

TINGKAT KEMAMPUAN MELEMPAR, MENANGKAP, DAN MEMUKUL BOLA KASTI KELAS V SD NEGERI WINONGKIDUL

Oleh: kurnia eko saputro, fakultas ilmu keolahragaan, universitas negeri yogyakarta

e-mail: kurnia.bembeng10@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini berdasarkan hasil observasi tentang tingkat kemampuan dasar permainan kasti siswa kelas V yang masih bervariasi. Oleh karena itu perlu adanya pembuktian secara empiris dengan melakukan penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei. Subjek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo yang berjumlah 23 siswa. Hasil penelitian ini berupa tingkat kemampuan melempar bola dengan kategori “sangat tinggi” sebanyak 3 siswa (13%), kategori “tinggi” sebanyak 7 siswa (30%), kategori “sedang” sebanyak 5 siswa (22%), kategori “rendah” sebanyak 8 siswa (35%). Tingkat kemampuan menangkap bola dengan kategori “sangat tinggi” sebanyak 1 siswa (4%), kategori “tinggi” sebanyak 9 siswa (39%), kategori “sedang” sebanyak 8 siswa (35%), dan kategori “rendah” sebanyak 3 siswa (13%), dan kategori “sangat rendah” sebanyak 2 siswa (9%). Tingkat kemampuan memukul bola dengan kategori “sangat tinggi” sebanyak 2 siswa (9%), kategori “tinggi” sebanyak 7 siswa (30%), kategori “sedang” sebanyak 8 siswa (35%), dan kategori “rendah” sebanyak 6 siswa (26%).

Kata kunci : kemampuan dasar, permainan kasti, dan siswa kelas V.

ABSTRACT

The research is based on the observation result about the level of basic ability of fifth grade student on baseball that still varies. Therefore, it is necessary to prove empirically by conducting research. This research was descriptive quantitative research using survey method. The subjects of this research were the students of fifth grade of the SD Negeri Winongkidul Gebang District Purworejo Regency, which were 23 students. The research result is the level of baseball throwing the ball "very high" category for 3 students (13%), "high" category for 7 students (30%), "medium" category for 5 students (22%) , and "low" category for 8 students (35%). The level of baseball catching the ball "very high" category for 1 student (4%), "high" category for 9 students (39%), "medium" category for 8 students (35%), "low" category for 3 students (13%), and " very low " category for 2 students (9%). The level of baseball hitting the ball "very high" category for 2 students (9%), "high" category for 7 students (30%), "medium" category for 8 students (35%), and "low" category for 6 students (26%).

Keywords: basic ability, baseball game, and fifth grade student.

PENDAHULUAN

Penjasorkes yang diajarkan di Sekolah Dasar memiliki peranan yang penting, karena sebagai proses pembinaan anak usia dini. Penjasorkes memberi kesempatan kepada anak untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar diarahkan untuk meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan perilaku psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar (Munarwan, 2010: 12).

Selain itu, Penjasorkes merupakan media untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Dalam hal ini pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan akan memberikan stimulus terhadap pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, serta keterampilan motorik anak. Perbedaan mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dengan mata pelajaran yang lain terletak pada alat yang digunakan, dan gerak yang dilakukan secara terstruktur. Gerakan tersebut dirancang oleh guru dan diberikan dalam situasi yang tepat, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak.

Ruang lingkup pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah dasar terdiri atas permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri atau senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas, dan pendidikan kesehatan. Kompetensi inti kelas V salah satunya adalah 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. Kompetensi dasar sebagai penjabaran dari kompetensi inti adalah 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. Dengan demikian permainan bola kecil harus diajarkan di sekolah dasar. Salah satu permainan bola kecil yang diajarkan di kelas V SD adalah permainan kasti.

Srihati Waryati, dkk (1996: 102) menyatakan bahwa, kasti adalah suatu permainan di lapangan yang menggunakan bola kecil dan pemukul yang terbuat dari kayu. Permainan kasti dilakukan secara beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari 12 pemain. Permainan kasti pada umumnya sangat digemari karena permainan ini mudah dilakukan siswa kelas atas, serta dapat dimainkan secara bersama antara siswa laki-laki dan perempuan.

Pemain kasti harus menguasai teknik dan peraturan dalam bermain kasti. Penguasaan gerak dasar dalam permainan kasti, sangat berkaitan erat dengan taktik dan strategi pertahanan dan penyerangan. Selain penguasaan gerak dasar, diperlukan juga kondisi fisik yang bagus untuk mengembangkan strategi dan taktik dalam bertahan dan menyerang sesuai dengan posisi dan situasi bermain. Selain itu, dalam situasi bermain diperlukan keterampilan khusus untuk dapat bermain dengan baik, seperti: melakukan pukulan, bergerak menangkap bola, ketepatan melempar, dan gerakan

menghindari tembakan. Untuk dapat melakukan itu semua maka diperlukan koordinasi gerak yang baik. Dalam kurikulum pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah dasar, kasti merupakan salah satu materi yang diajarkan kepada siswa.

Berdasarkan pengamatan ketika PPL, masih terdapat banyak siswa yang belum menguasai materi permainan bola kecil. Dampaknya kurang mampu memahami peraturan dan permainan tidak berjalan dengan baik. Selain itu, siswa kesulitan untuk memukul bola, melempar dengan tepat, dan menangkap bola. Sehingga masih banyak siswa yang terkesan pasif dalam jalannya pembelajaran. Padahal dalam pembelajaran sebenarnya guru sudah menentukan target dan tujuannya, seperti yang tertuang dalam indikator pencapaian. Akan tetapi faktanya belum terpenuhi seperti yang ditargetkan.

Untuk menguasai kemampuan gerak dasar dan pemahaman yang baik tentang permainan kasti diperlukan latihan yang terencana, teratur, dan berkesinambungan. Gerak dasar melempar, menangkap dan memukul harus dikuasai dengan baik dan benar, supaya permainan berjalan menarik dan menyenangkan. Indikator sederhana untuk melihat keterampilan siswa dalam bermain kasti adalah dengan melihat gerak dasar melempar, menangkap, dan memukul bola.

Berdasarkan masalah di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survei yang bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo. Dalam penelitian ini, peneliti ingin memperoleh gambaran tentang tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti. Kemudian data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada hari kamis 5 Oktober 2017 pukul 7:00 - selesai, dan bertempat di lapangan SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo. Penelitian dilakukan pada jam pelajaran olahraga pada kelas tersebut.

Populasi dan Sampel Penelitian

Sugiyono (2015: 80) menyatakan bahwa, populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel jenuh. Sugiyono juga menyatakan bahwa, sampel jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Berdasarkan pengertian tersebut maka subjek

penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo, sebanyak 23 siswa, putra 13 dan putri 10.

Instrumen Penelitian

Suharsimi Arikunto (2006: 160), menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Instrumen yang digunakan adalah untuk mengukur kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti. Peneliti menggunakan instrumen melempar bola, menangkap bola dan memukul bola kasti yang dikembangkan oleh Syaeful Arif. Instrumen ini cukup handal karena memiliki validitas dan reliabilitas seperti disajikan pada tabel berikut.

Instrumen	Validitas	Reliabilitas
Melempar Bola	0,971	0,991
Menangkap Bola	0,983	0,991
Memukul Bola	0,992	0,991

Tabel 1. Nilai Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Sumber: Syaeful Arif (2013: 30)

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Sugiyono (2012: 147) menyatakan bahwa, teknik analisis data statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan mendeskripsikan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya, tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang

berlaku untuk umum atau generalisasi. Pengkategorian tingkat kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti disusun dengan 5 kategori penilaian, yaitu “sangat tinggi”, “tinggi”, “sedang”, “rendah”, dan “sangat rendah”. Untuk pengkategorianannya dengan menggunakan acuan 5 batas norma, sebagai berikut:

Kategori	Rentang Skor
Sangat Tinggi	$X \geq M + 1,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$
Sangat Rendah	$X < M - 1,5 SD$

Tabel 2. Norma Penilaian

Sumber : B. Syarifudin (2010: 113)

Keterangan :

X : Nilai

M : Median = Rata-rata

SD : Standar Deviasi

Setelah diketahui tingkat kemampuan memukul, melempar dan menangkap bola kasti masing-masing testi, maka akan dapat ditentukan besar persentase dari tiap kategori penilaian tersebut. B. Syarifudin (2010: 112) menyatakan bahwa, cara mengubah skor/nilai ke dalam bentuk persentase, yaitu dengan rumus:

$$\% = \frac{\sum X}{\sum \text{Maks}} X \ 100$$

Keterangan:

$\sum X$: Skor X hitung

$\sum \text{Maks}$: Skor maksimal ideal

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kemampuan Melempar Bola Kasti Kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo. Terdapat 3 anak yang mendapatkan skor lebih dari atau sama dengan 31, masuk dalam kategori “sangat tinggi”. Kategori “tinggi” terdapat 7 anak, dengan skor 27 sampai 30. Kategori “sedang” terdapat 5 anak, dengan skor 23 sampai 26. Sementara itu sisanya 8 anak masuk kategori “rendah”, dengan dengan skor 19 sampai 22.

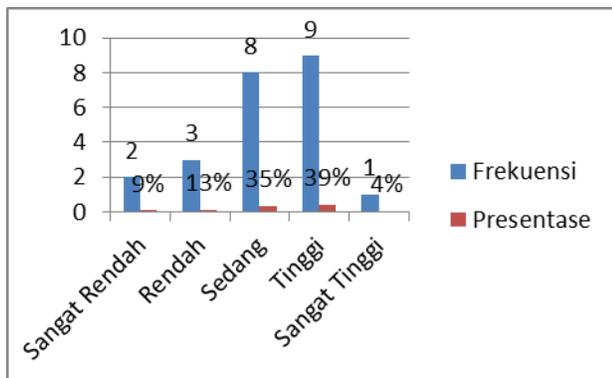
Kategori	Rentang Skor	F	P
Sangat Tinggi	$X \geq 31$	3	13
Tinggi	$27 \leq X < 31$	7	30
Sedang	$23 \leq X < 27$	5	22
Rendah	$19 \leq X < 23$	8	35
Sangat Rendah	$X < 19$	0	0
Jumlah		23	100%

Tabel 3. Deskripsi Kemampuan Melempar Bola Kasti

Keterangan :

F : Frekuensi

P : Presentase



Gambar 1. Histogram Kemampuan Melempar Bola Kasti

Kemampuan Menangkap Bola Kasti Kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo. Terdapat 1 anak yang mendapatkan skor lebih dari atau sama dengan 19, sehingga masuk dalam kategori “sangat tinggi”. Kategori “tinggi”, terdapat 9 anak dengan skor 15 sampai 18. Kategori “sedang” terdapat 8 anak, dengan skor 11 sampai 14. Lalu 3 anak masuk kategori “rendah”, dengan skor 7 sampai 10. Sisanya 2 anak masuk kategori “sangat rendah”, dengan dengan perolehan skor kurang dari 7.

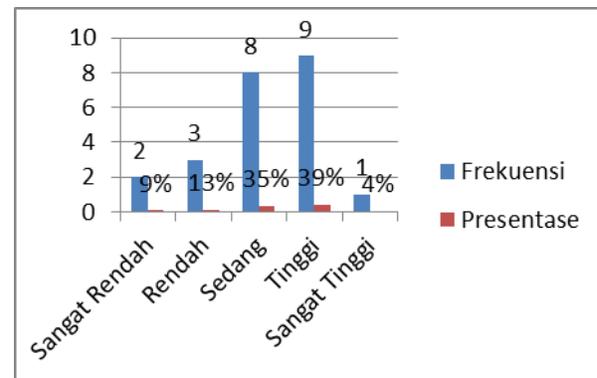
Kategori	Rentang Skor	F	P
Sangat Tinggi	$X \geq 19$	1	4
Tinggi	$15 \leq X < 19$	9	39
Sedang	$11 \leq X < 15$	8	35
Rendah	$7 \leq X < 11$	3	13
Sangat Rendah	$X < 7$	2	9
Jumlah		23	100%

Tabel 4. Deskripsi Kemampuan Menangkap Bola Kasti

Keterangan :

F : Frekuensi

P : Presentase



Gambar 2. Histogram Kemampuan Menangkap Bola Kasti

Kemampuan Memukul Bola Kasti Kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo. Terdapat 2 anak yang mendapatkan skor lebih dari atau sama dengan 15, sehingga masuk dalam kategori “sangat tinggi”. Kemudian untuk kategori “tinggi” terdapat 7 anak, dengan perolehan skor 12 sampai 14. Frekuensi terbanyak pada kategori “sedang”, yaitu terdapat 8 anak dengan dengan perolehan skor 8 sampai 12. Sementara itu sisanya 6 anak masuk kategori “rendah”, dengan dengan perolehan skor 7 sampai 5.

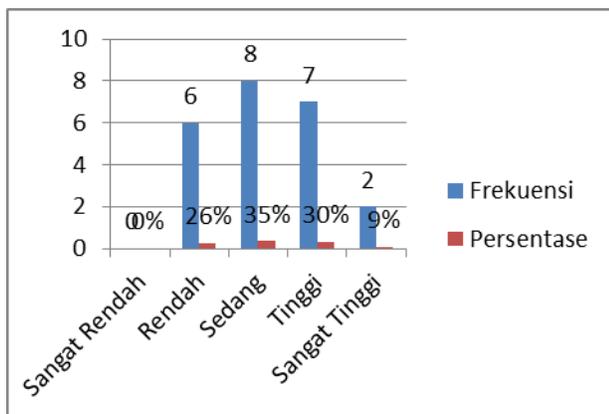
Kategori	Rentang Skor	F	P
Sangat Tinggi	$X \geq 15$	2	9
Tinggi	$12 \leq X < 15$	7	30
Sedang	$8 \leq X < 12$	8	35
Rendah	$5 \leq X < 8$	6	26
Sangat Rendah	$X < 5$	0	0
Jumlah		23	100%

Tabel 5. Deskripsi Kemampuan Memukul Bola Kasti

Keterangan :

F : Frekuensi

P : Presentase



Gambar 3. Histogram Kemampuan Memukul Bola Kasti

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kesimpulan penelitian ini sesuai dengan permasalahan dan hasil penelitian, yaitu:

1. Tingkat kemampuan melempar bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo menunjukkan kategori “sangat tinggi” sebanyak 3 siswa (13%), kategori “tinggi” sebanyak 7 siswa (30%), kategori “sedang” sebanyak 5 siswa (22%), kategori “rendah” sebanyak 8 siswa (35%), dan kategori “sangat rendah” sebanyak 0 siswa (0%).
2. Tingkat kemampuan menangkap bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo menunjukkan kategori “sangat tinggi” sebanyak 1 siswa (4%), kategori “tinggi” sebanyak 9 siswa (39%), kategori “sedang” sebanyak 8 siswa (35%), kategori “rendah” sebanyak 3 siswa (13%), dan kategori “sangat rendah” sebanyak 2 siswa (9%).
3. Tingkat kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V SD Negeri Winongkidul Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo menunjukkan kategori “sangat tinggi” sebanyak 2 siswa (9%), kategori “tinggi” sebanyak 7 siswa (30%), kategori “sedang” sebanyak 8 siswa (35%), kategori “rendah” sebanyak 6 siswa (26%), dan kategori “sangat rendah” sebanyak 0 siswa (0%).

Saran

Berdasarkan kesimpulan, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1. Kepada pihak sekolah, sekolah diharapkan menyediakan sarana dan prasarana yang memadai supaya guru mampu mengajar Penjasorkes dengan maksimal dan sesuai dengan kebutuhan siswa.
2. Kepada guru Penjasorkes, hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman dalam melaksanakan proses pembelajaran permainan bola kecil, sehingga dalam melaksanakan pembelajaran memperhatikan tahapan-tahapan yang harus dilalui.
3. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengembangkan penelitian yang sejenis.

DAFTAR PUSTAKA

- B. Syarifudin. (2010). *Panduan TA keperawatan dan kebidanan dengan SPSS*. Yogyakarta: Grafindo Litera Media.
- Munarwan. (2010). *Pengembangan kurikulum pendidikan jasmani olahraga kesehatan*. Yogyakarta: DISPORA Yogyakarta.
- Srihati Waryati, dkk. (1996). *Pendidikan permainan kecil*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat Pendidikan Guru dan Tenaga Teknis, Bagian Proyek Peningkatan Mutu Guru, Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SD Setara D-II.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfa Beta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Syaeful Arif. (2013). Kemampuan Memukul Bola, Menangkap Bola dan Ketepatan Melempar Bola Dalam Permainan Kasti Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 1 Arenan Kecamatan Kaligondang Kabupaten Purbalingga. *Skripsi*, tidak dipublikasikan. Universitas Negeri Yogyakarta.