

**MENINGKATKAN GERAK DASAR MELEMPAR BOLA
BESAR MELALUI PENDEKATAN PEMBELAJARAN
KONTEKSTUAL PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI KELAS IV SEKOLAH DASAR**

(Penelitian Tindakan Kelas di SDN Cipinang Melayu 04 Jakarta Timur)



**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan
Gelar Sarjana Pendidikan**

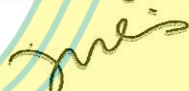
**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2020**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA
UJIAN/SIDANG SKRIPSI/KARYA INOVATIF**

Judul : Meningkatkan Gerak Dasar Melempar Bola Besar Melalui Pendekatan **Pembelajaran Kontekstual** Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Kelas IV SDN Cipinang Melayu 04

Nama Mahasiswa : Aditya Purnomo
 NIM : 1815163151
 Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar
 Tanggal Ujian : 10 Agustus 2020

Pembimbing I





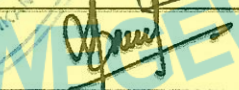
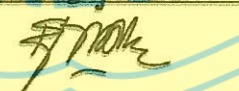

Drs. Julius Sagita, M.Pd
 NIP. 196012211986101001

Pembimbing II



Dra. Evita Adnan, M.Psi
 NIP. 196006171984032002

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Sofia Hartati, M.Si. (Penanggung Jawab)*		28-09-2020
Dr. Anan Sutisna, M.Pd (Wakil Penanggung Jawab)**		28-09-2020
Dr. Fahrurrozi, M.Pd (Ketua Penguji)***		03-09-2020
Drs. Andi Ali Saladin, M.Pd (Anggota)****		25-08-2020
Drs. Endang Wahyudiana, M.Pd (Anggota)****		19-08-2020

Catatan :

- * Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
- ** Wakil Dekan I
- *** Koordinator Program Studi
- **** Dosen Penguji selain pembimbing dan Koordinator Program Studi

**MENINGKATKAN GERAK DASAR MELEMPAR BOLA BESAR MELALUI
PENDEKATAN PEMBELAJARAN KONTEKSTUAL PADA MATA
PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI**

**(Penelitian Tindakan Kelas pada Siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri
Cipinang Melayu 04 Jakarta Timur)**

2020

Aditya Purnomo

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses pembelajaran gerak dasar melempar bola besar melalui pendekatan pembelajaran kontekstual dan mengkaji pendekatan pembelajaran kontekstual dapat meningkatkan gerak dasar melempar bola besar. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV yang berjumlah 32 siswa di Sekolah Dasar Negeri Cipinang Melayu 04 Jakarta Timur tahun ajaran 2019/2020. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian tindakan kelas dengan pengambilan data kualitatif dan kuantitatif. Instrumen pengumpulan data yang digunakan antara lain lembar penilaian tes kemampuan gerak dasar melempar bola besar, observasi oleh peneliti dan lembar pemantau tindakan pendekatan pembelajaran kontekstual yang dilaksanakan dalam satu (1) siklus dengan 4 kegiatan yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi hasil penelitian menunjukkan persentase perolehan data pada siklus 1 gerak dasar melempar bola besar dari atas kepala sebesar 68,7% dan pendekatan pembelajaran kontekstual mendapatkan 80% untuk guru dan siswa.

Kata Kunci: Gerak Dasar Melempar Bola Besar, Pendekatan Pembelajaran Kontekstual, Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

**INCREASING BASIC MOVEMENTS THROUGH LARGE BALL THROUGH
A CONTEXTUAL LEARNING APPROACH IN JASMANI EDUCATION
LEARNING**

**(Classroom Action Research on Grade IV Students of Cipinang Melayu
04 Public Elementary School, East Jakarta)**

Aditya Purnomo

ABSTRACT

The Study aims to determine the basic motion learning process of throwing a large ball through a contextual learning approach and investigate the contextual learning approach can improve the basic motion of throwing a large ball. The subjects in this study was a student of class IV who amounted to 32 students in the East Jakarta Elementary School in District Cipinang Melayu 04, 2019/2020 academic year. The research method used is classroom action research with qualitative and quantitative data collection. Data collection instruments used included the basic ability test sheet to throw a large ball, observations by researchers and a monitoring sheet of action contextual learning approaches carried out in one (1) cycle with 4 activities there are planning, acting, observing and reflecting the results of research showing the percentage data acquisition in cycle 1 basic motion throwing a large ball from the head by 68,7% and the contextual learning approach get 80% for teachers and students.

