

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR
LEMPAR TANGKAP DENGAN MENGGUNAKAN
MODIFIKASI MEDIA PADA SISWA KELAS IV SDS TRISULA
PERWARI 3 RAWAMANGUN**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

Dhani Wardhani

1601621132

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2022

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LEMPAR
TANGKAP DENGAN MENGGUNAKAN MODIFIKASI MEDIA PADA
SISWA KELAS IV SDS TRISULA PERWARI 3 RAWAMANGUN**

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bahwa dengan penerapan pendekatan modifikasi media dapat meningkatkan hasil belajar melempar siswa. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode Penelitian Tindakan Kelas atau classroom action research. Dalam penggunaan metode ini peneliti menggunakan dua siklus dan dalam setiap siklus terdiri dari dua tindakan. Instrumen yang digunakan untuk peningkatan gerak dasar melempar yaitu sikap awal, pelaksanaan, dan sikap akhir. Sementara itu alat ukur untuk hasil peningkatan gerak dasar melempar yaitu lembar observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan penerapan pendekatan modifikasi media dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar melempar baik itu sikap awal, pelaksanaan, dan sikap akhir. Hasil peningkatan tersebut ditunjukkan dari peningkatan hasil persentase setiap siklusnya. Data awal adalah 80% berada pada status tidak tuntas, 20% berada pada status tuntas. Siklus I adalah 85% berada pada status tidak tuntas dan 15% berada pada status tuntas. Sedangkan siklus II adalah 5% berada pada status tidak tuntas dan 95% berada pada status tuntas. Sehingga apabila proses pembelajaran dilaksanakan dengan baik sesuai dengan rencana yang disusun sebelumnya, maka hasilnya pun diduga akan baik dan memuaskan seperti apa yang dilakukan dalam penelitian ini. Kesimpulan dari hasil penelitian ini yaitu dengan menerapkan pendekatan modifikasi media dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar melempar siswa kelas IV SDS Trisula Perwari 3 Rawamangun.

Kata kunci : Penelitian tindakan kelas, gerak dasar melempar dan menangkap, modifikasi media

**EFFORTS TO INCREASE LEARNING OUTCOMES BASIC
MOVEMENTS OF TRAVEL AND CATCH BY USING MODIFICATION
OF MEDIA IN CLASS IV STUDENTS OF SDS TRISULA PERWARI 3
RAWAMANGUN**

ABSTRACT

The purpose of this study was to find out that the application of a media modification approach could improve students' learning outcomes of throwing. The research method used in this research is the Classroom Action Research method. In the use of this method the researcher uses two cycles and in each cycle consists of two actions. The instruments used to improve the basic motion of throwing are the initial attitude, execution, and final attitude. Meanwhile, the measuring instrument for the results of improving the basic throwing motion is the observation sheet. The results showed that the application of the media modification approach could improve the basic movement skills of throwing, both the initial attitude, implementation, and final attitude. The results of the increase are shown by the increase in the percentage yield for each cycle. Initial data is 80% is in incomplete status, 20% is in pending status. Cycle I was 85% in incomplete status and 15% in complete status. While the second cycle is 5% is in incomplete status and 95% is in complete status. So that if the learning process is carried out properly in accordance with the plans prepared previously, then the results are expected to be good and satisfying as what was done in this study. The conclusion from the results of this study is that by applying a media modification approach it can improve the learning outcomes of basic throwing motions for fourth grade students of SDS Trisula Perwari 3 Rawamangun.

Keywords: Classroom action research, basic throwing and catching movements, media modification

LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji dan syukur saya panjatkan kepada penguasa alam semesta Allah SWT, Sholawat serta salam selalu kita ucapkan kepada baginda Nabi kita Nabi Muhammad SAW. Ya Allah, Engkau berikan saya kekuatan, kesabaran, keihlasan dan keberkahan dalam menyelesaikan tugas akhir penulisan skripsi ini sehingga selesai tepat pada waktunya..

Karya penulisan ini saya persembahkan untuk orang-orang istimewa dalam perjalanan hidup saya :

- Kedua orang tua saya Almarhum Bapak Slamet Suhardjo dan Almarhumah Ibu Siti Kanisyah yang sangat saya hormati dan kasihi, kenangan kasih dan sayangnya senantiasa menjadikan motivasi untuk saya dalam menyelesaikan studi saya dan menjadikan kekuatan dalam langkah saya untuk terus maju dan meraih cita-cita.
- Keluarga kecil saya, Istri Saya (Liongli), 3 Anak gadis saya (Gathaya, Ghania dan Ghamilah) yang menjadi penyemangat dan ladang kekuatan dalam setiap langkah dan usaha saya untuk dapat menyelesaikan penulisan ini.
- Kakak-kakak, Sahabat-sahabat dan rekan – rekan saya yang selalu memberikan motivasi, dukungan dan membantu dengan segala macam cara yang tidak pernah putus dan tiada akhir.

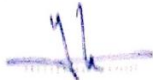

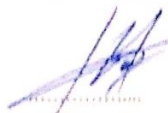

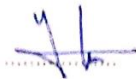


MOTTO

" Berubah memang berat pada awalnya, kacau di tengah-tengahnya, dan sangat indah pada akhirnya" (Robin Sharma).

" Hidup adalah perjuangan, perjalanan adalah suatu pembelajaran. Jika tak ada pengorbanan, lambat laun kita akan tersisihkan." (Anonymous)

" Tidak perlu sempurna untuk menginspirasi orang lain. Biarkan orang lain terinspirasi oleh bagaimana kamu menangani ketidaksempurnaanmu." (Anonymous)

LEMBAR PERETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal	
Pembimbing I			
Dr. Iwan Setiawan, M.Pd NIP. 19730305200921001		9/8-2022	
Pembimbing II			
Dr. Sujarwo, M.Pd NIP. 197604252003121001		9/8-2022	
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Dr. Andi Hastiadi Hasyim, M.Pd NIP. 198601252020121003	Ketua		9/8-2022
2. Andri Irawan, M.Pd NIP. 198009092006041001	Sekretaris		9/8-2022
3. Dr. Iwan Setiawan, M.Pd NIP. 196610111992031004	Anggota		9/8-2022
4. Dr. Sujarwo, M.Pd NIP. 197604252003121001	Anggota		9/8-2022
5. Muhamad Arif, M.Pd NIDN. 0023028304	Anggota		9/8-2022

Tanggal Lulus : 5 Agustus 2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun diperguruan tinggi lainnya.

Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.

Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah di tulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 22 Juli 2022

Yang membuat pernyataan



1601621132



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 : Dhani Wardhani
NIM : 1601621132
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan / Pendidikan Jasmani
Alamat email : dhani82.dw@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 (.....)

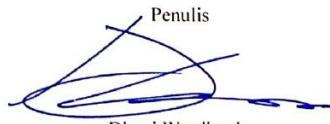
yang berjudul :
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lempar Tangkap Dengan Menggunakan Modifikasi Media Pada Siswa Kelas IV SDS Trisula Perwari 3 Rawamangun

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, 26 Agustus 2022

Penulis

Dhani Wardhani

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberikan rahmat dan karunia yang sangat berlimpah. Berkat rahmat dan karunia-Nya pula penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Shalawat serta salam kita panjatkan kepada Nabi kita, nabi paling mulia, Nabi Muhammad Shallallahu'alaihiwasallam, juga segenap keluarga, dan para sahabat, serta para pengikut beliau sampai akhir zaman.

Dengan rasa hormat penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Dr. Johansyah Lubis, M.Pd, Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani dan juga berperan sebagai Dosen Pembimbing I Dr. Iwan Setiawan, M.Pd, dan Dosen Pembimbing II Dr. Sujarwo, M.Pd, Pembimbing Akademik Andri Irawan, M.Pd , kepada Kedua Almarhum Orang Tua yang telah mendidik dan selalu mendukung saya semasa hidupnya, kepada Istri dan ketiga buah hati saya dan terutama kepada sekolah terkait yang sudah mengizinkan untuk saya melakukan penelitian. Serta teman-teman yang telah banyak membantu, mendukung dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan lebih baik lagi dalam penulisan maupun prosedural penelitian untuk kedepannya.

