayunan lengan saat memukul				
4	Perkenaan bola pada stik pemukul				
Gerakan Melempar Bola		4	3	2	1
1	Pandangan ke arah datangnya bola				
2	Sikap tubuh (kedua kaki dibuka selebar bahu, posisi lengan yang melempar ditarik agak ke belakang)	Terpenuhi 4 kriteria gerakan	Terpenuhi 3 kriteria gerakan	Terpenuhi 2 kriteria gerakan	Terpenuhi 1 kriteria gerakan
3	Ayunan lengan saat melempar				
4	Mengenai sasaran				
Gerakan Menangkap Bola		4	3	2	1
1	Pandangan ke arah datangnya bola				
2	Sikap tubuh (kedua kaki dibuka selebar bahu, telapak tangan dibuka dan dirapatkan)	Terpenuhi 4 kriteria gerakan	Terpenuhi 3 kriteria gerakan	Terpenuhi 2 kriteria gerakan	Terpenuhi 1 kriteria gerakan
3	Tangan ditarik ke dalam setelah menangkap bola				
4	Bola tidak terlepas dari tangkapan				
Kelincahan		4	3	2	1
1	Sangat sering berlari, memukul, melempar, dan menangkap bola saat permainan				
2	Sering berlari, memukul, melempar, dan menangkap bola saat permainan	Terpenuhi 4 kriteria gerakan	Terpenuhi 3 kriteria gerakan	Terpenuhi 2 kriteria gerakan	Terpenuhi 1 kriteria gerakan
3	Jarang berlari, memukul, melempar, dan menangkap bola saat permainan				
4	Tidak berlari, memukul, melempar, dan menangkap bola saat permainan				

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dapat diartikan sebagai cara yang dipakai dalam mengumpulkan data seperti melalui tes, angket, observasi, wawancara, skala bertingkat, ataupun dokumentasi. Dalam penelitian ini, pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan beberapa metode yaitu:

1. Metode Angket

Metode angket adalah pengumpulan data dari hasil angket berupa survei pertanyaan kepada siswa saat melakukan pembelajaran pada siklus 1 dan 2 yang digunakan untuk mengukur motivasi siswa dalam belajar menggunakan angket motivasi belajar siswa yang tertera pada tabel 3.1.

2. Metode Observasi

Metode observasi adalah suatu teknik yang dilakukan dengan cara mengadakan pengamatan secara teliti dan sistematis. Observasi sebagai salah satu teknik mengamati langsung dengan teliti, cermat, dan hati-hati terhadap fenomena atau kejadian pada saat proses pembelajaran berlangsung. Observasi dilakukan dengan menggunakan lembar observasi aktivitas siswa yang tertera pada tabel 3.2.

3. Metode Tes

Tes merupakan suatu alat atau prosedur yang digunakan untuk mengetahui atau mengukur sesuatu dalam suasana dengan cara dan aturan-aturan yang sudah ditentukan. Tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes keterampilan bermain bola kasti menggunakan rubrik penilaian seperti tertera pada tabel 3.3 dan 3.4.

³⁶ **E. Teknik Analisis Data**

Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan motivasi belajar siswa dan keterampilan belajar siswa pada siklus 1 dan siklus 2.³⁰

F. Rencana Jadwal Penelitian

Dalam melaksanakan penelitian ini, peneliti menentukan waktu penelitian¹ melalui dua siklus, yaitu:

Siklus I: Tanggal 23 Juli 2019

Siklus II: Tanggal 7 Agustus 2019

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**A. Gambaran Selintas *Setting* Penelitian**

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan terhadap siswa kelas 5 SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri pada semester ganjil tahun ajaran 2019/2020 dengan jumlah siswa sebanyak 34 dengan rincian 14 siswa perempuan dan 20 siswa laki-laki. Pada saat pelaksanaan tindakan, tingkat kehadiran siswa adalah 100%, dengan kondisi yang prima dari semua anak, hanya ada 2 anak yang merasakan perutnya mual pada saat pelaksanaan tindakan pertama tetapi tidak mengurangi efektivitas pembelajaran. Perlakuan tindakan dilakukan dengan menggunakan media bola tenis sebagai pengganti bola kasti dan memodifikasi aturan saat permainan bola kasti.

Media pembelajaran lain yang digunakan antara lain berbagai macam gambar anak melakukan gerakan melempar bola. Sarana dan prasarana yang digunakan antara lain: bola kasti, bola tenis, tongkat pemukul, lapangan permainan, cones, peluit. Dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas, guru PJOK sebagai peneliti dibantu dengan guru kelas 5 sebagai kolaborator. Kolaborator bertugas membantu peneliti untuk melakukan observasi dan juga membantu mempersiapkan kesiapan siswa dalam melakukan proses pelaksanaan tindakan kelas.

40

B. Deskripsi Temuan Penelitian

1. Rencana Umum Pelaksanaan Tindakan

- a. ¹ Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) tentang materi yang akan diberikan sesuai dengan metode pembelajaran yang digunakan. RPP disusun oleh peneliti dengan pertimbangan dari dosen. RPP ini berguna sebagai guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran di kelas.
- b. Mempersiapkan sarana dan media yang digunakan dalam setiap pembelajaran.
- c. Menyusun dan mempersiapkan lembar observasi. Lembar observasi diisi oleh peneliti pada saat pelaksanaan tindakan untuk setiap pertemuan. Lembar observasi ini digunakan untuk mengetahui proses pembelajaran yang berlangsung dengan menggunakan media bola tenis dan cara mengepok dengan cara dilambung.
- d. ¹ Menyusun lembar angket untuk siswa. Lembar angket itu mempermudah peneliti untuk mengetahui bagaimana respon siswa terhadap kegiatan pembelajaran yang diberikan dan diisi oleh siswa yaitu angket sikap senang terhadap pembelajaran.

2. Pelaksanaan Tindakan Pembelajaran Siklus 1

⁸⁹ Pelaksanaan penelitian yang dilakukan peneliti terdiri dari dua siklus yakni siklus I dan siklus II. ⁸ Tiap-tiap siklus terdiri dari empat tahap yaitu meliputi tahap perencanaan, tahap tindakan, tahap pengamatan, dan refleksi. Siklus I dilaksanakan ¹ pada hari Selasa tanggal 23 Juli 2019. Tahapan-tahapan yang

dilakukan oleh peneliti maupun temuan-temuan selama proses pelaksanaan siklus I adalah sebagai berikut.

a. Rencana Tindakan ke 1

Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), menyiapkan media pembelajaran materi permainan kasti. Media yang disiapkan adalah gambar gerak memukul dan melempar bola serta alat-alat yang digunakan dalam pelajaran seperti: lapangan kasti, bola tenis, stik pemukul, serta cones. Menyiapkan lembar angket motivasi, lembar observasi baik untuk hasil teknik melempar dan memukul bola maupun observasi untuk aktivitas siswa. Menyiapkan alat evaluasi ialah blangko catatan prestasi teknik melempar dan memukul bola dan blangko catatan aktivitas siswa. Pada siklus I ini direncanakan modifikasi alat berupa bola tenis pada permainan kasti, dengan harapan siswa lebih berani dan semangat bermain kasti karena bola yang digunakan lebih empuk dan tidak sakit apabila mengenai tubuh sehingga tidak ada lagi pikiran siswa merasa sakit apabila kena “pok” pada saat bermain kasti.

b. Pelaksanaan Tindakan ke 1

Kegiatan Awal: Guru mengucapkan salam. Berdoa bersama siswa sebelum pembelajaran dimulai. Presensi, dilanjutkan dengan menyanyikan lagu wajib dan mengucapkan salam PPK. Guru melakukan apersepsi dengan mengingatkan lagi tentang materi pembelajaran sebelumnya. Guru menyampaikan materi pembelajaran yaitu tentang materi bola kecil permainan kasti beserta tujuan dan indikator pencapaian kompetensi pembelajaran. Siswa melakukan pemanasan dengan melakukan permainan “Berburu Harimau”.

Kegiatan Inti: Setelah melakukan pemanasan, siswa diberikan media berupa gambar dan mengamati gambar tentang berbagai macam cara melakukan gerak memukul bola dan melempar bola. ² Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang apa yang sudah diamati dari gambar. Guru mulai menjelaskan satu-persatu gerakan yang ada pada gambar mulai dari gerak memukul bola bawah, lurus dan lambung serta gerak melempar bola mendatar, lurus dan melambung. Guru memberi contoh gerakan dengan beberapa siswa sedangkan yang lain mengamati. Siswa dibagi secara berkelompok untuk melakukan gerakan seperti pada gambar dan seperti yang sudah dicontohkan oleh guru. Siswa mengulang gerakan memukul dan melempar bola hingga beberapa kali. ³⁵ Guru mengamati gerakan siswa dan membetulkan jika ada gerakan yang kurang benar. Siswa dibagi menjadi 2 kelompok, kelompok 1 pemukul dan kelompok 2 pelempar dan penangkap. Kelompok 1 melakukan gerakan memukul bola secara berpasangan, 1 melempar bola dan 1 siap memukul bola. Kelompok 2 melakukan lempar tangkap bola secara berpasangan. Tiap kelompok bergantian melakukan gerakan sampai dilakukan beberapa kali. Saat pelaksanaan kegiatan tersebut guru melakukan penilaian tentang gerakan memukul dan melempar bola. Selesai melakukan kegiatan tersebut, siswa kelas 5 yang berjumlah 34 dibagi menjadi 2 kelompok dengan jumlah tiap kelompok 17 anak terdiri dari 10 siswa putra dan 7 siswi putri. Siswa melakukan permainan kasti dengan modifikasi bola menggunakan alat berupa bola tenis sebagai pengganti bola tenis. Saat bermain kasti guru melakukan observasi terhadap tingkat aktivitas siswa saat melakukan permainan kasti.

Kegiatan Akhir: Setelah semua siswa selesai melakukan permainan kasti, siswa melakukan pendinginan dengan berbaris berbanjar lalu memijat pundak teman di depannya dan dilakukan secara bergantian. Setelah itu siswa dibagikan angket motivasi dan mengisi satu persatu lalu dikumpulkan. Guru melakukan refleksi pembelajaran dan menyampaikan kepada siswa agar berlatih di rumah gerak melempar bola karena pada pertemuan berikutnya akan dilakukan pembelajaran yang sama dengan memodifikasi cara melakukan lemparan “pok” siswa laki-laki kepada siswa perempuan.

c. Analisis Hasil Pengamatan pada Siklus ke 1

³⁸
Tabel 4.1 Prosentase Motivasi Belajar Siswa

Prosentase Motivasi Belajar Siklus 1	
Motivasi Sangat Tinggi	0,00%
Motivasi Tinggi	32,35%
Motivasi Cukup	58,82%
Motivasi Rendah	8,82%
Total	100,00%

⁷²
Dari hasil pengamatan motivasi siklus 1 didapatkan data di atas dengan uraian sebagai berikut:

1. Apabila dilihat pada kolom hasil skor angket ³⁶motivasi belajar siswa pada siklus 1, jumlah ³siswa yang masuk kategori Motivasi Sangat Tinggi adalah sebanyak 0 siswa. Prosentase motivasi siswa dalam belajar permainan bola kasti kriteria Motivasi Sangat Tinggi adalah sebesar 0,00%.
2. Pada kolom hasil skor angket ³⁶motivasi belajar siswa pada siklus 1, jumlah ³siswa yang masuk kategori Motivasi Tinggi adalah sebanyak 11 siswa dengan

rincian 9 siswa putra dan 2 siswi putri. Prosentase motivasi siswa dalam belajar permainan bola kasti kriteria Motivasi Tinggi adalah sebesar 32,35%.