Keywords: *Basic motion for throwing large balls, contextual learning approach, Action class research*

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Aditya Purnomo

NIM : 1815163151

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Meningkatkan Gerak Dasar Melempar Bola Besar Melalui Pendekatan Pembelajaran Kontekstual Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Kelas IV Sekolah Dasar” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Febuari 2020 sampai dengan bulan Maret 2020.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 10 Agustus 2020

Yang Membuat Pernyataan


METERAI
TEMPEL
TGL. 20
33E76AHF534856438
6000
ENAM RIBU RUPIAH

(Aditya Purnomo)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Aditya Purnomo
NIM : 1815163151
Fakultas/Prodi : Ilmu Pendidikan
Alamat email : adityapurnomo05@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :
Meningkatkan Gerak Dasar Melempar Bola Besar Melalui
Pendekatan Pembelajaran Kontesktual Pada Mata Pelajaran
Pendidikan Jasmani Kelas IV Sekolah Dasar


Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 18 Oktober 2020

Penulis


(Aditya Purnomo)
nama dan tanda tangan

MOTTO

“Teruslah Berusaha dan Berdo’a Sampai Impianmu Terwujud”



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Meningkatkan Gerak Dasar Melempar Bola Besar Melalui Pendekatan Pembelajaran Kontekstual Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Kelas IV Sekolah Dasar”. Penulisan skripsi merupakan salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD), Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta.

Peneliti menyadari terselesaikannya skripsi yang disusun ini bukan semata-mata hasil kerja keras peneliti sendiri. Terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Pertama, kepada seluruh anggota keluarga, terutama kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan doa, motivasi, dan semangat yang tak pernah henti kepada peneliti.

Kedua, kepada Pak Drs. Julius Sagita, M.Pd selaku dosen pembimbing I, dan Ibu Dra. Evita Adnan, M.Psi selaku dosen pembimbing II yang dengan ikhlas memberikan waktu bimbingan, arahan, motivasi, serta semangat yang membangun selama proses penyusunan skripsi ini.

Ketiga, kepada Dr. Sofia Hartati, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta, dan Bapak Dr. Anan Sutisna, M.Pd selaku Pembantu Dekan I Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta, yang telah memberi izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian ini.

Keempat, kepada Bapak Dr. Fahrurrozi, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar yang telah memberikan kelancaran pelayanan dan urusan akademik.

Kelima, kepada Handhika, Alfa, Ilham, Imam, dan teman-teman kelas D 2016 yang telah memberikan pengalaman yang berharga selama masa perkuliahan dan menjadi tempat untuk bertukar pendapat kepada peneliti dalam penyusunan skripsi ini.

Keenam, kepada sodara Syifa Rahmatul Latifah, S.Psi yang senantiasa senasib seperjuangan dalam dunia pendidikan dengan satu almamater dari TK, SD, SMP, SMA, dan Universitas

Ketujuh, kepada Dina Mustika, S.Pd yang sudah menemani masa-masa selama kuliah, menjadi tempat untuk cerita, bertukar pendapat, dan selalu memberikan motivasi serta semangat kepada peneliti.

Terakhir, kepada tenaga pendidik SDN Cipinang Melayu 04, terutama Guru Pendidikan Jasmani yang telah memberikan kesempatan pada peneliti

untuk melakukan penelitian di SD tersebut dan telah memberikan bantuan serta bimbingan dalam melakukan penelitian.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna. Oleh karena itu, peneliti menerima saran dan kritik yang bersifat membangun agar dapat menyempurnakan skripsi ini. Harapan peneliti semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi civitas akademika Universitas Negeri Jakarta. Terima kasih.

Jakarta, Agustus 2020

Peneliti,

Aditya Purnomo



DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI	i
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Area dan Fokus Penelitian	5
C. Pembatasan Fokus Penelitian	6
D. Perumusan Masalah Penelitian	6
E. Kegunaan Hasil Penelitian	7
1. Manfaat secara teoritis	7
2. Manfaat secara praktis	7
BAB II	9
KAJIAN TEORITIK	9
A. Acuan Teoritik Area dan Fokus yang Diteliti	9

1. Gerak Dasar Melempar Bola Besar.....	9
2. Karakteristik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar.....	16
B. Acuan Teori Rancangan-rancangan Alternatif atau Desain-desain Alternatif Interval Tindakan yang Dipilih.....	18
1. Pendekatan Pembelajaran Kontekstual	18
D. Bahasan Hasil Penelitian yang Relevan	31
E. Pengembangan Konseptual Perencanaan Tindakan	34
BAB III.....	38
METODE PENELITIAN.....	38
A. Tujuan Penelitian.....	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian	38
C. Metodologi dan Desain Intervensi Tindakan	38
1. Metode Penelitian	38
2. Desain Intervensi Tindakan.....	40
D. Subjek/Partisipasi Partisipasi Penilaian.....	42
E. Peran dan Posisi Penelitian.....	42
F. Tahapan Intervensi Tindakan	43
1. Tahap Perencanaan	43
2. Tahap Pelaksanaan	44
3. Tahap Pengamatan.....	45
4. Tahap Refleksi.....	45
G. Hasil Intervensi Tindakan yang Diharapkan.....	46
H. Data dan Sumber Data	47
1. Data Penelitian	47
2. Sumber Data Penelitian	47
I. Instrumen-Instrumen Pengumpulan Data Penelitian.....	48
1. Instrumen Gerak Dasar Melempar Bola Besar	48
2. Definisi Konseptual dan Operasional Pendekatan Pembelajaran Kontekstual.....	50
J. Teknik Pengumpulan Data.....	52

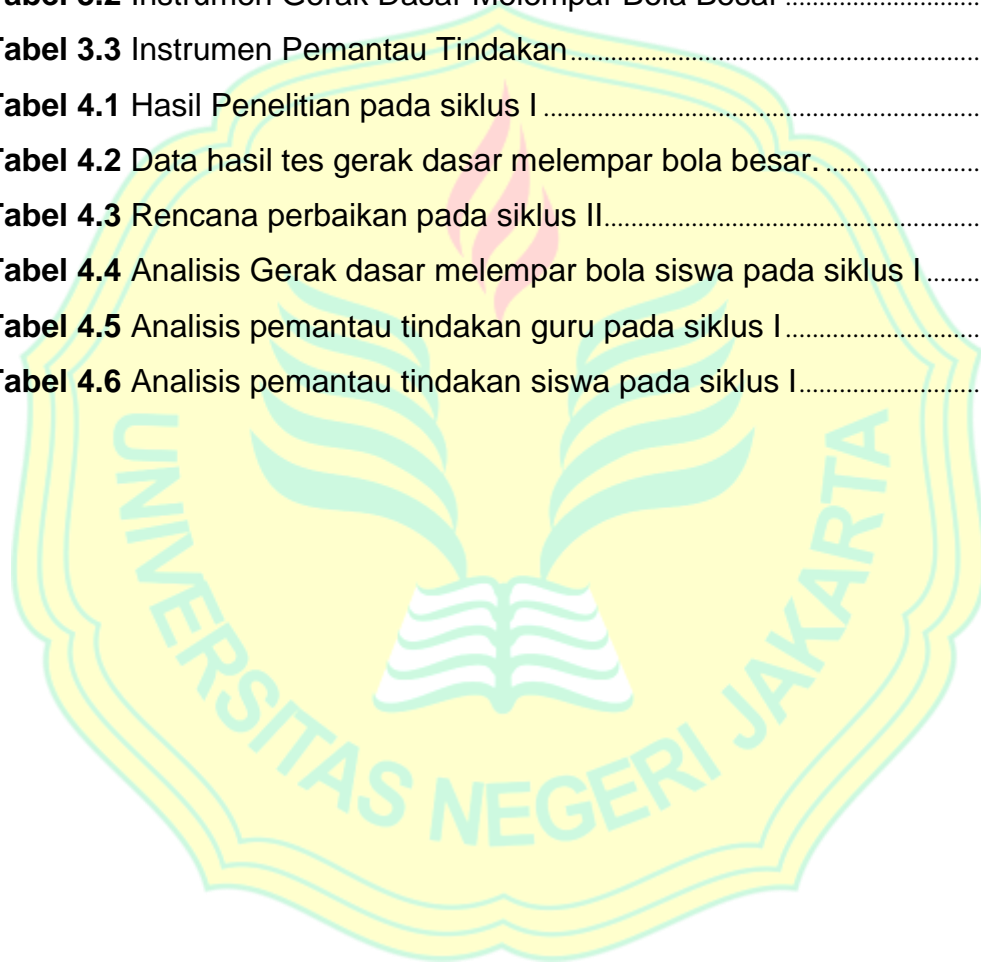
K. Teknik Pemeriksaan Keterpercayaan Data	52
L. Analisis Data dan Interpretasi Hasil Analisis.....	53
1. Analisis data.....	53
2. Interpretasi Hasil Analisis.....	54
M. Tindakan Lanjut atau Pengembangan Perencanaan Tindakan.....	55
BAB IV.....	56
DESKRIPSI, ANALISIS DATA, INTERPRETASI HASIL ANALISIS, DAN	
PEMBAHASAN.....	56
A. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	56
1. Interpretasi Tindakan Siklus I.....	56
B. Pemeriksaan Keabsahan Data.....	73
C. Analisis Data dan Interpretasi Hasil Analisis.....	74
D. Pembahasan.....	78
E. Keterbatasan Penelitian.....	79
BAB V.....	81
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	81
A. Kesimpulan.....	81
B. Implikasi.....	83
C. Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA.....	85
LAMPIRAN PENELITIAN.....	88
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	141

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Ilustrasi melempar bola besar dari atas kepala.....	15
Gambar 3.1 Alur Pelaksanaan PTK model Kemmis & Mc.Taggart.....	40
Gambar 4.1 Siswa melakukan gerak dasar melempar bola besar.....	57
Gambar 4.2 Guru memutar video gerak dasar melempar bola besar.....	58
Gambar 4.3 Siswa Berdiskusi	58
Gambar 4.4 Siswa melakukan pemanasan	59
Gambar 4.5 Siswa melakukan gerak dasar melempar bola secara berpasangan.....	60
Gambar 4.6 Siswa melaksanakan permainan melempar tag team point.....	61
Gambar 4.7 Siswa berlari untuk mengambil tali pada cone secara bergantian dalam permainan tag team point	63
Gambar 4.8 Guru menjelaskan gerak dasar melempar bola besar.....	64
Gambar 4.9 Siswa melakukan pemanasan	66
Gambar 4.10 Siswa bersiap melakukan pembagian kelompok.	67
Gambar 4.11 Siswa melaksanakan permainan melempar antar pulau.	67
Gambar 4.12 Siswa mengambil nilai gerak dasar melempar.	68
Gambar 4.13 Diagram data gerak dasar melempar bola besar siswa.	76

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Perencanaan Tindakan.....	44
Tabel 3.2 Instrumen Gerak Dasar Melempar Bola Besar	49
Tabel 3.3 Instrumen Pemantau Tindakan.....	51
Tabel 4.1 Hasil Penelitian pada siklus I	71
Tabel 4.2 Data hasil tes gerak dasar melempar bola besar.	72
Tabel 4.3 Rencana perbaikan pada siklus II.....	72
Tabel 4.4 Analisis Gerak dasar melempar bola siswa pada siklus I	75
Tabel 4.5 Analisis pemantau tindakan guru pada siklus I	77
Tabel 4.6 Analisis pemantau tindakan siswa pada siklus I.....	77



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
LAMPIRAN 1 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.....	88
LAMPIRAN 2 Deskripsi Permainan	103
LAMPIRAN 3 Catatan Lapangan	108
LAMPIRAN 4 Lembar Pengamatan Guru dan Siswa.....	115
LAMPIRAN 5 Hasil Pengamatan Gerak Dasar Melempar Bola Besar Siswa 121	
LAMPIRAN 6 Validasi Instrumen Penelitian.....	130
LAMPIRAN 7 Dokumentasi Kegiatan Pembelajaran.....	133
LAMPIRAN 8 Surat-Surat Penelitian.....	138