

**TINGKAT KEMAMPUAN MEMUKUL MENANGKAP DAN MELEMPAR BOLA  
KASTI SISWA KELAS V SD NEGERI  
KOTAGEDE 5 TAHUN AJARAN 2018**

***E-JOURNAL***

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

Gagat Leksono  
NIM 14604221036

**PRODI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2018**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

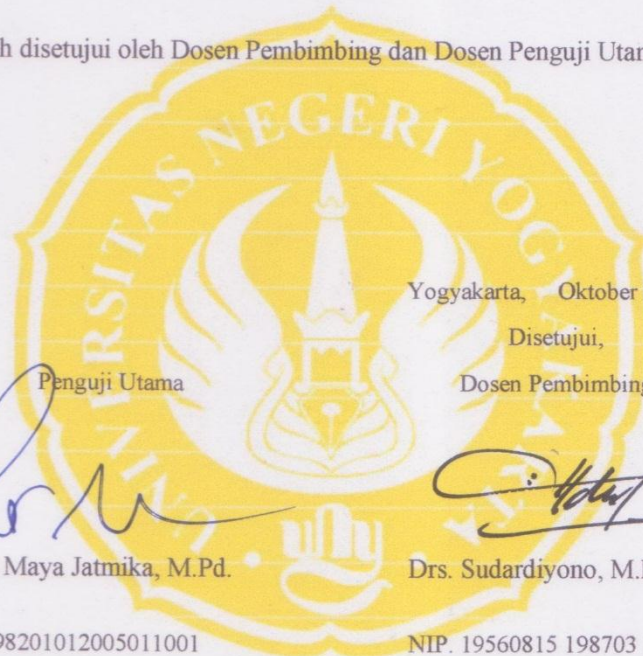
Jurnal dengan Judul

**TINGKAT KEMAMPUAN MEMUKUL MENANGKAP DAN MELEMPAR BOLA  
KASTI SISWA KELAS V SD NEGERI  
KOTAGEDE 5 TAHUN AJARAN 2018**

Disusun Oleh:

Gagat Leksono  
NIM 14604221036

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing dan Dosen Penguji Utama

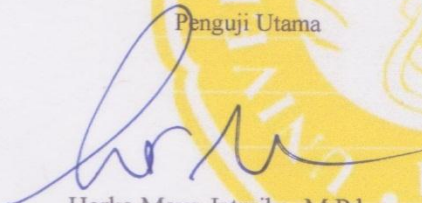



Yogyakarta, Oktober 2018

Disetujui,

Dosen Pembimbing

Penguji Utama

  
Herka Maya Jatmika, M.Pd.

  
Drs. Sudardiyono, M.Pd.

NIP 198201012005011001

NIP. 19560815 198703 1 001

**TINGKAT KEMAMPUAN MEMUKUL MENANGKAP DAN MELEMPAR BOLA KASTI SISWA KELAS V SD NEGERI KOTAGEDE 5 TAHUN AJARAN 2018**  
**LEVEL OF BEATING CAPABILITIES TO CAPTURE AND THROUGH CASTIC BALL FOR FIFTH GRADE STUDENTS OF KOTAGEDE 5 ELEMENTARY SCHOOL CLASS OF 2018/2019.**

Oleh : Gagat Leksono (14604221036), PGSD Penjas, FIK, UNY (gagatlol@yahoo.com)

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan Memukul Menangkap dan Melempar bola kasti siswa kelas V SD Negeri Kotagede 5.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode penelitian ini adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi pada penelitian ini adalah siswa putra dan putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 yang berjumlah 30 siswa, dengan rincian siswa putra berjumlah 22 dan siswa putri berjumlah 8 siswa. Instrumen tes kemampuan melempar bola kasti mempunyai validitas sebesar 0,971 dan reliabilitas sebesar 0,991, menangkap validitas sebesar 0,983 dan reliabilitas sebesar 0,991, dan memukul bola kasti validitas sebesar 0,992 dan reliabilitas sebesar 0,991 diadopsi dari penelitian Arif (2013: 30). Tes melempar yaitu melakukan 10 kali lemparan, tes menangkap yaitu melakukan 10 kali menangkap bola, tes memukul bola kasti yaitu melakukan memukul bola kasti. Analisis data menggunakan deskriptif persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Tingkat memukul menangkap dan melempar bola kasti siswa putra kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,55% (1 siswa), “rendah” sebesar 22,73% (5 siswa), “cukup” sebesar 45,45% (10 siswa), “tinggi” sebesar 22,73% (5 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 4,55% (1 siswa). (2) Tingkat memukul menangkap dan melempar bola kasti siswa putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 siswa), “rendah” sebesar 37,50% (3 siswa), “cukup” sebesar 25,00% (2 siswa), “tinggi” sebesar 37,50% (3 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 150,00, tingkat kemampuan dasar bermain kasti siswa putra dan putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dalam kategori cukup.

Kata kunci: *Kemampuan Memukul, Menangkap, Melempar, Bola Kasti*

**Abstract**

*The aims of this research is determine the level of ability to hit, catch, and throw the baseball at the fifth grade students of Kotagede 5 Elementary School.*

*This research is quantitative descriptive. This research method is a survey with data collection techniques by using tests and measurements. The population in this study were male and female fifth grade students in Kotagede 5 Elementary School, the total of students are 30, which 22 male students and 8 female students. The ability test to throw baseball has a validity of 0.971 and reliability of 0.991, catch baseball has the validity of 0.983 and reliability of 0.991, and hit baseball has validity of 0.992 and reliability of 0.991 is adopted from Arif's research (2013: 30). Throw test is doing 10 throws, catch test is doing 10 catches, the hit test is doing the hit the baseball. The data analysis uses descriptive percentages.*

*The results of the research showed that: (1) the rate of hit, catch, and throw the baseballs of male fifth grade students in Kotagede 5 Elementary School was "very low" category of 4.55% (1 student), "low" of 22.73% ( 5 students), "enough" of 45.45% (10 students), "high" of 22.73% (5 students), and "very high" of 4.55% (1 student). (2) The level of hit, catch, and throw the baseball in fifth grade female students in Kotagede 5 Elementary School are "very low" category of 0% (0 students), "low" by 37.50% (3 students), "enough" amounting to 25.00% (2 students), "high" by 37.50% (3 students), and "very high" by 0% (0 students). Based on the average score, which is 150.00, the basic level of ability to play the male and female students of grade V in Kotagede 5 Public Elementary School is enough.*

*Key Word : hit, catch, throw, baseball*

*Key Words: ability to hit, catch, and throw the baseball.*

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) yang diajarkan di sekolah dasar memiliki peran untuk memberikan pengalaman kepada peserta didik untuk belajar melalui aktivitas jasmani olahraga dan kesehatan terpilih yang dilaksanakan sebagai bagian dari pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, sportivitas, spiritual, sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Tujuan pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di antaranya adalah meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar olahraga.

Tingkat keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan (Ma'mun & Saputra, 2000: 58). Pada intinya bahwa suatu keterampilan itu baru dapat dikuasai apabila dipelajari atau dilatihkan dengan persyaratan tertentu, satu di antaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu yang memadai.

Proses pembelajaran menuntut adanya partisipasi aktif dari seluruh siswa. Jadi, kegiatan belajar berpusat pada siswa, guru sebagai motivator dan fasilitator di dalamnya agar suasana kelas lebih hidup. Pembelajaran merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru sedemikian rupa sehingga tingkah laku siswa berubah ke arah yang lebih baik (Darsono, 2000: 24). Aktif dimaksudkan bahwa dalam proses pembelajaran guru harus menciptakan suasana sedemikian rupa sehingga siswa aktif bertanya, mempertanyakan dan mengemukakan gagasan. Belajar memang merupakan suatu proses aktif siswa dalam membangun pengetahuannya, bukan proses pasif yang hanya menerima ceramah guru tentang pengetahuan. Jika pembelajaran tidak memberikan kesempatan pada siswa untuk berperan aktif maka pembelajaran tersebut bertentangan dengan hakikat belajar. Dalam

permainan kasti guru sebagai pendidik mengarahkan dan mengajarkan bagaimana bermain kasti dengan baik dan benar.