3. Pada kolom hasil skor angket motivasi siswa pada siklus 1, jumlah siswa yang masuk kategori Motivasi Cukup adalah sebanyak 20 siswa dengan rincian 11 siswa putra dan 9 siswi putri. Prosentase motivasi siswa dalam belajar permainan bola kasti kriteria Motivasi Cukup adalah sebesar 58,82%.
4. Pada kolom hasil skor angket motivasi siswa pada siklus 1, jumlah siswa yang masuk kategori Motivasi Rendah adalah sebanyak 3 siswa dimana semuanya adalah siswi putri. Prosentase motivasi siswa dalam belajar permainan bola kasti kriteria Motivasi Rendah adalah sebesar 8,82%. Rata-rata skor motivasi 1 kelas masuk kategori Motivasi Cukup.

Selain lembar angket motivasi untuk siswa, proses pengambilan data juga melalui pengamatan keadaan siswa saat proses pembelajaran berlangsung oleh observer (teman sejawat guru kelas 5).

Hasil pengamatan aktivitas siswa pada saat pembelajaran di siklus 1 menunjukkan sikap yang meliputi siswa mendengarkan dan memperhatikan penjelasan dari guru, siswa memperhatikan peragaan dari guru, siswa melaksanakan perintah dari guru, siswa mempraktekkan gerak memukul dan melempar bola, siswa merespon materi yang diberikan, interaksi siswa dengan siswa dan siswa dengan guru dalam pembelajaran, kedisiplinan siswa dalam pembelajaran, siswa menggunakan media pembelajaran dengan baik, antusias siswa dalam KBM dan keaktifan siswa dalam pembelajaran. Kegiatan pengamatan tersebut dilakukan secara bersama-sama oleh peneliti dan observer.

Skor total ² aktivitas siswa pada siklus 1 adalah 70 dan disajikan pada tabel aktivitas siswa pada lampiran.

Sedangkan hasil pengamatan untuk proses pengambilan data yang terakhir pada siklus 1 adalah lembar penilaian psikomotor siswa saat bermain bola kasti dengan penerapan modifikasi bola. Adapun hasil penilaian psikomotor siswa pada lampiran. Dari hasil penilaian psikomotor siswa pada permainan bola kasti siklus 1 didapatkan nilai rata-ratanya adalah sebesar 71,51.

d. Refleksi Hasil Siklus ke 1

Dari hasil tindakan siklus 1, masih terdapat beberapa kekurangan diantaranya: beberapa siswa masih belum memahami cara melakukan permainan kasti dengan benar, siswa putri cenderung takut saat akan di “pok” oleh siswa putra sehingga mereka cenderung bermain aman dan jarang sekali keluar dari tempat pemberhentian (Honk).

3. Pelaksanaan Tindakan Pembelajaran Siklus 2

Siklus 2 dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 7 Agustus 2019. Pada siklus 2 tetap melaksanakan materi permainan kasti dengan pemantapan melempar bola. ¹ Tahapan-tahapan yang dilakukan oleh peneliti maupun temuan-temuan selama proses pelaksanaan siklus 2 adalah sebagai berikut.

a. Rencana Tindakan ke 2

Membuat ⁶ Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), menyiapkan media pembelajaran materi permainan kasti. Media yang disiapkan adalah gambar gerak memukul dan melempar bola serta ¹ alat-alat yang digunakan dalam pelajaran seperti: lapangan kasti, bola tenis, stik pemukul, serta cones. ⁶ Menyiapkan lembar

observasi baik untuk hasil teknik melempar, menangkap, dan memukul bola maupun observasi untuk aktivitas siswa. Menyiapkan alat evaluasi ialah blanko catatan prestasi teknik melempar dan memukul bola dan blanko catatan aktivitas siswa. Pada siklus 2 ini direncanakan modifikasi alat berupa bola tenis pada permainan kasti, dengan harapan siswa lebih berani dan semangat bermain kasti karena bola yang digunakan lebih empuk dan tidak sakit apabila mengenai tubuh sehingga tidak ada lagi pikiran siswa merasa sakit apabila kena “pok” pada saat bermain kasti dan modifikasi peraturan melempar bagi siswa putra. Siswa putra dalam permainan kasti tidak diperbolehkan melakukan lemparan mendatar saat menge”pok” lawan siswi putri. Lemparan “pok” yang dilakukan harus lemparan dengan gerakan seperti melempar bola mendatar tetapi arah bola melambung bukan menyusur tanah.

b. Pelaksanaan Tindakan ke 2

²
Kegiatan Awal: Guru mengucapkan salam. Berdoa bersama siswa sebelum pembelajaran dimulai. Presensi, dilanjutkan dengan menyanyikan lagu wajib dan mengucapkan salam PPK. ⁶³ Guru melakukan apersepsi dengan mengingatkan lagi tentang materi pembelajaran sebelumnya. Guru menyampaikan materi pembelajaran yaitu tentang materi bola kecil permainan kasti beserta tujuan dan indikator pencapaian kompetensi pembelajaran. Siswa melakukan pemanasan dengan melakukan permainan “Berburu Harimau”.

Kegiatan Inti: Setelah melakukan pemanasan, siswa diberikan media berupa gambar dan mengamati gambar tentang berbagai macam cara melakukan gerak melempar bola. ² Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang apa yang sudah diamati dari gambar. Guru mulai menjelaskan satu-persatu gerakan

yang ada pada gambar mulai dari gerak melempar bola mendatar, lurus dan melambung. Guru memberi contoh gerakan dengan beberapa siswa sedangkan yang lain mengamati. Siswa dibagi secara berkelompok untuk melakukan gerakan seperti pada gambar dan seperti yang sudah dicontohkan oleh guru. Khusus siswa putra, mereka wajib berlatih melakukan lemparan dengan gerakan seperti melakukan gerakan melempar bola mendatar/menyusur tanah akan tetapi bola yang dilepaskan/dilemparkan tidak menyusur tanah tetapi melambung, hanya gerakan saja yang sesuai melakukan lemparan mendatar tetapi arah lemparannya melambung. Siswa mengulang gerakan melempar bola hingga beberapa kali. ³⁵ Guru mengamati gerakan siswa dan membetulkan jika ada gerakan yang kurang benar. Siswa dibagi menjadi 2 kelompok, kelompok 1 pemukul dan kelompok 2 pelempar. Kelompok 1 melakukan gerakan memukul bola secara berpasangan, 1 melempar bola dan 1 siap memukul bola. Kelompok 2 melakukan lempar tangkap bola secara berpasangan. Tiap kelompok bergantian melakukan gerakan sampai dilakukan beberapa kali. Saat pelaksanaan kegiatan tersebut guru melakukan penilaian tentang gerakan memukul dan melempar bola. Selesai melakukan kegiatan tersebut, siswa kelas 5 yang berjumlah 34 dibagi menjadi 2 kelompok dengan jumlah tiap kelompok 17 anak terdiri dari 10 siswa putra dan 7 siswi putri. Siswa melakukan permainan kasti dengan modifikasi bola menggunakan alat berupa bola tenis sebagai pengganti bola tenis. Ditambah lagi dengan modifikasi aturan permainan bagi siswa putra dalam permainan kasti tidak diperbolehkan melakukan lemparan lurus/mendatar saat menge"pok" lawan siswi putri. Lemparan "pok" yang dilakukan harus lemparan dengan gerakan seperti

melempar bola mendarat tetapi arah bola melambung bukan menyusur tanah. Saat bermain kasti, guru melakukan observasi terhadap tingkat aktivitas siswa.

Kegiatan Akhir: Setelah semua siswa selesai melakukan permainan kasti, siswa melakukan pendinginan dengan berbaris berbanjar lalu memijat pundak teman di depannya dan dilakukan secara bergantian. Guru melakukan refleksi pembelajaran.

c. Analisis Hasil Pengamatan pada Siklus ke 2

Tabel 4.2 Prosentase Motivasi Belajar Siklus 2

Prosentase Motivasi Belajar Siklus 2	
Motivasi Sangat Tinggi	14,71%
Motivasi Tinggi	73,53%
Motivasi Cukup	11,76%
Motivasi Rendah	0,00%
Total	100,00%

⁴¹ Dari hasil observasi data di atas dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Apabila dilihat pada kolom hasil skor angket ³⁶ motivasi belajar siswa pada siklus 1, jumlah ³ siswa yang masuk kategori Motivasi Sangat Tinggi adalah sebanyak 5 siswa dimana semuanya adalah siswa putra. Prosentase motivasi siswa dalam belajar permainan bola kasti kriteria Motivasi Sangat Tinggi adalah sebesar 14,71%.
2. Pada kolom ³⁶ hasil skor angket motivasi belajar siswa pada siklus 2, jumlah ³ siswa yang masuk kategori Motivasi Tinggi adalah sebanyak 25 siswa dengan rincian 15 siswa putra dan 10 siswi putri. Prosentase motivasi siswa dalam belajar permainan bola kasti kriteria Motivasi Tinggi adalah sebesar 73,53% mengalami peningkatan 50% dari kondisi semula.

3. Pada kolom hasil skor angket motivasi siswa pada siklus 2, ³⁴jumlah siswa yang masuk kategori Motivasi Cukup adalah sebanyak 4 siswa dimana semuanya adalah siswi putri. Prosentase motivasi siswa dalam belajar permainan bola kasti kriteria Motivasi Cukup adalah sebesar 11,76%.

4. Pada kolom hasil skor angket motivasi siswa pada siklus 2, ¹³jumlah siswa yang masuk kategori Motivasi Rendah sudah tidak ada atau nol. Kriteria Motivasi Rendah adalah sebesar 0,00%. Rata-rata skor motivasi 1 kelas masuk kategori Motivasi Tinggi.

¹⁸Dari tabel ⁶prosentase di atas dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan motivasi belajar siswa kelas 5 SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates. Tidak ada anak yang masuk kategori Motivasi Rendah dan ada peningkatan level kategori Motivasi Sangat Tinggi ⁷²pada siklus 2, dimana ²²pada siklus 1 tidak ada siswa yang mencapai level kategori tersebut.

