

ABSTRAK

MENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR OVERHEAD PASS PADA BOLA BASKET DENGAN ALAT YANG DIMODIFIKASI SISWA KELAS V SDN 7 GADINGREJO PRINGSEWU

Oleh

MARNILAWATI

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan hidup aktif serta sikap sportif melalui kegiatan pendidikan jasmani. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar gerak dasar Overhead Pass dengan metode memodifikasi bola basket pada siswa kelas V SDN 7 Gadingrejo Pringsewu Tahun Pelajaran 2011/2012.

Metode yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas (*Class room Action Reserch*), dengan Dua siklus, dimana pada setiap siklus menggunakan tindakan yang berbeda-beda. Siklus pertama dengan penggunaan modifikasi bola plastik dalam melakukan gerak dasar Overhead Pass, dan siklus kedua dengan penggunaan modifikasi bola plastic dengan seutas tali yang dipancangkan dalam melakukan gerak dasar Overhead Pass .

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa V SDN 7 Gadingrejo Pringsewu Tahun Pelajaran 2011/2012 yang berjumlah 29 siswa. Pengumpulan data diambil dari tes berupa pengamatan keterampilan gerak dasar Overhead Pass yang meliputi posisi awal, posisi persiapan, posisi akhir.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan keterampilan gerak dasar Overhead Pass melalui penggunaan modifikasi bola basket pada setiap siklusnya, adapun peningkatan pada setiap siklus adalah sebagai berikut siklus pertama sebesar 51,72%, siklus kedua sebesar 89,65%.

Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa melakukan olahraga menggunakan alat bantu dalam pembelajaran sangat mudah dan anak tidak merasakan kesukaran sehingga menumbuhkan rasa percaya diri.