Keadaan aktif dan menyenangkan tidaklah cukup jika proses pembelajaran tidaklah efektif, yaitu tidak menghasilkan apa yang harus dikuasai siswa setelah proses pembelajaran berlangsung, sebab pembelajaran memiliki sejumlah tujuan pembelajaran yang harus dicapai. Perlunya motivasi yang tinggi guna untuk menciptakan suasana yang kondusif dan nyaman agar pembelajarannya tidak cenderung membosankan. Siswa dipancing untuk melakukan aktivitas gerak dengan membuat kreatifitas dan inovasi saat pembelajaran berlangsung. Variasi pembelajaran dengan metode bermain sebelum melakukan pembelajaran akan jauh lebih efektif materi yang diajarkan akan dapat dikuasai (Nurseto, 2011: 5).

Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar SD kelas V yaitu: Kompetensi dasar: 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. Kompetensi inti: 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. Dengan demikian, permainan dan olahraga juga harus diajarkan di sekolah dasar. Sedangkan salah satu materi pada permainan dan olahraga adalah permainan bola kecil diantaranya permainan kasti, *rounders*, *softball*, *kipers* dan bola bakar. Alokasi waktu pembelajaran kasti untuk kelas V hanya 8x35 menit dalam satu semester, artinya dalam satu semester pembelajaran kasti hanya 4 kali pertemuan dalam satu semester.

Permainan kasti merupakan salah satu permainan bola kecil. Permainan ini dimainkan oleh 2 regu, yaitu : regu pemukul dan regu penjaga. Regu pemukul berusaha mendapatkan nilai dengan memukul bola kemudian berlari mengelilingi lapangan. Sebaliknya regu penjaga berusaha menangkap bola dan mematikan regu pemukul. Regu yang banyak mendapatkan nilai menjadi pemenangnya. Permainan sederhana ini dapat dimainkan di lapangan yang tidak begitu luas, berukuran panjang 65 meter dan lebarnya 30 meter (Ayis 2003: 6.18). Keterampilan dasar yang harus dimiliki oleh

seorang pemain kasti adalah keterampilan melempar, menangkap dan memukul bola kasti, karena ketiga unsur tersebut yang dapat menentukan seorang pemain kasti dapat mendapatkan nilai dan dapat memenangkan sebuah permainan kasti.

Berdasarkan hasil observasi di Sekolah Dasar Negeri Kotagede 5 salah satu materi pembelajaran PJOK adalah permainan bola kecil. Pada saat pembelajaran olahraga khususnya Kasti, siswa kurang antusias mengikuti pembelajaran. Siswa kurang berkonsentrasi pada permainan bola kasti, hal tersebut dikarenakan lapangan yang dipakai digunakan oleh beberapa sekolah lainnya, sehingga konsentrasi siswa terganggu saat melihat permainan sekolah lain yang dianggap lebih menarik. Masalah lainnya siswa kurang antusias saat mengikuti pembelajaran, hal ini terjadi dikarenakan siswa di SD Negeri Kotagede 5 mayoritas jarang bermain di luar rumah karena tempat tinggal yang padat penduduk mengakibatkan lahan untuk bermain siswa kurang sehingga siswa hanya bisa bermain di rumah dengan tempat yang sempit.

Sarana dan prasarana pendidikan jasmani merupakan faktor penting dalam menentukan berhasilnya pembelajaran pendidikan jasmani. Oleh karena itu, sekolah seharusnya menyediakan sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang sesuai dan dapat digunakan secara aman supaya proses pembelajaran pendidikan jasmani dapat berjalan sesuai dengan kurikulum yang ada. Ini pula yang terjadi pada pembelajaran kasti di SD Negeri Kotagede 5 kondisi nyata di sekolah, sarana prasarana permainan kasti hanya tersedia 2 buah tongkat dan 5 bola kasti. Tongkat yang hanya 2 buah, 1 di antaranya kondisinya sudah rusak, dan 2 dari 5 bola kasti yang ada kondisinya sudah tidak layak pakai karena kulitnya mengelupas. Situasi dan kondisi ini sudah berjalan cukup lama dan sekolah sampai saat ini belum bisa memenuhi sarana pembelajaran kasti tersebut sampai batas yang cukup memadai atau kondisi ideal.

Halaman sekolah yang kurang luas mengakibatkan siswa harus menempuh jarak yang lumayan jauh untuk sampai ke lapangan, hal ini mengakibatkan siswa mengalami kelelahan sebelum melakukan aktivitas olahraga, akibatnya ada beberapa siswa yang tidak mengikuti pembelajaran atau malas mengikuti pembelajaran dikarenakan sudah terlalu lelah. Masalah lain yaitu kurangnya

minat siswa terhadap pembelajaran bola kasti. Hal tersebut mengakibatkan keterampilan siswa kurang baik dalam permainan bola kasti, di mana kemampuan anak dalam hal memukul, melempar, dan menangkap belum terlalu menguasai.

Berdasarkan pengamatan peneliti pada siswa kelas V SD Negeri Kotagede 5, salah satu indikator untuk melihat keterampilan dasar siswa dalam permainan kasti adalah dengan melihat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti. Data observasi saat pembelajaran bola kasti berlangsung, dari 30 siswa hanya ada 9 siswa yang dapat melakukan pukulan dengan baik. Kemampuan melempar siswa juga masih kurang, hal tersebut terlihat pada saat siswa melakukan lemparan banyak yang tidak tepat sasaran, bola terlalu jauh atau melenceng dari sasaran. Kemampuan berikutnya yaitu menangkap bola kasti, pada kemampuan menangkap bola kasti yang dimiliki oleh siswa kelas V SD Negeri Kotagede 5 masih kurang. Dari 10 kali pukulan bola lambung, hanya 1 kali berhasil ditangkap oleh siswa. Dari pertimbangan uraian di atas, serta belum adanya penelitian dilakukan di SD Negeri Kotagede 5, maka diperlukan penelitian. Sesuai dengan kondisi tersebut, peneliti bermaksud mengadakan penelitian tentang kemampuan dasar bermain kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5.

## **METODE PENELITIAN**

### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Arikunto (2006: 302) menyatakan bahwa “penelitian deskriptif tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan “apa adanya” tentang sesuatu variabel, gejala atau keadaan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Arikunto (2006: 312), menyatakan bahwa “metode survei merupakan penelitian yang biasa dilakukan dengan subjek yang banyak, dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat atau informasi mengenai status gejala pada waktu penelitian berlangsung. Informasi yang diperoleh dari penelitian survei dapat dikumpulkan dari seluruh populasi dan dapat pula dari sebagian populasi”.

### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat penelitian yaitu di SD Negeri

Kotagede 5 . Penelitian ini dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 13 September 2018. Penelitian dilakukan pukul 7.30-09.00 WIB.

### C. Populasi dan Sampel Penelitian

Sugiyono (2007: 55) menyatakan bahwa “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian disimpulkan”. Pendapat lain menurut Arikunto (2006: 101) “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Sesuai dengan pendapat di atas, maka populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang masih duduk di kelas V SD Negeri Kotagede 5 yang berjumlah 30 orang siswa, yang terdiri atas 22 siswa putra dan 8 siswa putri. Arikunto (2006: 109) menyatakan bahwa “sampel adalah sebagian atau wakil yang diselidiki. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*”.

### D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Arikunto (2006: 118) menyatakan bahwa “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tingkat kemampuan melempar, memukul, dan menangkap bola kasti siswa kelas siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5. Definisi operasionalnya dijelaskan sebagai berikut:

1. Kemampuan melempar bola kasti adalah kesanggupan atau ketrampilan yang dimiliki setiap individu untuk menyalurkan tenaga ke suatu benda yang menghasilkan daya atau kekuatan ke depan atau atas. Hasil lemparan siswa dengan menggunakan lemparan atas ke arah sasaran dengan jarak 10 meter yang dilakukan sebanyak 10 kali lemparan, yang diukur dengan tes kemampuan melempar bola kasti.
2. Kemampuan menangkap bola kasti adalah kemampuan siswa menangkap bola yang diumpangkan oleh teman saling berhadapan pada jarak 5 meter yang dilakukan sebanyak 10 kali menangkap bola. Berapa kali bola kasti yang ditangkap siswa dari 10 kali kesempatan adalah sebagai skor tes menangkap bola kasti, yang diukur dengan tes kemampuan menangkap bola kasti.
3. Kemampuan memukul bola kasti dengan menggunakan tes memukul bola kasti sebanyak 10 kali kesempatan yang diumpangkan oleh pengumpaan dari jarak 5 meter. Hasil pukulan yang dipakai sebagai

skor tes adalah berapa kali testi mampu memukul bola kasti dengan benar, yang diukur dengan tes kemampuan memukul bola kasti.

### E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

#### 1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya akan lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah (Arikunto, 2006: 136). Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik tes dan pengukuran. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk pengambilan data yaitu tes kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti yang diadopsi dari penelitian Arif (2013: 30). Tes tersebut memiliki validitas dan reliabilitas seperti pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 1. Nilai Validitas dan Reliabilitas Instrumen**

No	Instrumen	Validitas	Reliabilitas
1	Memukul Bola	0,992	0,991
2	Melempar Bola	0,971	0,991
3	Menangkap bola	0,983	0,991

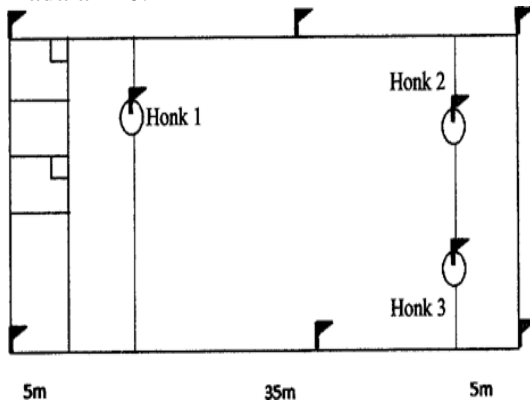
(Syaeful Arif, 2013 :30)

Prosedur pelaksanaan tes sebagai berikut:

#### a. Tes Memukul Bola

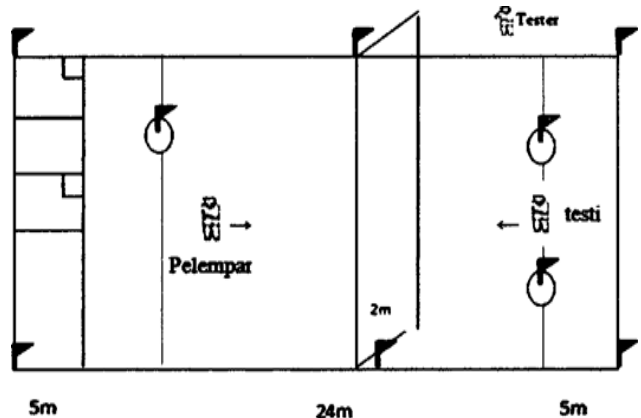
- 1) Tujuan: mengukur kemampuan memukul.
- 2) Peralatan: lapangan yang standar, yang ditandai dengan posisi honk pada tempatnya, bola, dan pemukul.
- 3) Pelaksanaan: Testi mengambil posisi pada daerah memukul. Testi memegang pemukul dan siap memukul bola yang diberikan/dilambungkan oleh tester. Pukulan dilambungkan ke arah sebelah kanan dan kiri lapangan. Testi melakukan kesempatan pukulan sebanyak 10 kali. Bola yang dihitung adalah bola yang mengenai pemukul. Setiap pukulan tidak terarah pada satu bagian lapangan saja. Pukulan harus masuk lapangan melewati garis honk 2 dan 3, atau garis honk 1.
- 4) Peraturan: testi harus berusaha memukul bola, bola yang dipukul mengenai pemukul akan dihitung, dan kesempatan memukul 10

- kali.
- 5) Penilaian: Bola yang berhasil dipukul dan titik jatuhnya berada di daerah pukulan akan mendapat nilai 1. Bola yang tidak berhasil dipukul atau bola yang berhasil dipukul tetapi titik jatuhnya di luar daerah pukulan akan mendapat nilai 0. Skor maksimal adalah 10.



Gambar 7. Tes Memukul Bola  
(Sumber: Arif, 2013:31)

- d) Pemain harus dapat menangkap bola dengan baik, kemudian dilempar ke luar.
- 5) Penilaian: Skor adalah jumlah seluruh bola yang dapat ditangkap dari lemparan yang betul sebanyak 10 kali. Satu nilai untuk bola yang dapat ditangkap dan nilai nol yang tidak tertangkap. Skor maksimumnya adalah 10.



Gambar 7. Tes Menangkap Bola  
(Sumber: Arif, 2013: 33)

#### b. Tes Menangkap Bola

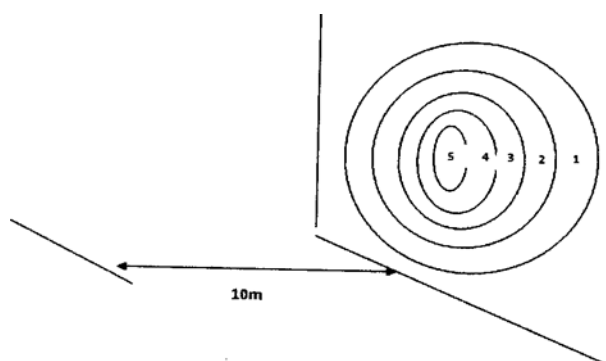
- 1) Tujuan: mengukur keterampilan menangkap bola lambung dengan interval tertentu dan keadaan bola dengan situasi yang berbeda.
- 2) Peralatan: Lapangan yang standar, pada bagian belakang lapangan dibuat daerah untuk menangkap, tali yang diikat dengan dua tonggak dengan tinggi 2 meter, bola kasti.
- 3) Pelaksanaan: Testi berdiri di tengah-tengah antara honk 2 dan 3. Pelembar berdiri di tempat petak lemparan, melempar bola lambung kepada testi yang dituju. Lemparan harus melewati tali setinggi 2 meter. Pelembar harus melempar dengan kecepatan yang teratur. Testi harus menangkap bola dan melambungkannya ke samping, kemudian testi siap kembali untuk menangkap bola berikutnya. Tester berdiri di belakang pelembar memberi petunjuk untuk melempar ke arah mana. Testi dalam melaksanakan tes dengan melakukan 10 kali kesempatan menangkap bola. Jumlah lemparan sebanyak 10 kali.
- 4) Peraturan
  - a) Bola yang dilempar tidak layak pada daerah lempar tidak dihitung.
  - b) Bola harus dilempar melambung membentuk lengkungan/busur.
  - c) Jumlah lemparan yang baik dan melambung 10 kali.

#### c. Tes Ketepatan Melempar Bola

- 1) Tujuan: mengukur ketepatan melempar bola terhadap sasaran.
- 2) Peralatan: dilakukan pada lapangan terbuka, dengan sasaran pada dinding datar yang diberi tanda dengan kapur berbentuk lingkaran.
- 3) Pelaksanaan: sasaran terdiri lima bentuk lingkaran memusat kecil, dan digambarkan pada dinding dengan cat atau kapur. Lingkaran tengah berdiameter 18 cm, lingkaran berikutnya berdiameter 38 cm, lingkaran berikutnya berdiameter 56 cm, berikutnya berdiameter 74 cm, dan paling luar berdiameter 90 cm. Garis lingkaran paling luar pada bagian bawah setinggi 50 cm dari lantai. Lemparan dilakukan dari garis batas lempar sejajar dengan bidang sasaran dengan jarak 10 m.
- 4) Peraturan
  - a) Lemparan dilakukan dengan kaki tetap di belakang garis.
  - b) Sebagai awalan dapat dilakukan satu langkah atau dua langkah.



- c) Bola yang tidak mengenai daerah sasaran lemparan diulang.
  - d) Kesempatan melempar mengenai sasaran diberikan 10 kali.
- 5) Penilaian
- a) Bola pada sasaran lingkaran tengah diberi nilai "5".
  - b) Lingkaran berikutnya "4", berikutnya "3", lingkaran berikutnya "2", dan lingkaran paling luar "1".
  - c) Bola yang tepat mengenai garis diberi nilai pada lingkaran yang nilainya tinggi.
  - d) Maksimum skor adalah 50 point.



**Gambar 8. Tes Ketepatan Melempar Bola**  
(Sumber: Arif, 2013: 34)

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu tes kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti. Langkah-langkah atau proses pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Melakukan persiapan tes atau persiapan pengumpulan data. Persiapan pengumpulan data adalah memberikan pengertian kepada siswa tentang tes yang akan dilakukan. Tujuan persiapan pengumpulan data adalah untuk melakukan pengumpulan data disesuaikan dengan masalah yang ada. Dalam penelitian ini persiapan yang harus dilakukan adalah menyiapkan alat-alat tes dan menyiapkan bahan-bahan untuk tes. Di antaranya adalah bola, pemukul kasti, alat tulis, dan lain-lain.
- b. Pelaksanaan tes. Dalam tahap pelaksanaan tes, terlebih dahulu siswa dikumpulkan/dibariskan untuk berdoa, dilanjutkan dengan pemberian penjelasan petunjuk pelaksanaan tes, kemudian dilakukan pemanasan. Siswa diinstruksikan untuk melakukan tes dalam secara bergantian. Data yang diperoleh kemudian dicatat secara sistematis.

- c. Pencatatan data tes. Pada tahap ini merupakan proses terakhir dari pengumpulan data, di mana data dalam pengukuran dicatat secara sistematis. Penelitian ini dibantu oleh 4 orang testor.

### F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif. Data yang diperoleh tiap-tiap item tes merupakan data kasar dari hasil tiap tes yang dicapai siswa, selanjutnya hasil kasar tersebut diubah menjadi nilai Skor-T dengan rumus Skor-T sebagai berikut:

$$T = 10 \left( \frac{X-M}{SD} \right) + 50 \text{ dan } T = 10 \left( \frac{M-X}{SD} \right) + 50$$

Keterangan:

T = Nilai Skor-T

M = Nilai rata-rata data kasar

X = nilai data kasar

SD= standar deviasi data kasar

(Sumber: Sudijono, 2015)

Setelah data sudah dirubah ke dalam T skor, kemudian data dimaknai, yaitu dengan mengkategorikan data, pengkategorian dikelompokkan menjadi lima kategori, pada tabel 3 sebagai berikut:

**Tabel 3. Norma Penilaian Keterampilan Kemampuan Memukul, Menangkap dan Melempar Bola Kasti**

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Tinggi
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2001: 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *standar deviasi*

Langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Analisis data yang digunakan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif



kuantitatif dengan persentase. Menurut Arikunto (2006: 245-246) rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari

F = frekuensi

N = jumlah responden

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Data dalam penelitian ini berupa hasil tes tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5, yang terdiri atas memukul, menangkap, dan melempar. Hasilnya sebagai berikut:

#### 1. Tingkat Kemampuan Memukul, Menangkap, dan Melempar Bola Kasti Siswa Putra

Data tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putra kelas V di SD Negeri Kotagede 5 disajikan pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 3. Kemampuan Memukul, Menangkap, dan Melempar Bola Kasti Siswa Putra**

No	Nama	Memukul		Menangkap		Melempar		Total
		N	Skor T	N	Skor T	N	Skor T	
1	SP	5	49.71	4	41.62	3	58.52	149.85
2	ARA	8	68.61	4	41.62	2	47.01	157.23
3	ECR	4	43.42	7	59.47	3	56.87	159.76
4	FFD	4	43.42	6	53.52	3	60.16	157.09
5	FRM	4	43.42	7	59.47	2	42.08	144.96
6	RFC	5	49.71	8	65.42	2	45.37	160.50
7	RRW	5	49.71	6	53.52	2	47.01	150.24
8	DP R	6	56.01	4	41.62	3	70.02	167.65
9	RD	4	43.42	8	65.42	3	65.37	173.11

	M		42		2	6	09	92
10	AKH	7	62.31	7	59.47	1	35.85	157.28
11	SLT	5	49.71	3	35.67	3	55.23	140.61
12	AFN	3	37.12	3	35.67	1	37.15	109.93
13	AM I	3	37.12	7	59.47	2	40.44	137.02
14	WDL	4	43.42	5	47.57	3	58.52	149.50
15	SRW	6	56.01	6	53.52	2	53.95	163.11
16	ATN	8	68.61	3	35.67	2	42.08	146.35
17	HRD	4	43.42	7	59.47	2	40.44	143.32
18	RAD	3	37.12	3	35.67	3	56.87	129.66
19	MRS	5	49.71	6	53.52	2	43.72	146.95
20	DA P	8	68.61	6	53.52	3	61.80	183.93
21	ATM	4	43.42	5	47.57	2	45.37	136.35
22	HAT	6	56.01	4	41.62	1	37.15	134.78

Deskriptif statistik tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putra kelas V di SD Negeri Kotagede 5 didapat skor terendah (*minimum*) 109,93, skor tertinggi (*maksimum*) 183,93, rerata (*mean*) 149,99, nilai tengah (*median*) 149,68, nilai yang sering muncul (*mode*) 109,93, *standar deviasi* (SD) 15,97. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4 sebagai berikut:

**Tabel 4. Deskriptif Statistik Tingkat Kemampuan Memukul, Menangkap, dan Melempar Bola Kasti Siswa Putra Kelas V di SD Negeri Kotagede 5**

Statistik	
N	22
Mean	149.9995
Median	149.6750
Mode	109.93 <sup>a</sup>
Std. Deviation	15.96839
Minimum	109.93
Maximum	183.93

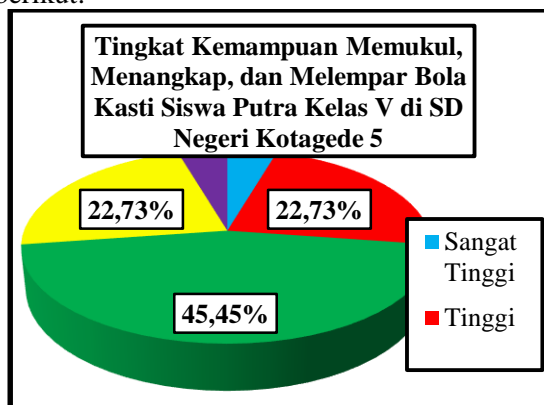
Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa

putra kelas V di SD Negeri Kotagede 5 disajikan pada tabel 5 sebagai berikut:

**Tabel 5. Norma Penilaian Tingkat Kemampuan Memukul, Menangkap, dan Melempar Bola Kasti Siswa Putra Kelas V di SD Negeri Kotagede 5**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$173,95 < X$	Sangat Tinggi	1	4,55%
2	$157,98 < X \leq 173,95$	Tinggi	5	22,73%
3	$142,02 < X \leq 157,98$	Cukup	10	45,45%
4	$126,05 < X \leq 142,02$	Rendah	5	22,73%
5	$X \leq 126,05$	Sangat Rendah	1	4,55%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 5 tersebut di atas, tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putra kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dapat disajikan pada gambar 13 sebagai berikut:



**Gambar 10. Diagram Pie Tingkat Kemampuan Memukul, Menangkap, dan Melempar Bola Kasti Siswa Putra Kelas V di SD Negeri Kotagede 5**

Berdasarkan tabel 5 dan gambar 13 di atas menunjukkan bahwa tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putra kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,55% (1 siswa), “rendah” sebesar 22,73% (5 siswa), “cukup” sebesar 45,45% (10 siswa), “tinggi” sebesar 22,73% (5 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 4,55% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 149,99 tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putra kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dalam kategori cukup.

