

**PENINGKATAN KEMAMPUAN MELEMPAR DALAM PEMBELAJARAN ROUNDERS DENGAN BENTUK BERMAIN MELEMPAR KE BERBAGAI SASARAN BAGI SISWA KELAS V SD NEGERI DENGOK 1 KECAMATAN PLAYEN GUNUNGGIDUL**

***THROWING ABILITY IMPROVEMENT IN ROUNDERS LEARNING WITH THROWING GAME OF VARIOUS TARGETS FOR THE FIFTH GRADE STUDENTS OF SD NEGERI DENGOK 1, PLAYEN GUNUNGGIDUL***

Oleh : Dwi Suryanto

Abstrak

Siswa saat melakukan melempar dalam pembelajaran ronders akurasi dan kekuatan kurang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan proses peningkatan hasil belajar melempar dalam pembelajaran ronders melalui pendekatan bermain melempar ke berbagai sasaran pada siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul dengan jumlah total 16 siswa. Instrumen yang digunakan yaitu tes unjuk kerja, pengetahuan dan sikap. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskripsi kualitatif. Berdasar hasil penelitian dapat disimpulkan peningkatan hasil kemampuan melempar melalui pendekatan bermain melempar ke berbagai sasaran pada siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata unjuk kerja, pengetahuan dan sikap siswa. Nilai rata-rata siswa pada kegiatan pratindakan sebesar 69,35 dengan persentase ketuntasan sebesar 25 % . Kondisi tersebut mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa pada siklus I yaitu sebesar 73,69 dan persentase ketuntasan sebesar 44% . Peningkatan tersebut belum mencapai target yang ditetapkan sebelumnya. Kemudian melanjutkan ke siklus II nilai rata-rata siswa kembali mengalami peningkatan sebesar 82,46 dengan persentase ketuntasan sebesar 81% . Hal ini menunjukkan bahwa target yang telah ditetapkan sebelumnya telah tercapai sehingga penelitian dihentikan pada siklus II. Kemampuan melempar peserta didik meningkat dengan ditandai dengan 81% peserta didik tuntas KKM.

*Kata kunci: ronders,melempar,metode bermain ,bermain melempar ke berbagai sasaran*

*Abstract*

*The fact showed that the students' throwing accuracy and strength in rounders learning was not good. The research aimed in describing the improving the learning outcomes in rounders learning through the throwing game approaches of various targets for the fifth grade students of SDN Dengok 1 Unit of Kindergarten and Elementary School Playen, Gunung Kidul. This study was a class action research. The subjects in this study were the fifth grade students of SDN Dengok 1 Unit of Kindergarten and Elementary School Playen, Gunungkidul with the total of 16 students. The instruments were the tests of performance, knowledge, and attitudes. The data analysis technique employed a qualitative description. Based on the research results, the improvement of the throwing ability through throwing game approaches of various targets of the fifth grade students from SDN Dengok 1 Unit of Kindergarten and Elementary School Playen, Gunungkidul was characterized by an increase in the mean scores of the students' performance, knowledge and attitudes. The mean score of the students in pre-action activities was at 69.35 with a percentage of 25% completeness. Such conditions got the increase for the mean score of the students in the first cycle which was equal to 73.69 and the percentage of completeness by 44%. Such improvements had not reached the target set earlier. Then as it proceeded to the second cycle, the students' mean score got an increase of 82.46 with a percentage of 81% completeness. It showed that the target previously set had been reached so that the study was stopped in the second cycle. The students' throwing ability got the improvement as it gained the increase at 81% with the students had completed the KKM standard.*

*Keywords: rounders, throwing, playing methods, throwing game of various targets*

## **PENDAHULUAN**

Pembelajaran merupakan suatu upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik untuk menyampaikan ilmu pengetahuan, mengorganisasi, dan menciptakan sistem lingkungan dengan berbagai metode sehingga siswa dapat melakukan kegiatan belajar secara efektif dan efisien serta dengan hasil optimal. Menurut Fontana yang dikutip Udin S, Winata Putra, (2004: 2) bahwa belajar adalah proses perubahan yang relatif tetap dalam perilaku individu sebagai hasil pengalaman. Menurut Vina Sanjaya, (2010: 86) menyatakan bahwa, tujuan pembelajaran adalah kemampuan (kompetensi) atau ketrampilan yang diharapkan dapat dimiliki setelah mereka melakukan proses pembelajaran tertentu.

Ronders termasuk permainan bola kecil yang dalam semester 2 di kurikulum 2006 mendapatkan alokasi waktu 3 kali pertemuan. Setiap pertemuan 4 kali 35 menit sehingga waktu yang dibutuhkan masih sangat kurang jika dilakukan dengan mengedril kemampuan melempar saja. Maka guru harus pintar-pintar mengelola waktu dalam pembelajaran.

Raunders merupakan olahraga yang dilakukan secara team atau beregu. Setiap team terdiri dari 12 pemain inti dan berapa pemain cadangan. Ronders termasuk dalam permainan bola kecil. Ronders biasanya dilakukan dalam pembelajaran pada siswa kelas atas. Ronders terbagi menjadi beberapa ining atau babak. Ronders merupakan kegiatan jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan dinamis dan harmonis.

Rounders merupakan permainan yang sangat menyenangkan dan tidak terlalu membahayakan bagi peserta didik. Cara

mematikan lawan tidak boleh dilemparkan, tetapi hanya dengan membakar *base* dan mengetik atau menyentuh badan pemain yang akan ke base berikutnya. Dimainkan secara baik dan benar, dan memahami peraturan-peraturan dalam permainan ronders maka permainan ronders akan menarik.

Kemampuan dasar lempar tangkap harus sudah dikuasai oleh siswa kelas atas karena sudah sejak kelas bawah sudah dilakukan dengan baik. Siswa-siswa kelas lima di SD Negeri Dengok 1 kurang baik saat melakukan melempar dalam permainan ronders. Saat melempar bola siswa-siswa kelas lima masih jauh ketepatannya atau akurasi.

Pembelajaran permainan ronders siswa kelas lima SD Negeri Dengok 1 kurang memahami peraturan-peraturan permainan. Bagaimana cara mematikan lawan. Siswa masih terpengaruh dengan peraturan dalam permainan Kasti. Sehingga bola sering dilepas saat mematikan lawan. Tidak segera menginjak base yang akan dituju oleh pemukul.

Permainan ronders kurang menarik untuk dilihat, karena kemampuan siswa dalam pembelajaran ronders masih sangat minim. Siswa lebih memilih permainan kasti yang sudah terbiasa dilakukan selama ini. Jika dibiarkan begitu saja kemampuan anak-anak didik dalam permainan bola kecil kurang variatif. Seorang guru harus berusaha agar anak didik dapat melakukan permainan bola kecil yang lain tidak hanya kasti saja.

Keadaan seperti ini mungkin dapat teratasi dengan guru terus berinovasi mencari cara yang baik agar anak didik dapat melaksanakan pembelajaran permainan ronders dengan baik. Dengan

cara bermain mungkin anak menjadi senang dan mempunyai semangat untuk melakukan permainan ini. Banyak permainan yang ada di masyarakat sekitar, baik permainan tradisional maupun permainan modifikasi seperti : mengeluarkan botol aqua dari dalam petakan, pelembar jitu, melempar dan mengelak, melempar berpasangan, menyerang pertahanan dan lain-lain. Permainan tradisional maupun permainan modifikasi ini mungkin dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar melempar dalam permainan ronders.

Dalam penelitian ini akan diungkapkan yang akan diungkapkan adalah pola lemparan atas (*Overhand*). Pola lemparan tangan atas ini ditandai rotasi pada sendi bahu kemudian tahap ayunan belakang, lengan yang dalam sikap berputar dan dalam tahap ayunan tangan kedepan.

Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Upaya Peningkatan Kemampuan Melempar dalam Pembelajaran Ronders dengan Bentuk Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran pada Siswa Kelas V SD Negeri Dengok 1 Kecamatan Playen Gunungkidul”

Setiap pemain harus memiliki kemampuan yang baik dalam melempar bola. Dengan memiliki kemampuan yang baik dalam melempar maka regu penjaga akan mudah dalam mematikan regu pemukul. Sehingga akurasi dalam melempar sangat diperlukan dalam permainan ronders karena lapangan dalam pembelajaran ronders sangat luas.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian tindakan kelas

(*Classroom Action Research*). Metode ini memfokuskan penelitian dalam bentuk tindakan kelas yakni penelitian yang dilakukan bukan menciptakan yang baru semata, tetapi menempelkan pada suatu kegiatan yang sedang berlangsung. Dalam penelitian tindakan ini, peneliti melakukan suatu tindakan yang secara khusus diamati terus menerus, dilihat plus-minusnya, kemudian diadakan perubahan terkontrol sampai pada upaya maksimal dalam bentuk tindakan yang paling tepat. Suharsimi Arikunto, (2006: 3).