Selain lembar angket motivasi untuk siswa, proses pengambilan data juga melalui pengamatan keadaan ²siswa saat proses pembelajaran berlangsung oleh observer (teman sejawat guru kelas 5). Dari hasil lembar pengamatan siswa yang terdapat dalam lampiran, terjadi skor peningkatan naktivitas siswa dari 70 menjadi 82. Data di lampiran tersebut menunjukkan hasil pengamatan terhadap siswa yang meliputi kehadiran siswa, kelengkapan seragam olahraga siswa, antusiasme siswa terhadap modifikasi permainan kasti, sikap siswa saat kegiatan pembelajaran, sikap siswa saat tes evaluasi pembelajaran. Kegiatan pengamatan tersebut dilakukan secara bersama-sama oleh peneliti dan observer.

Hasil observasi untuk proses pengambilan data yang terakhir pada siklus 2 adalah lembar penilaian psikomotor siswa saat bermain bola kasti dengan

penerapan modifikasi bola. Adapun hasil penilaian psikomotor siswa pada tabel yang terdapat di lampiran. Dari hasil penilaian psikomotor siswa pada permainan bola kasti siklus 2 didapatkan nilai rata-ratanya adalah sebesar 80,51, sehingga terjadi peningkatan keterampilan motorik saat bermain bola kasti pada siswa kelas 5 SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri.

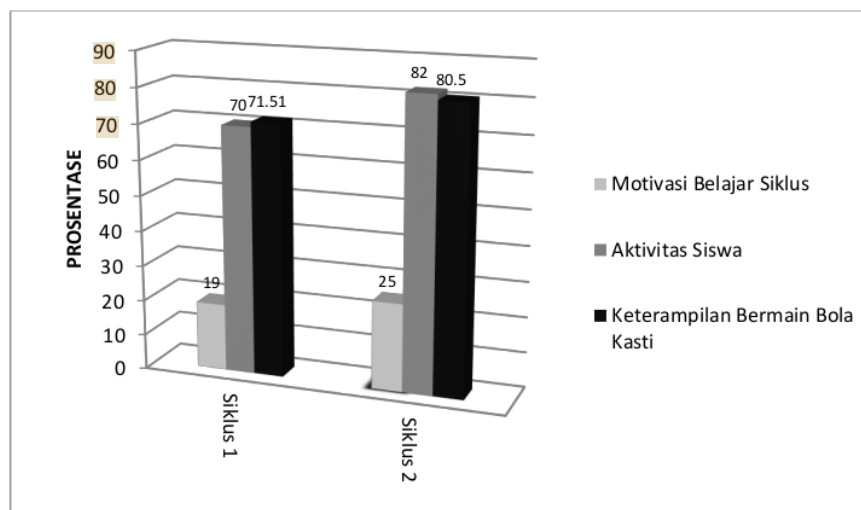
d. Refleksi Hasil Siklus ke 2

Dari hasil tindakan siklus 2, sudah terjadi peningkatan pembelajaran diantaranya: siswa mampu menerapkan instruksi dari guru tentang cara melakukan lemparan “pok” sesuai dengan aturan yang dimodifikasi, dan hasilnya siswi putri lebih berani untuk berlari dari honk 1 ke honk yang lain tanpa merasa takut apabila terkena lemparan “pok” dari pemain siswa putra.

6 C. Pembahasan dan Pengambilan Simpulan

Apabila dilihat secara menyeluruh data-data yang terlihat mulai dari data pengamatan pada siklus 1 dan siklus 2, ada perbedaan yang signifikan pada motivasi siswa, aktivitas siswa dan keterampilan dalam melakukan permainan bola kasti yang dapat digambarkan melalui gambar 4.3 di bawah ini:

Gambar 4.1 Perbandingan Motivasi Belajar, Aktivitas Siswa, dan Keterampilan Bermain Bola Kasti pada Siklus 1 dan Siklus 2



Motivasi siswa meningkat seiring perlakuan yang berbeda pada siklus 2 dan terjadi pula peningkatan aktivitas siswa pada saat pembelajaran permainan kasti di siklus 2. Sehingga dapat disimpulkan bahwa “Modifikasi bola pada permainan kasti dapat meningkatkan motivasi belajar dan keterampilan bermain siswa kelas 5 Sekolah Dasar Negeri Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2019/2020. Hasil ini disebabkan oleh beberapa hal berikut:

1. Media bola tenis pada permainan bola kasti membawa suasana baru dalam kegiatan belajar mengajar. Keberanian dan keaktifan gerak siswa lebih

meningkat dikarenakan bola yang digunakan lebih empuk dan tidak sakit apabila terkena “pok”. Aturan melempar yang dimodifikasi pun membawa perubahan pada kedisiplinan siswa laki-laki karena mereka harus senantiasa terbiasa memegang teguh aturan dalam permainan sehingga karakter disiplin sangat mengena dalam pelaksanaan permainan kasti yang sudah dimodifikasi ini. Modifikasi dengan tujuan lebih memudahkan ¹ inilah yang merangsang siswa untuk belajar lebih semangat dengan hasil yang sangat baik.

2. Hasil dari pengamatan pelaksanaan kegiatan belajar mengajar kedisiplinan siswa selama kegiatan belajar mengajar berjalan dengan baik, suasana baru ini akan membawa dampak aktivitas siswa menjadi sangat baik, yang terlihat dalam peningkatan aktivitas siswa yang mencapai nilai 82 atau hampir seluruh siswa aktif.

¹⁹ Modifikasi aturan menjadi salah satu cara yang dapat dilakukan oleh para Guru PJOK agar proses pembelajaran dapat mencerminkan DAP (*Developmentally Appropriate Practice*), artinya bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut.

Dengan begitu tugas ajar tersebut menyesuaikan dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang diajarnya. Perkembangan atau kematangan dimaksud mencakup fisik, psikis, sosial, maupun keterampilannya. Fasilitas dan perlengkapan pendidikan jasmani yang seadanya di sekolah-sekolah menuntut Guru PJOK untuk lebih kreatif untuk mengoptimalkan penggunaan fasilitas dan perlengkapan yang ada. Sesuai dengan kondisi siswa dan sekolahnya. Guru yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru, atau

memodifikasi yang sudah ada untuk disajikan dengan cara yang lebih menarik, sehingga anak merasa senang mengikuti pelajaran yang diberikan.

Menurut Lutan dalam Dhiantoro (2015: 1), ¹Modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan dengan tujuan agar:

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

Sedangkan Aussie dalam ³Purnama (2018: 5), mengembangkan modifikasi di Australia dengan pertimbangan:

1. Anak-anak belum memiliki kematangan fisik dan emosional seperti orang dewasa.
2. Berolahraga dengan peralatan dan peraturan yang dimodifikasi akan mengurangi cedera pada anak.
3. Olahraga yang dimodifikasi akan mampu mengembangkan keterampilan anak lebih cepat dibanding dengan peralatan standard untuk orang dewasa.
4. Olahraga yang dimodifikasi menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan pada anak-anak dalam situasi kompetitif.

D. Kendala dan Keterbatasan

Peneliti telah melakukan penelitian sesuai dengan prosedur. Adapun kendala dan keterbatasan yang dialami oleh peneliti saat melakukan prosedur penelitian adalah:

1. Ada beberapa anak yang kurang memahami aturan dalam permainan kasti jadi perlu proses ³³ bagi guru untuk memberikan pemahaman kepada peserta didik kaitannya dengan aturan dalam melakukan permainan kasti.
2. Tidak adanya rompi/kostum yang lain sebagai pembeda antar regu sehingga ada kalanya dengan jumlah siswa yang termasuk banyak membuat mereka agak terlambat mengenali teman dalam 1 kelompok saat melakukan permainan.
3. Media pembelajaran berupa gambar masih menggunakan 1 dimensi sehingga penggunaan media berupa video belum digunakan karena keterbatasan media pembelajaran berupa proyektor.
4. Sarana yang digunakan masih lapangan dengan halaman sehingga kendalanya adalah debu-debu banyak beterbangan saat anak melakukan permainan sehingga bila ditinjau dari segi kesehatan saluran pernafasan masih rawan menyebabkan anak mengalami gangguan pernafasan.

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan selama dua siklus dan berdasarkan seluruh pembahasan serta analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Penerapan pembelajaran dengan memodifikasi bola pada permainan kasti dapat meningkatkan motivasi belajar siswa kelas 5 Sekolah Dasar Negeri Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri tahun ajaran 2019/2020 dengan rata-rata 19% pada siklus 1 menjadi 25% pada siklus 2.
2. Penerapan pembelajaran dengan memodifikasi bola pada permainan kasti dapat meningkatkan aktivitas belajar siswa kelas 5 Sekolah Dasar Negeri Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri tahun ajaran 2019/2020 dengan rata-rata 70% pada siklus 1 menjadi 82% pada siklus 2.
3. Penerapan pembelajaran dengan memodifikasi bola pada permainan kasti mempunyai dampak yang positif bagi perkembangan dan kemajuan siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar, hal ini dapat dilihat dengan adanya peningkatan untuk keterampilan memukul bola, melempar bola, menangkap bola dan kelincahan siswa. Hal ini dibuktikan dengan kenaikan rata-rata 71,51% pada siklus 1 menjadi 80,5% pada siklus 2.

B. Saran-saran Untuk Tindakan Selanjutnya

51

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari uraian sebelumnya agar proses belajar mengajar lebih efektif dan lebih memberikan hasil yang optimal bagi siswa, maka disampaikan saran sebagai berikut:

1. Pelaksanaan modifikasi pembelajaran memerlukan persiapan yang cukup matang, sehingga guru harus mampu menentukan atau memilih topik yang benar-benar bisa diterapkan dengan model modifikasi, sehingga diperoleh hasil yang optimal.
2. Banyak faktor yang mempengaruhi tingkat prestasi belajar anak, maka guru hendaknya lebih sering melatih siswa dengan berbagai model pengajaran, walau dalam taraf yang sederhana, agar siswa nantinya dapat menemukan konsep dan keterampilan, sehingga siswa berhasil atau mampu memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya.
3. Hasil dari penelitian ini semoga menjadi informasi ilmiah untuk petrkembangan dunia pendidikan khususnya dalam melakukan penelitian tindakan kelas.
4. Bagi yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut agar dapat menyempurnakannya untuk ditambahkan penemuan yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- ⁸²
Arikunto, S. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- ⁵⁹
Cimalem. 2015. *Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa kelas VI Melalui Model Pembelajaran Contextual Teaching and Learning di SD Negeri 164522 Tebing Tinggi*. Skripsi. Tidak dipublikasikan. Medan: PGSD Universitas Negeri Medan.
- Dhiantoro, T. 2015. *Modifikasi Alat Dalam Pembelajaran Penjasorkes*. (Online). tersedia: <https://lintas24.com/modifikasi-alat-dalam-pembelajaran-penjasorkes.html>, diunduh 10 Juli 2020.
- ¹
Gunawan. 2017. *Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Melalui Pembelajaran Model Reciprocal Dalam Olahraga Bola Voli Mini Pada Siswa Kelas 5 Semester 2 SDN Selosari 2 Kecamatan Kepung Kabupaten Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017*. Penelitian Tindakan Kelas. Tidak dipublikasikan. Kediri.
- ⁷
Himawanto, W. 2017. Pencak Dor Dalam Industri Olahraga. *Jurnal Pembelajaran Olahraga*, (Online), 3 (2): 1, tersedia: <http://ojs.unpkediri.ac.id>, diunduh 30 Agustus 2020.
- ²¹
Kemdikbud. 2019. *Aktif Berolahraga Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SD/MI Kelas V*. Jakarta: PT. Macananjaya Cemerlang.
- ²
Kurniadi, D. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas IV*. Jakarta: CV Thursina.
- ³¹
Mursita, R. A. 2015. *Guru Merupakan Penentu Keberhasilan Pendidikan: Realitasnya Masih Banyak Sekolah Kekurangan Guru*. (online). tersedia: <https://www.kompasiana.com/beprocess123/55b8565c927a61c8134654da/guru-merupakan-penentu-keberhasilan-pendidikan-realitasnya-masih-banyak-sekolah-kekurangan-guru?page=all.html>, diunduh 11 Juli 2020.
- ⁶²
Nayaakyasa. 2014. *Perbedaan Motivasi Intrinsik & Ekstrinsik*. (online). tersedia: <https://nayaakyasazilvi.wordpress.com/2014/07/11/perbedaan-motivasi-intrinstik-ekstrinsik/html>, diunduh 10 Juli 2020.

