

**PENGEMBANGAN *HOLE BALL* SEBAGAI PERMAINAN
BOLA KECIL DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
BAGI SISWA SD KELAS V**

Slamet Santoso

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Tunas Pembangunan, Balai Kambang Surakarta
E-Mail: ssantoso111285@Gmail.com

Sari. Slamet Santoso, 2012. Pengembangan *Hole ball* Sebagai Permainan Bola Kecil Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Kelas V. Permainan *hole ball* merupakan salah satu alternatif permainan olahraga yang dapat diajarkan pada siswa agar tidak merasa bosan/jenuh ketika mempelajari permainan bola kecil dan bertujuan untuk meningkatkan kemampuan lempar tangkap peserta didik. Hasil penelitian ini telah ditemukan (1) Model permainan *hole ball* sebagai permainan bola kecil. (2) keefektifan model permainan dapat meningkatkan kemampuan lempar tangkap siswa, hal ini dapat dilihat dari peningkatan sebelum dan sesudah mengikuti pembelajaran permainan *hole ball*. Peningkatan rata-rata kemampuan lempar tangkap siswa setelah perlakuan mengalami kenaikan sebesar 21,82 %. (3) model permainan *hole ball* ini dapat mengatasi keterbatasan sarana dan prasarana yang ada. Simpulan 1) Permainan *hole ball* dapat digunakan sebagai pembelajaran bola kecil 2). Pembelajaran *holeball* dapat meningkatkan kemampuan lempar tangkap secara efektif. 3) Keterterimaan produk pengembangan permainan *hole ball* sebagai permainan bola kecil dalam pembelajaran Penjasorkes.

Abstract. Slamet Santoso. 2012. Hole Ball Development As A Smallball Game in Learning Physical Education, Sports, and Health at Fifth Grade of Elementary Schools. Hole Ball game is one of the alternative of games of sport that could be taught to the students so that they did not feel bored when they studied smallball game and It had a purpose to increase the students ability of throwing and catching. The results of this study are (1) Hole ball game model as a smallball game. (2) the effectiveness of the games model could improve students throwing and catching ability. It could be seen from the improvement before and after following the learning of Hole ball game. The average improvment of students throwing and catching ability after learning process has increased by 21.82%. (3) this hole ball game model could overcome the limitations of the existing of structure and infrastructure. The conclusions of this study are 1) Hole ball game can be used in the learning of smallball. 2) Hole ball learning can increase throwing and catching ability effectivelly. 3) this game as smallball game is accepted in Physical education, sports, and health learning.

Kata Kunci : Pengembangan, *Hole ball*, Bola Kecil, Penjasorkes, Siswa Sekolah Dasar

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

I. PENDAHULUAN

Pendidikan dasar merupakan pondasi untuk pendidikan selanjutnya dan pembangunan nasional. Aset bangsa tidak hanya terletak pada sumber daya alam yang melimpah tetapi terletak pada sumber daya manusia yang berkualitas. Peningkatan sumber daya manusia Indonesia sebagai kekayaan yang kekal dan inventasi untuk mencapai kemajuan bangsa, peningkatan mutu pendidikan dasar berlaku menyeluruh, termasuk di dalamnya adalah Penjasorkes.

Didalam standard kompetensi dan kompetensi dasar kelas 5 (lima), dalam pembelajaran permainan bola kecil siswa diharapkan mampu mempraktikkan gerakan melempar, menangkap, melompat dan berlari. Contoh dari permainan bola kecil yang sudah ada yaitu; Kasti, *Rounders*, Bola bakar, dan *Softball*. Di setiap sekolah dasar mengajarkan salah satu dari permainan bola kecil tersebut. Dalam proses pembelajaran bola kecil, ada sedikit kendala ketika siswa mempraktikkan permainan bola kecil tersebut, seperti gerakan melempar, menangkap dan kerjasama dalam tim, sehingga menyebabkan efektifitas permainan bola kecil ini masih dirasa kurang. Penyebab dari kurangnya kemampuan siswa tersebut, dikarenakan dalam proses pembelajaran, guru dalam menyampaikan materi kurang sesuai dengan rancangan pembelajaran dan kurang kreatif dalam mengemas pembelajaran bola kecil serta kurang menarik perhatian siswa, sehingga siswa menjadi jenuh dalam mengikuti pembelajaran. Kejenuhan siswa ini berdampak terhadap tingkat penguasaan teknik dasar lempar tangkap.

