

MENINGKATKAN GERAK DASAR MELEMPAR DALAM PEMBELAJARAN PERMAINAN KASTI MELALUI PERMAINAN LEMPAR TANGKAP

1. Asep Husin Sugiman (asephusinsugiman@studen.upi.edu)
 2. Encep Sudirjo (encepsudirjo@upi.edu)
 3. Anin Rukmana (Anin_rukmana@upi.edu)
- Program Studi PGSD Penjas UPI Kampus Sumedang Jl. Mayor Abdurachman No.211 Sumedang

ABSTRAK

Berdasarkan hasil penelitian dilapangan dan hasil praktek pembelajaran kasti di kelas V SDN Darmaraja III ternyata masih kurang kmaksimal yaitu 19 siswa atau 67% diyatakan belum tuntas dalam pembelajaran kasti terutama dalam gerak dasar melempar yang dilaksanakan. Maka dari permasalahan yang telah terjadi, peneliti memakai permainan lempar tangkap dalam pelaksanaan pembelajarannya. Tujuan penelitian yang dilakukan yaitu untuk megetahui gambaran tentang perencanaan, pelaksanaan, aktivitas siswa, hasil belajar. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas. Prosedur yang dilakukan peneliti yaitu mengacu pada model Kemmis dan MC Taggart antara lain empat langkah dalam pada setiap siklusnya. Pada perencanaan pembelajaran meningkat dari setiap siklusnya, Dilihat darigerak dasar melempar pada siswa kelas V dari data awal siklus I, siklus II dan Siklus III mengalami peningkatan. Maka paparan hasil penelitian dari data awal yang baru mencapai 34% mengalami peningkatan pada siklus I mencapai 53%, siklus II mencapai 75%, siklus III mencapai 92%, walaupun 2 siswa atau 10% dari jumlah 28 peserta didik belum mencapai kriteria ketuntasan minimal 75, dikarnakan siswa kurang dalam kemampuan gerakanya dan salah seorang siswa kurang semngat. Tetapi secara keseluruhan telah mengalami peningkatan di berbagai aspek dan telah mencapai target yang ditentukan, yaitu 90%, maka menjadi pertimbangan penelitian ini dihentikan karena sudah mencapai target yang diharapkan. Dengan demikian upaya untuk meningkatkan gerak dasar melempar kasti melalui permainan lempar tangkap terjadi peningkatan dalam hasil belajarnya, maka menjadi pertimbangan peneliti Sehingga upaya pemberian tindakan telah dihentikan.

Kata Kunci : Gerak Dasar Kasti, Permainan Lempar Tangkap

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu sasaran pembangunan yang harus ditingkatkan dari segi kualitas maupun kuantitas, ini sangat diperlukan dalam upaya meningkatkan pembaharuan dan penyempurnaan dalam pendidikan serta menciptakan manusia yang berkualitas. Adapun Ki Hajar Dewantara (dalam Safari, 2014, hlm. 16) menyatakan bahwa "Pendidikan adalah tuntunan segala kekuatan kodrat yang ada pada anak-anak, agar mereka sebagai manusia dan sebagai anggota masyarakat dapat mencapai keselamatan dan kebahagiaan yang setinggi-tingginya. Kemudian Reuseu (dalam Ahmadi dan Uhbiyati, 2015, hlm. 69) berpendapat bahwa "Pendidikan adalah memberi kita perbekalan yang tidak ada pada masa anak-anak, akan tetapi kita membutuhkannya pada masa dewasa". Sedangkan Safari (2014, hlm. 16) berpendapat bahwa "Pendidikan adalah tuntunan, pimpinan, bimbingan yang dilakukan secara sadar (sengaja) oleh seseorang atau sekelompok orang".

Berdasarkan pemaparan pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa pendidikan merupakan suatu landasan penting bagi siswa untuk mencapai kebahagiaan di masa yang akan datang dan pendidikan juga tidak akan dirasakan secara langsung tetapi akan dirasakan ketika dewasa selain itu pendidikan juga memberikan kita tuntunan, pimpinan bimbingan yang dilakukan oleh sekelompok kepada siswa siswa.