- Neynuraini. 2013. *Motivasi Belajar: Pengertian Motivasi, Fungsi Serta Jenis-Jenis Motivasi Belajar*. (online). tersedia: <http://neynuraeni.blogspot.com/2013/02/pengertian-motivasi-fungsi-serta-jenis.html>, diunduh 10 Juli 2020.
- Oemar, H. (2002). *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru.
- Pamungkas, S.S.D. 2015. *Kemampuan Memukul Menangkap dan Ketepatan Melempar Bola dalam Permainan Kasti Siswa Kelas V SD Negeri Sucen Kecamatan Salam Kabupaten Magelang*. Skripsi. Tidak dipublikasikan. Yogyakarta: FIK UNY.
- Poerwadarminta. 2005. *Kamus Umum Bahasa Indonesia edisi kedua*. Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional: Balai Pustaka.
- Purnama, A. D. 2018. Upaya Meningkatkan Keterampilan Bermain Melalui Penerapan Modifikasi Alat Dalam Permainan Bola Kecil. *Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, (Online), 1 (2): 16-10, tersedia: <http://ejournal.upi.edu/index.php/tegar/index>, diunduh 30 Agustus 2020.
- Riadi, M. 2013. *Pengertian Motivasi Belajar*. (online). tersedia: <http://www.kajianpustaka.com/2013/04/motivasi-belajar.html>, diunduh 10 Juli 2020.
- Riadi, M. 2018. *Pengertian, Tujuan, Ruang Lingkup dan Manfaat Pendidikan Jasmani*. (online). tersedia: <https://www.kajianpustaka.com/2018/01/pengertian-tujuan-ruang-lingkup-dan-manfaat-pendidikan-jasmani.html>, diunduh 10 Juli 2020.
- Rosyidi. 1982. *Pendidikan Permainan Bola Kecil*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Sakban. 2013. *Ilmu Pendidikan Motivasi*. (online). tersedia: <http://sakban3.blogspot.com/2013/05/motivasi.html>, diunduh 10 Juli 2020.
- Samatowa, U. 2006. *Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Suherman, B. 2000. *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah.

- ¹⁶ Sumantri. 2005. *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Direktorat Pembinaan.
- ² Supriyadi, S. 2010. *BSE: Penjasorkes untuk SD/MI Kelas V*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional.
- ⁷³ Tanpa Nama. 2016. *Pengertian Motivasi Belajar*. (online). tersedia: <https://www.rijal09.com/2016/03/motivasi-belajar.html>, diunduh 10 Juli 2020.

LAMPIRAN- LAMPIRAN

Lampiran 1**Hasil Skor Angket Motivasi Siklus 1**

No.	Nama	Skor Motivasi Siklus I	Kriteria
1	ACHMAD REHAN ADITA NICOLA	22	Tinggi
2	AHMAD NADHIRUL ILHAM	20	Cukup
3	ANISSA EKA PURNAMASARI	18	Cukup
4	ARGA IRFAN BAIHAQI	24	Tinggi
5	ARI ARDIANSYAH CIPTA PERMANA	20	Cukup
6	ATANIA ROHMATUS SANIYAH	16	Cukup
7	AVRIL ALEXANDRA	19	Cukup
8	AZKYA'A PUTRI EKA RAMADANI	10	Rendah
9	CINDY NUR EKA SARI	18	Cukup
10	GALANG WIDYATAMA	20	Cukup
11	GEISHA WARDANI	18	Cukup
12	GILANG RAMADHAN SAPUTRA	24	Tinggi
13	KLARISA FADIA PUTRI	18	Cukup
14	M. ADITYA BAYU PRATAMA	26	Tinggi
15	M. AKBAR MAULANA	20	Cukup
16	M. ZIDAN AL MAKIN	20	Cukup
17	MOCH. HAFIDZ ZAWAWI	22	Tinggi
18	MOH. ALFAN RAMADANI	24	Tinggi
19	MOH. AZZAMUL MAULIDANI	20	Cukup
20	MOHAMAD AKBAR MAULANA	20	Cukup
21	MUHAMAD NIKO FERDIANSYAH	18	Cukup
22	MUHAMAD YUNAN GALIH MAHBUBI	23	Tinggi
23	MUHAMMAD FAISAL	20	Cukup
24	MUHAMMAD LU'AIZI	18	Cukup
25	NAFSIATUL KAMILA	21	Tinggi
26	NIA RAMADINA	15	Cukup
27	REGINA AZZAHRA	18	Cukup
28	SAHATA IQBALIA MAGHFUR	26	Tinggi
29	SASKIYA PUTRI NURAINI	14	Cukup
30	SAYID ALAMSYAH	25	Tinggi
31	SHEZA AZILIA SEPTYANA	10	Rendah
32	SINTIA KHOIRUN NISA'	10	Rendah
33	SYIFA'UR ROHMAH	24	Tinggi
34	VANESHA FEBIANA	18	Cukup
Skor Total Motivasi		659	
Rata-rata Motivasi		19	Cukup

Lampiran 2**Hasil Skor Angket Motivasi Siklus 2**

No.	Nama	Skor Motivasi Siklus I	Kriteria
1	ACHMAD REHAN ADITA NICOLA	28	Tinggi
2	AHMAD NADHIRUL ILHAM	24	Tinggi
3	ANISSA EKA PURNAMASARI	24	Tinggi
4	ARGA IRFAN BAIHAQI	32	Sangat Tinggi
5	ARI ARDIANSYAH CIPTA PERMANA	26	Tinggi
6	ATANIA ROHMATUS SANIYAH	21	Tinggi
7	AVRIL ALEXANDRA	23	Tinggi
8	AZKYA'A PUTRI EKA RAMADANI	18	Cukup
9	CINDY NUR EKA SARI	22	Tinggi
10	GALANG WIDYATAMA	25	Tinggi
11	GEISHA WARDANI	24	Tinggi
12	GILANG RAMADHAN SAPUTRA	31	Sangat Tinggi
13	KLARISA FADIA PUTRI	24	Tinggi
14	M. ADITYA BAYU PRATAMA	34	Sangat Tinggi
15	M. AKBAR MAULANA	24	Tinggi
16	M. ZIDAN AL MAKIN	22	Tinggi
17	MOCH. HAFIDZ ZAWAWI	26	Tinggi
18	MOH. ALFAN RAMADANI	29	Tinggi
19	MOH. AZZAMUL MAULIDANI	26	Tinggi
20	MOHAMAD AKBAR MAULANA	24	Tinggi
21	MUHAMAD NIKO FERDIANSYAH	23	Tinggi
22	MUHAMAD YUNAN GALIH MAHBUBI	29	Tinggi
23	MUHAMMAD FAISAL	27	Tinggi
24	MUHAMMAD LU'AIZI	27	Tinggi
25	NAFSIATUL KAMILA	27	Tinggi
26	NIA RAMADINA	21	Tinggi
27	REGINA AZZAHRA	24	Tinggi
28	SAHATA IQBALIA MAGHFUR	32	Sangat Tinggi
29	SASKIYA PUTRI NURAINI	18	Cukup
30	SAYID ALAMSYAH	31	Sangat Tinggi
31	SHEZA AZILIA SEPTYANA	15	Cukup
32	SINTIA KHOIRUN NISA'	14	Cukup
33	SYIFA'UR ROHMAH	29	Tinggi
34	VANESHA FEBIANA	24	Tinggi
Skor Total Motivasi		848	
Rata-rata Motivasi		25	Tinggi

Lampiran 3

1

Lembar Observasi Aktivitas Siswa Siklus 1

No.	Indikator	Skala Penilaian				
		1	2	3	4	5
1	Siswa mendengarkan dan memperhatikan penjelasan dari guru				4	
2	Siswa memperhatikan peragaan yang diberikan oleh guru				4	
3	Siswa melaksanakan perintah dari guru dengan baik				4	
4	Siswa mempraktekkan gerak dasar memukul, menangkap dan melempar bola dengan baik				4	
5	Respon siswa terhadap materi pelajaran yang diberikan oleh guru			3		
6	Kemampuan interaksi siswa dengan guru, siswa dengan siswa lain				4	
7	Kedisiplinan siswa dalam pembelajaran			3		
8	Siswa mampu menggunakan media pembelajaran dengan baik			3		
9	Antusias siswa dalam mengikuti KBM			3		
10	Keaktifan siswa dalam pembelajaran			3		
Jumlah Skor Tiap Butir				15	20	
Total Skor		70				

Lampiran 4

Lembar Observasi Aktivitas Siswa Siklus 2

No.	Indikator	Skala Penilaian				
		1	2	3	4	5
1	Siswa mendengarkan dan memperhatikan penjelasan dari guru				4	
2	Siswa memperhatikan peragaan yang diberikan oleh guru				4	
3	Siswa melaksanakan perintah dari guru dengan baik					5
4	Siswa mempraktekkan gerak dasar memukul, menangkap dan melempar bola dengan baik				4	
5	Respon siswa terhadap materi pelajaran yang diberikan oleh guru				4	
6	Kemampuan interaksi siswa dengan guru, siswa dengan siswa lain				4	
7	Kedisiplinan siswa dalam pembelajaran				4	
8	Siswa mampu menggunakan media pembelajaran dengan baik				4	
9	Antusias siswa dalam mengikuti KBM				4	
10	Keaktifan siswa dalam pembelajaran				4	
Jumlah Skor Tiap Butir					36	5
Total Skor		82				

