

ABSTRAK

UPAYA MENINGKATKAN GERAK DASAR MENYUNDUL BOLA MELALUI MODIFIKASI ALAT PERMAINAN (BOLA KARET) PADA SISWA KELAS. VIII.A DI SMPN. 22 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2011/2012

Oleh :

W A R N I D E S

Hasil pembelajaran pendidikan jasmani pada permainan sepakbola gerak dasar menyundul di SMP Negeri 22 Bandar Lampung masih rendah. Hal ini disebabkan karena minat siswa kurang dan juga merasakan sakit bila melakukan gerakan menyundul bola menggunakan bola yang sebenarnya. Modifikasi alat adalah salah satu cara untuk mengatasi permasalahan dari bola yang sebenarnya.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah pemberian modifikasi alat dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar menyundul bola pada pembelajaran Penjaskes siswa kelas VIII. SMP Negeri 22 Bandar Lampung Penelitian ini merupakan salah satu bentuk model pembelajaran Penjas. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kaji tindak (Action Research), yaitu putaran bersepiral (Self Reflective Spiral) yang dirancang secara : (a) Rencana tindakan, (b) Pelaksanaan tindakan, (c) Observasi, (d) Refleksi. Penelitian ini terdiri dari tiga siklus, di setiap siklusnya dilakukan tindakan yang berbeda. Tindakan siklus yang pertama adalah siswa melakukan latihan menyundul bola dengan bola karet secara berpasangan untuk membantu melempar dan menangkap hasil sundulan rekannya, tindakan siklus kedua adalah siswa melakukan latihan dengan menggunakan bola karet mengarahkan hasil sundulan ke depan atas dinding dilakukan dengan jarak 2 meter, tindakan siklus ketiga adalah siswa melakukan latihan saling menyundul bola dengan bola karet secara berulang dengan pasangan berlatih. Dalam proses pembelajaran penulis menggunakan metode demonstrasi, metode Resource-based Learning, pendekatan belajar tuntas (*Mastery Learning*).

Sebagai sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII A dengan jumlah 32 orang, dengan pertimbangan bahwa kelas tersebut merupakan kelas yang minat siswanya terhadap pembelajaran gerak dasar menyundul bola rendah. Berdasarkan pengamatan penulis di lapangan, siswa yang mendapat >65 sebanyak 27,78%. Sedangkan secara klasikal dinyatakan berhasil apabila 85% siswa telah mencapai daya serap $>65\%$.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masing-masing siklus terdapat peningkatan, yaitu siklus I siswa yang memperoleh ≥ 65 sebanyak 37,5 %, siklus II siswa yang memperoleh ≥ 65 sebanyak 56,25 %, siklus III siswa yang memperoleh nilai ≥ 65 sebanyak 93,75%.

Kesimpulan yang dapat di ambil penelitian menunjukkan bahwa pemberian modifikasi alat permainan dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar menyundul bola pada siswa kelas VIII.A di SMP Negeri 22 Bandar Lampung