

TINGKAT KETERAMPILAN DASAR MELEMPAR, MENANGKAP, DAN MEMUKUL BOLA ROUNDERS SISWA KELAS V DI SEKOLAH DASAR NEGERI DONOROJO KECAMATAN MERTOYUDAN KABUPATEN MAGELANG TAHUN 2016/2017

ABSTRAK

Penelitian ini berasumsi bahwa tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kecil dalam permainan rounders sangat penting. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola permainan rounders pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Donorojo.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode survey. Instrumen dalam pengambilan data penelitian ini menggunakan tes melempar bola, menangkap bola dan memukul bola. Populasi dan sampel penelitian ini adalah siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Donorojo sebanyak 20 anak dan menggunakan variabel tunggal. Validitas = 0,82 dan reliabilitas melempar = 0.749, menangkap = 0,723, dan memukul = 0,535. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap dan menangkap bola rounders siswa kelas V di Sekolah Dasar Negeri Donorojo adalah diperoleh pada kategori sangat baik sebesar 30 % (6 anak), pada kategori baik sebesar 40 % (8 anak), pada kategori cukup sebesar 30 % (6 anak), pada kategori kurang sebesar 0 % (0 anak), dan pada kategori kurang sekali sebesar 0 % (0 anak). Dengan demikian tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola permainan rounders secara keseluruhan pada siswa kelas V di Sekolah Dasar Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang adalah baik.

Kata kunci : Keterampilan Melempar, Menangkap, Memukul, Permainan Bola Kecil

SKILL BASIC THROWS, CATCHES AND BALL HIT rounders CLASS V IN PRIMARY SCHOOL DISTRICT STATE Donorojo Mertoyudan district Magelang YEAR 2016/2017

ABSTRACT

This study assumes that the level of basic skills throwing, catching, and hitting a small ball in a game of rounders is very important. This study aims to determine the level of basic skills of throwing, catching, and hitting the ball game of rounders in the fifth grade students of State Elementary School Donorojo.

This research is descriptive research with survey method. Instruments in this research data collection using the test to throw the ball, catch the ball and hit the ball. Population and sample were students of class V State Primary School Donorojo many as 20 children and using a single variable. Validity and reliability throw = 0.82 = 0749, catch = 0.723, and hitting = 0.535. Data were analyzed using descriptive statistics on the percentage.

The results showed that the level of basic skills of throwing, catching and catching the ball rounders fifth grade students at State Primary School Donorojo is

obtained in the very good category by 30% (6 children), in both categories by 40% (8 children), in the category enough 30% (6 children), in the category of less than 0% (0 children), and at least once a category of 0% (0 children). Thus the level of skill throwing, catching and hitting the ball game rounders overall in Class V in the State Primary School Donorojo Mertoyudan District of Magelang regency is good.

Keywords: Skills Throwing, Catching, Hitting, Small Ball Game

PENDAHULUAN

Tingkat keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan (Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra 2000: 58). Pada intinya bahwa suatu keterampilan itu baru dapat dikuasai apabila dipelajari atau dilatihkan dengan persyaratan tertentu, satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu yang memadai. Keterampilan gerak kasar secara khusus dikontrol oleh otot-otot besar atau kelompok otot. Keterampilan ini tidak terlalu menekankan ketepatan (*precision*) dalam pelaksanaannya. Berlari, melompat, melempar dan kebanyakan keterampilan dalam olahraga dimasukkan sebagai keterampilan gerak kasar. Seperti contoh

keterampilan dasar bermain rounders dapat dikuasai dengan mudah dan gampang jika cara mengajar dan pelajaran yang diajarkan bisa sampai ke siswa itu. Keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kecil pada permainan rounders merupakan dasar pada permainan ini. Siswa dituntut untuk bisa menguasai keterampilan saat pada permainan rounders ini.

Permainan rounders merupakan permainan beregu menggunakan bola kecil yang dipukul menggunakan tongkat pemukul. Menurut Supardi dan Suroyo (2010: 66 – 69), kemampuan dasar yang diperlukan dalam bermain rounders meliputi : melempar bola, memukul bola, dan menangkap bola. Permainan ini menjadi semakin menarik apabila pemain menguasai kemampuan melempar bola, memukul bola, dan menangkap bola dengan baik. Dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar, permainan rounders menjadi materi yang tidak hanya memberikan

pengalaman gerak manipulatif, akan tetapi juga melatih kerjasama dan sikap sportifitas.

Rounders merupakan salah satu permainan bola kecil karena menggunakan bola kecil seukuran bola kasti. Permainan ini dimainkan oleh dua 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 serta mematikan regu pemukul. Regu yang banyak mengumpulkan nilai dalam permainan, merekalah yang keluar sebagai pemenang (Supardi dan Suryono, 2010:65).

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha (2000: 70), pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor tersebut dibedakan menjadi tiga hal, yaitu (1) faktor proses belajar mengajar, (2) faktor pribadi, dan (3) faktor situasional (lingkungan). Faktor proses belajar (learning proses). Dalam pembelajaran gerak, proses yang harus diciptakan adalah dilakukan berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar yang

diyakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan manfaatnya.

Sekolah Dasar Negeri 1 Donorojo Kecamatan Mertoyudan Magelang sekolah ini mempunyai gedung sekolah yang baik, halaman sekolah yang luas dan tidak jauh dari sekolah ada lapangan sepak bola yang sangat luas jadi proses pembelajaran bisa dilaksanakan dilapangan tersebut, didalam pembelajaran penjasorkes SD N Donorojo salah satu materinya pembelajarannya adalah permainan bola kecil. Belum diketahui juga tingkat keterampilan dasar bermain rounders pada siswa kelas V SD Negeri Donorojo Mertoyudan Magelang. Apakah siswa tersebut mampu menguasai keterampilan dasar bermain rounders dengan baik apa tidak, tentunya perlu di adakan tes tentang tingkat keterampilan dasar tersebut. Dalam proses pembelajaran membutuhkan alat pendukung yang optimal karena tanpa didukung oleh alat bantu atau sarana prasarana lain tidaklah mungkin pembelajaran tersebut tercapai secara optimal khususnya pada bola rounders.

Berdasarkan pengamatan peneliti pada siswa kelas V SD Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan Magelang, salah satu indikator sederhana untuk melihat keterampilan siswa dalam bermain rounders adalah dengan melihat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola. Sejauh ini, tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola pada permainan Rounders di SD Negeri Donorojo Mertoyudan Magelang Tahun Pelajaran 2016/2017 belum diketahui. Atas dasar latar belakang masalah tersebut, maka peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola permainan rounders pada siswa kelas V SD Negeri Donorojo Mertoyudan Magelang Tahun Pelajaran 2016/2017.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode survei, adapun teknik pengumpulan data dengan teknik tes dan pengukuran. Dalam penelitian ini peneliti hanya menggambarkan kemampuan atau tingkat keterampilan

dasar bermain rounders siswa pada saat penelitian berlangsung tanpa pengujian hipotesis.

Waktu Dan Tempat Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian populasi yaitu semua populasi dijadikan sebagai subjek penelitian. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Donorojo kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang tahun 2016/2017, dengan jumlah 20 siswa, yang terdiri dari siswa putra 14 siswa putri 6.

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 4 – 5 Agustus 2016 di SD Negeri Donorojo Mertoyudan Magelang.

Instrumen Dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam atau sosial yang diamati (Sugiyono, 2007: 97). Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 136) instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti dalam

pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan lebih baik.

Instrumen yang dipergunakan dalam penelitian ini berupa tes melempar, menangkap, dan memukul bola rounders dengan ketentuan-ketentuan khusus. Instrumen dalam penelitian ini adalah tes kemampuan rounders dari R Sunardianta.

Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dengan tes dianalisis dengan teknik analisis deskriptif kuantitatif. Data dikumpulkan dan dianalisis untuk dideskripsikan berdasarkan sebaran data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skor minimum, skor maksimum, rerata (*mean*), median, modus, simpangan baku, dan persentase. Data disajikan dalam bentuk tabel dan histogram serta analisis deskriptif ini digunakan untuk memaparkan karakteristik data hasil penelitian dan menjawab permasalahan deskriptif.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Kecakapan Melempar, Menangkap, Dan Memukul Bola Pada Permainan Rounders Siswa Kelas V SD Negeri Donorojo

Tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola permainan rounders secara keseluruhan pada siswa kelas V di SD N Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang di ukur dari 20 anak, diperoleh hasil statistik data penelitian yaitu; rerata = 19,25; median = 19; modus = 19 dan *standard deviasi* = 3,47.

Untuk mengetahui tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola permainan rounders secara keseluruhan terlebih dahulu menghitung harga Mean ideal (M_i) = $\frac{1}{2}(X_{\max} + X_{\min})$ dan Standar Deviasi ideal (SD_i) = $\frac{1}{6}(X_{\max} - X_{\min})$. Diketahui X_{\max} sebesar = 30 dan (X_{\min}) sebesar = 0. Mean ideal (M_i) = $\frac{1}{2}(X_{\max} + X_{\min}) = \frac{1}{2}(30 + 0) = 15$. Standar Deviasi ideal (SD_i) = $\frac{1}{6}(X_{\max} - X_{\min}) = \frac{1}{6}(30 - 0) = 5$.

Kategori	F	%
Sangat Baik	6	30
Baik	8	40

Tingkat Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap dan Mem..... (Ahmad Ubaidilah)

Cukup	6	30
Kurang	0	0
Kurang Sekali	0	0
Jumlah	20	100

Tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola permainan rounders secara keseluruhan pada siswa kelas V di SD N Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang diperoleh pada kategori sangat baik sebesar 30 % (6 anak), pada kategori baik sebesar 40 % (8 anak), pada kategori cukup sebesar 30 % (6 anak), pada kategori kurang sebesar 0 % (0 anak), dan pada kategori kurang sekali sebesar 0 % (0 anak).

2. Tingkat Keterampilan Melempar Bola Ronders Siswa Kelas V di SD Negeri Donorojo

Tingkat keterampilan melempar bola permainan rounders pada siswa kelas V di SD Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang secara keseluruhan di ukur dari 20 anak, diperoleh hasil statistik data penelitian yaitu; rerata = 4,4;

median = 4,5; modus = 3 dan *standard deviasi* = 2,16.

Kategori	F	%
Sangat Baik	2	10
Baik	5	25
Cukup	3	15
Kurang	6	30
Kurang Sekali	4	20

Tingkat keterampilan melempar bola permainan rounders pada siswa kelas V di SD Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang diperoleh pada kategori sangat baik sebesar 10 % (2 anak), pada kategori baik sebesar 25 % (5 anak), pada kategori cukup sebesar 15 % (3 anak), pada kategori kurang sebesar 30 % (6 anak), dan pada kategori kurang sekali sebesar 20 % (4 anak).

3. Tingkat Keterampilan Menangkap Bola Ronders Siswa Kelas V di SD Negeri Donorojo

Tingkat keterampilan menangkap bolapermainan rounders pada siswa kelas V di SD Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang, secara keseluruhan di ukur dengan dari 20

anak, diperoleh statistik data penelitian yaitu rerata = 7,6; median = 8; modus = 8 dan *standard deviasi* = 1,39.

Kategori	F	%
Sangat Baik	12	60
Baik	7	35
Cukup	0	0
Kurang	1	5
Kurang sekali	0	0

Tingkat keterampilan menangkap bola permainan rounders pada siswa kelas V di SD Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2016/2017 pada kategori sangat baik sebesar 60 % (12 anak), pada kategori baik sebesar 35 % (7 anak), pada kategori cukup sebesar 0 % , pada kategori kurang sebesar 5 % (1 anak), dan pada kategori kurang sekali sebesar 0 %.

4. Tingkat Keterampilan Memukul Bola Ronders Siswa Kelas V di SD Negeri Donorojo

Tingkat keterampilan memukul bola permainan rounders pada siswa kelas V di SD Negeri

Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang, secara keseluruhan di ukur dengan dari 20 anak, yang kemudian dianalisis sehingga didapat statistik penelitian yaitu; rerata = 7,25; median = 7; modus = 7 dan *standard deviasi* = 1,48.

Kategori	F	%
Sangat Baik	9	45
Baik	7	35
Cukup	4	20
Kurang	0	0
Kurang Sekali	0	0

Tingkat keterampilan memukul bola ronders siswa kelas V di SD Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang pada kategori sangat baik sebesar 45 % (9 anak), pada kategori baik sebesar 35 % (7 anak), pada kategori cukup sebesar 20 % (4 anak), pada kategori kurang sebesar 0 %, dan pada kategori kurang sekali sebesar 0 %.

Pembahasan

Rounders merupakan salah satu permainan bola kecil karena menggunakan bola kecil seukuran bola

kasti. Permainan ini dimainkan oleh dua 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 serta mematikan regu pemukul. Regu yang banyak mengumpulkan nilai dalam permainan, merekalah yang keluar sebagai pemenang (Supardi dan Suryono, 2010:65).

Di dalam permainan rounders terkandung nilai-nilai positif, utamanya bagi perkembangan jasmani. Permainan ini juga melatih kejujuran, kerja sama, dan tanggung jawab. Rounders juga dapat dimainkan oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Oleh karena itu, permainan rounders sangat cocok bagi anak usia sekolah dasar.

Untuk menguasai permainan rounders tentu saja seorang pemain dituntut untuk menguasai teknik dasar pada permainan rounders, yaitu melempar, memukul dan menangkap. Dalam penelitian ini bermaksud untuk mengetahui tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul

bola permainan rounders pada siswa kelas V di SD Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2016/2017.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui tingkat keterampilan melempar bola permainan rounders pada siswa kelas V di SD Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2016/2017 sebagian besar pada kategori baik sebesar 30 % (6 anak). Berdasarkan hasil tersebut dapat diartikan bahwa Tingkat keterampilan melempar bola permainan rounders pada siswa kelas V di SD Negeri Donorojo adalah baik. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa siswa-siswi kelas V di SD Negeri Donorojo mempunyai keterampilan yang baik, dalam melakukan lemparan bola. Teknik dasar melempar dalam permainan bola rounders bertujuan untuk memberikan bola kepada teman secara cepat dan tepat. Oleh karena itu dalam permainan rounders pemain harus mempunyai kemampuan melempar dengan tepat.

Hasil penelitian tingkat keterampilan menangkap bola

permainan rounders pada siswa kelas V di SD Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang sebagian besar pada kategori sangat baik sebesar 60 % (12 anak). Berdasarkan hasil tersebut dapat diartikan bahwa Tingkat keterampilan menangkap bola permainan rounders pada siswa kelas V di SD Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan adalah sangat baik.

Hasil tersebut dapat diartikan bahwa sebagian besar siswa mempunyai kemampuan yang sangat baik dalam menangkap bola. Kemampuan menangkap bola sangat penting dalam permainan rounders, hal tersebut dikarenakan saat tangan mampu menangkap bola dengan tepat maka bola dapat dikendalikan dengan baik dan mampu memenangkan permainan rounders.

Sedangkan hasil penelitian tingkat keterampilan memukul bola permainan rounders pada siswa kelas V di SD Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2016/2017 sebagian besar pada kategori sangat baik sebesar 45 % (9 anak). Hasil tersebut dapat

diartikan tingkat keterampilan memukul bola siswa kelas V SD Negeri Donorojo adalah sangat baik sebesar 45 %. Hasil tersebut diartikan bahwa siswa mempunyai kemampuan memukul dengan baik dan tepat. Kemampuan memukul merupakan salah satu teknik dasar yang cukup sulit, hal tersebut dikarenakan dalam memukul dibutuhkan beberapa koordinasi gerak dalam tubuh, yaitu koordinasi mata, gerak tangan, dan ayunan tongkat saat memukul bola.

Pada teknik memukul terdapat suatu gerak yang kompleks, karena didalamnya diperlukan koordinasi dari pengamatan, pengambilan keputusan untuk memukul, kecepatan dan power untuk memukul bola lemparan pelambung dengan kecepatan yang belum tentu dapat diketahui oleh pemukul. Memukul bola merupakan suatu keterampilan rounders yang sukar dilakukan bagi anak. Pemain pemula harus mengembangkan keterampilan koordinasi antara tangan, mata dan pengamatan yang diperlukan untuk memukul bola. Semakin baik dan tepat dalam memukul bola dapat diarahkan ke daerah yang sulit dijangkau oleh lawan sehingga akan mempermudah dalam memenangkan permainan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan bermain rounders siswa kelas V di SD Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang diperoleh pada kategori sangat baik sebesar 30 % (6 anak), pada kategori baik sebesar 40 % (8 anak), pada kategori cukup sebesar 30 % (6 anak), pada kategori kurang sebesar 0 % (0 anak), dan pada kategori kurang sekali sebesar 0 % (0 anak). Dengan demikian tingkat keterampilan bermain rounders meliputi melempar, menangkap, dan memukul bola siswa kelas V di SD Negeri Donorojo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang adalah baik.

Saran

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

1. Masih terdapat beberapa siswa yang belum mempunyai tingkat keterampilan melempar menangkap dan memukul rendah dan sangat rendah, sehingga untuk meningkatkannya, guru harus memberikan latihan secara rutin.
2. Bagi guru diharapkan untuk membuat metode pembelajaran yang efektif dan efisien untuk meningkatkan kemampuan siswa yang masih rendah dan sangat rendah.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan menggunakan populasi yang lebih luas lagi, agar data tingkat keterampilan melempar menangkap dan memukul bola permainan rounders dapat teridentifikasi lebih luas lagi.

DAFTAR PUSTAKA

Amung Ma'mun, Yudha. M. Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikn dan Kebudayaan.

Tingkat Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap dan Mem..... (Ahmad Ubaidilah)

Suharsimi Arikunto.(2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Bina Aksara

Supardi, Suroyo. (2010). *Penjasorkes untuk SD/MI kelas V BSE*. Jakarta : Pusat Perbukuan Kemendiknas

Srihati Waryati dkk. (1993). *Materi Pokok Pendidikan Permainan Kecil*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan

Sugiyono.(2007). *Metode Penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*.Bandung: ALFABETA