Lampiran 5

33

Lembar Penilaian Ketrampilan Siswa Siklus 1

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian				Skor Total	Nilai
		Memukul Bola	Melempar Bola	Menangkap Bola	Kerjasama		
1	ACHMAD REHAN ADITA NICOLA	3	3	3	4	13	81
2	AHMAD NADHIRUL ILHAM	2	3	3	3	11	69
3	ANISSA EKA PURNAMASARI	2	3	3	3	11	69
4	ARGA IRFAN BAIHAQI	4	4	3	3	14	88
5	ARI ARDIANSYAH CIPTA PERMANA	3	3	3	3	12	75
6	ATANIA ROHMATUS SANIYAH	4	3	3	3	13	81
7	AVRIL ALEXANDRA	2	3	3	3	11	69
8	AZKYA'A PUTRI EKA RAMADANI	2	2	2	2	8	50
9	CINDY NUR EKA SARI	3	3	3	3	12	75
10	GALANG WIDYATAMA	2	2	3	3	10	63
11	GEISHA WARDANI	2	3	3	3	11	69
12	GILANG RAMADHAN SAPUTRA	4	3	3	3	13	81
13	KLARISA FADIA PUTRI	3	3	3	3	12	75
14	M. ADITYA BAYU PRATAMA	3	3	3	3	12	75
15	M. AKBAR MAULANA	2	3	3	3	11	69
16	M. ZIDAN AL MAKIN	2	3	3	3	11	69
17	MOCH. HAFIDZ ZAWAWI	4	3	3	4	14	88
18	MOH. ALFAN RAMADANI	3	3	3	3	12	75
19	MOH. AZZAMUL MAULIDANI	2	3	3	4	12	75
20	MOHAMAD AKBAR MAULANA	2	3	3	3	11	69
21	MUHAMAD NIKO FERDIANSYAH	2	3	3	3	11	69
22	MUHAMAD YUNAN GALIH MAHBUBI	3	3	3	3	12	75
23	MUHAMMAD FAISAL	2	3	3	3	11	69
24	MUHAMMAD LU'AIZI	2	3	3	3	11	69
25	NAFSIATUL KAMILA	3	3	3	3	12	75
26	NIA RAMADINA	2	3	3	3	11	69
27	REGINA AZZAHRA	2	3	3	3	11	69
28	SAHATA IQBALIA MAGHFUR	3	3	3	3	12	75
29	SASKIYA PUTRI NURAINI	2	3	3	3	11	69
30	SAYID ALAMSYAH	3	3	3	3	12	75
31	SHEZA AZILIA SEPTYANA	2	2	2	2	8	50
32	SINTIA KHOIRUN NISA'	2	2	2	3	9	56
33	SYIFA'UR ROHMAH	3	3	3	4	13	81

34	VANESHA FEBIANA	2	3	3	3	11	69
Total Skor		87	99	99	104	389	2431
Nilai Rata-rata		2,559	2,912	2,912	3,059	11,44	71,51

Lampiran 6

Lembar Penilaian Ketrampilan Siswa Siklus 2

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian				Skor Total	Nilai
		Memukul Bola	Melempar Bola	Menangkap Bola	Kerjasama		
1	ACHMAD REHAN ADITA NICOLA	4	4	3	4	15	94
2	AHMAD NADHIRUL ILHAM	3	3	3	4	13	81
3	ANISSA EKA PURNAMASARI	2	3	3	4	12	75
4	ARGA IRFAN BAIHAQI	4	4	3	4	15	94
5	ARI ARDIANSYAH CIPTA PERMANA	3	4	4	4	15	94
6	ATANIA ROHMATUS SANIYAH	4	3	3	4	14	88
7	AVRIL ALEXANDRA	2	3	3	4	12	75
8	AZKYA'A PUTRI EKA RAMADANI	2	3	3	3	11	69
9	CINDY NUR EKA SARI	3	3	3	4	13	81
10	GALANG WIDYATAMA	3	3	3	4	13	81
11	GEISHA WARDANI	3	3	3	3	12	75
12	GILANG RAMADHAN SAPUTRA	4	3	3	4	14	88
13	KLARISA FADIA PUTRI	3	3	3	4	13	81
14	M. ADITYA BAYU PRATAMA	3	3	3	4	13	81
15	M. AKBAR MAULANA	2	3	3	4	12	75
16	M. ZIDAN AL MAKIN	3	3	3	3	12	75
17	MOCH. HAFIDZ ZAWAWI	4	4	3	4	15	94
18	MOH. ALFAN RAMADANI	3	3	3	4	13	81
19	MOH. AZZAMUL MAULIDANI	3	3	3	4	13	81
20	MOHAMAD AKBAR MAULANA	3	3	3	3	12	75
21	MUHAMAD NIKO FERDIANSYAH	3	3	3	3	12	75
22	MUHAMAD YUNAN GALIH MAHBUBI	3	3	3	4	13	81
23	MUHAMMAD FAISAL	3	3	3	3	12	75
24	MUHAMMAD LU'AIZI	3	3	3	4	13	81
25	NAFSIATUL KAMILA	3	3	3	4	13	81
26	NIA RAMADINA	2	3	3	4	12	75
27	REGINA AZZAHRA	3	3	3	4	13	81
28	SAHATA IQBALIA MAGHFUR	4	3	3	4	14	88
29	SASKIYA PUTRI NURAINI	3	3	3	3	12	75
30	SAYID ALAMSYAH	4	3	3	3	13	81
31	SHEZA AZILIA SEPTYANA	3	3	3	3	12	75
32	SINTIA KHOIRUN NISA'	3	3	2	3	11	69
33	SYIFA'UR ROHMAH	4	3	3	4	14	88

34	VANESHA FEBIANA	3	3	3	3	12	75
Total Skor		105	106	102	125	438	2738
Nilai Rata-rata		3,088	3,118	3	3,676	12,88	80,51

Lampiran 7

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
Siklus 1

8. Tujuan Pendidikan : SDN Wonorejo 1
 Mata Pelajaran : PJOK
 Kelas/Semester : V/1 47
 Materi : Kombinasi Gerak Dasar Permainan Bola Kecil (Kasti)
 Pembelajaran ke : 3 8
 Alokasi Waktu : 1 x pertemuan (4 JP x 35 menit)

A. Kompetensi Inti (KI)

3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator

28	Kompetensi Dasar	Indikator
3.2	Memahami kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional.	3.2.1 Dapat mengidentifikasi kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti
4.2	Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional.	4.2.1 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti

C. Tujuan Pembelajaran

- 3.2.1 Dengan mengamati gambar berbagai macam gerak dasar permainan kasti, siswa dapat menjelaskan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti (memukul, melempar dan menangkap bola).
- 4.2.1 Dengan bimbingan guru, siswa dapat mempraktikkan berbagai kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti (memukul, melempar dan menangkap bola).

2

D. Materi Pembelajaran

20

1. Gerak Dasar Non Lokomotor adalah gerakan yang dilakukan dengan meminimalisasi atau tanpa bergerak dari tempatnya atau landasan, sebagai contoh meliukkan badan, mengayunkan anggota badan, membungkuk dll, dalam pembelajaran ini gerak yang dinilai adalah menangkap bola.
2. Gerak Dasar Manipulatif, ada dua klasifikasi dalam keterampilan manipulatif yaitu receptive dan propulsive, keterampilan receptive adalah keterampilan menerima sesuatu objek seperti menangkap, trapping (menerima dan mengontrol bola) dll, sedangkan keterampilan propulsive ditandai dengan penerapan gaya terhadap suatu objek seperti melempar, dan memukul dll, dalam pembelajaran ini gerak manipulatif yang dinilai adalah memukul dan melempar bola.

E. Metode Pembelajaran

Metode : Ceramah, demonstrasi, penugasan
 Strategi : Pembelajaran Kooperatif
 Metode : Ceramah, demonstrasi, penugasan

41

F. Media dan Alat Pembelajaran

Media Pembelajaran : Berbagai media gambar gerak memukul, melempar dan menangkap bola
 Alat Pembelajaran : Lapangan, cones, peluit, pemukul kasti, bola kasti (bola tenis)

G. Sumber Belajar

21

Sumber Belajar : Buku Aktif Berolahraga Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SD/MI Kelas V Penerbit Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Badan Penelitian dan Pengembangan Pusat Kurikulum dan Perbukuan halaman 31-40.

27

H. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	➤ Guru memberikan salam dan mengajak semua siswa berdoa (Religiusitas). ➤ Menyanyikan Lagu Wajib dan salam PPK (nasionalisme) ➤ Guru melakukan apersepsi dengan membahas materi sebelumnya. ➤ Guru menjelaskan tujuan pembelajaran kepada peserta didik tentang gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif materi kasti yaitu gerakan memukul, melempar dan menangkap bola	20 Menit
Inti	Mengamati ➤ Siswa mengamati gambar pada buku yang	105 Menit

60

memperlihatkan anak melakukan gerakan:

- a. Memukul bola
- b. Melempar bola
- c. Menangkap bola

- Siswa diberikan informasi oleh guru tentang materi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif dalam kasti meliputi gerak: memukul, melempar dan menangkap bola.
- Siswa mengamati video anak sedang bermain kasti.

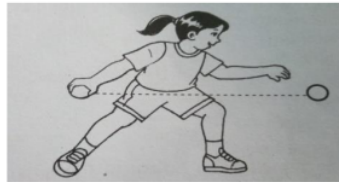
Menanya

- Siswa diberikan kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan tentang hal-hal yang diamati dari gambar dan dari bacaan yang ada di buku siswa.

Mencoba

- Siswa diajak keluar kelas dan melakukan pemanasan berupa permainan Berburu Harimau
- Setelah siswa selesai melakukan pemanasan, siswa dibariskan dan diberikan penjelasan oleh guru tentang materi yang akan mereka lakukan.
- Siswa dibagi menjadi 2 kelompok untuk melakukan gerakan melempar dan menangkap, serta memukul bola.
- Kelompok 1 mencoba melakukan gerakan melempar bola dan menangkap bola. Adapun beberapa gerakan melempar antara lain:

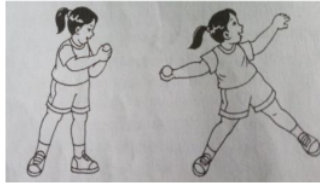
- ❖ Siswa melakukan gerakan melempar bola rendah



- ❖ Siswa melakukan gerakan melempar bola datar

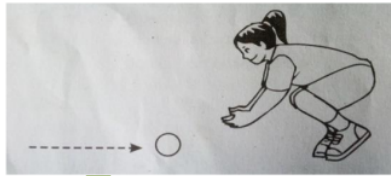


- ❖ Siswa melakukan gerakan **melempar bola lambung/tinggi**



- Adapun beberapa gerakan menangkap bola antara lain:

- ❖ Siswa menangkap bola menyusur tanah



22

- ❖ Siswa **menangkap bola datar dari arah depan**

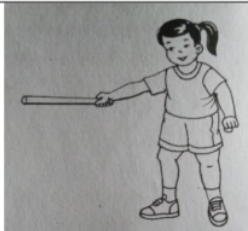


- ❖ Siswa **menangkap bola lambung dari arah depan**



- Kelompok 2 mencoba melakukan gerakan memukul bola. Adapun beberapa gerakan memukul bola antara lain:

- ❖ Siswa memukul bola dengan pukulan lurus.