Untuk mengetahui lebih lanjut tingkat penguasaan teknik dasar lempar tangkap siswa sekolah dasar kelas 5, maka peneliti melakukan penelitian pendahuluan di 5 (lima) sekolah dasar, yang dilakukan pada tanggal 2 – 6 Januari 2012 di sekolah dasar, yaitu: 1) SD Negeri Secang 1, 2) SD Negeri Secang 2, 3) SD Negeri Candisari, 4) SD Negeri Sidomulyo, 5) SD Negeri Krincing. Dalam penelitian pendahuluan ini peneliti mengambil sampel siswa sekolah dasar kelas 5, yang berjumlah 60 siswa, dengan masing-masing sekolah berjumlah 12 siswa putra dan putri dengan kriteria umur 11-12 tahun dan tinggi badan 130-140 cm. Selanjutnya, peneliti melakukan tes lempar tangkap bola untuk sekolah dasar yang berjarak 1 (satu) meter ke dinding. Kriteria penilaian yang akan digunakan mengacu pada pendekatan acuan norma (PAN). Pendekatan acuan penilaian ini ditentukan dari hasil pengukuran yang diperoleh para siswa itu sendiri. Berdasarkan pendekatan acuan norma maka ditentukan batas-batas skor untuk standar

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

penilaian; (1). Baik sekali, (2). Baik, (3). Sedang, (4). Kurang, (5). Sangat kurang (Nurhasan, 2008:9.7).

Tabel. 1. Hasil Tes Lempar Tangkap bola

No	Frekuensi	Prosentase	Klasifikasi
1	9	15 %	Sangat Baik
2	10	16, 67 %	Baik
3	9	15 %	Sedang
4	18	30 %	Kurang
5	14	23, 33 %	Sangat Kurang

Berdasarkan hasil analisis data tabel 1, dapat disimpulkan bahwa dari kelima sekolah dasar tersebut memiliki kemampuan gerak dasar lempar tangkap dalam klasifikasi kurang. Mengacu dari hasil analisis diatas, perlu kiranya dikembangkan suatu model pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan lempar tangkap, maka dari itu peneliti tertarik untuk membuat model pengembangan *hole ball* sebagai permainan bola kecil dalam pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bagi siswa sekolah dasar kelas 5.

Adapun alasan pemilihan judul tersebut adalah karena:

1. Melempar dan menangkap bola merupakan aspek dasar dalam permainan bola kecil (*Kasti, Rounders, Softball*) yang harus dikuasai oleh siswa.
2. Kemampuan melempar dan menangkap merupakan aspek yang penting untuk menghasilkan kerjasama tim dalam permainan bola kecil (*Kasti, Rounders, Softball*).
3. Pembelajaran selama menggunakan metode dril membuat siswa jenuh.

Pada dasarnya Penjasorkes merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan sekaligus merupakan proses pendidikan untuk meningkatkan kemampuan jasmani. Tujuan ideal yang ingin dicapai melalui Penjasorkes mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Artinya cakupan Penjasorkes tidak hanya pada aspek fisik saja, akan tetapi juga aspek

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

intelektual, mental, psikomotor, psikis, emosional, sosial, dan spiritual dengan maksud kelak siswa menjadi anak muda yang percaya diri, berdisiplin, sehat, bugar dan hidup bahagia (Rusli Lutan, 2000:2).

Menurut Depdiknas (2006:2) cakupan untuk kelompok Penjasorkes di jenjang sekolah dasar menurut kerangka dasar kurikulum adalah kelompok mata pelajaran dengan wilayah pengembangan fisik, penanaman sportivitas dan pola hidup sehat. Adapun ruang lingkup mata pelajaran Penjasorkes pada jenjang sekolah dasar sesuai KTSP terdiri dari berbagai aktivitas jasmani, seperti:

1) aktivitas permainan dan olahraga, meliputi : olahraga tradisional, keterampilan lokomotor, non-lokomotor, manipulatif, atletik, kasti, rounders, sepak bola, bola Kecil, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulutangkis, dan bela diri serta aktivitas lainnya. 2) aktivitas pengembangan, meliputi : mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.

3) aktivitas senam, meliputi : ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai serta aktivitas lainnya. 4) aktivitas ritmis, meliputi : gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya. 5) aktivitas air, meliputi: permainan di air, keselamatan di air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya. 6) pendidikan luar kelas, meliputi : karyawisata (*study Tour*), pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah (*survival*) dan aktivitas lainnya. 7) kesehatan, meliputi : penanaman hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang berkaitan 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 secara implisit masuk ke dalam semua aspek (Samsudin, 2008:142-143).

Terkait dengan belajar keterampilan motorik, siswa yang berada dikelas 4 (empat) sampai dengan kelas 6 (enam) Sekolah Dasar, telah memiliki kemampuan untuk melakukan berbagai gerak dasar, tetapi masih memerlukan keseimbangan untuk mengendalikan tubuh terhadap ruang dan waktu.(Winarno 2002:9).

Pemahaman karakteristik anak SD merupakan salah satu hal penting yang

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

perlu diperhatikan oleh guru pendidikan jasmani SD. Dasar pemahaman tersebut diperlukan untuk memahami kondisi riil karakteristik anak SD, sehingga pembelajaran pendidikan jasmani akan dapat dilakukan dengan baik. Karakteristik anak-anak 10-13 tahun, sebagai berikut: 1) pertumbuhan relatif stabil. 2) anggota badan tumbuh dengan cepat, 3) pada masa pra remaja terjadi beberapa perubahan pinggul dan bahu, baik anak laki-laki maupun perempuan, 4) keseimbangan berkembang dengan baik, 5) pola gerak dasar menjadi lebih baik, 6) koordinasi mata tangan meningkat, begitu juga gerak manipulative, 7) kekuatan dan daya tahan meningkat, 8) memerlukan latihan untuk peningkatan kemampuan memperoleh status sosial dan mengembangkan daya tahan, 9) kematangan sosialisasi meningkat (Winarno 2002:10).

Pada usia kurang-lebih 6 bulan bayi sudah memegang benda kecil kemudian melepaskannya seolah-olah melempar. Gerakan seperti itu belum bisa dikatakan sebagai gerakan melempar dalam arti yang sebenarnya. Melempar adalah gerakan mengarahkan suatu benda yang dipegang dengan cara mengayunkan tangan ke arah tertentu (Sugiyanto, 2001:3.30). gerakan ini dilakukan dengan menggunakan kekuatan tangan dan lengan serta memerlukan koordinasi beberapa unsur gerakan, misalnya antara ayunan lengan dengan gerakan jari-jari yang melepaskan benda yang dipegang pada saat yang tepat. Untuk melakukannya dengan baik perlu koordinasi gerak yang baik dengan gerakan bahu, tolok, dan kaki.

Gerakan melempar mulai bisa dilakukan oleh anak usia kurang lebih 2 tahun. Tetapi gerakannya masih kaku dan koordinasinya belum benar dan cenderung seperti berdiri biasa. Gerakan hanya terbatas pada ayunan lengan dan sedikit gerakan badan.

Kemampuan melakukan gerakan melempar terus berkembang, dan pada usia 6 atau 6,5 tahun bentuk gerakannya sudah mulai membaik. Usia 10-12 kemampuan koordinasi gerak antara mata, ayunan lengan, jari tangan, tolok, dan kaki sudah bisa membentuk gerakan yang efisien.

Pendekatan bermain merupakan suatu cara yang diterapkan seorang guru dalam kegiatan pembelajaran yang dikemas dalam bentuk bermain atau permainan. Menurut Beltasar Tarigan (2001:17) bahwa, "Pengajaran melalui pendekatan bermain adalah meningkatkan kesadaran siswa tentang konsep bermain melalui penerapan teknik yang tepat sesuai dengan masalah atau situasi dalam permainan sesungguhnya". Permainan harus menyenangkan dan memberi pengalaman belajar baru bagi siswa. Permainan harus menyenangkan. Pada umumnya dalam

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

metode pembelajaran bermain ada pihak yang menang ada pihak yang kalah. Pihak yang menang akan mendapat reward, sedangkan pihak yang kalah perlu berlatih lebih keras untuk memenangkan permainan.