Secara rinci tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putra kelas V di SD Negeri Kotagede 5 sebagai berikut:

**a. Kemampuan Memukul Bola Kasti**

Deskriptif statistik tingkat kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 didapat skor terendah (*minimum*) 3,00, skor tertinggi (*maksimum*) 8,00, rerata (*mean*) 5,05, nilai tengah (*median*) 5,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 4,00, *standar deviasi* (SD) 1,59. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 6 sebagai berikut:

**Tabel 6. Deskriptif Statistik Tingkat Kemampuan Memukul Bola Kasti Siswa Putra**

Statistik	
<i>N</i>	22
<i>Mean</i>	5.0455
<i>Median</i>	5.0000
<i>Mode</i>	4.00
<i>Std. Deviation</i>	1.58797
<i>Minimum</i>	3.00
<i>Maximum</i>	8.00

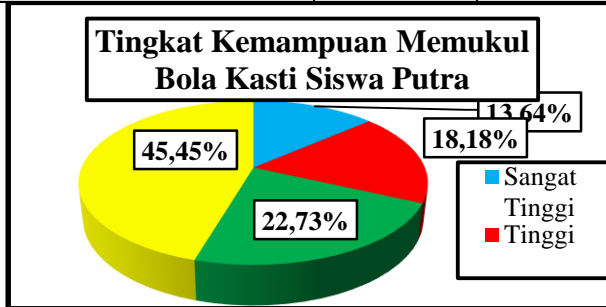
Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 disajikan pada tabel 7 sebagai berikut:

**Tabel 7. Norma Penilaian Tingkat Kemampuan Memukul Bola Kasti Siswa Putra**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$7,43 < X$	Sangat Tinggi	3	13,64%
2	$5,84 < X \leq 7,43$	Tinggi	4	18,18%
3	$4,25 < X \leq 5,84$	Cukup	5	22,73%
4	$2,66 < X \leq 4,25$	Rendah	10	45,45%
5	$X \leq 2,66$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 7 tersebut di atas, tingkat kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dapat disajikan pada gambar 11 sebagai berikut:

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$7,93 < X$	Sangat Tinggi	2	9,09%
2	$6,25 < X \leq 7,93$	Tinggi	5	22,73%
3	$4,57 < X \leq 6,25$	Cukup	7	31,82%
4	$2,89 < X \leq 4,57$	Rendah	8	36,36%
5	$X \leq 2,89$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			22	100%



Gambar 11. Diagram Pie Tingkat Kemampuan Memukul Bola Kasti Siswa Putra

Berdasarkan tabel 7 dan gambar 11 di atas menunjukkan bahwa tingkat kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 siswa), “rendah” sebesar 45,45% (10 siswa), “cukup” sebesar 22,73% (5 siswa), “tinggi” sebesar 18,18% (4 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 13,64% (3 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 5,05, tingkat kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dalam kategori cukup.

**b. Kemampuan Menangkap Bola Kasti**

Deskriptif statistik tingkat kemampuan menangkap bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 didapat skor terendah (*minimum*) 3,00, skor tertinggi (*maksimum*) 8,00, rerata (*mean*) 5,41, nilai tengah (*median*) 6,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 6,00, *standar deviasi* (SD) 1,68. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Deskriptif Statistik Tingkat Kemampuan Menangkap Bola Kasti Siswa Putra

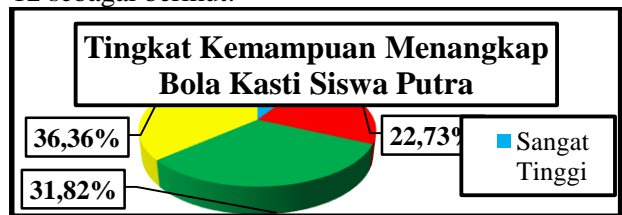
Statistik	
<i>N</i>	22
<i>Mean</i>	5.4091
<i>Median</i>	6.0000
<i>Mode</i>	6.00 <sup>a</sup>
<i>Std. Deviation</i>	1.68068
<i>Minimum</i>	3.00
<i>Maximum</i>	8.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kemampuan

menangkap bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 disajikan pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Norma Penilaian Tingkat Kemampuan Menangkap Bola Kasti Siswa Putra

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 9 tersebut di atas, tingkat kemampuan menangkap bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dapat disajikan pada gambar 12 sebagai berikut:



Gambar 12. Diagram Pie Tingkat Kemampuan Menangkap Bola Kasti Siswa Putra

Berdasarkan tabel 9 dan gambar 12 di atas menunjukkan bahwa tingkat kemampuan menangkap bola kasti siswa Putra kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 siswa), “rendah” sebesar 36,36% (8 siswa), “cukup” sebesar 31,82% (7 siswa), “tinggi” sebesar 22,73% (5 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 9,09% (2 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 5,41, tingkat kemampuan menangkap bola kasti siswa Putra kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dalam kategori cukup.

**c. Kemampuan Melempar Bola Kasti**

Deskriptif statistik tingkat kemampuan melempar bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 didapat skor terendah (*minimum*) 18,00, skor tertinggi (*maksimum*) 39,00, rerata (*mean*) 26,82, nilai tengah (*median*) 25,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 19,00, *standar deviasi* (SD) 6,08. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Deskriptif Statistik Tingkat Kemampuan Melempar Bola Kasti Siswa Putra

Statistik	
<i>N</i>	22
<i>Mean</i>	26.8182
<i>Median</i>	25.0000
<i>Mode</i>	19.00 <sup>a</sup>

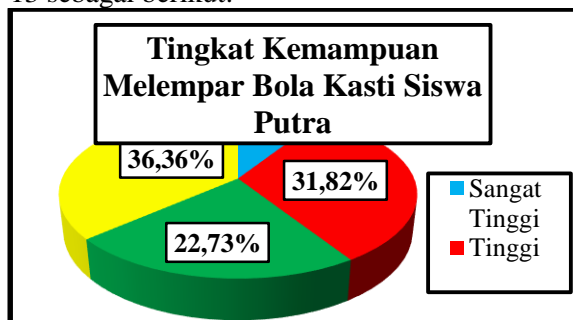
Std, Deviation	6.08383
Minimum	18.00
Maximum	39.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kemampuan d melempar bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 disajikan pada tabel 11 sebagai berikut:

**Tabel 11. Norma Penilaian Tingkat Kemampuan Melempar Bola Kasti Siswa Putra**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	35,94 < X	Sangat Tinggi	2	9,09%
2	29,86 < X ≤ 35,94	Tinggi	7	31,82%
3	23,78 < X ≤ 29,86	Cukup	5	22,73%
4	17,69 < X ≤ 23,78	Rendah	8	36,36%
5	X ≤ 17,69	Sangat Rendah	0	0,00%
<b>Jumlah</b>			<b>22</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 11 tersebut di atas, tingkat kemampuan melempar bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dapat disajikan pada gambar 13 sebagai berikut:



**Gambar 13. Diagram Pie Tingkat Kemampuan Melempar Bola Kasti Siswa Putra**

Berdasarkan tabel 11 dan gambar 13 di atas menunjukkan bahwa tingkat kemampuan melempar bola kasti siswa Putra kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 siswa), “rendah” sebesar 36,36% (8 siswa), “cukup” sebesar 22,73% (5 siswa), “tinggi” sebesar 31,82% (7 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 9,09% (2 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 26,82, tingkat kemampuan melempar bola kasti siswa Putra kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dalam kategori cukup.

**2. Tingkat Kemampuan Memukul, Menangkap, dan Melempar Siswa Putri**

Data tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 disajikan pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 12. Data Kemampuan Memukul, Menangkap, dan Melempar Bola Kasti Siswa Putri**

No	Nama	Memukul		Menangkap		Melempar		Total
		N	Skor T	N	Skor T	N	Skor T	
1	HA	3	38.46	4	53.16	2	43.31	134.93
2	KS	5	52.66	2	36.32	1	33.17	122.11
3	ZM	4	45.56	3	44.74	2	63.69	153.99
4	FE	6	59.77	4	53.16	2	61.18	174.07
5	SR	7	66.87	4	53.16	2	56.05	176.08
6	FY	4	45.56	6	70.00	2	45.86	161.42
7	ADS	5	52.66	3	44.74	2	48.41	145.81
8	SL	3	38.46	3	44.74	2	48.41	131.60

Deskriptif statistik tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 didapat skor terendah (*minimum*) 122,11, skor tertinggi (*maksimum*) 176,08, rerata (*mean*) 150,00, nilai tengah (*median*) 149,90, nilai yang sering muncul (*mode*) 122,11, standar deviasi (SD) 19,88. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 13 sebagai berikut:

**Tabel 13. Deskriptif Statistik Tingkat Kemampuan Memukul, Menangkap, dan Melempar Bola Kasti Siswa Putri Kelas V di SD Negeri Kotagede 5**

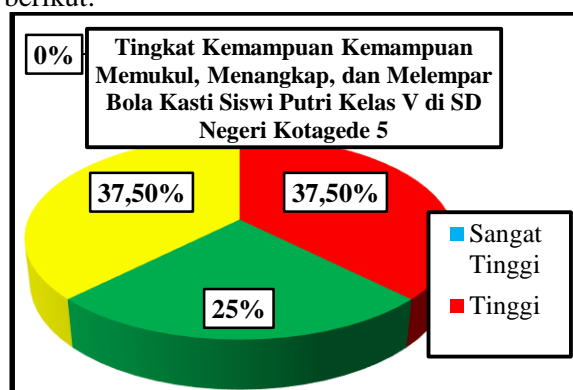
Statistik	
N	8
Mean	150.0012
Median	149.9000
Mode	122.11 <sup>a</sup>
Std, Deviation	19.88158
Minimum	122.11
Maximum	176.08

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 disajikan pada tabel 14 sebagai berikut:

**Tabel 14. Norma Penilaian Tingkat Kemampuan Memukul, Menangkap, dan Melempar Bola Kasti Siswa Putri Kelas V di SD Negeri Kotagede 5**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$179,82 < X$	Sangat Tinggi	0	0%
2	$159,94 < X \leq 179,82$	Tinggi	3	37,5%
3	$140,06 < X \leq 159,94$	Cukup	2	25%
4	$120,18 < X \leq 140,06$	Rendah	3	37,5%
5	$X \leq 120,18$	Sangat Rendah	0	0%
<b>Jumlah</b>			<b>8</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 6 tersebut di atas, tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dapat disajikan pada gambar 14 sebagai berikut:



**Gambar 14. Diagram Pie Tingkat Kemampuan Memukul, Menangkap, dan Melempar Bola Kasti Siswa Putri Kelas V di SD Negeri Kotagede 5**

Berdasarkan tabel 14 dan gambar 14 di atas menunjukkan bahwa tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 siswa), “rendah” sebesar 37,50% (3 siswa), “cukup” sebesar 25,00% (2 siswa), “tinggi” sebesar 37,50% (3 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 150,00, tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dalam kategori cukup.

Secara rinci tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 sebagai berikut:

**a. Kemampuan Memukul Bola Kasti**

Deskriptif statistik tingkat kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 didapat skor terendah (*minimum*) 3,00, skor tertinggi (*maksimum*) 7,00, rerata (*mean*) 4,63, nilai tengah (*median*) 4,50, nilai yang sering muncul (*mode*) 3,00, standar

deviasi (SD) 1,41. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 15 sebagai berikut:

**Tabel 15. Deskriptif Statistik Tingkat Kemampuan Memukul Bola Kasti Siswa Putri**

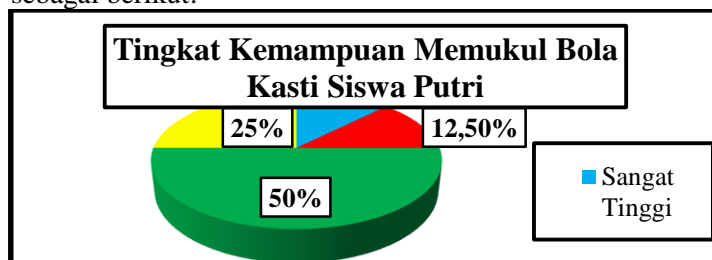
Statistik	
<i>N</i>	8
<i>Mean</i>	4.6250
<i>Median</i>	4.5000
<i>Mode</i>	3.00 <sup>a</sup>
<i>Std. Deviation</i>	1.40789
<i>Minimum</i>	3.00
<i>Maximum</i>	7.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 disajikan pada tabel 16 sebagai berikut:

**Tabel 16. Norma Penilaian Tingkat Kemampuan Memukul Bola Kasti Siswa Putri**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$6,74 < X$	Sangat Tinggi	1	12,5%
2	$5,33 < X \leq 6,74$	Tinggi	1	12,5%
3	$3,92 < X \leq 5,33$	Cukup	4	50%
4	$2,51 < X \leq 3,92$	Rendah	2	25%
5	$X \leq 2,51$	Sangat Rendah	0	0%
<b>Jumlah</b>			<b>8</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 16 tersebut di atas, tingkat kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dapat disajikan pada gambar 15 sebagai berikut:



**Gambar 15. Diagram Pie Tingkat Kemampuan Memukul Bola Kasti Siswa Putri**



Berdasarkan tabel 16 dan gambar 15 di atas menunjukkan bahwa tingkat kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 siswa), “rendah” sebesar 25,00% (2 siswa), “cukup” sebesar 50,00% (4 siswa), “tinggi” sebesar 12,50% (1 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 12,50% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 4,63, tingkat kemampuan memukul bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dalam kategori cukup.

**b. Kemampuan Menangkap Bola Kasti**

Deskriptif statistik tingkat kemampuan menangkap bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 didapat skor terendah (*minimum*) 2,00, skor tertinggi (*maksimum*) 6,00, rerata (*mean*) 3,63, nilai tengah (*median*) 3,50, nilai yang sering muncul (*mode*) 3,00, *standar deviasi* (SD) 1,19. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 17 sebagai berikut:

**Tabel 17. Deskriptif Statistik Tingkat Dasar Menangkap Bola Kasti Siswa Putri**

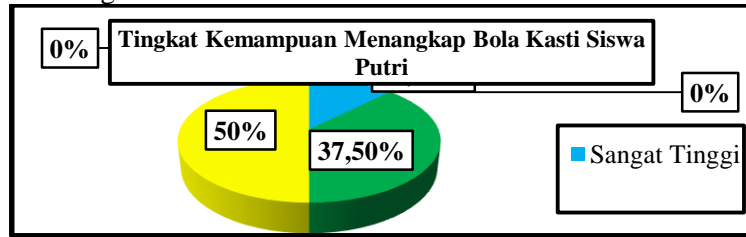
Statistik	
<i>N</i>	8
<i>Mean</i>	3.6250
<i>Median</i>	3.5000
<i>Mode</i>	3.00 <sup>a</sup>
<i>Std. Deviation</i>	1.18773
<i>Minimum</i>	2.00
<i>Maximum</i>	6.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kemampuan dasar menangkap kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 disajikan pada tabel 18 sebagai berikut:

**Tabel 18. Norma Penilaian Tingkat Kemampuan Menangkap Bola Kasti Siswa Putri**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	5,41 < X	Sangat Tinggi	1	12,5%
2	4,22 < X ≤ 5,41	Tinggi	0	0%
3	3,03 < X ≤ 4,22	Cukup	3	37,5%
4	1,84 < X ≤ 3,03	Rendah	4	50%
5	X ≤ 1,84	Sangat Rendah	0	0%
<b>Jumlah</b>			<b>8</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 18 tersebut di atas, tingkat kemampuan menangkap bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dapat disajikan pada gambar 16 sebagai berikut:



**Gambar 16. Diagram Pie Tingkat Kemampuan Menangkap Bola Kasti Siswa Putri**

Berdasarkan tabel 18 dan gambar 16 di atas menunjukkan bahwa tingkat kemampuan menangkap bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 siswa), “rendah” sebesar 50,00% (4 siswa), “cukup” sebesar 37,50% (4 siswa), “tinggi” sebesar 0% (0 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 12,50% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 3,63, tingkat kemampuan menangkap bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dalam kategori cukup.

**c. Kemampuan Melempar Bola Kasti**

Deskriptif statistik tingkat kemampuan melempar bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 didapat skor terendah (*minimum*) 17,00, skor tertinggi (*maksimum*) 29,00, rerata (*mean*) 23,63, nilai tengah (*median*) 23,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 23,00, *standar deviasi* (SD) 3,93. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 19 sebagai berikut:

**Tabel 19. Deskriptif Statistik Tingkat Kemampuan Melempar Bola Kasti Siswa Putri**

Statistik	
<i>N</i>	8
<i>Mean</i>	23.6250
<i>Median</i>	23.0000
<i>Mode</i>	23.00
<i>Std. Deviation</i>	3.92565
<i>Minimum</i>	17.00
<i>Maximum</i>	29.00

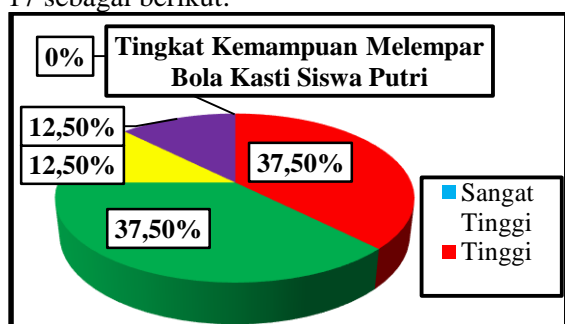
Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kemampuan melempar

bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 disajikan pada tabel 20 sebagai berikut:

**Tabel 20. Norma Penilaian Tingkat Kemampuan Melempar Bola Kasti Siswa Putri**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$29,51 < X$	Sangat Tinggi	0	0%
2	$25,59 < X \leq 29,51$	Tinggi	3	37,5%
3	$21,66 < X \leq 25,59$	Cukup	3	37,5%
4	$17,74 < X \leq 21,66$	Rendah	1	12,5%
5	$X \leq 17,74$	Sangat Rendah	1	12,5%
<b>Jumlah</b>			<b>8</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 20 tersebut di atas, tingkat kemampuan melempar bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dapat disajikan pada gambar 17 sebagai berikut:



**Gambar 17. Diagram Pie Tingkat Kemampuan Melempar Bola Kasti Siswa Putri**

Berdasarkan tabel 20 dan gambar 17 di atas menunjukkan bahwa tingkat kemampuan melempar bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori "sangat rendah" sebesar 12,50% (1 siswa), "rendah" sebesar 12,50% (1 siswa), "cukup" sebesar 37,50% (3 siswa), "tinggi" sebesar 37,50% (3 siswa), dan "sangat tinggi" sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 23,62, tingkat kemampuan melempar bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dalam kategori cukup.

#### Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan Memukul, Menangkap, dan Melempar Bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat Memukul, Menangkap, dan Melempar Bola kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori cukup. Hasil tersebut dikarenakan kemampuan siswa yang tidak merata dan siswa tidak sungguh-sungguh dalam

mengikuti pembelajaran, serta sarana dan prasarana yang kurang memadai, dikarenakan lapangan yang dipakai digunakan oleh beberapa sekolah lainnya sehingga konsentrasi anak terganggu saat melihat permainan sekolah lain yang dianggap lebih menarik. Pada saat permainan kasti guru juga tidak memberikan contoh bagaimana cara memukul, melempar, atau menangkap dalam permainan kasti. Hasil penelitian tersebut juga dikarenakan permainan kasti alokasi waktu untuk pembelajaran siswa kelas V hanya 8x35 menit dalam satu semester, artinya dalam satu semester pembelajaran kasti hanya 4 kali pertemuan dalam satu semester. Siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 jarang memainkan permainan kasti di luar waktu pembelajaran, sehingga keterampilan dasar bermain kasti dalam kategori cukup.

Menurut Ma'mun & Saputra (2000: 69-74), pencapaian keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor, yaitu:

#### 1) Faktor proses belajar (*learning process*)

Proses belajar bermanfaat untuk mengubah pengetahuan dan perilaku siswa. Dalam pembelajaran gerak, proses belajar yang harus diciptakan adalah yang dilakukan berdasarkan tahapan teori belajar. Teori-teori belajar tersebut mengarah pada pemahaman metode pembelajaran yang efektif untuk pencapaian keterampilan. Proses belajar di SD Negeri Kotagede 5 khususnya kasti guru tidak menjelaskan dan mencontohkan gerakan yang benar, misalnya memukul, melempar, dan menangkap. Pembelajaran dilakukan dengan *game* dan guru hanya mengawasi, sehingga kondisi tersebut dirasa kurang ideal.

#### 2) Faktor pribadi (*personal factor*)

Setiap siswa mempunyai pribadi yang berbeda, baik secara fisik, mental, maupun keterampilan. Keterampilan dapat dipahami dan dilakukan dalam waktu yang lama maupun secara singkat. Hal ini membuktikan bahwa bakat siswa berbeda-beda. Semakin baik bakat dalam keterampilan tertentu, semakin mudah siswa menguasai suatu keterampilan. Motivasi siswa di SD Negeri Kotagede 5 berbeda-beda, hal tersebut terlihat dari antusiasme siswa pada saat pembelajaran olahraga khususnya kasti. Ada siswa yang antusias mengikuti pembelajaran, tetapi sebagian besar siswa kurang antusias mengikuti pembelajaran, karena olahraga kasti dianggap oleh siswa



kurang menyenangkan dibandingkan olahraga lain, misalnya sepakbola.

### 3) Faktor Situasional (*situational factor*)

Faktor situasional dapat mempengaruhi kondisi pembelajaran yang tertuju pada keadaan lingkungan. Hal itu dipengaruhi oleh tugas belajar siswa dan peralatan yang digunakan atau media pembelajaran. Siswa akan mudah menguasai keterampilan jika tugas belajar dan media pembelajaran sesuai dengan usia siswa. Pada saat pembelajaran olahraga khususnya kasti, guru tidak pernah menggunakan media untuk menerangkan gerakan teknik dasar pada permainan kasti, sehingga siswa kurang dapat melakukan gerakan teknik dasar permainan kasti dengan baik.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa melempar bola kasti siswa putra dan putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori cukup. Melempar merupakan hal utama dalam permainan kasti, yaitu pada waktu regunya menjaga regu lapangan. Apabila setiap anggota regu dapat melempar dengan kecepatan yang cukup besar dan ketepatan baik, maka regu tersebut akan menjadi regu yang kuat dalam pertahanan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa menangkap bola kasti siswa putra dan putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori cukup. Menangkap bola merupakan faktor penentu keberhasilan sebuah regu. Teknik ini merupakan salah satu unsur yang penting dalam pertahanan. Jika dapat menangkap bola dengan baik, maka kesempatan untuk mematikan lawan lebih besar.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa memukul bola kasti siswa putra dan putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori sedang. Memukul bola dalam permainan rounders merupakan faktor utama untuk mendapatkan nilai. Oleh karena itu, teknik memukul hendaklah mendapat perhatian yang sungguh-sungguh. Untuk dapat menjadi seorang pemukul yang baik, pelajarilah teknik memukul secara keseluruhan, yaitu mulai dari cara memegang pemukul sampai akhir ayunan. Memukul bola merupakan tehnik dasar dalam permainan kasti, pukulan yang baik akan mendapatkan kesempatan mendapatkan skor atau nilai. Melempar, menangkap, memukul, dan kecepatan berlari

merupakan keterampilan dasar yang wajib dikuasai untuk dapat bermain kasti dengan baik. Melempar bola dalam permainan kasti bertujuan untuk memberikan operan kepada teman satu tim atau kepada penjaga *base* supaya dapat mematikan lawan.

### B. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dilakukan sebaik mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian yaitu:

1. Tidak tertutup kemungkinan para siswa kurang bersungguh-sungguh dalam melakukan tes.
2. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani siswa, yaitu faktor psikologis dan fisiologis.
3. Tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi dan waktu mengonsumsi makanan orang coba sebelum tes.
4. Tidak semua teknik dasar diteliti dalam penelitian ini, misalnya teknik lari.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Tingkat kemampuan memukul, menangkap, dan melempar bola kasti siswa putra kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,55% (1 siswa), “rendah” sebesar 22,73% (5 siswa), “cukup” sebesar 45,45% (10 siswa), “tinggi” sebesar 22,73% (5 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 4,55% (1 siswa).
2. Tingkat kemampuan memukul, menangkap dan melempar bola kasti siswa putri kelas V di SD Negeri Kotagede 5 berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 siswa), “rendah” sebesar 37,50% (3 siswa), “cukup” sebesar 25,00% (2 siswa), “tinggi” sebesar 37,50% (3 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 0% (0 siswa).

### B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Guru dan siswa dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih

meningkatkan dan memperbaiki kualitas dalam pembelajaran olahraga kasti.

2. Dengan diketahui tingkat kemampuan dasar bermain kasti siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 5 dapat digunakan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain kasti di sekolah lain.

### C. Saran-saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi guru, hendaknya memperhatikan tingkat kemampuan dasar bermain kasti siswa agar lebih meningkat dan selalu memotivasi siswa untuk giat berlatih.
2. Bagi siswa agar menambah latihan-latihan lain yang mendukung dalam mengembangkan keterampilan dasar bermain kasti siswa.
3. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya menambah variabel atau populasi yang akan diteliti.

### Daftar Pustaka

Abdoellah, A & Munadji, A. (1994). *Pendidikan jasmani*. Jakarta: DEPDIKBUD..

Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Azwar, S. (2016). *Fungsi dan pengembangan pengukuran tes dan prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.

Bahagia, Y. (2000). *Atletik*. Jakarta: Depdikbud.

BSNP. (2006). *Kurikulum tingkat satuan pendidikan*. Jakarta: BSNP.

Darsono. (2000). *Belajar dan pembelajaran*. Semarang : IKIP Press.

Depdiknas. (2003). *Standar kompetensi mata pelajaran pendidikan jasmani*. Jakarta: Depdiknas.

Desmita. (2010). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Hamalik, O. (2008). *Dasar-dasar pengembangan kurikulum*, Bandung: Remaja Rosdakarya.

Heryana, D & Varianti, G. (2010). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk siswa SD-MI kelas V*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.

Hidayat. (2011). *Tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan kelas V SD Negeri Wirogaten, Kecamatan Mirit, Kabupaten Kebumen tahun pelajaran 2012/2011*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.

Hidayat. (2004). *Ilmu pengantar pendidikan*. Jakarta: Salemba Medika.

Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana Media Group.

Jihad, A & Haris, A. (2008). *Evaluasi pembelajaran*. Jakarta: Multi Pressindo.

Lutan, R. (2000). *Pendekatan pendidikan gerak di SD*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Magill, A.R. (2011). *Motor learning and control: concepts and applications*. California: McGraw-Hill Companies, Inc.

Ma'mun, A & Saputra, Y.M. (2000). *Perkembangan gerak dan belajar gerak*. Jakarta: Depdikbud.

Mollie, D. (2011). *Movement and dance in the early years*. London: Sage Publications Companion.

Muhajir. (2004). *Pendidikan jasmani teori dan praktek*. Jakarta: Erlangga.

Natawidjaja & Moein. (2010). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.

- Nurseto, T. (2011). *Pembelajaran yang efektif dan menyenangkan*. Depok: Pelatihan Guru SMP Muhammadiyah.
- Pamungkas, K. (2015). *Tingkat kemampuan dasar bermain Kasti siswa kelas V SD Negeri Ngandagan di Kecamatan Pituruh*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Paturusi, A. (2012). *Manajemen pendidikan jasmani dan olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rianto, Y. (2002). *Paradigma baru pembelajaran*. Jakarta: PT. Kencana.
- Roji. (2004). *Pendidikan jasmani*. Jakarta: Erlangga.
- Sagala, S. (2010). *Konsep dan makna pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Sardiman. (2009). *Interaksi & motivasi belajar mengajar*. Jakarta: Rajawali.
- Schmidt, R.A & Lee, T.D. (2008). *Motor learning and performance (5<sup>th</sup> ed)*. Champaign: Human Kinetics.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sugandi, A. (2005). *Teori pembelajaran*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Sugihartono. (2007). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, A. (2000). *Dasar-dasar penjas kes*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sukintaka. (2004). *Teori pendidikan jasmani*. Solo: Esa Grafika.
- Sumirah. (2010). *Kemampuan melempar bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Panukan, Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Supardi & Suryono. (2010). *BSE: penjasorkes untuk SD/MI Kelas V*. Jakarta : Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Suryobroto, A.S. (2004). "Sarana dan prasarana pendidikan jamani." Yogyakarta: FIK UNY.
- Syarifuddin, A & Muhadi. (1992). *Pendidikan jamani dan kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Trianto. (2009). *Desain pengembangan pembelajaran tematik bagi anak usia dini tk/ra dan anak usia kelas awal ad/mi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Uno, H.B. (2008). *Orientasi baru dalam psikologi pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Usman, M.U. (2010). *Upaya optimalisasi kegiatan belajar mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Websteedukasi. RPP PJOK Kelas 5 SD/MI Semester 2 K13 Revisi 2017. Diambil pada tanggal 25 Maret 2018 dari <http://www.websiteedukasi.com/2018/01/rpp-pjok-kelas-5-sdmi-semester-2-k13.html>.
- Yamin, M. (2005). *Strategi pembelajaran berbasis kompetensi*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi perkembangan anak & remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