### **Lokasi dan Waktu Penelitian**

Tempat pengambilan data dilaksanakan di SD Negeri Dengok 1 Kecamatan Playen Gunungkidul. Waktu penelitian dilakukan saat kegiatan belajar mengajar berlangsung di kelas V SD Negeri Dengok 1 pada jam pelajaran Penjaskes.

### **Target/Subyek Penelitian**

Subyek penelitian adalah siswa-siswa kelas 5 SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul berjumlah 16 siswa.

### **Prosedur Penelitian**

Pendekatan penelitian adalah penelitian deskriptif kualitatif. Pendekatan ini dipilih atas pertimbangan bahwa dalam setiap pelaksanaan tindakan yang dirancang, peneliti berupaya untuk menelaah secara seksama masalah yang menjadi fokus penelitian dan dalam waktu yang bersamaan peneliti juga harus menganalisis dan merefleksikan permasalahan yang ada sebagai dasar melakukan perbaikan terhadap rancangan tindakan pada tahap selanjutnya.

Pada penelitian diskriptif ini, peneliti berusaha menggambarkan metode pembelajaran diterapkan dan bagaimana hasil yang diinginkan dapat tercapai. Dalam penelitian ini menggunakan bentuk penelitian kolaboratif partisipatif. Dimana peneliti bertindak sebagai guru dan perancang dalam penelitian. Oleh karena itu, PTK ini difokuskan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil pembelajaran serta memperbaiki kualitas pendidikan di kelas tersebut.

Prosedur pelaksanaan PTK ini menggunakan model siklus PTK yang dikembangkan oleh Kemmis dan Taggart (1990) (dalam Sa'dun Akbar, 2010: 28) dengan 4 aspek setiap siklusnya yang terdiri dari perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*action*), observasi (*observing*), refleksi (*reflecting*).

### **Data, Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

Data yang diperoleh melalui PTK ini difokuskan pada peningkatan aktivitas dan hasil pembelajaran serta memperbaiki kualitas pendidikan di kelas tersebut.

Instrumen penelitian adalah alat bantu pengumpulan data, (Suharsimi Arikunto, 2006 : 149). Yang menjadi instrumen penelitian ini pada dasarnya adalah penelitian sendiri. Peneliti menjadi instrumen penelitian karena dalam proses pengumpulan data itulah peneliti akan melakukan adaptasi secara aktif sesuai dengan keadaan yang dihadapi peneliti ketika berhadapan dengan subyek penelitian. Untuk mempermudah pelaksanaan pengumpulan data dalam suatu penelitian diperlukan instrumen penelitian. Instrumen penelitian tersebut berfungsi sebagai panduan pelaksanaan pengumpulan data yang telah diperoleh.

Instrumen sebagai panduan pengambilan data berupa lembar observasi dan kisi-kisi soal

### **Analisis Data**

Analisis data dilakukan dengan cara merefleksi hasil observasi dan evaluasi terhadap proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru dan siswa di lapangan dan diolah menjadi kalimat yang bermakna dianalisis. Data yang diperoleh pada penelitian ini dianalisis dengan menggunakan deskriptif komparatif yaitu dengan membandingkan data kuantitatif dari kondisi awal, siklus I dan siklus berikutnya jika belum mencapai hasil yang diharapkan.

### **Kriteria Keberhasilan**

Kriteria keberhasilan hasil belajar menjadi dasar penentuan ketuntasan hasil belajar siswa. Ada dua kategori ketuntasan belajar yaitu secara perseorangan dan secara klasikal. Kriteria keberhasilan belajar Penjaskes siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen sebagai berikut 1) Untuk keberhasilan individu bagi setiap siswa pada bidang studi Penjas adalah 75 dan 2) Untuk keberhasilan klasikal minimal adalah 75% dari jumlah siswa dalam satu kelas. Apabila dalam kelas tersebut, siswa yang mendapat skor 75 atau lebih sudah mencapai 75% (12 siswa) maka kelas tersebut dikatakan tuntas belajar dan dapat dilanjutkan ke materi selanjutnya.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Pra-tindakan**

Pada kondisi awal siswa masih pasif dan tidak bergairah dalam mengikuti

pembelajaran rounders. Berdasarkan analisis sementara, ditemukan fakta bahwa siswa kesulitan dalam melakukan rounders. Kesulitan yang dialami siswa berupa kemampuan melempar bola yang kurang baik. Sehingga siswa tidak ada gairah untuk mempelajari materi ini. Ketika guru memberi contoh siswa memperhatikan dan jika ditanya mereka menjawab sudah paham. Tetapi pada saat siswa melakukan praktek lempar tangkap berpasangan masih banyak siswa yang belum tepat sasarannya.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, hal yang menyebabkan siswa cenderung pasif dan tidak ada gairah untuk mempelajari rounders dikarenakan proses pembelajaran tidak menggunakan metode yang menarik siswa.

Rata-rata nilai gerak dasar rounders siswa sebesar 69, 35. Sementara jumlah siswa yang tuntas belajar adalah 2 siswa (25%). Siswa yang belum tuntas belajar sebanyak 14 siswa (75%). Pada sebelum tindakan ini ketuntasan belajar siswa baru mencapai 25%, sementara standar ketuntasan klasikal yang ditetapkan peneliti adalah 75%. Sehingga perlu diadakan tindakan .

### **Siklus I**

Pada tahap ini peneliti melaksanakan rancangan pembelajaran yang sudah direncanakan. Tindakan ini dilaksanakan pada kamis , 9 April 2015. Pada kegiatan awal guru mengkondisikan siswa untuk siap belajar. Setelah itu mengadakan presensi. Kemudian mengadakan pemanasan. Setelah itu guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai serta kegiatan yang akan dilakukan dalam proses pembelajaran.

Pada kegiatan inti siswa bersama guru mempersiapkan lapangan untuk permainan target dan alat peraga yang berupa bola plastik, botol aqua, cok, bola tenis, keranjang atau tempat sampah, bola plastik yang diisi dengan kain. Sehingga bola plastik menjadi lebih berat .

Setelah semuanya jelas guru memberikan penjelasan tentang cara bermain melempar ke berbagai sasaran. Permainan pada pertemuan ini adalah permainan untuk melatih kekuatan dan akurasi lemparan, yaitu permainan menyerang pertahanan dan mengeluarkan botol aqua dari dalam petakan. Siswa sangat antusias dalam permainan ini. Siswa di bagi menjadi 2 kelompok. Kelompok yang menang memegang cok untuk melakukan lemparan pertama. Posisi siswa ada di seberang garis, dan di seberangnya lagi kelompok lawan. Sebelumnya guru mendemonstrasikan dulu permainan ini. Siswa harus melakukan lemparan sekuat tenaga agar lemparan menjahui garis sehingga kelompok lawan tidak bisa melewati garis. Kelompok yang menang adalah kelompok yang dapat melempar Cok sampai kebelakang dan kelompok lawan tidak dapat mengembalikan melewati garis.

Kemudian dilanjutkan dengan permainan mengeluarkan botol aqua dari petakan. Guru mempersiapkan alat dan siswa membantu menyusun alat dengan arahan guru. Botol aqua dijajar ditengah antara kelompok. Dua orang anak pada setiap regu berada pada daerah yang berlawanan dengan dua teman lainnya pada daerah yang berseberangan, di antara setiap regu diletakkan botol aqua bekas yang diisi air atau pasir, jarak botol dan besarnya petak disesuaikan oleh guru, yang tujuan kegiatan ini tidak terlalu

mudah dan tidak pula terlalu sulit sehingga menggembirakan oleh anak-anak. Setiap regu diberi dua buah bola tenis untuk melempar botol tersebut. Setiap regu berusaha mengeluarkan botol tersebut dari dalam petakannya dengan jalan melemparnya dari batas ruangnya, siapa yang berhasil duluan mengeluarkan botol dari petaknya maka mereka memperoleh nilai satu. Lama waktu permainan disesuaikan oleh guru.

Setelah proses permainan selesai, kegiatan berikutnya adalah melakukan evaluasi teknik dasar melempar dalam pembelajaran *rounders* yang sesungguhnya. Siswa beralih ke lapangan *rounders*, guru mendemonstrasikan teknik melempar yang digunakan dalam *rounders* seperti pada permainan target yang telah dilaksanakan. Setiap siswa melakukan lima kali melempar dengan target sasaran.

Setelah selesai melakukan evaluasi kemampuan teknik dasar melempar. Sementara siswa melakukan permainan *rounders* dengan peraturan yang disederhanakan dan modifikasi, guru melakukan pengamatan untuk mengetahui kemampuan dasar *rounders* siswa pada lembar yang telah di siapkan.

Pada kegiatan akhir siswa bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran pada pertemuan ini. Kemudian siswa mengerjakan soal evaluasi. Setelah selesai guru mengadakan refleksi dengan memberi kesempatan kepada siswa menanyakan materi yang belum dimengerti dan kesan-kesan selama proses pembelajaran. Setelah itu penutup dengan salam menandakan pelajaran telah selesai.

Berdasarkan pengamatan diperoleh hasil belajar siswa meliputi nilai kognitif, afektif dan psikomotor masing-masing

secara berurutan sebesar 80, 63, 70,13 dan 70, 31.

Rata-rata nilai gerak dasar *rounders* siswa sebesar 73,69. Sementara jumlah siswa yang tuntas belajar adalah 7 siswa (44%). Siswa yang belum tuntas belajar sebanyak 9 siswa (56%). Pada siklus ini ketuntasan belajar siswa baru mencapai 44%, sementara standar ketuntasan klasikal yang ditetapkan peneliti adalah 75%. Sehingga pada siklus ini siswa belum bisa dikatakan tuntas belajar pada materi gerak dasar *rounders*. Sehingga perlu di lanjutkan pada siklus berikutnya.

Setelah proses pembelajaran pada siklus I ini selesai, peneliti merefleksikan hal-hal yang terjadi pada pertemuan ini meliputi: 1) secara keseluruhan RPP yang dirancang guru sudah terlaksana dengan baik, 2) pada saat proses pembelajaran keaktifan siswa masih perlu ditingkatkan, siswa masih banyak siswa yang belum aktif melaksanakan kegiatan *rounders*, 3) perlu adanya variasi media lagi untuk meningkatkan antusias siswa dalam proses pembelajaran dan 4) berdasarkan hasil tes evaluasi yang diberikan guru pada akhir pembelajaran, masih perlu ditingkatkan, karena secara klasikal rata-rata nilainya masih belum memenuhi standar ketuntasan yang telah ditetapkan.

Berdasarkan refleksi yang sudah dilakukan, upaya yang ditempuh untuk perbaikan pada siklus II meliputi hal-hal sebagai berikut: 1) lebih dekat dengan siswa agar siswa lebih aktif lagi dalam proses pembelajaran, 2) dalam proses kerja kelompok dikondisikan agar semua siswa ikut berpartisipasi, 3) guru memberi peraturan yang jelas pada saat permainan agar siswa bisa tertib dan 4) memberi variasi yang menarik pada media pembelajaran.

## Siklus II

Pada tahap ini peneliti melaksanakan rancangan pembelajaran yang sudah direncanakan. Pelaksanaan tindakan siklus II ini pada Kamis, 23 April 2015. Pada kegiatan awal guru mengkondisikan siswa untuk siap belajar. Setelah itu mengadakan presensi. Kemudian mengadakan pemanasan. Setelah itu guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai serta kegiatan yang akan dilakukan dalam proses pembelajaran.

Pada kegiatan inti siswa memperhatikan media yang ditunjukkan guru. Pada siklus ini ada variasi permainan yang lebih sulit dibandingkan dengan permainan di siklus I yaitu permainan penembak jitu, melempar dan mengelak, dan bola batas. Pada awalnya guru kembali menjelaskan dan memberikan contoh cara melaksanakan permainan yang akan dilakukan. Permainan ini diawali dengan membagi siswa menjadi dua regu, masing-masing regu dibatasi dengan ruangan dan disediakan bola *medicine* (bola kaki yang diisi kertas atau kain). Bola pelempar yang sesuai diberikan sesuai jumlah siswa tiap regu.