Permainan *hole ball* merupakan suatu permainan hasil pengembangan dari teknik dasar lempar tangkap yang dikemas kedalam bentuk permainan yang bisa dijadikan sebagai salah satu alternatif permainan olahraga yang dapat diajarkan pada siswa agar siswa tidak merasa bosan/jenuh ketika mempelajari permainan bola kecil yang berhubungan dengan materi lempar tangkap. Permainan *hole ball* termasuk kedalam permainan bola kecil, karena permainan ini menggunakan bola kecil dan banyak hal yang dapat dipelajari dalam permainan ini diantaranya adalah; kerjasama, saling menghargai, saling mendukung, ketepatan, kecermatan, dan kelincahan, tanggung jawab, toleransi dan kejujuran. Permainan ini dibagi menjadi 2 tim yang saling bertanding untuk memasukan bola kedalam lubang lingkaran melalui kerjasama lempar tangkap. Bentuk lapangan *hole ball* adalah persegi panjang dengan perbandingan panjang dan lebar adalah 2:1 seumpama panjang lapangan 30 m maka lebar lapangan adalah 15 m. Jumlah pemain disesuaikan dengan jumlah siswa dan luas lapangan, dengan ukuran lapangan 30 m x 15 m maka jumlah pemain dalam satu tim ada 9 siswa dan tidak ada yang menjadi penjaga gawang.

METODE

Dalam penelitian ini model pengembangan yang digunakan adalah model pengembangan prosedural, karena sesuai dengan masalah yang ingin dipecahkan dan tujuan yang hendak dicapai. Menurut Wasis (2004:6) dalam setiap pengembangan dapat memilih dan menemukan langkah yang paling tepat bagi penelitiannya berdasarkan kondisi dan kendala yang dihadapi.

Prosedur yang digunakan dalam pengembangan model permainan bolavoli untuk pembelajaran penjasorkes siswa SD ini meliputi lima tahap utama yaitu :

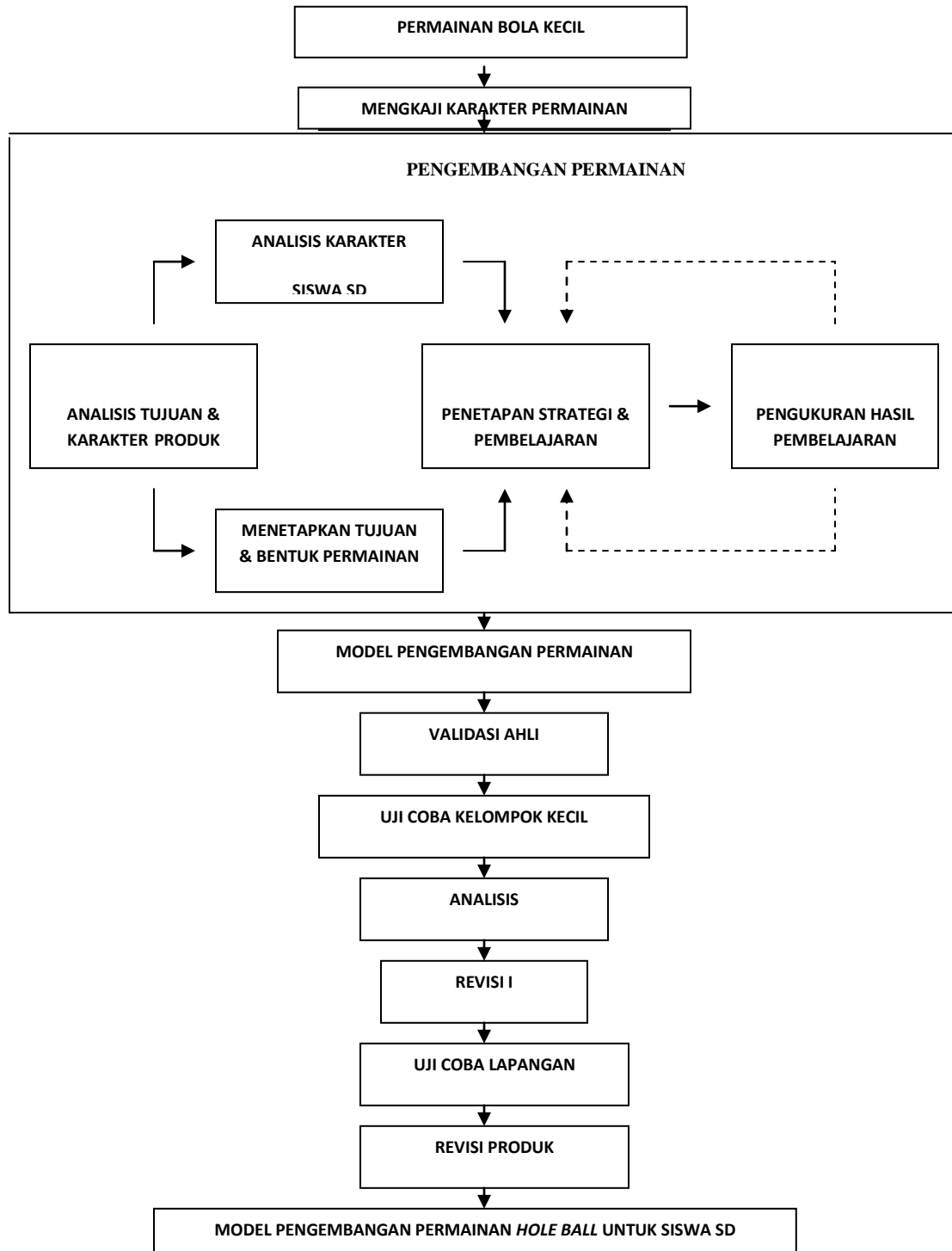
- (1) Melakukan analisis produk yang akan dikembangkan
 - a. survey kemampuan lempar tangkap siswa SD saat pembelajaran bola kecil (kasti, rounders, *softball*).

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

- b. pengkajian terhadap permainan bola kecil secara umum untuk mengetahui karakteristik cabang olahraga ini.
- (2) Mengembangkan produk awal model permainan bola kecil untuk siswa SD
- a. analisis tujuan dan karakter produk
 - b. analisis karakter siswa
 - c. menetapkan tujuan dan bentuk permainan
 - d. menetapkan strategi pengorganisasian dan pembelajaran
- (3) Validasi ahli
- (4) Uji coba lapangan
- a. uji coba kelompok kecil
 - b. uji coba lapangan
- (5) Revisi produk.

Setelah mendapatkan masukan dari para ahli dan guru Penjasorkes tersebut dilakukan revisi produk. Revisi dilakukan untuk memperbaiki produk sebelum produk akhir digunakan. Prosedur pengembangan permainan *hole ball* yang telah dijelaskan di atas dapat dijelaskan dalam gambar berikut :

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)



Gambar 1. Diagram Prosedur Pengembangan Permainan *Hole Ball*

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

Data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu data kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif diperoleh dari hasil wawancara yang berupa kritik, saran dari ahli penjas dan nara sumber secara lisan maupun tulisan sebagai masukan konstruktif untuk bahan revisi produk. Sedangkan data kuantitatif diperoleh dari tes pengukuran lempar tangkap bola jarak 1 meter ke dinding, sebelum dan sesudah pembelajaran, pengaruh penggunaan produk dan keterampilan siswa.

Instrumen yang digunakan dalam pengembangan produk berupa, wawancara, observasi, kuesioner, dokumentasi, tes lempar tangkap bola.

Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan untuk mengetahui peningkatan kemampuan lempar tangkap siswa menggunakan 1) data tes lempar tangkap bola jarak bola 1 meter ke dinding, sebelum dan sesudah pembelajaran, (2) kuesioner respon psikomotorik, kognitif, afektif siswa dengan menggunakan angket. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan data *pre tes* dan *post test* untuk mengetahui kemampuan lempar tangkap siswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan menggunakan produk permainan *hole ball*, dalam Penjasorkes.

II. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 2. Kriteria Hasil Pengisian Kuesioner Ahli dan Guru Penjas

Interval Persen	Kriteria	Frekuensi	Persentasi	Rata-rata klasikal
81,26% - 100%	Sangat Baik	4	80%	87,67%
62,51% - 81,25%	Baik	1	20%	
43,76% - 62,50%	Kurang baik	0	0%	
25% - 43,75%	Sangat Kurang baik	0	0%	
Jumlah		5	100%	Sangat Baik

Dengan melihat tabel 2 rekap kuesioner yang dilakukan oleh masing-masing ahli dan guru Penjas sekolah dasar didapat rata-rata klasikal sebesar 87,67%, masuk dalam kategori **Jurnal Ilmiah PENJAS, ISSN: 2442-3874 Vol.1 No.1 Januari 2015**

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

penilaian ” Sangat Baik”. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa model pengembangan permainan *hole ball* sebagai media pembelajaran Penjasorkes di sekolah dasar dapat digunakan untuk uji coba skala kecil.