Jakarta, 14 Juli 2022

Dhani Wardhani

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
LEMBAR PERSEMBAHAN	iii
KATA PENGANTAR	7
DAFTAR ISI	8
DAFTAR TABEL	9
DAFTAR GAMBAR	10
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang Masalah	Error! Bookmark not defined.
B. Fokus Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Perumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II KAJIAN TEORITIK	Error! Bookmark not defined.
a. Hakikat Gerak Dasar.....	Error! Bookmark not defined.
b. Konsep Penelitian Tindakan	Error! Bookmark not defined.
c. Konsep Model Tindakan.....	Error! Bookmark not defined.
B. Kerangka Teoritik	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Tempat dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Prosedur Penelitian Tindakan.....	Error! Bookmark not defined.
D. Teknik Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
E. Indikator Penilaian.....	Error! Bookmark not defined.
F. Instrumen Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
G. Teknik Pengolahan Dan Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
H. Pengolahan dan Kategorisasi Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA Error! Bookmark not defined.	
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Analisis Observasi Awal.....	Error! Bookmark not defined.
C. Pembelajaran Siklus I Tindakan I.....	Error! Bookmark not defined.
D. Pembelajaran Siklus I Tindakan II	Error! Bookmark not defined.
E. Hasil Penelitian Siklus I Tindakan I dan II	Error! Bookmark not defined.
F. Hasil penelitian siklus II tindakan I dan II	Error! Bookmark not defined.
G. Pembahasan Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
H. Diskusi Penemuan	Error! Bookmark not defined.
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.
RIWAYAT HIDUP	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

1. Tabel 3.1 Rencana Program Pembelajaran.....	35
2. Tabel 3.2 Lembar Observasi Gerak Dasar Melempar	39
3. Tabel 4.1 Data Awal Pembelajaran Gerak Dasar Melempar	45
4. Tabel 4.2 Keterangan Penilaian	45
5. Tabel 4.3 Gambaran Umum Hasil Observasi Awal.....	46
6. Tabel 4.4 Proses Pembelajaran Pada Siklus I Tindakan I	48
7. Tabel 4.5 Proses Pembelajaran Pada Siklus I Tindakan II.....	51
8. Tabel 4.6 Hasil Belajar Gerak Dasar Melempar Siklus I	54
9. Tabel 4.7 Keterangan Penilaian	55
10. Tabel 4.8 Gambaran Umum Hasil Siklus I	55
11. Tabe 4.9 Proses Pembelajaran Siklus II Tindakan I	57
12. Tabel 4.10 Proses Pembelajaran Siklus II Tindakan II.....	60
13. Tabel 4.11 Hasil Belajar Gerak Dasar Melempar Siklus II.....	63
14. Tabel 4.12 Keterangan Penilaian	63
15. Tabel 4.13 Gambaran Umum Hasil Siklus II	64
16. Tabel 4.14 Rekapitulasi Skor Kondisi Awal, Siklus I, Dan Siklus II.....	66
17. Tabel 4.15 Gambaran Umum Data Awal, Siklus I, Dan Siklus II.....	67
18. Tabel Grafik 4.1 Gambaran Umum Hasil Siklus I.....	56
19. Table Grafik 4.2 Gambaran Umum Hasil Siklus II	65
20. Tabel Grafik 4.3 Persentase Kondisi Awal, Siklus I, Dan Siklus II	67

DAFTAR GAMBAR

1. Gambar 2. 1 Model Penelitian Tindakan Kurt Lewin	11
2. Gambar 2. 2 Model Penelitian Tindakan Stephen Kemmis & Robby McTaggart	11
3. Gambar 2. 3 Model Penelitian Tindakan John Elliot.....	12
4. Gambar 2. 4 Model Penelitian Tindakan Dave Ebbutt.....	13
5. Gambar 2. 5 Chest Pass	20
6. Gambar 2.6 : Side Pass	20
7. Gambar 2. 7 Javeline Pass	21
8. Gambar 2. 8 Over Head Pass.....	21
9. Gambar 2. 9 Underhand Pass	22
10. Gambar 2.10 Memegang Bola Dengan Tiga Jari.....	28
11. Gambar 2.11 Memegang Bola Dengan Empat Jari	28
12. Gambar 2. 12 Sikap Permulaan.....	29
13. Gambar 2. 13 Gerakan Pertama Melempar	29
14. Gambar 2. 14 Gerakan Terakhir Melempar	30
15. Gambar 3. 1 Bagan Diagram Siklus Penelitian Tindakan Kelas	34

DAFTAR LAMPIRAN

1. DAFTAR PUSTAKA	72
2. LAMPIRAN.....	74