- ❖ Siswa memukul bola dengan pukulan atas.



- ❖ Siswa memukul bola dengan pukulan samping.



- Siswa melakukan kegiatan ini secara bergantian, yaitu kelompok yang sebelumnya memukul bola bergantian menangkap bola dan yang menangkap bola berganti melempar bola begitupun sebaliknya antara 2 kelompok itu.
- Siswa melakukan kegiatan ini selama 15-20 menit per gerakan.

Mengasosiasi/Menalar

- Setelah selesai melakukan berbagai macam gerakan dasar dalam permainan kasti, siswa menyimpulkan gerakan yang paling mudah dan sesuai untuk dilakukan dengan kemampuan saat melakukan kegiatan di atas, serta gerakan yang paling sulit dilakukan dengan bimbingan guru.
- Siswa mendapatkan informasi dari guru terkait apa yang telah mereka lakukan dari proses mencoba.

	Mengkomunikasikan ➤ Inti kegiatan pembelajaran diakhiri dengan permainan kasti, satu regu pemukul dan regu lain penjaga dengan lama permainan 2 x 30 menit ➤ Bola dimodifikasi dengan menggunakan bola tenis.  ➤ Siswa memperagakan kombinasi memukul, melempar, menangkap bola melalui permainan kasti dengan pengawasan guru (Penilaian Keterampilan). ➤ Setelah selesai permainan, siswa masuk ke dalam kelas dan mengerjakan soal tentang materi kasti yang diberikan oleh guru serta mengisi angket motivasi (Penilaian Pengetahuan).	
56 Penutup	➤ Setelah selesai, guru bersama siswa menyimpulkan bahwa semua siswa mempunyai kekurangan dan kelebihan masing-masing dalam proses belajar gerak memukul, melempar dan menangkap bola. ➤ Mengajak semua siswa berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing (untuk mengakhiri kegiatan pembelajaran). ➤ Guru meminta salah seorang siswa untuk memimpin doa.	10 Menit

I. Penilaian

1. Penilaian Sikap Spiritual dan Sosial

58 Tabel 1. Jurnal Perkembangan Sikap

No	Tgl	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Ket
1					
2					
3					

2. Kompetensi Pengetahuan

- Teknik Penilaian : tes tertulis
- 53 ntuk Instrumen : daftar pertanyaan
- Kisi-kisi :

No.	Indikator	Jumlah Butir Soal	Nomor Butir Soal
1	Dapat mengidentifikasi kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti	5	1 s/d 5

d) Instrumen : Lampiran

Pedoman Penskoran Kompetensi Pengetahuan:

1. Kriteria Penentuan Skor

a. Setiap butir soal memiliki nilai 1 jika benar

b. Penilaian

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Betul}}{\text{Jumlah Soal}} \times 100$$

c. KKM minimal 75

PENILAIAN PENGETAHUAN

Kelas : V

Semester : I (satu)

Tahun : 2019/2020

Periode Pengamatan : 3 Juli 2019

Aspek yang diamati : Gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif dalam permainan kasti

Indikator Pengetahuan : 21

1. Dapat mengidentifikasi kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti

34

Berilah tanda silang (x) buat jawaban yang dianggap benar!

1. Andi bermain kasti bersama teman-temannya. Contoh gerak lokomotor yang dilakukan Andi dalam permainan kasti ialah

- berlari
- memukul bola
- menangkap bola
- memegang bola

2. Tino bermain kasti bersama teman sekelasnya. Saat menjadi pemukul, Tino harus melakukan pukulan dan berlari. Dengan demikian, Tino mengkombinasikan gerak dan

- manipulatif, lokomotor
- lokomotor, manipulatif
- manipulatif, non lokomotor
- lokomotor, non lokomotor

3. Pukulan yang baik dalam permainan kasti adalah pukulan yang

- mengenai tubuh lawan
- dapat ditangkap kelompok penjaga
- berada di lapangan permainan
- tidak dapat dijangkau kelompok

4. Perhatikan langkah-langkah berikut!
- Letakkan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang
 - Ayunkan lengan kanan lurus dari belakang ke depan
 - Lepaskan bola agar melambung ke atas
- Langkah tersebut merupakan gerak dasar
- a. memukul bola
 - b. lemparan bola atas
 - c. lemparan bola bawah
 - d. menangkap bola atas
- 14
5. Dito bermain kasti dengan teman-temannya. Salah satu gerak dasar manipulatif dalam permainan kasti adalah
- a. berlari menuju tiang hinggap
 - b. menjaga tempat hinggap
 - c. menghindari lawan
 - d. memukul bola

2

Kunci Jawaban

1. A
2. A
3. D
4. B
5. D

3. Kompetensi Ketrampilan

- a) Teknik Penilaian : Tes Praktik
- b) Bentuk Instrumen : Lembar Observasi
- c) Kisi-kisi :

No	Indikator	Nomor Butir Instrumen
1	Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti (memukul, melempar, menangkap bola)	1

- d) Instrumen : Lampiran
- e) Pedoman penskoran : Lampiran

PENILAIAN KETRAMPILAN

68 **as** : V
 Semester : 1 (satu)
 Tahun : 2019/2020
 Periode Pengamatan : 23 Juli 2019 11
 Aspek yang dinilai : Gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif dalam permainan kasti

Indikator Ketrampilan :

4.2.1 **Mempraktikkan** kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti (memukul, melempar, menangkap bola)

31 A. **Penilaian Unjuk Kerja:** Melakukan gerakan memukul, melempar, menangkap bola dalam permainan kasti

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian																Skor Total	Nilai	
		Memukul Bola				Melempar Bola				Menangkap Bola				Kelincahan						
		2	SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C			K
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1			

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{Total Skor}} \times 100$$

48

Keterangan:

Sangat Baik skor 4

Baik skor 3

Cukup skor 2

Kurang skor 1

Kriteria Rubrik Penilaian Psikomotor

Gerakan Memukul Bola ²⁵		4	3	2	1
1	Pandangan ke arah datangnya bola	²² Terpenuhi 4 kriteria gerakan	Terpenuhi 3 kriteria gerakan	Terpenuhi 2 kriteria gerakan	Terpenuhi 1 kriteria gerakan
2	Sikap tubuh (kedua kaki dibuka selebar bahu, posisi lengan yang memukul ditarik agak ke belakang)				
3	Ayunan lengan saat memukul				
4	Perkenaan bola pada stik pemukul				
Gerakan Melempar Bola ²⁵		4	3	2	1
1	Pandangan ke arah datangnya bola	Terpenuhi 4 kriteria gerakan	Terpenuhi 3 kriteria gerakan	Terpenuhi 2 kriteria gerakan	Terpenuhi 1 kriteria gerakan
2	Sikap tubuh (kedua kaki dibuka selebar bahu, posisi lengan yang melempar ditarik agak ke belakang)				
3	Ayunan lengan saat melempar				
4	Mengenai sasaran				
Gerakan Menangkap Bola ²⁵		4	3	2	1
1	Pandangan ke arah datangnya bola	²² Terpenuhi 4 kriteria gerakan	Terpenuhi 3 kriteria gerakan	Terpenuhi 2 kriteria gerakan	Terpenuhi 1 kriteria gerakan
2	Sikap tubuh (kedua kaki dibuka selebar bahu, telapak tangan dibuka dan dirapatkan)				
3	Tangan ditarik ke dalam setelah menangkap bola				
4	Bola tidak terlepas dari tangkapan				
Kelincihan		4	3	2	1
1	Sangat sering berlari, memukul, melempar, dan menangkap bola saat permainan	²² Terpenuhi 4 kriteria gerakan	Terpenuhi 3 kriteria gerakan ⁴³	Terpenuhi 2 kriteria gerakan	Terpenuhi 1 kriteria gerakan
2	Sering berlari, memukul, melempar, dan menangkap bola saat permainan				
3	Jarang berlari, memukul, melempar, dan menangkap bola saat permainan				
4	Tidak berlari, memukul, melempar, dan menangkap bola saat permainan				

3. **Pembelajaran Remedial**

Peserta didik yang belum mencapai KKM diberi kegiatan remedial dengan tambahan materi sesuai indikator yang belum tuntas diperbolehkan bertanya pada teman yang sudah tuntas (tutor sebaya). Kemudian diberikan tes ulang dengan soal yang berbeda. Jika masih belum mencapai KKM maka ada tambahan tugas untuk membaca dan mencari literasi pada indikator yang belum tuntas

Mengetahui,
Kepala SDN Wonorejo 1

Kediri, 23 Juli 2019
Guru PJOK

HERI SUYOKO, S.Pd
NIP. 19630807 198803 1 016

JAROT WIJAYA, S.Pd
NIP. 19741018 201001 1

Lampiran 8

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus 2

8 Tujuan Pendidikan : SDN Wonorejo 1
 Mata Pelajaran : PJOK
 Kelas/Semester : V/1 47
 Materi : Kombinasi Gerak Dasar Permainan Bola Kecil (Kasti)
 Pembelajaran ke : 3 8
 Alokasi Waktu : 1 x pertemuan (4 JP x 35 menit)

A. Kompetensi Inti (KI)

3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator

28 Kompetensi Dasar	Indikator
3.2 Memahami kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional.	3.2.1 Dapat mengidentifikasi kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti
4.2 mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional.	4.2.1 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti

C. Tujuan Pembelajaran

- 3.2.1 Dengan mengamati gambar berbagai macam gerak dasar permainan kasti, siswa dapat menjelaskan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti (memukul, melempar dan menangkap bola).
- 4.2.1 Dengan bimbingan guru 37 siswa dapat mempraktikkan berbagai kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti (memukul, melempar dan menangkap bola).

2

D. Materi Pembelajaran

20

1. Gerak Dasar Non Lokomotor adalah gerakan yang dilakukan dengan meminimalisasi atau tanpa bergerak dari tempatnya atau landasan, sebagai contoh meliukkan badan, mengayunkan anggota badan, membungkuk dll, dalam pembelajaran ini gerak yang dinilai adalah menangkap bola.
2. Gerak Dasar Manipulatif, ada dua klasifikasi dalam keterampilan manipulatif yaitu receptive dan propulsive, keterampilan receptive adalah keterampilan menerima sesuatu objek seperti menangkap, trapping (menerima dan mengontrol bola) dll, sedangkan keterampilan propulsive ditandai dengan penerapan gaya terhadap suatu objek seperti melempar, dan memukul dll, dalam pembelajaran ini gerak manipulatif yang dinilai adalah memukul dan melempar bola.

E. Metode Pembelajaran

Metode : Ceramah, demonstrasi, penugasan
 Strategi : Pembelajaran Kooperatif
 Metode : Ceramah, demonstrasi, penugasan

41

F. Media dan Alat Pembelajaran

Media Pembelajaran : Berbagai media gambar gerak memukul, melempar dan menangkap bola
 Alat Pembelajaran : Lapangan, cones, peluit, pemukul kasti, bola kasti (bola tenis)

G. Sumber Belajar

21

Sumber Belajar : Buku Aktif Berolahraga Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SD/MI Kelas V Penerbit Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Badan Penelitian dan Pengembangan Pusat Kurikulum dan Perbukuan halaman 31-40.

27

H. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	➤ Guru memberikan salam dan mengajak semua siswa berdoa (Religiusitas). ➤ Menyanyikan Lagu Wajib dan salam PPK (nasionalisme) ➤ Guru melakukan apersepsi dengan membahas materi sebelumnya. ➤ Guru menjelaskan tujuan pembelajaran kepada peserta didik tentang gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif materi kasti yaitu gerakan memukul, melempar dan menangkap bola	20 Menit
Inti	Mengamati ➤ Siswa mengamati gambar pada buku yang	105 Menit

60

memperlihatkan anak melakukan gerakan:

- a. Memukul bola
- b. Melempar bola
- c. Menangkap bola

- Siswa diberikan informasi oleh guru tentang materi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif dalam kasti meliputi gerak: memukul, melempar dan menangkap bola.
- Siswa mengamati video anak sedang bermain kasti.

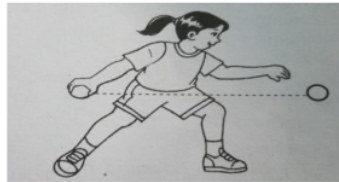
Menanya

- Siswa diberikan kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan tentang hal-hal yang diamati dari gambar dan dari bacaan yang ada di buku siswa.

Mencoba

- Siswa diajak keluar kelas dan melakukan pemanasan berupa permainan Berburu Harimau
- Setelah siswa selesai melakukan pemanasan, siswa dibariskan dan diberikan penjelasan oleh guru tentang materi yang akan mereka lakukan.
- Siswa dibagi menjadi 2 kelompok untuk melakukan gerakan melempar dan menangkap, serta memukul bola.
- Kelompok 1 mencoba melakukan gerakan melempar bola dan menangkap bola. Adapun beberapa gerakan melempar antara lain:

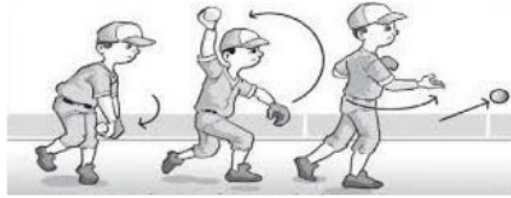
- ❖ Siswa melakukan gerakan melempar bola rendah



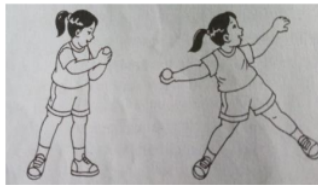
- ❖ Siswa melakukan gerakan melempar bola datar



- ❖ Tambahan siswa laki-laki belajar melakukan lemparan seperti pada gambar di bawah

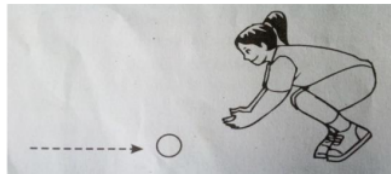


- ❖ Siswa melakukan gerakan melempar bola lambung/tinggi



- Adapun beberapa gerakan menangkap bola antara lain:

- ❖ Siswa menangkap bola menyusur tanah



22

- ❖ Siswa menangkap bola datar dari arah depan

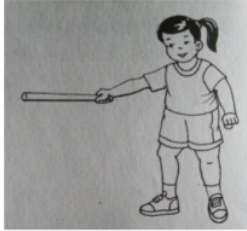


- ❖ Siswa menangkap bola lambung dari arah depan

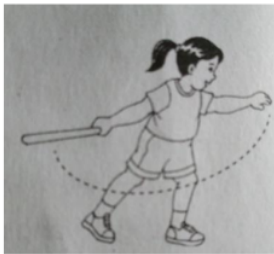


- Kelompok 2 mencoba melakukan gerakan memukul bola. Adapun beberapa gerakan memukul bola antara lain:

- ❖ Siswa memukul bola dengan pukulan lurus.



- ❖ Siswa memukul bola dengan pukulan atas.



- ❖ Siswa memukul bola dengan pukulan samping.



- Siswa melakukan kegiatan ini secara bergantian, yaitu kelompok yang sebelumnya memukul bola bergantian menangkap bola dan yang menangkap bola berganti melempar bola begitupun sebaliknya antara 2 kelompok itu.
- Siswa melakukan kegiatan ini selama 15-20 menit per gerakan.

Mengasosiasi/Menalar

- Setelah selesai melakukan berbagai macam gerakan dasar dalam permainan kasti, siswa menyimpulkan gerakan yang paling mudah dan sesuai untuk dilakukan dengan kemampuan saat melakukan kegiatan di atas, serta gerakan yang

	paling sulit dilakukan dengan bimbingan guru. ➤ Siswa mendapatkan informasi dari guru terkait apa yang telah mereka lakukan dari proses mencoba. Mengkomunikasikan ➤ Inti kegiatan pembelajaran diakhiri dengan permainan kasti, satu regu pemukul dan regu lain penjaga dengan lama permainan 2 x 30 menit ➤ Bola dimodifikasi dengan menggunakan bola tenis.  ➤ Siswa laki-laki diberikan aturan khusus untuk melakukan lemparan "pok" menggunakan lemparan mendatar kepada siswi perempuan  ➤ Siswa memperagakan kombinasi memukul, melempar, menangkap bola melalui permainan kasti dengan pengawasan guru (Penilaian Keterampilan). ➤ Setelah selesai permainan, siswa masuk ke dalam kelas dan mengerjakan soal tentang materi kasti yang diberikan oleh guru serta mengisi angket motivasi (Penilaian Pengetahuan).	
56 Penutup	➤ Setelah selesai, guru bersama siswa menyimpulkan bahwa semua siswa mempunyai kekurangan dan kelebihan masing-masing dalam proses belajar gerak memukul, melempar dan menangkap bola. ➤ Mengajak semua siswa berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing (untuk mengakhiri kegiatan pembelajaran). ➤ Guru meminta salah seorang siswa untuk memimpin doa.	10 Menit

I. Penilaian

1. Penilaian Sikap Spiritual dan Sosial

Tabel 1. Jurnal Perkembangan Sikap

No	Tgl	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Ket
1					
2					
3					

2. Kompetensi Pengetahuan

- e) Teknik Penilaian : tes tertulis
 f) Untuk Instrumen : daftar pertanyaan
 g) Kisi-kisi :

No.	Indikator	Jumlah Butir Soal	Nomor Butir Soal
1	Dapat mengidentifikasi kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti	5	1 s/d 5

- h) Instrumen : Lampiran

Pedoman Penskoran Kompetensi Pengetahuan:

1. Kriteria Penentuan Skor
 - a. Setiap butir soal memiliki nilai 1 jika benar
 - b. Penilaian

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Betul}}{\text{Jumlah Soal}} \times 100$$
 - c. KKM minimal 75

PENILAIAN PENGETAHUAN

Kelas : V
 Semester : I (satu)
 Tahun : 2019/2020
 Periode Pengamatan : 3 Agustus 2019
 Aspek yang diamati : Gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif dalam permainan kasti

Indikator Pengetahuan : 21

1. Dapat mengidentifikasi kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti

34 al

Berilah tanda silang (x) buat jawaban yang dianggap benar!

1. Andi bermain kasti bersama teman-temannya. Contoh gerak lokomotor yang dilakukan Andi dalam permainan kasti ialah

- a. berlari
- b. memukul bola
- c. menangkap bola
- d. memegang bola

2. Tino bermain kasti bersama teman sekelasnya. Saat menjadi pemukul, Tino harus melakukan pukulan dan berlari. Dengan demikian, Tino mengkombinasikan gerak dan
- manipulatif, lokomotor
 - lokomotor, manipulatif
 - manipulatif, non lokomotor
 - lokomotor, non lokomotor
3. Pukulan yang baik dalam permainan kasti adalah pukulan yang
- mengenai tubuh lawan
 - dapat ditangkap kelompok penjaga
 - berada di lapangan permainan
 - tidak dapat dijangkau kelompok
4. Perhatikan langkah-langkah berikut!
- Letakkan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang
 - Ayunkan lengan kanan lurus dari belakang ke depan
 - Lepaskan bola agar melambung ke atas
- Langkah tersebut merupakan gerak dasar
- memukul bola
 - lemparan bola atas
 - lemparan bola bawah
 - menangkap bola atas
5. Dito bermain kasti dengan teman-temannya. Salah satu gerak dasar manipulatif dalam permainan kasti adalah
- berlari menuju tiang hinggap
 - menjaga tempat hinggap
 - menghindari lawan
 - memukul bola

2

Kunci Jawaban

- A
- A
- D
- B
- D

3. Kompetensi Ketrampilan

- Teknik Penilaian : Tes Praktik
- Bentuk Instrumen : Lembar Observasi
- Kisi-kisi :

No	Indikator	Nomor Butir Instrumen
1	Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif	1

	dalam permainan kasti (memukul, melempar, menangkap bola)	
--	---	--

- d) Instrumen : Lampiran
e) Pedoman penskoran : Lampiran

PENILAIAN KETRAMPILAN

68. as : V
Semester : 1 (satu)
Tahun : 2019/2020
Periode Pengamatan : 7 Agustus 2019 11
Aspek yang dinilai : Gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif dalam permainan kasti

Indikator Ketrampilan :

4.2.1 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti (memukul, melempar, menangkap 31. bola)

B. Penilaian Unjuk Kerja: Melakukan gerakan memukul, melempar, menangkap bola dalam permainan kasti

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian																Skor Total	Nilai
		Memukul Bola				Melempar Bola				Menangkap Bola				Kelincahan					
		2	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K		
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{Total Skor}} \times 100$$

48

Keterangan:

Sangat Baik skor 4

Baik skor 3

Cukup skor 2

Kurang skor 1

Kriteria Rubrik Penilaian Psikomotor

Gerakan Memukul Bola		4	3	2	1
1	Pandangan ke arah datangnya bola	22 Terpenuhi 4 kriteria gerakan	Terpenuhi 3 kriteria gerakan	Terpenuhi 2 kriteria gerakan	Terpenuhi 1 kriteria gerakan
2	Sikap tubuh (kedua kaki dibuka selebar bahu, posisi lengan yang memukul ditarik agak ke belakang)				
3	Ayunan lengan saat memukul				
4	Perkenaan bola pada stik pemukul				
Gerakan Melempar Bola		4	3	2	1
1	Pandangan ke arah datangnya bola	Terpenuhi 4 kriteria gerakan	Terpenuhi 3 kriteria gerakan	Terpenuhi 2 kriteria gerakan	Terpenuhi 1 kriteria gerakan
2	Sikap tubuh (kedua kaki dibuka selebar bahu, posisi lengan yang melempar ditarik agak ke belakang)				
3	Ayunan lengan saat melempar				
4	Mengenai sasaran				
Gerakan Menangkap Bola		4	3	2	1
1	Pandangan ke arah datangnya bola	22 Terpenuhi 4 kriteria gerakan	Terpenuhi 3 kriteria gerakan	Terpenuhi 2 kriteria gerakan	Terpenuhi 1 kriteria gerakan
2	Sikap tubuh (kedua kaki dibuka selebar bahu, telapak tangan dibuka dan dirapatkan)				
3	Tangan ditarik ke dalam setelah menangkap bola				
4	Bola tidak terlepas dari tangkapan				
Kelincihan		4	3	2	1
1	Sangat sering berlari, memukul, 43 empar, dan menangkap bola saat permainan	22 Terpenuhi 4 kriteria gerakan	Terpenuhi 3 kriteria gerakan 43 teria gerakan	Terpenuhi 2 kriteria gerakan	Terpenuhi 1 kriteria gerakan
2	Sering berlari, memukul, melempar, dan menangkap bola saat permainan				
3	Jarang berlari, memukul, melempar, dan menangkap bola saat permainan				
4	Tidak berlari, memukul, melempar, dan menangkap bola saat permainan				

4. **3 Pembelajaran Remedial**

Peserta didik yang belum mencapai KKM diberi kegiatan remedial dengan tambahan materi sesuai indikator yang belum tuntas diperbolehkan bertanya pada teman yang sudah tuntas (tutor sebaya). Kemudian diberikan tes ulang dengan soal yang berbeda. Jika masih belum mencapai KKM maka ada tambahan tugas untuk membaca dan mencari literasi pada indikator yang belum tuntas

Mengetahui,
Kepala SDN Wonorejo 1

Kediri, 7 Agustus 2019
Guru PJOK

HERI SUYOKO, S.Pd
NIP. 19630807 198803 1 016

JAROT WIJAYA, S.Pd
NIP. 19741018 201001 1

Lampiran 9**DOKUMENTASI PENELITIAN TINDAKAN KELAS**



ORIGINALITY REPORT

54%

SIMILARITY INDEX

54%

INTERNET SOURCES

14%

PUBLICATIONS

21%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

lib.unnes.ac.id

Internet Source

15%

2

eprints.uny.ac.id

Internet Source

6%

3

www.scribd.com

Internet Source

5%

4

ejournal.upi.edu

Internet Source

2%

5

lianchingublog.blogspot.com

Internet Source

1%

6

simki.unpkediri.ac.id

Internet Source

1%

7

repository.unpkediri.ac.id

Internet Source

1%

8

Submitted to Universitas Muria Kudus

Student Paper

1%

9

zaifbio.wordpress.com

Internet Source

1%

10	lintas24.com Internet Source	1 %
11	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	1 %
12	www.purwomp.com Internet Source	1 %
13	core.ac.uk Internet Source	1 %
14	nos.jkt-1.neo.id Internet Source	1 %
15	acehkrak.blogspot.com Internet Source	1 %
16	repository.upi.edu Internet Source	1 %
17	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	1 %
18	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	1 %
19	harisluqmanhakim.blogspot.com Internet Source	1 %
20	www.imron.web.id Internet Source	1 %
21	fliphtml5.com Internet Source	1 %

22	id.scribd.com Internet Source	1 %
23	text-id.123dok.com Internet Source	<1 %
24	digilib.unimed.ac.id Internet Source	<1 %
25	www.beniherawan.xyz Internet Source	<1 %
26	www.rijal09.com Internet Source	<1 %
27	repository.radenintan.ac.id Internet Source	<1 %
28	gurujumi.blogspot.com Internet Source	<1 %
29	ojs.unpkediri.ac.id Internet Source	<1 %
30	eprints.uns.ac.id Internet Source	<1 %
31	123dok.com Internet Source	<1 %
32	must-august.blogspot.com Internet Source	<1 %
33	docobook.com Internet Source	<1 %

34	repository.uinsu.ac.id Internet Source	<1 %
35	www.anekapendidikan.com Internet Source	<1 %
36	eprints.iain-surakarta.ac.id Internet Source	<1 %
37	www.informasiguru.com Internet Source	<1 %
38	repository.usd.ac.id Internet Source	<1 %
39	T Tumini. "Peningkatan Motivasi dan Prestasi Belajar dengan Multimedia pada Pembelajaran IPS di Sekolah Dasar", Gulawentah:Jurnal Studi Sosial, 2019 Publication	<1 %
40	ti.unpkediri.ac.id Internet Source	<1 %
41	docplayer.info Internet Source	<1 %
42	imankoekoeh.blogspot.com Internet Source	<1 %
43	moam.info Internet Source	<1 %
44	pt.scribd.com Internet Source	<1 %

45	Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya	<1 %
	Student Paper	

46	library.um.ac.id	<1 %
	Internet Source	

47	idoc.pub	<1 %
	Internet Source	

48	digilib.uinsby.ac.id	<1 %
	Internet Source	

49	hepri46.files.wordpress.com	<1 %
	Internet Source	

50	ptkguruku.blogspot.com	<1 %
	Internet Source	

51	syaiinalim-syaiinalim.blogspot.com	<1 %
	Internet Source	

52	journal2.um.ac.id	<1 %
	Internet Source	

53	mgmpinggris.blogspot.co.id	<1 %
	Internet Source	

54	www.seputarpengetahuan.co.id	<1 %
	Internet Source	

55	www.slideshare.net	<1 %
	Internet Source	

56	soalsoalujian.com	
----	-------------------	--

<1 %

57

mgmpsenbudind.blogspot.com

Internet Source

<1 %

58

edoc.pub

Internet Source

<1 %

59

jurnal.unimed.ac.id

Internet Source

<1 %

60

nyonkrizky.blogspot.com

Internet Source

<1 %

61

repository.uinjkt.ac.id

Internet Source

<1 %

62

Submitted to Universitas Pendidikan Ganesha

Student Paper

<1 %

63

digilib.uin-suka.ac.id

Internet Source

<1 %

64

es.scribd.com

Internet Source

<1 %

65

Submitted to Universitas Pendidikan
Indonesia

Student Paper

<1 %

66

S. Hendi Susirowanto. "PENINGKATKAN HASIL
PEMBELAJARAN POLA BILANGAN DENGAN
PENERAPAN MODEL REALISTIK KELAS VIII C

<1 %

67 ar.scribd.com <1 %
Internet Source

68 profyerlo.blogspot.com <1 %
Internet Source

69 repository.iainpurwokerto.ac.id <1 %
Internet Source

70 Asep Ikin Sugandi, Linda Linda, Martin
Bernard. "PENGEMBANGAN BAHAN AJAR
BERBANTUAN MEDIA TUBOMATIKA UNTUK
MENINGKATKAN KEMAMPUAN ABSTRAKSI
MATEMATIS SISWA", AKSIOMA: Jurnal
Program Studi Pendidikan Matematika, 2020
Publication

71 Ason Ason, Mardiana Mardiana. "ANALISIS
IMPLEMENTASI DELAPAN STANDAR
NASIONAL PENDIDIKAN DI SEKOLAH
MENENGAH PERTAMA (SMP) KABUPATEN
SINTANG", Bestari: Jurnal Pendidikan dan
Kebudayaan, 2020
Publication

72 Kamhar Ngado, Rosnawati Rosnawati, Heri
Retnawati, Sri Andayani. "OPTIMALISASI
MOTIVASI DAN PRESTASI BELAJAR
MENGUNAKAN MOODLE BERBANTUAN

COMPUTER ALGEBRA SYSTEM (CAS)",
AKSIOMA: Jurnal Program Studi Pendidikan
Matematika, 2020

Publication

73

Submitted to UIN Sunan Ampel Surabaya

Student Paper

<1 %

74

atibilombok.blogspot.com

Internet Source

<1 %

75

repository.iainbengkulu.ac.id

Internet Source

<1 %

76

Fitri Nurlaili, Idmi Idmi, Haslinda Haslinda.
"PENINGKATAN HASIL BELAJAR AKUNTANSI
MENGUNAKAN STUDENT TEAMS
ACHIEVMENT DIVISION", Progress: Jurnal
Pendidikan, Akuntansi dan Keuangan, 2018

Publication

<1 %

77

a-research.upi.edu

Internet Source

<1 %

78

husjaindjajaningrat.blogspot.com

Internet Source

<1 %

79

repository.unib.ac.id

Internet Source

<1 %

80

vdocuments.site

Internet Source

<1 %

81

Cairunnisa Chairunnisa. "Meningkatkan
Motivasi dan Hasil Belajar Siswa Konsep

<1 %

Hidrokarbon dengan Menggunakan Model Pembelajaran Cooperative Script Berbantuan Media Adobe Flash pada Siswa Kelas XI MIA-3 MAN 3 Banjarmasin Tahun Pelajaran 2016/2017", Jurnal PTK dan Pendidikan, 2018

Publication

82

Syaiful Bahri. "IMPLEMENTATION OF THINK TALK WRITE (TTW) LEARNING MODEL TO INCREASE LEARNING RESULTS WRITE POETRY ON GRADE 5 ELEMENTARY SCHOOL", JURNAL PENDIDIKAN DASAR NUSANTARA, 2018

Publication

<1 %

83

Submitted to Universitas Negeri Makassar

Student Paper

<1 %

84

ciptrohandrianto.blogspot.com

Internet Source

<1 %

85

eprints.umm.ac.id

Internet Source

<1 %

86

eprints.undip.ac.id

Internet Source

<1 %

87

repository.unikama.ac.id

Internet Source

<1 %

88

Homarul Ashabi Saputra, Yarmani Yarmani, Tono Sugihartono, Defliyanto Defliyanto. "PENERAPAN VARIASI MODIFIKASI BOLA KARET UNTUK MENINGKATKAN

<1 %

KETERAMPILAN SERVIS BAWAH SEPAK TAKRAW", KINESTETIK, 2018

Publication

89

eprints.ums.ac.id

Internet Source

<1 %

90

id.123dok.com

Internet Source

<1 %

91

id.theasianparent.com

Internet Source

<1 %

92

ariendri.blogspot.com

Internet Source

<1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography On