

PROSIDING

SNPO 2018

SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN OLAHRAGA

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN



Penyelenggara :
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Medan
Prodi Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018

FIK Unimed, 8 September 2018:

Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING

SNPO 2018

Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berdasarkan Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018

GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

Narasumber :

Prof. Dr. Syawal Gultom, M.Pd. (Rektor Universitas Negeri Medan)

Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Kes. (Dekan FIK Universitas Negeri Semarang)

Dr. Phil. Ichwan Azhari, M.S. (Kepala PUSSIS Universitas Negeri Medan)

Dr. Ardi Nusri, M.Kes. AIFO. (Dosen FIK UNIMED)

THE
Character Building
UNIVERSITY



Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library, Universitas Negeri Medan

PROSIDING SNPO 2018 Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

**Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional**

Steering Comitee

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
Drs. Suharjo, M.Pd.
Dr. Albadi Sinulingga, M.Pd.
Dr. Syamsul Gultom, SKM., M.Kes.
Drs. Mesnan, M.Kes.
Akbar Khusyairi Rambe, S.Pd.
Nasiruddin Daulay, S.Pd.

Organizing Comitee

Abdul Harris Handoko, S.Pd., M.Pd
Togi Parulian Tambunan, S.Pd.
Akbar Zahriali, S.Pd.
Rian Handika, S.Pd.
Sri Astuti, S.Pd.
Alan Alfiansyah Putra Karo-karo, S.Pd.

Editor : Dr. Nurhayati Simatupang, M.Kes.
Dr. Imran Akhmad, M.Pd.

Reviewer :

Dr. Sabaruddin Yunis Bangun, M.Pd. (Unimed)
Dr. Sukendo, M.Kes. (UNJA)
Dr. Syahrudin, M.Kes. (UNM)
Dr. Rahma Dewi, M.Pd. (Unimed)
Dr. Amir Supriadi, M.Pd. (Unimed)

Penerbit :

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Jl. Willièm Iskandar Pasar V Medan Estate Medan
Telp: 061-6625972
E-mail: fik@unimed.ac.id
Website: fik.unimed.ac.id

ISBN 978-602-53100-0-3

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun
tanpa ijin tertulis dari penerbit



KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah yang telah diberikan kepada kita semua, sehingga buku Prosiding hasil Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018 pada hari sabtu tanggal 08 September 2018 di Gedung Digital Library Universitas Negeri Medan dapat terwujud.

Buku ini memuat artikel dan hasil penelitian Bapak/Ibu guru / dosen / Mahasiswa Universitas Negeri Medan yang dikumpulkan dan ditata oleh tim dalam kepanitiaan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankan kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Medan, Bapak Prof. Dr. Syawal Gultom, M. Pd. yang telah memfasilitasi semua kegiatan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga ini.
2. Bapak/Ibu segenap panitia Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikirannya demi suksesnya kegiatan ini.
3. Bapak/Ibu guru, dosen dan mahasiswa penyumbang artikel dan hasil penelitian dalam kegiatan ini.

Semoga buku ini dapat memberi kemanfaatan bagi kita semua, untuk kepentingan peningkatan mutu guru dan pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga kesehatan berbasis penelitian nilai-nilai kearifan local guna mendukung prestasi olahraga nasional



Medan, September 2018
Dekan FIK UNIMED

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
NIP. 19660520 199102 1 001



Pengaruh Loncat Katak Melalui Modifikasi Permainan Kemampuan Siswa Memperoleh Keterampilan Melalui Gerak Dasar <i>Rizky Hasan Azhari Ritonga</i>	133
Perbedaan Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Yang Sudah Sertifikasi Dan Yang Belum Sertifikasi Ditinjau Dari Perbedaan Masa Kerja <i>Wahyo, Albadi Sinulingga, Nurhayati Simatupang</i>	140
Upaya Meningkatkan Passing Kaki Bagian Dalam Sepak Bola Melalui Saintifik Pada SMP Terpadu Al Farabi <i>Abdon Ben O.T Hasugian</i>	148
Hubungan Kepemimpinan Kepala Sekolah, Budaya Sekolah, Motivasi Kerja Guru Terhadap Profesionalisme Guru <i>Dian Pertiwi</i>	154
Pembelajaran Tolak Peluru Dengan Media Modifikasi Bola Plastik Pada Siswa <i>Riki Prastian</i>	162
Peningkatan Kecepatan <i>Dribbling</i> Melalui Latihan <i>Zig-Zag Trajectory</i> <i>Muhammad Fauzi Purba</i>	169
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Penerapan Gaya Mengajar Inklusi Pada Siswa <i>Reza Wibowo</i>	174
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Ritmik Dengan Rangkaian Gerak Dasar Menggunakan Media Audio Visual <i>Siska Nova Undari</i>	182
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Dalam Permainan Sepak Bola Dengan Menerapkan Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas VIII SMP <i>M. Saiful Ramadhan Harahap</i>	187
Pemanfaatan Media Audio Visual Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Cakram Gaya Menyamping <i>Ahmad Zaki</i>	194
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Teknik Pukulan Dalam Permainan Rounders Dengan Pendekatan Bermain Pada Siswa <i>Pangihutan Butar-Butar, Bangun Setia Hsb</i>	200
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Permainan Tradisional <i>Mulia Romadi Harahap</i>	206
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Bola Kasti Pada Siswa SD Dengan Metode Bermain <i>Warif Poltama Simorangkir</i>	212



UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR BOLA KASTI PADASISWA SD DENGAN METODE BERMAIN

Warif Poltama Simorangkir

Pascasarjana Universitas Negeri Medan
simorangkirwarif@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar bola kasti pada siswa kelas IV di SD Swasta Kristen Sungai Kehidupan Kecamatan Medan Labuhan, dengan metode bermain. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Teknik pengumpulan data dengan penilaian hasil belajar bola kasti. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif yang berdasarkan pada analisis kualitatif dengan persentase. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan : (1) melalui pembelajaran dengan metode penerapan pendekatan bermain, sangat baik untuk meningkatkan kemampuan teknik siswa dalam bermain bola kasti. Dari analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari siklus I dan Siklus II, (2) Melalui pembelajaran dengan metode penerapan pendekatan bermain, sangat baik untuk meningkatkan hasil belajar bola kasti pada siswa kelas IV SD Swasta Kristen Sungai Kehidupan Kecamatan Medan Labuhan. Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari siklus I dan siklus II yaitu siklus satu sebanyak 66,66% dan meningkat di siklus II menjadi 90%.

Kata Kunci : Metode Penerapan Pendekatan Bermain, Bola Kasti.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan, moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Cholik dan Lutan (2001:2) mengemukakan bahwa: "pendidikan jasmani merupakan serangkaian materi pelajaran yang memberikan kontribusi nyata dalam kehidupan sehari-hari dalam upaya meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani rohani peserta didik ". Banyak yang menganggap, kurang penting mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani, dikarenakan belum mengerti peran dan fungsi pendidikan jasmani. Maka dari itu pendidikan olahraga merupakan pendidikan yang utama untuk menunjang prestasi siswa. Untuk menciptakan proses pembelajaran yang sehat dalam dunia pendidikan harus meliputi hal sebagai berikut (Djatun,1990:35) adalah: " (1) Anak Didik (2) Pendidik (3) Tujuan Pendidikan (4) Alat Pendidikan (5) Lingkungan Pendidikan". Komponen- komponen tersebut harus ada di dalam berlangsungnya proses pembelajaran.

Kinerja adalah pekerjaan yang telah dicapai oleh seseorang disuatu organisasi untuk mencapai tujuan berdasarkan standardisasi atau ukuran dan waktu yang disesuaikan dengan jenis pekerjaan dan masuk sesuai dengan norma dan etika yang telah ditentukan. (Albadi Sinulingga & Nurhayati Simatupang, 2018).



Salah satu masalah utama dalam pendidikan jasmani di Indonesia hingga dewasa ini ialah belum efektifnya pengajaran pendidikan jasmani di sekolah-sekolah, kondisi rendahnya kualitas pembelajaran di sekolah dasar telah dikemukakan di dalam berbagai forum oleh beberapa pengamat. Hal ini disebabkan oleh beberapa factor diantaranya ialah terbatasnya kemampuan guru pendidikan jasmani di sekolah dasar dan terbatasnya sumber-sumber yang digunakan untuk mendukung proses pengajaran pendidikan jasmani.

Kualitas guru pendidikan jasmani yang ada pada sekolah pada umumnya kurang memadai. Guru kurang mampu dalam melaksanakan profesinya secara professional, kurang berhasil melaksanakan tanggung jawab untuk mengajar dan mendidik siswa secara sistematis melalui gerakan pendidikan jasmani yang mengembangkan kemampuan dan keterampilan secara menyeluruh baik fisik, mental maupun intelektual.

Materi pendidikan jasmani dibedakan menjadi dua kelompok yaitu materi pokok dan materi pilihan. Materi pokok merupakan mata pelajaran yang wajib diajarkan berdasarkan kurikulum yang berlaku. Sedangkan materi pilihan merupakan kegiatan olahraga di luar jam pelajaran sekolah berupa kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Permainan bola kasti merupakan salah satu pembelajaran yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani.

Permainan kasti merupakan salah satu permainan bola kecil. Permainan ini dimainkan oleh dua regu, yakni regu pemukul dan regu penjaga. Regu pemukul berusaha mendapat nilai dengan memukul bola kemudian berlari mengelilingi lapangan. Sebaliknya, regu penjaga berusaha menangkap bola serta mematikan regu pemukul. Regu yang banyak mengumpulkan nilai menjadi pemenangnya.

Alat yang dibutuhkan dalam permainan kasti adalah bola dan alat pemukul dan bola terbuat dari karet alat pemukul terbuat dari kayu. Bentuk lapangan kasti adalah persegi empat yang dilengkapi tiang perhentian dan ukuran lapangan dapat disesuaikan dengan ukuran lapangan yang ada atau dengan situasi keadaan setempat.

Permainan ini bermanfaat untuk melatih ketangkasan, ketepatan, kecepatan, keberanian, koordinasi antara melempar, menangkap, dan berlari. Jadi permainan ini boleh dijadikan dasar dalam berolahraga karena banyak sekali terdapat untuk membentuk unsur-unsur kesegaran jasmani. Bermain dengan menggunakan alat bola adalah suatu jenis permainan yang paling menarik diantara permainan yang menggunakan alat. Entah itu menggunakan bola kecil seperti permainan kasti. Tidak aneh apabila sebagian besar untuk permainan yang ada dalam olahraga menggunakan bola sebagai alat. Dalam memainkan bola, ada sejumlah keterampilan dasar yang sifatnya umum yang digunakan dalam memainkan sebuah bola. Keterampilan-keterampilan tersebut adalah: mengontrol bola (*ballcontrol*), melempar bola (*throwing*), lempar tangkap (*tracking and trapping*), memukul (*striking*).

Namun kenyataannya beberapa bentuk keterampilan diatas untuk anak SD ketika bermain kasti belum begitu baik. Faktor penyebabnya adalah kurangnya kemampuan guru dalam gaya mengajar,



sarana dan prasarana, serta peralatan kasti di sekolah tersebut. Hal ini sangat berpengaruh ketika kegiatan pembelajaran kasti dilakukan, sehingga ketika bermain kasti masih banyak anak-anak yang belum mengerti dan belum paham melakukan gerakan keterampilan tersebut.

Berdasarkan observasi di SD Swasta Kristen Sungai Kehidupan Medan, dapat diketahui bahwa guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di dalam pembelajaran bola kasti guru cenderung melaksanakan pembelajaran yang kurang inovatif, pembelajaran yang monoton, tanpa memikirkan bagaimana siswa memahami betul permainan kasti itu. Sehingga banyak siswa yang kurang tertarik dan merasa bosan pada saat pembelajaran bola kasti. Akibatnya banyak siswa yang malas dan kurang semangat saat pembelajaran bola kasti. Hal ini mengakibatkan banyak siswa yang perkembangan motoriknya terlambat termasuk kemampuan gerak dasar memukul, melempar dan menangkap bola. Data yang diperoleh dari guru kelas bahwa nilai KKM adalah 75. Dari 30 siswa yang ada di kelas IV hanya ada 10 (33,34%) siswa yang hasil belajar bola kastinya tuntas, sementara 20 (66,66%) belum tuntas. Namun nilai itu belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal secara klasikal yang ditetapkan sekolah yaitu sekitar 85% dari keseluruhan siswa.

Oleh karena itulah peneliti ingin melakukan penelitian tindakan kelas dengan metode penerapan pendekatan bermain untuk dapat meningkatkan hasil belajar bola kasti dan siswa pun akan lebih senang untuk melakukannya. Pendekatan bermain adalah salah satu bentuk dari sebuah pembelajaran jasmani yang dapat diberikan di segala jenjang pendidikan. Hanya saja, porsi dan bentuk pendekatan bermain yang akan diberikan, harus disesuaikan dengan aspek yang ada dalam kurikulum. Dalam pendekatan bermain juga diperlukan modifikasi permainan agar siswa tidak mudah jenuh atau bosan dalam mengikuti proses pembelajaran di sekolah. Bentuk – bentuk modifikasi bermain yang dapat dilakukan untuk mendukung teknik – teknik permainan kasti adalah sebagai berikut :

a. Permainan pecah piring

Permainan pecah piring adalah salah satu permainan tradisional yang mendukung untuk meningkatkan teknik-teknik dalam permainan bola kasti. Dimana permainan pecah piring ini berkaitan dengan permainan bola kasti yaitu mempunyai teknik yang sama teknik melempar dan menangkap bola.

b. Permainan bola gantung

Permainan bola gantung merupakan suatu bentuk media pembelajaran yang dirancang peneliti dengan menggunakan bola gantung yang di buat dengan cara mempersiapkan bola plastik kecil yang di ikat menggunakan tali. Tujuan permainan bola gantung ini adalah bermain sambil melakukan teknik memukul bola, dipertandingan ini siswa telah aktif dan terlibat dalam proses pembelajaran sekalipun sedang bermain siswa sudah melaksanakan kegiatan jasmani sebagai upaya menjaga kebugaran tubuh.

Adapun penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui penerapan pendekatan bermain untuk meningkatkan hasil belajar permainan bola kasti pada siswa kelas IV SD Swasta Kristen Sungai Kehidupan Kecamatan Medan Labuhan.



METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, yang terdiri dari dua siklus, yaitu siklus pertama dan siklus kedua. Lokasi penelitian ini berada di SD Swasta Kristen Sungai Kehidupan Kecamatan Medan Labuhan. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2018 dengan frekuensi pelaksanaan pembelajaran dilakukan sebanyak 2 kali yang dimulai pada saat pengambilan data awal (pre-test), pembelajaran siklus I, dan apabila siklus I tidak berhasil maka dilaksanakan pembelajaran siklus II.

Populasi pada penelitian ini adalah semua siswa/siswi kelas IV SD Swasta Kristen Sungai Kehidupan Kecamatan Medan Labuhan, dan sampel yang diteliti berjumlah 30 orang, siswa putra 22 orang dan siswa putri 8 orang.

Berdasarkan kriteria ketuntasan belajar, jika di kelas telah tercapai 85 % yang telah mencapai persentase penilaian hasil ≥ 75 % maka ketuntasan belajar secara klasikal telah tercapai.

Hasil dan Pembahasan

Data Hasil Belajar Siswa Pada *Pre-test*

Ketun-tasan	Jlh siswa	%	Skor rata-rata	Nilai rata-rata
Tuntas	10 Siswa	33,34 %	7,70	64,16 %
Tidak tuntas	20 Siswa	66,66, %		

Data Hasil Belajar Siswa Siklus I

Ketun-tasan	Jlh siswa	%	Skor rata-rata	Nilai rata-rata
Tuntas	20 siswa	66,66 %	8,57	71,41%
Tidak tuntas	10 siswa	33,34 %		

Data Hasil Belajar Siswa Siklus II

Ketun-asan	Jlh siswa	%	Skor rata-rata	Nilai rata-rata
tuntas	27 siswa	90 %	9,53	79,41 %
Tidak tuntas	3 siswa	10 %		

Kesimpulan dan Saran



Sebagai kesimpulan dalam penelitian ini adalah bahwa melalui pendekatan bermain memberikan pengaruh terhadap perbaikan hasil belajar bola kasti siswa kelas IV SD Swasta Kristen Sungai Kehidupan Kecamatan Medan Labuhan.

Pembelajaran bola kasti dengan menggunakan metode penerapan pendekatan bermain memiliki dampak positif dalam meningkatkan hasil belajar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa mulai dari tes awal hingga ke setiap siklus, yaitu dari tes awal 64,16% , siklus I 71,41% dan siklus II 79,41%.

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti menyarankan sebagai berikut :

1. Pendekatan bermain melalui permainan pecah piring dan bola gantung merupakan pendekatan belajar yang dapat dipergunakan dalam meningkatkan hasil belajar siswa khususnya bola kasti.
2. Bagi guru dan calon guru khususnya guru pendidikan jasmani hendaknya menggunakan metode pendekatan bermain melalui modifikasi yang tepat sehingga hasil belajar siswa dapat terus ditingkatkan.
3. Kepada teman-teman mahasiswa dan para pembaca untuk dapat mencoba penelitian tindakan kelas (PTK) dengan menggunakan metode atau gaya mengajar lain yang dapat meningkatkan hasil belajar siswa.
4. Untuk memberikan motivasi kepada siswa perlu diberikan proses pembelajaran melalui pendekatan psikologis sehingga siswa mampu melakukan permainan dengan senang hati.

Daftar Pustaka

- Agus Kristiyanto, *Penelitian Tindakan Kelas Dalam Pendidikan Jasmani & Kepelatihan Olahraga*, Sebelas Maret University Press
- Albadi Sinulingga & Nurhayati Simatupang. 2018. The Difference Between Certified And Non Certified PE Teachers Performance Based On Range Of Service Period. Atlantis Press. 3rd Annual International Seminar on Transformative Education and Educational Leadership (AISTEEL 2018). *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, Volume. 200. Hal 215-219.
- Arikunto, Suharsimi dkk. 2008. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara
- Baley, J.A. dan Field D.A. (1976). *Physical Education and Physical Educator*. (Ed.2) Boston: Allyn and Bacon, Inc. Dikutip dari Buku *Azaz dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. 2008. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Jakarta: Pusat Perbukuan kementerian pendidikan nasional, 2010
- Depdiknas. 2003. *Kurikulum 2004 Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta Depdiknas.



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

- Lutan. R. dan Toho Cholik M. 2000. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: CV Maulana
- Menpora. 1984. *Pola Dasar Pembangunan Olahraga* . Dikutip dari Buku *Azas dan falsafah Pendidikan Jasmani*. 2008. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Seaton, D.O. et al. 1974. *Physical Education Hand Book, Englewood. Cliffs. N 6th. Prentice-hall, inc.* Dikutip dari Buku *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. 2011. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sudjana.N. 2005. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Resdakarya.
- Suhardi. 2009. *Permainan Bola Kecil*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Sukintaka. 1992. *Teori Bermain untuk D2 PGSD* : Depdikbud
- Slameto. 2003. *Belajar dan Pembelajaran* : PT Remaja Rosda Karya.

THE
Character Building
UNIVERSITY