Pelaksanaan permainan setiap regu berusaha melempar bola *medicine* masuk ke daerah lawan. Melempar bola dilakukan dari batas daerah masing-masing. Melempar bola tidak boleh melewati garis batas daerahnya. Regu yang menang adalah regu yang dapat memasukan bola *medicine* ke daerah lawan.

Kemudian dilanjutkan permainan Melempar dan mengelak. Cara bermainnya, dengan bola ada pada salah satu regu, lemparkan bola ke arah anak yang berada ditengah, dengan sasaran bagian kaki anak. Anak yang dilempar harus

berusaha menghindar dengan cara melompat atau bergeser ke arah lain. Jika anak yang di tengah berhasil dikenai ketika dilempar pada kakinya, anak tersebut harus berpindah ke regu yang berhasil melemparnya. Demikian permainan berlangsung hingga semua anak yang di tengah habis dan berpindah tempat. Regu yang berhasil mengumpulkan anggota baru lebih banyak, dianggap regu yang menang.

Kemudian melakukan permainan Bola Batas untuk melatih akurasi dan kerjasama antar regu. Cara bermain Setelah diadakan undian untuk menentukan regu mana yang memegang bola dan memulai lemparan pertama, setiap regu berusaha saling melempar regu lawannya dengan bola ke arah bagian kaki dan yang dilempar berusaha menghindar atau menangkap bola yang datang. Bahkan jika disepakati bersama, bola boleh ditangkis oleh tangan. Jika kena lemparan, seorang pemain harus keluar dari kotaknya dan bergabung dengan pelempar luar dari regunya sendiri, di sekitar lapangan lawan. Meskipun sudah diluar, mereka berhak membantu regunya sendiri, dengan cara ikut melempar regu lawan dari luar. Bahkan memiliki kebebasan yang lebih leluasa karena dapat melempar dari belakang atau dari kedua sisi samping.

Jika bola ke luar lapangan maka bola milik pemain pelempar luar atau pemain yang sudah diluar, sesuai wilayahnya. Itulah saatnya mereka memiliki hak untuk melempar lawan, untuk mencoba mengenai kaki lawan dengan bola. Beri pula dorongan kepada setiap regu untuk memanfaatkan pemain yang sudah diluar untuk bekerjasama, dan memaksa siswa untuk terus bergerak kedepan dan

belakang lapangan, dengan cara mengoper bola antara pemain dalam dan pemain luar.

Tugas dari masing-masing regu adalah menghabiskan pemain lawan dari lapangan maka regu yang berhasil membuat lawan-lawannya keluar semua dari lapangan dinyatakan sebagai pemenang.

Siswa melakukan teknik dasar melempar dalam pembelajaran rounders dengan bimbingan guru. Pada kegiatan akhir siswa bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran pada pertemuan ini. Kemudian siswa mengerjakan soal evaluasi. Setelah selesai guru mengadakan refleksi dengan memberi kesempatan kepada siswa menanyakan materi yang belum dimengerti dan kesan-kesan selama proses pembelajaran. Setelah itu penutup dengan salam menandakan pelajaran telah selesai.

Pada siklus II ini data yang akan dipaparkan selama pengamatan seperti pada siklus I meliputi data penilaian secara kognitif, afektif, dan psikomotor. Rata-rata nilai kognitif siswa sebesar 89,38. Hal ini mengalami peningkatan dari siklus I yang rata-ratanya hanya 80,63. Nilai rata-rata aspek afektif siswa sebesar 83 hal ini mengalami peningkatan dari siklus sebelumnya sebesar 70,13. Rata-rata nilai psikomotor siswa sebesar 75, hal ini juga mengalami peningkatan yang sebelumnya hanya 70,31.

Rata-rata nilai hasil belajar tentang gerak dasar rounders siswa sebesar 82,46 yang sebelumnya hanya sebesar 73,69. Sementara siswa yang mengalami ketuntasan belajar sebanyak 13 siswa (81%) hal ini mengalami peningkatan sebesar 37% dari seiklus I sebesar 44%. Melihat hasil ketuntasan belajar siswa pada siklus II ini sebesar 81%, maka standar ketuntasan klasikal yang

ditetapkan peneliti sebesar 75% dapat terpenuhi.

Hal-hal yang ditemukan dan hasil dari perbaikan dari refleksi pada siklus II.