Berikut ini adalah berbagai masukan dan saran dari ahli dan guru Penjas sekolah dasar:

Tabel 3. Saran dan perbaikan dari Ahli dan Guru Penjas

No	Bagian Yang Direvisi	Alasan Direvisi	Saran Perbaikan
1	2	3	4
1	Tata bahasa	Tata bahasa kurang mendukung untuk pembelajaran yang lain (Bahasa Inggris)	Penjas harus bisa sebagai pendukung mata pelajaran yang lain (Tematik)
2	Ukuran lapangan	Tidak semua sekolah memiliki halaman/ lapangan yang luas	Ukuran lapangan lebih fleksibel dan dibuat dengan ukuran mulai dari yang terkecil sampai yang terbesar
3	Bola	Bola yang digunakan tidak rata (rintik-rintik)	Bola yang digunakan hendaknya rata dan halus
4	Aturan permainan	Kurang detail	Perlu di permudah dan lebih di sederhanakan supaya lebih menarik
5	Jalannya permainan	Masih ada batasan gerak untuk siswa	Siswa diberi kebebasan dalam bergerak

(sumber : Hasil Penelitian tahun 2012)

Analisis Data Aspek Psikomotorik, Kognitif, Afektif

Tabel 4. Data aspek psikomotorik, kognitif, dan afektif

Kriteria	Interval Persen	Psikomotorik		Kognitif		Afektif	
		F	%	F	%	F	%
Tinggi	78% - 100%	60	56%	42	39%	73	68%
Sedang	55,6% - 78%	25	23%	47	44%	19	18%
Rendah	33% -55,6%	23	21%	19	18%	16	15%
Jumlah		108	100%	108	100%	108	100%

Sumber : Data hasil penelitian 2012

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi pada aspek psikomotorik, afektif, dan kognitif dapat disimpulkan bahwa: (1) untuk aspek psikomotorik dari 108 siswa, yang termasuk kategori tinggi berjumlah 60 siswa dengan persentase yaitu 56%, kategori sedang berjumlah 25 siswa dengan persentase yaitu 23%, dan kategori rendah berjumlah 23 siswa dengan persentase yaitu 21%. (2) untuk aspek kognitif dari 108 siswa, yang termasuk kategori rendah berjumlah 19 siswa dengan persentase yaitu 24,6%, kategori sedang berjumlah 47 siswa dengan persentase yaitu 44%, dan kategori tinggi berjumlah 42 siswa dengan persentase yaitu 39%. (3) untuk aspek afektif dari 108 siswa, yang termasuk kategori rendah berjumlah 16 siswa dengan persentase yaitu 15%, kategori sedang berjumlah 19 siswa dengan persentase yaitu 18%, dan kategori tinggi berjumlah 73 siswa dengan persentase sebesar 68%.

Analisis Data Aspek Kualitas Model, Sarana dan Prasarana

Tabel 5. Rentangan Skor, Kategori dan frekuensi Pada Kualitas Model, Sarana dan Prasarana

Teknik Dasar	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	
			Absolut (f)	Persentase (%)
Kualitas Model, Sarana dan Prasarana	1	Kurang Baik	0	0
	2	Cukup Baik	4	5
	3	Baik	29	39
	4	Sangat baik	42	56
Jumlah			75	100

(Sumber : Data Hasil Penelitian 2012)

Berdasarkan data tabel 5 yang dapat disimpulkan bahwa analisis mengenai aspek kualitas, model dan sarana dan prasarana permainan *hole ball* menunjukkan bahwa dari 5 (lima) responden menjawab 15 item pertanyaan menunjukkan bahwa yang termasuk dalam kategori kurang baik 0 yaitu 0%, yang termasuk dalam kategori cukup baik 4 yaitu 5%, yang termasuk dalam kategori baik 29 yaitu 39% dan yang termasuk dalam kategori sangat baik sebanyak 42 yaitu 56%.

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

Analisis Data Penghitungan Kemampuan lempar tangkap

Tabel 6. Data Persentase Pre tes dan Pos tes, Tes Lempar Tangkap ke Dinding dengan Jarak 1 M

Kriteria	Interval					Rata-rata klasikal
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase	
Sangat Baik	22 _ 26	25	23%	66	61%	21,82
Baik	17 _ 21	39	36%	24	22%	
Cukup	12 _ 16	18	17%	16	15%	
Tidak baik	7 _ 11	20	19%	2	2%	
Sangat tidak baik	2 _ 6	6	6%	0	0%	
Jumlah		108	100%	108	108	100%

Uji beda paired t-test $t_{hitung} = \frac{x_1 - x_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2} - 2r \left(\frac{s_1}{\sqrt{n_1}}\right) \left(\frac{s_2}{\sqrt{n_2}}\right)}}$

Rumus yang digunakan

$$t\text{-hitung} = \frac{4,8}{\frac{27,7}{108} + \frac{18,7}{108} - 2 \times 0,839 \times \frac{5,27}{10,4} \times \frac{4,33}{10,4}}$$

$t\text{-hitung} = 17,366$ dan untuk t tabel = 1,982

Berdasarkan hasil penghitungan uji-t, didapatkan hasil bahwa $p=0,000 < 0,05$ dan $t\text{-hitung} = 17,366$, dengan t -tabel 1,982. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kemampuan lempar tangkap sebelum mengikuti pembelajaran permainan *hole ball* dan sesudah mengikuti pembelajaran permainan *hole ball*.

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

Minat dan Ketertarikan Siswa terhadap Produk

Tabel 7. Tabel Penghitungan Minat dan Ketertarikan Siswa

Kuesioner	Kategori	Frekuensi	
		Absolut (f)	Persentase (%)
Penghitungan Minat dan ketertarikan siswa terhadap permainan <i>hole ball</i>	Tidak berminat/tertarik	13	12%
	Berminat/tertarik	95	88%
Jumlah		108	100%

(Sumber : Hasil Penelitian 2012)

Berdasarkan hasil penghitungan minat dan ketertarikan siswa pada produk pengembangan dari 108 siswa dilihat dari aspek afektif, kognitif dan psikomotor didapatkan hasil sebagai berikut: (1) dari 108 siswa yang memiliki tingkat kurang berminat/tertarik mengikuti pembelajaran *hole ball* dengan pengembangan sebanyak 13 siswa yaitu 12%, (2) siswa yang minat/tertarik mengikuti pembelajaran *hole ball* pengembangan sebanyak 95 siswa atau sekitar 88%.

PEMBAHASAN

Permainan *Hole Ball* dapat Meningkatkan Minat dan Kemampuan lempar tangkap Siswa dalam Pembelajaran Panjaskes

Penghitungan minat dan ketertarikan siswa pada produk pengembangan dari 108 siswa dilihat dari aspek psikomotorik, kognitif dan afektif didapatkan sebagian siswa berminat dan tertarik mengikuti pembelajaran *hole ball*. Pengambilan data tentang minat/ketertarikan siswa pada model pengembangan *hole ball* juga didapat dari wawancara sederhana dan pengamatan. Dengan dilihat dari jawaban bahwa siswa bersedia atau meminta untuk dilakukan pembelajaran lagi, juga dari antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran.

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

Peningkatan kemampuan lempar tangkap dapat diketahui dari pengambilan data dari (1) Tes lempar tangkap ke dinding dengan jarak 1 meter, (2) angket aspek Psikomotorik, Kognitif, dan Afektif, (3) minat dari siswa. Peningkatan kemampuan lempar tangkap, dipengaruhi oleh beberapa hal antara lain: (1) bentuk dan ukuran serta ketinggian lubang gawang yang ideal, sehingga siswa selalu aktif untuk melakukan shooting. (2) dengan lapangan yang disesuaikan dengan komposisi kemampuan fisik siswa akan memudahkan siswa untuk bermain, memberikan umpan ke teman satu tim. (3) bentuk bola yang kecil, lunak dan sesuai dengan genggamannya anak, akan memudahkan siswa dalam melempar dan menangkap sehingga siswa selalu aktif. (4) dengan mempergunakan pertahanan/permainan satu lawan satu, (5) jika minat siswa meningkat, maka siswa akan berantusias terhadap permainan ini sehingga kemampuan lempar tangkap juga meningkat.

Kelemahan Produk yang Dihasilkan

Hasil penelitian dan pengembangan yang berupa sebuah produk permainan *hole ball* untuk pembelajaran penjasorkes siswa Sekolah Dasar terdapat kekurangan, diantaranya: (1) model permainan *hole ball* menggunakan bola plastik yang diisi balon karet, karena terlalu tipis mudah bocor., (2) jika tidak menggunakan *man to man diffent* maka permainan tidak terlalu ramai.

III.

PENUTUP

Simpulan. Berdasarkan hasil pengolahan dan pembahasan penelitian sebagaimana dikemukakan sebelumnya, maka diperoleh beberapa simpulan sebagai berikut: 1) Telah ditemukan bentuk permainan bola kecil yang dapat menunjang kemampuan lempar tangkap siswa dalam pembelajaran Penjasorkes yang bernama "*Hole Ball*". 2) Penggunaan produk permainan *hole ball* bagi siswa telah memberikan dampak atau pengaruh terhadap peningkatan kemampuan lempar tangkap siswa setelah perlakuan mengalami kenaikan. Permainan *hole ball* dapat meningkatkan kemampuan lempar tangkap siswa. 3) Keterterimaan produk pengembangan permainan bola kecil ini ditinjau dari tiga unsur ranah penjas (afektif, kognitif dan psikomotor) berdasarkan data yang diperoleh dari; kualitas, model, sarana dan prasarana permainan *hole ball*.

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

Saran. Model pengembangan permainan *hole ball* sebagai produk yang telah dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif materi pembelajaran permainan bola kecil di Sekolah Dasar. Beberapa saran yang dapat disampaikan berkaitan dengan pemanfaatan produk ini adalah : 1) Bagi guru penjasorkes di Sekolah Dasar diharapkan untuk mencoba menggunakan permainan *hole ball* di sekolah, 2) permainan *hole ball* dapat dilaksanakan diberbagai tempat, karena membutuhkan lapangan yang tidak begitu luas dan ada beberapa alternatif pilihan sesuai kondisi sekolah. 3) Untuk mengatasi penyediaan gawang dalam pengajaran *hole ball*, bahan yang digunakan bisa menggunakan papan kayu atau triplek yang agak tebal. 4) Bagi guru Penjasorkes di Sekolah Dasar diharapkan dapat mengembangkan model-model permainan bola kecil yang lebih menarik lainnya untuk digunakan dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes.

DAFTAR PUSTAKA

- Bahagia Yoyo, dkk. 2000. *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Depdiknas.
- Depdiknas.2006. *Standar Isi*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga dan Lemlit UNESA.
- Dwiyogo W, D.2004.*Konsep penilaian dan pengembangan*, Lokakarya Metodologi penelitian jurusan kepelatihan olahraga fakultas ilmu
- Nurhasan.2008.*Penilaian Pembelajaran Penjas*. Jakarta : Universitas Terbuka
- Pangrazi Robert P.2004.*Dynamic Physical Education for Elementary School*
- Rovegno, I., Nevett, M., Brock, S., & Barbiaz, M. (2001b). *Teaching and learning of basic invasion game tactics in fourth grade: A descriptive study from a situated theoretical perspective*. *Journal of Teaching in Physical Education*, 20, 370-388.
- Rusli Lutan.2000.*Strategi Belajar Mengajar Penjaskes*.Jakarta: Depdiknas.
- Sugiyanto. 2001. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Thomas, Katherine T, Amelia M. Lee & Jerry R.2003. *Physical Education Methods for Elementary Teachers*. Champaign, IL: Human Kinetic

Pengembangan *Hole Ball* sebagai Permainan Bola Kecil dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Siswa SD Kelas V (Slamet Santoso)

BIODATA PENULIS

Nama : Slamet Santoso
Tempat/Tgl lahir : Magelang, 11 Desember 1985
Pendidikan : S1 PJKR Universitas Negeri Semarang
S2 Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Semarang
Pekerjaan : Guru SD Negeri Secang 2 Th 2009-2013
Guru MTs MA Arif Pucang Th 2009-2013
Dosen FKIP –UTP Surakarta Th 2013 – sekarang

Alamat Kantor : FKIP UTP Surakarta, Jl M. Walanda Maramis no. 31 Cengklik
Surakarta. Telp/Fax. (0271) 854188
Alamat Rumah : Sumberan RT 016 RW 007 Surakarta
Hp 085725942213
Email : ssantoso111285@gmail.com