Sebagai dari pendidikan maka pendidikan jasmani merupakan bentuk pendekatan ke aspek sejahtera rohani (melalui kegiatan jasmani), yang dalam lingkup sehat WHO berarti sehat rohani. Adapun Rahayu (2013, hlm. 18) mengemukakan ruang lingkup mata pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan meliputi aspek-aspek sebagai berikut.

1. Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan. eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rouders, kippers, sepak bola, bola basket, bola volly, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis dan beladiri, serta aktivitas lainnya.
2. Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh dan aktivitas lainnya.
3. Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat dan senam lantai, serta aktivitams lainnya.
4. Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
5. Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
6. Pendidikan luar kelas meliputi: piknik atau karya wisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
7. Kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat. Mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan scara implisit masuk kedalam semua aspek.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat dipahami materi pelajaran pendidikan jasmani meliputi pengalaman mempraktikkan keterampilan dasar permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan uji diri, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air), pendidikan luar kelas (*outdor education*), kesehatan. Materi-materi semacam ini disajikan untuk membantu peserta didik memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara melakukannya secara aman, efisien dan efektif. Ruang lingkup mata pelajaran jasmani pada permainan terdapat permainan bola kecil diantaranya, kasti, rouders, kippers, yang memiliki manfaat dan dibalik kebermanfaatannya pasti ada masalah di setiap proses pembelajarannya. Adapun masalah pada pembelajaran yaitu pada permainan bola kecil pada permainan kasti.

Rukmana (2015, hlm.30) mengemukakan bahwa “Permainan kasti memiliki nilai-nilai dan tujuan yang sama dengan permainan kelompok kecil lainnya. Nilai yang *positive* bagi pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani para siswa, mampu meningkatkan fisik atau *organic* dan meningkatkan kualitas”. Kemudian Sumarya dan Suwarso (2010, hlm. 2) mengungkapkan bahwa “Permainan kasti termasuk olahraga permainan bola kecil beregu. Kasti dimainkan dilapangan terbuka. Jika kalian ingin bermain kasti dengan baik maka kalian harus menguasai tehnik dasarnya”.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat dipahami bahwa permainan kasti memiliki nilai-nilai dan tujuan yang sama dengan permainan kelompok lainnya, nilai *positive* untuk meningkatkan kemampuan

fisik siswa selain itu permainan kasti juga adalah permainan beregu tentu saja di dalamnya ada nilai kerjasama antar tim dan jika ingin bermain kasti hendaknya dilakukan di lapangan terbuka dan juga sebelum bermain haruslah menguasai teknik pada permainan kasti terlebih dahulu.

Berdasarkan pengamatan pada saat melakukan observasi kegiatan belajar mengajar penjas dengan materi permainan kasti di SDN III Darmaraja, siswa mendapatkan kesulitan untuk menerapkan dan mengembangkan keterampilan-keterampilan bermain kasti di lapangan terutama pada saat melempar. Setelah mendapatkan hasil observasi dan berdiskusi dengan dosen pembimbing akademik juga dengan dosen penguji pada saat seminar proposal di dapatlah masalah dalam permainan kasti. Keterampilan fisik, minat siswa, sarana dan prasarana bermain kasti menjadi kendala sehingga, sejauh ini tingkat keterampilan dasar melempar SDN III Darmaraja, Kecamatan Darmaraja, Kabupaten Sumedang khususnya kelas V masih kurang baik.

Berdasarkan data siklus I, terdapat sembilan siswa atau 32 % siswa yang tuntas, dan sisanya 19 siswa atau 67 % dinyatakan belum tuntas. Dengan demikian masih jauh dengan KKM berdasarkan data awal siswa kelas V SDN III Darmaraja pada kemampuan gerak dasar melempar pada permainan kasti, hasil belajar masih rendah. tujuan masalah karna peneliti menganggap inilah yang paling penting dalam peningkatan pada proses belajar, diantaranya, adalah sebagai berikut.

- a. Untuk mengetahui perencanaan pembelajaran yang dilakukan melalui penggunaan permainan lempar tangkap mampu meningkatkan gerak dasar melempar bola kasti pada siswa kelas V SDN III Darmaraja Sumedang?
- b. Untuk mengetahui kinerja guru dalam pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar melempar dalam kasti melalui permainan lempar tangkap pada siswa kelas V SDN III Darmaraja Sumedang?
- c. Untuk mengetahui aktivitas siswa dalam pembelajaran melempar kasti yang dilakukan melalui permainan lempar tangkap pada siswa kelas V SDN III Darmaraja Sumedang?
- d. Untuk mengetahui peningkatan hasil pembelajaran yang dilakukan melalui permainan lempar tangkap maupun meningkatkan gerak dasar melempar dalam permainan kasti pada siswa kelas V SDN III Darmaraja Sumedang?

METODE DAN DESAIN PENELITIAN

1. Metode Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi oleh hampir keseluruhan siswa kelas V SDN III Kabupaten Sumedang mengalami kesulitan dalam melakukan pembelajaran gerak dasar melempar dalam permainan kasti. Maka peneliti menggunakan metode penelitian Kualitatif. Menurut Bodgan dan Tylor (Moleong, 2004, hal. 3) mengemukakan bahwa “metode kualitatif adalah prosedur penelitian

yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati". Oleh karena itu, peneliti memperbaiki pembelajaran permainan kasti. Metode yang peneliti lakukan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (PTK).

Menurut Wiriaatmadja (2014, hal. 13) yang dimaksud penelitian tindakan kelas adalah "bagaimana sekelompok guru dapat mengorganisasikan kondisi praktek pembelajaran mereka dan belajar dari pengalaman mereka sendiri".

Sedangkan menurut Wardani (2002, hal. 4) "penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang dilakukan oleh guru didalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri, dengan tujuan untuk memperbaiki kinerja sebagai guru, sehingga hasil belajar siswa menjadi meningkat". Adapun menurut pendapat Hariyani (2011, hal. 27) mengemukakan bahwa:

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan suatu pencermatan kegiatan yang sengaja dilaksanakan dalam sebuah kelas yang sama dan penelitian ini adalah bentuk penelitian yang dilakukan oleh guru secara kolaborasi dalam proses pembelajaran guna memperbaiki keadaan ke arah yang lebih baik.

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah sebuah penelitian yang berbasis kelas dan bertujuan untuk memperbaiki proses dan hasil belajar.

Penelitian dilakukan karena adanya berbagai permasalahan di dalam kelas yang berkaitan dengan guru, siswa, media pembelajaran, metode pembelajaran, strategi pembelajaran, model pembelajaran, sarana, evaluasi, serta pengelolaan kelas. Seperti yang diungkapkan Jaedun (Hanifah, 2014, hal. 5) yang menyatakan bahwa "penelitian tindakan kelas (PTK) adalah salah satu jenis penelitian tindakan yang dilakukan oleh guru untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di kelasnya (metode, pendekatan, penggunaan media, teknik evaluasi, dsb). Selain itu, pendapat lain dikemukakan oleh Hanifah (2014, hal. 5) yang menjelaskan bahwa "penelitian tindakan kelas merupakan penelitian yang bersifat kasuistik dan berkonteks pada kondisi, keadaan dan situasi yang ada di dalam kelas yang dilaksanakan untuk memecahkan permasalahan-permasalahan yang terjadi guna meningkatkan kualitas pembelajaran di dalam kelas."

Lokasi tempat peneliti melaksanakan penelitian gerak dasar melempar dalam permainan kasti adalah SDN III Darmaraja Sumedang, alasan peneliti memilih lokasi penelitian di SDN III Darmaraja, berdasarkan pertimbangan sebagai berikut:

Waktu yang dibutuhkan untuk melaksanakan penelitian ini direncanakan selama lima bulan terhitung dari bulan Februari 2018 sampai dengan bulan Juli 2018. Waktu tersebut mencakup penyusunan, pelaksanaan penelitian, perencanaan, pelaksanaan siklus I, pelaksanaan siklus II, pelaksanaan siklus III, pengolahan data, penyusunan dan revisi skripsi, sidang skripsi, revisi keseluruhan. hingga penyusunan laporan hasil penelitian.

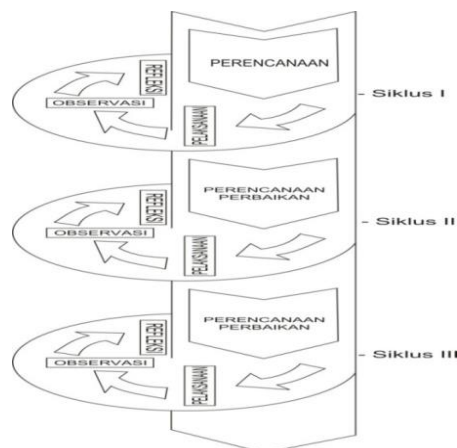
Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SDN III Darmaraja Kabupaten Sumedang yang berjumlah 28 siswa, yang terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 13 siswa perempuan.

Alasan penelitian dilakukan terhadap siswa kelas V SDN III Darmaraja Sumedang, dengan pertimbangan bahwa siswa dalam melakukan berbagai teknik dasar dalam pembelajaran permainan kasti masih rendah, sehingga dibutuhkan perbaikandalam pembelajaran agar hasil pembelajaran siswa dapat meningkat, jika dilihat dari peneliti SDN III Darmaraja letaknya sangat dekat dengan rumah sehingga memeudahkan penelitian.

2. Desain Penelitian

Desain penelitian ini mengacu pada rancangan penelitian model spiral dari Kemmis dan Mc. Taggart dalam Wiraatmaja(2014, hal. 66). "Kemmis dan Mc. Taggart ini menggunakan model yang dikenal dengan sistem spiral refleksi diri yang dimulai dengan tahap perencanaan (Planning), pengamatan (observing), refleksi (*reflection*) dan perencanaan kembali". Desain Kemmis dan Mc. Taggart ini berupa untaian-untaian dengan satu perangkat yang terdiri dari empat komponen yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Keempat komponen yang beruntai tersebut dinamakan satu siklus. Pengertian siklus pada desain penelitan ini adalah suatu perputaran kegiatan yang terdiri dari perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Namun pada pelaksanaannya siklus ini sangat tergantung pada permasalahan yang dihadapi dan perlu di pecahkan.

Berikut ini merupaka gambar model spiral dari Kemmis dan Mc. Taggart.



Gambar 3.1

Bentuk Model Spiral Kemmis dan Mc. Taggart

Model Spiral Kemmis dan Mc. Taggart (dalam Wiraatmadja, 2012, hlm 66)

Apabila kita cermati gambar 3.1, alur aktivitas penelitian tindakan kelas tersusun secara sistematis dan alur tersebut merupakan suatu kesatuan yang harus dilaksanakan tahap demi tahap dalam penelitian tindakan kelas. Mulai dari tahap perencanaan (*planning*), tahap pelaksanaan (*acting*), tahap observasi (*observing*), dan tahap refleksi (*reflecting*).

Perencanaan (*planing*) berdasarkan identifikasi masalah yang telah dilakukan melalui pengamatan awal di lapangan telah ditemukan bahwa siswa kurang mampu melakukan teknik dasar dalam pembelajaran permainan kasti. Jadi perencanaan ini merupakan konsep yang akan dituangkan dalam pelaksanaan nanti, supaya pelaksanaan dapat berjalan dengan lancar dan sesuai keinginan kita. Perencanaan menurut Safari (2015, hal. 55) adalah “proses yang sistematis dalam pengambilan keputusan tentang tindakan yang akan dilakukan pada waktu yang akan datang”.

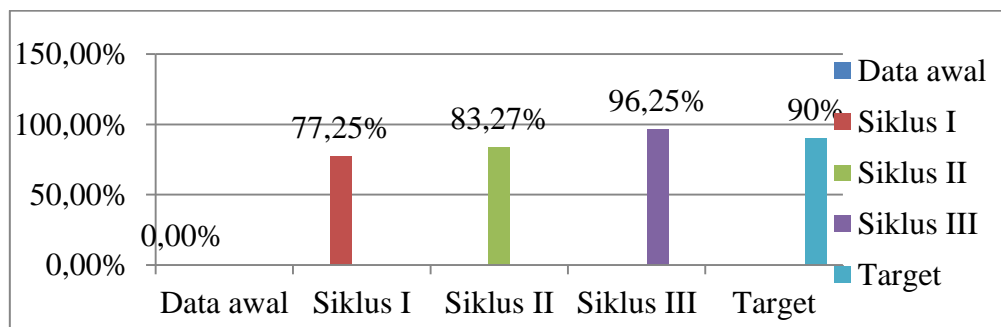
Pelaksanaan (*Action*) Tindakan merupakan suatu implementasi atau penerapan dari apa yang telah di rencanakan sebelumnya.

Pengamatan (*Observing*) dilakukan bersamaan dengan pelaksanaan tindakan. Data yang dikumpulkan pada tahapan ini adalah tentang pelaksanaan tindakan dan rencana yang telah di buat, serta dampaknya terhadap proses dan hasil instruksional yang dikumpulkan dengan alat bantu instrumen yang dikembangkan oleh peneliti.

Refleksi (*Reflecting*) merupakan tahapan untuk memproses data yang telah diperoleh kemudian ditafsirkan serta dianalisis terhadap semua informasi yang diperoleh dari hasil observasi selama model pembelajaran dilaksanakan. Tahapan-tahapan desain penelitian tindakan kelas ini dilakukan selama penelitian dilaksanakan, dengan beberapa siklus hingga target penelitian tercapai.

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

1. Temuan Perencanaan Siklus



Gambar 4.14

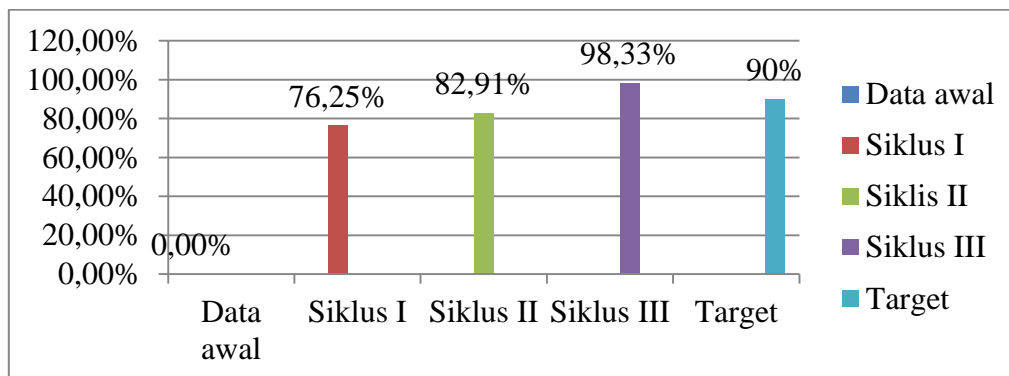
Hasil Perencanaan Data Siklus I, II dan Silus III

Berdasarkan diagram di atas dapat disimpulkan bahwa hasil dari paparan data dari siklus I, Siklus II dan Siklus III mengalami peningkatan. Pada siklus I perbaikan dilakukan disemua komponen perencanaan pembelajaran dengan menggunakan permainan target.

Pada siklus I persentase total perencanaan yaitu sebesar 77,25% sedangkan target yang harus dicapai 90%. Untuk meningkatkan agar mencapai target maka perencanaan diperbaiki atau refleksi kembali dilakukan di siklus II yang mencapai 83,67% meskipun hasil perencanaan meningkat tetapi

belum mencapai target yang akan dicapai, maka perencanaan kembali ditingkatkan pada siklus III. Perencanaan pada siklus III mencapai 96.25%. Dengan hasil yang demikian perencanaan pada siklus III dikatakan meningkat dan sudah mencapai target 90%.

2. Temuan Pelaksanaan Siklus



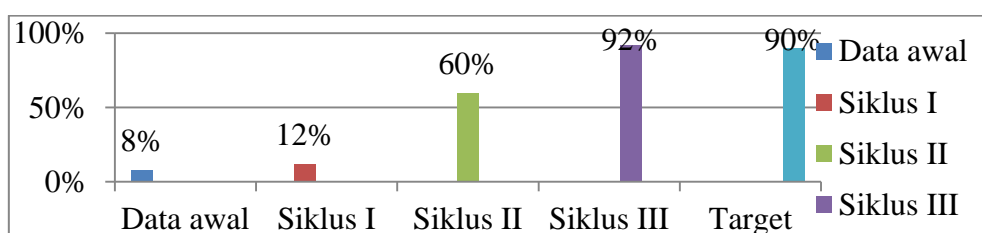
Gambar 4.15

Hasil Pelaksanaan Data Siklus I dan II, Siklus III

Setelah mengalami perbaikan pada seluruh aspek mengalami peningkatan, meskipun pada data awal hanya 0,00% tetapi meningkat saat siklus I atau 76,25% dan siklus II atau 82,91% belum mencapai target yaitu 90%, maka dilakukan kembali perbaikan pada siklus III yang mencapai 98,33% dan dikatakan meningkat dan mencapai target.

Perbaikan dilakukan di seluruh aspek dalam pelaksanaan pembelajaran, perbaikan dilakukan dalam setiap pertemuan, agar target bisa tercapai.

3. Temuan Aktivitas Siswa



Gambar 4.16

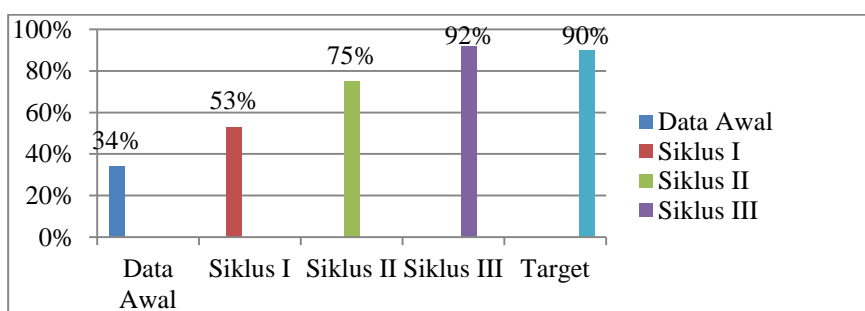
Hasil Aktivitas Siswa Data Siklus I, II dan Siklus III

Pada siklus I perbaikan dilakukan pada semua aspek aktivitas siswa diantaranya meliputi. Baik, cukup dan kurang. Pada data awal yang berkriteria baik hanya 2 orang atau 8%, berkriteria cukup 16 orang atau 64% dan yang kurang 7 orang atau 28%. Pada siklus I yang berkriteria baik mencapai 3 orang siswa atau 12% yang berkriteria cukup mencapai 16 orang siswa atau 64%, sedangkan yang berkriteria kurang mencapai 6 orang siswa atau 24% pada siklus II siswa yang berkriteria baik 15 orang atau 60% yang berkriteria cukup 10 orang atau 40% dan siswa yang berkriteria kurang tidak ada atau

0%. Sementara pada siklus III siswa yang berkriteria baik mencapai 23 orang atau 92% siswa yang berkriteria cukup semakin sedikit menjadi 2 orang siswa atau 8% dan siswa yang berkriteria kurang yaitu tidak ada atau 0%.

Berdasarkan diagram di atas, perolehan persentase aktivitas siswa siklus III sudah melebihi target yang diharapkan. Hal ini diperhatikan guru sudah lebih baik dalam mengatur pembelajaran, membuat siswa dapat bekerjasama, semangat dan kedisiplinan dalam melakukan gerak dasar melempar melalui permainan lempar tangkap dan dapat mengembangkan dan penyesuaian pembelajaran dengan peserta didik.

4. Temuan Hasil Belajar



Gambar 4.17

Hasil Belajar Data Siklus I, II dan Siklus III

Dilihat dari diagram di atas hasil tes dalam pembelajaran gerak dasar melempar pada siswa kelas V dari data awal siklus I, siklus II dan Siklus III mengalami peningkatan. Maka paparan hasil penelitian dari data awal yang baru mencapai 34% mengalami peningkatan pada siklus I mencapai 53%, siklus II mencapai 75%, siklus III mencapai 92%, walaupun 2 siswa atau 10% dari jumlah 28 peserta didik belum mencapai kriteria ketuntasan minimal 75, diarencanakan siswa kurang dalam kemampuan gerakanya dan salah seorang siswa kurang semangat dan jarang masuk sekolah. Tetapi secara keseluruhan telah mengalami peningkatan di berbagai aspek dan telah mencapai target yang ditentukan, yaitu 90%. Sehingga upaya pemberian tindakan telah dihentikan.

SIMPULAN

Pembelajaran gerak dasar melmpar dengan cara lempar tangkap di kelas V SDN Darmaraja III Kecamatan Darmaraja Kabupaten Sumedang, pada prosesnya meliuti perencanaan, kinerja guru, aktivitas siswa, hasil belajar dapat dijelaskan.

1. Perencanaan Pembelajaran

Perencanaan pembelajaran yang dilakukan dalam kegiatan pembelajaran melempar dengan cara permainan lempar tangkap meliputi mengadakan penelitian awal untuk mengidentifikasi masalah yang perlu diatasi, dalam tahap ini peneliti melakukan observasi pada proses pembelajaran kasti dalam melempar untuk siklus I lempar tangkap berkelompok, untuk siklus II lempar Tangkap kena satu kena semua sedangkan siklus III lempar tangkap hitam hijau.

Perencanaan pembelajaran mengalami peningkatan pada setiap siklusnya, untuk data awal diperoleh 52% pada siklus I terjadi peningkatan sehingga menjadi 77%, pada siklus II terjadi peningkatan sehingga menjadi 83%, dan pada siklus III mencapai nilai 96%.

2. Pelaksanaan Kinerja Guru

Pelaksanaan pembelajaran pada IPKG 2 mengalami peningkatan pada setiap siklusnya dan hasil sangat memuaskan, untuk data awal kinerja guru mencapai hasil 62%, siklus I mencapai 76%, siklus II mencapai hasil 83% dan siklus III mendapatkan hasil 98%.

3. Aktivitas Siswa

Pada siklus I perbaikan dilakukan pada semua aspek aktivitas siswa diantaranya meliputi. Baik, cukup dan kurang. Pada data awal yang berkriteria baik hanya 2 orang atau 8%, berkriteria cukup 16 orang atau 64% dan yang kurang 7 orang atau 28%. Pada siklus I yang berkriteria baik mencapai 3 orang siswa atau 12% yang berkriteria cukup mencapai 16 orang siswa atau 64%, sedangkan yang berkriteria kurang mencapai 6 orang siswa atau 24% pada siklus II siswa yang berkriteria baik 15 orang atau 60% yang berkriteria cukup 10 orang atau 40% dan siswa yang berkriteria kurang tidak ada atau 0%. Sementara pada siklus III siswa yang berkriteria baik mencapai 23 orang atau 92% siswa yang berkriteria cukup semakin sedikit menjadi 2 orang siswa atau 8% dan siswa yang berkriteria kurang yaitu tidak ada atau 0%.

Berdasarkan, perolehan persentase aktivitas siswa siklus III sudah melebihi target yang diharapkan. Hal ini diperhatikan guru sudah lebih baik dalam mengatur pembelajaran, membuat siswa dapat bekerjasama, semangat dan kedisiplinan dalam melakukan gerak dasar melempar melalui permainan lempar tangkap dan dapat mengembangkan dan penyesuaian pembelajaran dengan peserta didik.

4. Hasil Belajar

Untuk meningkatkan hasil belajar melempar dengan pembelajaran lempar tangkap yang dilaksanakan di kelas V SDN Darmaraja III Kecamatan Darmaraja Kabupaten Sumedang dengan pelaksanaan permainan yang berbeda-beda pada setiap siklusnya, dari 3 aspek yang diamati yaitu sikap awal pelaksanaan dan sikap akhir, pada siklus I ada 15 siswa atau 53 %, yang tuntas, sedangkan siswa yang tidak tuntas ada 13 siswa atau 46%. Untuk siklus II siswa yang tuntas pada siklus II ini ada 21 siswa atau 75%. Untuk siklus III siswa yang tuntas ada 25 siswa atau 92% dan yang tidak tuntas ada 3 siswa atau 40% dalam pembelajaran melempar.

REFERENSI

- Safari, I. (2015). *Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: UPI Press.
- Ahmadi, A dan Uhbiyati, N. (2015). *Ilmu Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahayu, ET. (2013). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Rukmana, A. (2009). *Kieppers dan Kasti*. Sumedang: UPI Press
- Suwarso, E dan Sumarya. (2010) . *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Depok : CV Arya Duta.
- Moleong, L. (2004). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Wiriaatmaja, R. (2014). *Metode Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Wardani, G. I. (2002). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Universitas Terbuka

Hariyani, U.(2011). Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh Melalui Media Ban. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 27.

Hanifah, N. (2014). *Memahami Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: UPI Press.