PENINGKATAN KETERAMPILAN PEMBELAJARAN TOLAK PELURU DENGAN PELURU MODIFIKASI BOLA KASTI PADA SISWA KELAS IV DI SDN TUNGE 2 KECAMATAN WATES KABUPATEN KEDIRI TAHUN 2015 / 2016

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd.) Program Studi Penjaskesrek
Pada FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri

Disusun Oleh :

RENI MAELANA
NPM: 11.1.01.09.0375

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2015 / 2016

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Oleh :

RENI MAELANA
NPM : 11.1.01.09.0375

Dengan Judul :

PENINGKATAN KETERAMPILAN PEMBELAJARAN TOLAK PELURU DENGAN PELURU MODIFIKASI BOLA KASTI PADA SISWA KELAS IV DI SDN TUNGE 2 KECAMATAN WATES KABUPATEN KEDIRI TAHUN 2015 / 2016

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing Untuk Diajukan Kepada Panitia Ujian Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal : 17 Desember 2015

Pembimbing I,	Pembimbing II,
Drs. SUGITO, M.Pd	Drs. SETYO HARMONO, M.Pd
NIDN.0004086001	NIDN. 0727095801

ii

Skripsi oleh :

RENI MAELANA
NPM: 11.1.01.09.0375

Judul :

PENINGKATAN KETERAMPILAN PEMBELAJARAN TOLAK PELURU DENGAN PELURU MODIFIKASI BOLA KASTI PADA SISWA KELAS IV DI SDN TUNGE 2 KECAMATAN WATES KABUPATEN KEDIRI TAHUN 2016

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan Penjaskesrek FKIP UNP Kediri
Pada Tanggal : 7 Januari 2016

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji :

1. Ketua : Drs. H. Sugito, M.Pd .....
2. Penguji I : Ruruh Andayani Bekti, M.Pd .....
3. Penguji II : Drs. Setyo Harmono, M.Pd .....

Mengetahui,
Dekan FKIP

Dr.Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.
NIDN. 0716046202

iii

PENINGKATAN KETERAMPILAN PEMBELAJARAN TOLAK PELURU DENGAN PELURU MODIFIKASI BOLA KASTI PADA SISWA KELAS IV DI SDN TUNGE 2 KECAMATAN WATES KABUPATEN KEDIRI TAHUN 2016

RENI MAELANA
11.1.01.09.0375
FKIP, Penjaskesrek
Emai: melaniyenk.rm@ymail.com
Drs. Sugito, M.Pd dan Drs. Setyo Harmono, M. Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Reni Maelana. NPM : 11.1.01.09.0375. "Peningkatan Keterampilan Pembelajaran Tolak Peluru Dengan Peluru Modifikasi Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV Di SDN Tunge 2 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri Tahun 2015, Skripsi, PENJASKESREK, FKIP UNP Kediri 2015.

Sarana prasarana merupakan salah satu bagian yang strategis dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Dengan kata lain, lengkap dan tidak lengkapnya sarana prasarana pembelajaran turut mempengaruhi maksimal dan tidak maksimalnya ketercapaian tujuan pembelajaran. Sarana yang lengkap bisa memudahkan guru untuk mengejar target-target tertentu yang menjadi tujuan pembelajaranya. Begitu sebaliknya, sarana yang tidak lengkap akan menyulitkan bagi guru dalam mencapai target-target tujuan pembelajaranya Tujuan dari penelitian tindakan kelas ini adalah untuk mengetahui sejauh mana media modifikasi bola kasti bisa meningkatkan keterampilan belajar di kelas IV SDN SDN Tunge 2 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri.

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) model tindaakan yang digunakan ada beberapa diantaranya menyusun rencana (*planning*), (2) pelaksanaan rencana kegiatan (*acting*), (3) observasi (*observing*), dan (4) refleksi (*reflecting*) Subyek penelitian yang digunakan yaitu siswa kelas IV SDN SDN Tunge 2 Kecamatan Wates. Pada semester genap tahun ajaran 2014-2015. Subyek berjumlah 36 siswa yang teridiri dari 24 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan ntuk analisa data menggunakan teknik analisis deskriptif persentase.

Berdasarkan pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas dapat disimpulkan permainan melempar sec ara berpasangan, menolak ke secara berpasangan, memasukan ke dalam sasaran dengan metode bermain dapat meningkatkan keterampilan tolak peluru gaya menyamping siswa kelas IV SDN Tunge 2 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri Tahun 2015.

Kata Kunci : Pembelajaran, Tolak Peluru, Modifikasi, Bola Kasti

I. LATAR BELAKANG

Sarana prasarana merupakan salah satu bagian yang strategis dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Dengan kata lain, lengkap dan tidak lengkapnya sarana prasarana pembelajaran turut mempengaruhi maksimal dan tidak maksimalnya ketercapaian tujuan pembelajaran. Sarana yang lengkap bisa memudahkan guru untuk mengejar target-target tertentu yang menjadi tujuan pembelajaranya. Begitu sebaliknya, sarana yang tidak lengkap akan menyulitkan bagi guru dalam mencapai target-target tujuan pembelajaranya. Ini pula yang terjadi pada pembelajaran Tolak Peluru di SDN Tunge 2 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri ,Kondisi di sekolah ini, media Peluru hanya tersedia 2 buah, 1 peluru untuk putri dan 1 peluru untuk putra. Sementara rata-rata siswa di SDN Tunge 2 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri berjumlah 32 hingga 34 siswa, jadi komparasi antara jumlah peluru dan jumlah siswa adalah 1 : 15 putra/putri. Jelas dari gambaran tersebut bahwa proses pembelajaran Tolak Peluru menjadi tidak efektif, dan akibatnya bahwa target kurikulum menjadi sangat rendah. Situasi dan kondisi ini sudah berjalan cukup lama dan sekolah sampai detik ini belum bisa memenuhi sarana peluru tersebut sampai batas yang cukup memadai atau kondisi ideal, misalnya dengan perbandingan 1 : 2 (1 peluru untuk 2 orang). Hal ini bisa di mengerti, karena sekolah mempunyai kebutuhan yang sangat banyak dan hampir semuanya mempunyai tingkat urgensitas yang tinggi untuk di penuhi oleh sekolah. Sehingga menuntut sekolah untuk menyediakan Peluru sesuai dengan kondisi ideal, merupakan suatu yang tidak realistis dan lebih jauhnya bisa menimbulkan gejolak dan iklim yang tidak kondusif di sekolah. Oleh karena itu perlu sebuah pemecahan masalah yang sederhana dan bisa dilakukan oleh guru. Melihat permasalahan di atas, maka satu pemikiran yang muncul adalah bahwa perlu adanya sebuah media alternatif modifikatif untuk mengganti peluru yang memang cukup mahal. Media alternatif modifikatif tersebut harus bersifat bisa mewakili karakteristik peluru, murah, banyak tersedia atau mudah di dapat. Dari beberapa kriteria media alternatif modifikatif untuk mengganti peluru tersebut nampaknya bola kasti bisa dijadikan media alternatif modifikatif untuk mengganti peluru. Dari segi bentuk, jelas ada kemiripan dengan bentuk peluru, dari segi ketersediaan dan harga, maka bola kasti sangat mudah di dapat daerah-daerah pasar atau pertokoan. (1) Sikap awal pembelajaran Tolak Peluru dengan

Peluru Modifikasi Bola Kasti : posisi kaki, posisi tangan, posisi badan, dan posisi kepala. (2) sikap melakukan pembelajaran Tolak Peluru dengan Peluru Modifikasi Bola Kasti : posisi kaki, posisi tangan, posisi badan, dan posisi kepala. (3) sikap akhir pembelajaran Tolak Peluru dengan Peluru Modifikasi Bola Kasti. Hasil observasi awal yang dilakukan 20 februari 2015 pada pembelajaran tolak peluru di SDN Tunge 2 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri. Ditinjau dari tingkat kesalahan.

No	Indikator	Sikap Awal		Sikap Melakukan		Sikap Akhir	
		B	S	B	S	B	S
1.	Jumlah	12	22	10	24	11	23
2.	Persentase	35.4%	64.6%	28.1%	70.9%	32.3%	67.7%

Dari hasil pengamatan tabel 1.1 di atas menunjukkan bahwa tingkat kesalahan pada sikap awal 64%, sikap melakukan 70.9% dan sikap akhir 67.7%. Dari hasil pengamatan tersebut peneliti menarik kesimpulan bahwa siswa lebih dari 60% siswa melakukan kesalahan pada sikap awal, melakukan dan akhir. Pada pembelajaran tolak peluru siswa banyak mengalami kesalahan karena takut menggunakan peluru. Bahkan siswa mengalami keberatan dalam memegang peluru. Selain itu sarana peluru untuk pembelajaran hanya berjumlah dua, sehingga guru penjas tidak dapat memberikan pembelajaran pada siswa secara maksimal. Dari permasalahan tersebut di atas maka penulis menentukan judul Penelitian Tindakan Kelas ini "Peningkatan Keterampilan Pembelajaran Tolak Peluru dengan Peluru Modifikasi Bola Kasti di Kelas IV SDN Tunge 2 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri.

II. METODE

Subyek penelitian yang digunakan yaitu siswa kelas IV SDN Tunge 2 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri. Pada semester genap tahun 2015. Subyek berjumlah 36 siswa yang teridiri dari 24 siswa laki-laki dan 12 Adapun prosedur dalam penelitian ini terdiri dari analisis kebutuhan, perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi: "*Peningkatan Keterampilan Pembelajaran Tolak Peluru dengan Peluru Modifikasi Bola Kasti di Kelas IV SDN Tunge 2 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri*"

1. Penetapan fokus masalah penelitian:
   a. Merasakan adanya masalah
   b. Identifikasi masalah
   c. Analisis masalah
   d. Perumusan masalah
2. Perencanaan tindakan:
   a. Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran

b. Mempersiapkan fasilitas dan sarana pendukung yang diperlukan
c. Mempersiapkan instrumen untuk merekam dan menganalisis data mengenai proses dan hasil tindakan

3. Pelaksanaan tindakan

Pelaksanaan tindakan meliputi, yang melakukan tindakan adalah siswa kelas IV SDN Tunge 2, pada saat pembelajaran teknik setiap hari Jum'at mulai jam 07.00 di halaman sekolah SDN Tunge 2 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri. Pada tahap ini juga disertai dengan kegiatan observasi dan interpretasi serta diikuti dengan kegiatan refleksi.

4. Pengamatan

Pada bagian pengamatan, dilakukan perekaman data yang meliputi proses dan hasil dari pelaksanaan kegiatan. Tujuan dilakukannya pengamatan adalah untuk mengumpulkan bukti hasil tindakan agar dapat dievaluasi dan dijadikan landasan dalam melakukan refleksi.

5. Refleksi

Pada bagian refleksi dilakukan analisis data mengenai proses, masalah, dan hambatan yang dijumpai dan dilanjutkan dengan refleksi terhadap dampak pelaksanaan tindakan yang dilaksanakan.

6. Perencanaan ulang

Dilakukan apabila masih ada hal-hal yang kurang berhasil dalam siklus pertama.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan peneli dalam PTK ini adalah sebagai berikut:

1. Tes

Tes digunakan untuk mengukur kemampuan dasar dan pencapaian prestasi (Arikunto 2000:198). Pada penelitian menggunakan tes tindakan, yang digunakan untuk mengetahui penguasaan teknik tolak peluru oleh subyek penelitian.

2. Catatan lapangan

Catatan lapangan pada penelitian ini digunakan untuk merekam seluruh kegiatan pembelajaran yang meliputi suasana pembelajaran, aktivitas guru, dan aktivitas siswa. Menurut Bodgan dan Biklen (dalam Moleong 2005:209) catatan lapangan catatan tertulis apa yang di dengar, dilihat, dialami, dan dipikirkan dalam rangka pengumpulan data dan refleksi terhadap data dalam penelitian kualitatif. Isi catatan lapangan berupa kejadian-kejadian yang terjadi selama proses pembelajaran. Kegiatan ini digunakan untuk merekan aktivitas yang tidak bisa terekam melalui lembar observasi.

3. Dokumentasi

Menurut Guba dan Lincoln (dalam Moleong, 2005:216) dokumentasi adalah setiap bahan tertulis ataupun film. Pada

penelitian ini menggunakan dokumentasi tertulis untuk mempermudah pengamatan proses dan hasil pembelajaran, yang berupa lembar observasi penilaian proses dan hasil pembelajaransertafotodalam proses penelitian.

4. Observasi

Menurut Arikunto (2006:156) observasi atau yang disebut pula dengan kegiatan pemusatan perhatian pengamatan, meliputi kegiatan terhadap suatu objek dengan menggunakan seluruh alat indera. Model observasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menggunakan observasi sistematis karena menggunakan pedoman sebagai instrumen penelitian. Pedoman yang dimaksud adalah pedoman observasi yang berisi sebuah daftar jenis kegiatan yang mungkin timbul dan akan diamati.

Dalam lembar observasi meliputi tiga aspek yaitu sikap awal, sikap pada saat melakukan gerakan dan sikap akhir yang masing-masing terdiri dari beberapa indikator, pengamat tinggal memberikan tanda pada kolom tempat peristiwa/indikator muncul serta melakukan penskoran terhadap subjek yang diamati. Pemilihan teknik ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pencapaian dari subjek dalam setiap sesi pembelajaran, serta untuk mengamati perkembangan dan perubahan yang terjadi pada masing-masing subjek. Pemberian skor pada subjek adalah sebagai indikator guna menentukan penilaian pada tiap-tiap program yang dijalankan. . Hal ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa dalam menjalankan suatu tindakan pembelajaran

A. Analisis data

Sesuai dengan tujuan penelitianini, makateknikanalisis data ditinjau dari segi pelaksanaan pembelajaran, metode pembelajaran serta intensitas pembelajaran maka data yang tekumpul dianalisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif persentase.Teknik ini digunakan untuk mengetahui jumlah perbandingan skor dari masing-masing variabel pada proses pembelajaran.

$$P = \frac{F}{N} \times 100\ \%$$ (Sudijono, 1987:40-41)

Keterangan:

P = persentase

f = frekuensi jawaban responden

N = jumlah seluruh responden

Setelah diketahui besar persentase dari suatu kegiatan, langkah selanjutnya yaitu mengkategorikan hasil analisis persentase tersebut ke dalam tabel 3.1

Tabel 3.1 Kriteria Persentase Jawaban

Persentase	Klasifikasi
76% - 100%	Baik
56% - 75%	Cukup

40% - 55%	Kurang baik
<40%	Tidak baik

(**Sumber: Arikunto, 1993:210)**

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil tes praktik yang dilakukan kepada siswa, dari mulai awalan, cara menolak, dan sikap akhir Tolak Peluru, pada akhir siklus ternyata mendapat kenaikan.

Masih pada siklus pertama, hasil tes praktik cara menolak mencapai 44,17%. Ini artinya, ada sebanyak 15 orang siswa yang mampu menuntaskan pembelajaran dari 36 orang

Dari siklus pertama, hasil tes praktik sikap akhir mencapai 35,13% . Ini artinya ada 12 orang siswa yang mampu menuntaskan pembelajaran dari 36 siswa

Pada siklus kedua dari Tabel 5.0 terlihat ada peningkatan pada tes praktik tiap aspek. Pada tes praktik awalan mencapai 93,5%.Ini berarti bahwa ada 33 orang siswa yang mampu menuntaskan pembelajarannya dari 36 siswa.

Pada tes praktik cara menolak terlihat mencapai 77,76%. Ini berarti ada sebanyak 28 orang yang mampu menuntaskan pembelajaran dari 36 siswa.

Sementara pada tes praktik sikap akhir persentase mencapai 72,95%. Ini artinya bahwa ada 26 orang yang mampu menuntaskan pembelajaran dari 36 siswa

Aspek awalan pada siklus pertama mencapai 66,90%, sedangkan pada siklus kedua mencapai 93,5%. Ada kenaikan 26,6%, dan rata-rata ketuntasan belajar untuk aspek Awalan mencapai 80,2. Persentase tersebut menunjukan bahwa pembelajaran Awalan pada Tolak Peluru dengan menggunakan media modifikasi bola kasti, berkategori sangat efektif untuk siswa kelas IV SD Negeri Tunge 2 Kecamatan Wates.

Aspek cara menolak pada siklus pertama mencapai 44,17% , sedangkan pada siklus kedua mencapai 77,76%. Ada kenaikan 33,59%, dan rata-rata ketuntasan belajar untuk aspek menolak mencapai 60,96%. Persentase tersebut menunjukan bahwa pembelajaran Cara Menolak pada Tolak Peluru dengan menggunakan media modifikasi bola plastik, berkategori Efektif

Aspek Sikap Akhir pada siklus pertama mencapai 35,13%,sedangkan pada siklus kedua mencapai 72,95%. Ada kenaikan 37,82 %, dan rata-rata ketuntasan belajar untuk aspek sikap Akhir mencapai 54,04%. persentase tersebut menunjukan bahwa pembelajaran Sikap Akhir pada Tolak Peluru dengan menggunakan media modifikasi bola plastik, berkategori efektif.

Berdasarkan pelaksanaan penelitian tindakan kelas dapat disimpulkan permainan melempar secara berpasangan, menolak ke secara berpasangan, memasukan ke dalam sasaran dengan metode bermain dapat meningkatkan keterampilan tolak peluru gaya menyamping siswa kelas IV SD di SDN Tunge 2 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Abdoellah. 1985. *Olahraga untuk Perguruan Tinggi*. Jakarta: Sastra Hudaya

Arikunto, Suharsimi, Suhardjono, dan Supardi. 2007. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.

Bahagia, Yoyo. 2005. *Pembelajaran Atletik Implementasi Pembelajaran Nomor Lempar*, (online), (http://www.google.com/jurnal/pembelajaranatletik_implementasipembelajaranlempar), diakses tanggal 10 Februari 2011

BSNP.2006. *Lampiran Standart Isi Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.* Jakarta: BSNP.

Depdiknas. 2003. *Model Latihan Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional dan Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.

Dimyati & Mudjiono. 1994. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Proyek Pembinaan Peningkatan Mutu Tenaga Kependidikan.

Dwiyogo, W.D.2010. *Dimensi Teknologi Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Wineka Media.

Furqon H,M. 2006. *Mendidik Anak dengan Bermain*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.

Mardianto, & Nurrochmah. 1991. *Penuntun Praktis Pengajaran Atletik*. Malang: Proyek Operasi dan Perawatan Fasilitas.

Pasaribu, L. & Simandjuntak, B. 1983. *Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Tarsito.

Seiden, Art. 1985. Dasar-dasar Atletik. Bandung: Angkasa.

Setyosari, Punaji & Sihkabuden. 2005. *Media Pembelajaran*. Malang: Elang Mas.

Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta

Soedarno, Dkk. 1987. *Permainan Simulasi Kelahiran dan Perkembangan di Jawa Timur*. Jakarta: Balai Pustaka.

Sukintaka, Rijadi dan Suprijo. 1981. *Permainan dan Metodik*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.