- 1) Pelaksanakan model permainan penembak jitu untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar rounders lebih baik dari siklus I.
- 2) Peran siswa dalam proses pembelajaran menjadi lebih banyak.
- 3) Semua indikator dan tujuan pembelajaran sudah dicapai dengan baik.
- 4) Rencana pelaksanaan pembelajaran yang dirancang guru sudah terlaksana dengan baik
- 5) Siswa tampak senang dengan proses pembelajaran berlangsung, tak tampak kebosanan pada siswa.
- 6) Hasil belajar yang diperoleh siswa juga meningkat, sehingga KKM yang ditentukan bisa terpenuhi.

## **Pembahasan**

### **Penerapan Model Bermain Melempar ke Berbagai sasaran untuk Meningkatkan Gerak Dasar Rounders Siswa**

Pembelajaran kooperatif dengan model bermain melempar ke berbagai sasaran dapat membantu siswa memahami materi gerak dasar rounders, serta menumbuhkan kemampuan kerja sama, berpikir kritis, dan mengembangkan sikap sosial siswa.

Pada pembelajaran Penjas materi rounders dengan menggunakan model bermain melempar ke berbagai sasaran pada siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul, dilaksanakan dalam 2 siklus.



Adapun langkah-langkah kegiatan yang dilakukan, diantaranya siklus I meliputi:

- a. Siswa di ajak bermain yang melatih akurasi dan kekuatan melempar.
- b. Melemparkan cok sejauh-jauhnya dan mengeluarkan botol aqua dari petakan. Bola tersebut di arahkan masuk ke dalam keranjang yang ada di seberang net.
- c. Kelompok yang berhasil melempar cok dan tidak dapat dikembalikan kelompok lawan menjadi pemenang.
- d. Kelompok yang dapat mengeluarkan botol yang diisi air dari kotakan menjadi pemenang.
- e. Siswa melakukan rounders modifikasi.
- f. Evaluasi.

Sedangkan pada siklus II meliputi:

- a. Siswa di barikan permainan yang lebih komplek agar kemapuan akurasi dan kekuatan menjadi baik lagi yaitu penembak jitu, melepar dan mengelak, dan bola batas.
- b. Siswa melakukan permainan secara kelompok untuk melatih kerjasama dan kekompakan.
- c. Kelompok yang memenag permainan adalah kelompok Siswa yang berhasil memasukan bola yang diisi kain ke lapangan lawan.dan kelompok yang dapat mengenai lawan hingga habis.
- d. Kelompok yang mendapat bintang paling banyak akan menjadi pemenang.
- e. Siswa melakukan rounders dengan modifikasi.
- f. Evaluasi.

Dari uraian mengenai langkah-langkah pembelajaran yang telah direncanakan dan dilaksanakan di atas, menyatakan bahwa

proses pembelajaran tidak hanya terpusat pada guru saja, melainkan siswa membangun pengetahuannya sendiri dari bermain melempar ke berbagai sasaran.

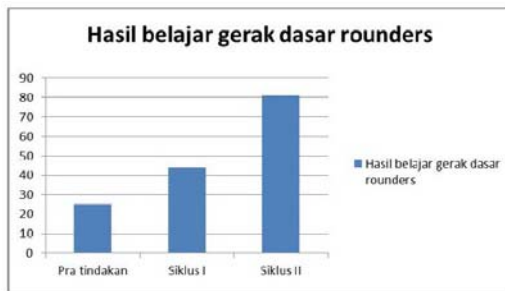
### **Peningkatan Hasil Belajar Rounders**

Berdasarkan analisis data terhadap ketuntasan hasil belajar siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul pada siklus I dapat diketahui bahwa ketuntasan belajar siswa rata-ratanya sebesar 44%. Nilai tersebut belum memenuhi standar ketuntasan klasikal yang ditetapkan peneliti sebesar 75 %, sehingga dapat dinyatakan bahwa pada siklus I ini siswa siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul belum tuntas belajar, dikarenakan prosentase belajar secara klasikal belum mencapai 75%.

Pada siklus I terdapat beberapa hal yang menyebabkan tidak tercapainya ketuntasan belajar antara lain: (1) media pembelajaran masih kurang memotivasi siswa, sehingga belum ada pemahan yang menyeluruh dari masing-masing kelompok, (2) pada saat melakukan rounders siswa kurang konsentrasi, (3) ada beberapa soal yang diberikan guru kurang bisa dipahami oleh siswa, sehingga sebagian siswa menjawab soal kurang tepat.

Dengan acuan di atas maka dilaksanakan tindakan perbaikan yang dilaksanakan pada siklus II. Dari hasil tindakan pada siklus II dapat diketahui bahwa ketuntasan belajar siswa yaitu sebesar 81% siswa sudah tuntas belajar. Sedangkan dilihat dari rata-rata klasikal dapat diketahui bahwa hasil belajar siswa setelah dilaksanakan tindakan siklus II meningkat sebesar 37%. Sehingga dapat

dinyatakan bahwa pada siklus II ini siswa siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul sudah tuntas belajar, dikarenakan prosentase belajar secara klasikal sudah melebihi 75%. Untuk peningkatan hasil belajar mengenai rounders lebih jelasnya lihat pada gambar berikut.



Gambar 1. Grafik Peningkatan Hasil Belajar Rounders Siswa

Tampak pada gambar 7 diatas grafik tersebut menunjukkan peningkatan dari pra tindakan ke siklus II sebesar 56%. Pada awalnya 25% menjadi 81%. Kondisi ini menunjukkan bahwa siklus II dapat dinyatakan berhasil dan terbukti penggunaan model bermain melempar ke berbagai sasaran dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar rounders siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul. Dengan adanya peningkatan hasil belajar yang diperoleh siswa tersebut menunjukkan fakta bahwa penggunaan model bermain melempar ke berbagai sasaran dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar rounders.

Dari hasil penelitian terdapat 3 siswa (19%) yang belum memenuhi batas KKM atau tuntas. Hal ini dikarenakan pada saat pelaksanaan penelitian ada satu siswa yang sedang sakit tetapi memaksa untuk mengikut pembelajaran. Guru sudah mengingatkan tetapi siswa tetap ingin mengikuti seperti teman-temannya. Dua

siswa mempunya permasalahan pada indra pengelihatannya yang kurang baik sehingga pada saat pembelajaran kurang maksimal karena jarak pandang tidak seperti teman lainnya.

Dengan demikian, hipotesis tindakan yang diajukan oleh peneliti bahwa jika siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul Tahun Pelajaran 2014/2015 dibelajarkan penjas dengan pemberian model bermain melempar ke berbagai sasaran maka gerak dasar rounders siswa akan meningkat dapat dibuktikan.

Mengacu pada paparan data yang menggambarkan penerapan model bermain melempar ke berbagai sasaran dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar rounders di kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul, mengalami peningkatan. Secara umum, penerapan model bermain melempar ke berbagai sasaran dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar rounders di SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul ditandai dengan:

- Pembelajaran lebih terpusat pada siswa dan lebih bersifat konstruktivistik.
- Situasi pembelajaran terasa lebih kondusif.
- Dalam proses pembelajaran siswa tampak aktif.
- Pemahaman siswa terhadap materi teknik dasar melempar dalam pembelajaran rounders secara sederhana menjadi meningkat.
- Suasana belajar dan pembelajarannya juga terkesan menyenangkan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa Pemberian Model Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran telah berhasil meningkatkan keterampilan siswa tentang gerak dasar melempar dalam pembelajaran ronders, mencapai 56% dari semula 25% menjadi 81%.

*Proses Pendidikan.* Jakarta:  
Kencana.

### **Saran**

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

1. Bagi siswa, hendaknya berusaha agar Mengingat pelaksanaan siklus pada penelitian ini baru berjalan dua kali, siklus berikutnya diharapkan dapat berlanjut untuk mendapat temuan yang lebih signifikan.
2. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini masih merupakan instrumen yang tingkat validitasnya belum memuaskan, untuk berikutnya dapat menggunakan instrumen yang lebih standar.
3. Bagi peneliti lain dapat menggunakan model bermain melempar ke berbagai sasaran jika menemui latar belakang yang sama.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Udin S. WinataPutra, dkk. (1997). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Proyek Peningkatan Mutu Guru Kelas SD Setara D-II.
- Suharsimi Arikunto. (2012). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara
- Vina Sanjana. (2010). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar*