



## **MENINGKATKAN KEMAMPUAN TIMANG-TIMANG BOLA SEPAK TAKRAW MELALUI PERMAINAN KASKRAW PADA SISWA KELAS V SD NEGERI GENTING 01 KECAMATAN JAMBU KABUPATEN SEMARANG TAHUN 2013**

**Yuliyanto** ✉

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Semarang, Indonesia

### **Info Artikel**

*Sejarah Artikel:*

Diterima Agustus 2013  
Disetujui Mei 2014  
Dipublikasikan Mei 2014

*Keywords:*

Sepak takraw, juggling,  
kaskraw, fifth grade students

### **Abstrak**

*Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar timang-timbang bola sepak takraw melalui permainan Kaskraw di SD Negeri Genting 01 Kecamatan Jambu Kabupaten Semarang Tahun 2013. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilakukan secara kolaboratif dan partisipatif. Penelitian dilakukan dalam dua siklus, setiap siklusnya terdiri dari satu kali tatap muka dengan alokasi waktu 105 menit (3jam pelajaran). Subyek dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas V SDN Genting 01 Kec. Jambu Kabupaten Semarang tahun pelajaran 2012/2013 yang berjumlah 26 siswa, terdiri dari 15 putra dan 11 putri. Tehnik analisa data menggunakan metode deskriptif prosentase, sedangkan tehnik pengambilan data dengan menggunakan metode observasi dan dokumentasi. Target ketuntasan pembelajaran timang-timbang bola dalam penelitian ini adalah 75%. Pada siklus I prosentase ketuntasan siswa hanya mencapai 38,46, namun dengan adanya masukan-masukan, pada siklus II mampu mencapai mencapai 76,92%. Berdasarkan penelitian di atas, penelitian tindakan kelas pada pembelajaran timang-timbang bola sepak takraw melalui permainan Kaskraw pada siswa kelas V SD N Genting 01 Kecamatan Jambu Kabupaten Semarang dapat dikatakan berhasil.*

### **Abstract**

*This research aims to see the improvement of the students' takraw juggling ability through the implementation of kaskraw game. This research was an action research which conducted collaboratively and participatory. This research was conducted in two cycles which one cycle was for one meeting with time allocation 105 minutes. The subject of this research was the fifth grade students of SD N genting 01, Jambu district, Semarang regency in academic year 2012/2013. The subject of the research was the fifth grade students at SD N Genting 1. The subject was 26 students consist of 15 male and 11 female students. In this research, the data collection techniques that being used were observation and documentation. The data analysis technique that being used in this research was descriptive percentage. The target of completeness criteria of takraw juggling lesson was 75%. In the first cycle, the percentage of the students' completeness only 38,46. After some correction, in the second cycle, the percentage reached 76,92%. According to the result, this research can be catagorized as successful research.*

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai komponen pendidikan yang memadukan secara keseluruhan antara pengetahuan dan praktik lapangan telah disadari oleh banyak kalangan. Namun, dalam pelaksanaannya pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berjalan belum efektif seperti yang diharapkan. Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebenarnya harus mulai disadari bahwa model pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak harus terpusat pada guru, tetapi pada siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan siswa. Isi dan urutan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan dengan karakteristik siswa sehingga menarik dan menyenangkan. Sebagai pendidik yang objeknya pada pendidikan jasmani di sekolah dasar sebaiknya perlu memahami perkembangan gerak yang dialami oleh anak-anak seusia anak sekolah dasar agar dalam mentransfer ilmu, terutama dalam pendidikan jasmani tidak mengalami kesulitan dan kesalahan gerak yang akan mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak.

Salah satu kegiatan pembelajaran dari penjasorkes yaitu permainan bola besar. Pembelajaran menggunakan bentuk permainan sangat disukai oleh siswa, karena anak akan lebih banyak bergerak dan bergembira. Pengetahuan guru dalam menerapkan metode pembelajaran sangat penting. Guru pendidikan jasmani harus mampu berfikir agar pembelajaran sepak takraw yang dilaksanakan di sekolah dapat dicapai kompetisi dengan hasil yang maksimal. Pembelajaran merupakan kegiatan yang dilakukan untuk memfasilitasi, dan meningkatkan intensitas dan kualitas belajar pada diri peserta didik. Meskipun guru sudah memberikan pembelajaran secara jelas, masih banyak siswa kelas V SD Negeri Genting 01 Kecamatan Jambu Kabupaten Semarang yang hasil nilai pada materi sepak takraw masih rendah. Dari KKM yang ditentukan oleh guru, siswa yang belum mencapai KKM 75 yaitu 20

anak dari 26 siswa. Hal ini disebabkan karena guru masih kesulitan dalam menemukan metode pembelajaran bermain yang tepat untuk meningkatkan kemampuan gerak siswa, sehingga pembelajaran terkesan monoton. Oleh karena itu guru perlu memperhatikan secara seksama kemampuan gerak tiap-tiap siswa.

SD Negeri Genting 01 Kecamatan Jambu Kabupaten Semarang merupakan sekolah yang berada di lingkungan pedesaan dengan lingkungan yang berbukit. Kondisi semacam ini mempengaruhi kepada fisik peserta didik yang kesehariannya berjalan menuju sekolah dan membantu guru pendidikan jasmani dalam memberikan pembelajaran dalam kesehariannya. Sedangkan fasilitas untuk pembelajaran relatif cukup sehingga untuk meningkatkan kemampuan timang-timbang bola takraw, guru harus menciptakan suasana pembelajaran yang menarik. Salah satu upaya yang dapat dilakukan dengan memberi permainan yang menarik yaitu permainan Kaskraw. Permainan ini merupakan salah satu media yang diharapkan dapat memberikan kesempatan pada siswa untuk meningkatkan kemampuan dalam timang-timbang bola takraw yang dapat mengakibatkan anak terkesan tidak jenuh dalam mengikuti pembelajaran sepak takraw. Dengan kata lain penggunaan metode pembelajaran Kaskraw dalam proses pembelajaran salah satu teknik dasar timang-timbang sepak takraw dapat membantu meningkatkan kualitas hasil belajar pada siswa. Dari hasil penelitian ini nantinya diharapkan akan diperoleh hasil belajar yang positif untuk lebih meningkatkan pelaksanaan proses belajar mengajar di Sekolah Dasar Negeri Genting 01 Kecamatan Jambu Kabupaten Semarang.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul Meningkatkan Kemampuan Timang-Timbang Bola Sepak Takraw Melalui Permainan Kaskraw Pada Siswa Kelas V SD Negeri Genting 01 Kecamatan Jambu Kabupaten Semarang Tahun 2013.

## METODE

Permainan diambil dari kata kasti dan sepak takraw, peraturan permainan ini sebenarnya hampir sama dengan permainan kasti pada umumnya termasuk sistem penilaian, tiang hinggap dan lapangan yang dipakai, hanya yang membedakannya adalah alat dan cara memukul. Dalam permainan ini bola kasti diganti dengan menggunakan bola takraw sedangkan dari cara memukulnya pun berbeda, jika dalam permainan kasti menggunakan tongkat pemukul dan seorang pelambung bola, maka dalam permainan kaskraw ini bola yang dipakai menggunakan bola takraw dan cara memukulnya dengan lambungan sendiri disertai dengan melakukan timang-timbang bola terlebih dahulu sebelum melakukan tendangan.

Teknik Pengumpulan Data

- a. Observasi
  - b. Dokumentasi
  - c. Tes Praktik
- Instrumen Pengumpulan Data
1. Teknik penilaian psikomotor  
Tes unjuk kerja : melakukan timang-timbang bola takraw  
Rubrik penilaian unjuk kerja (psikomotor)  
Aspek yang dinilai :  
1. Nilai posisi badan : 1 - 3  
2. Nilai impact dengan kaki : 1 - 3  
3. Nilai hasil timang-timbang: 1 – 4
  2. Teknik penilaian sikap/ afektif  
Bentuk tes : pengamatan
  3. Teknik penilaian kognitif (bobot nilai = 20%)  
Bentuk tes : tertulis

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil pengamatan Aktivitas Ketrampilan Guru siklus I

NO	NAMA	PEROLEHAN NILAI			NILAI AKHIR	KET
		KOGNITI F 20%	AFEKTI F 20%	PSIKOMOT ORIK 60%		
1	Andi Rustian	60	80	70	<b>70</b>	BT
2	Adip Kurniawan	60	80	80	<b>76</b>	T
3	Seentia Erna W	80	70	80	<b>78</b>	T
4	Tedissus S	60	60	60	<b>60</b>	BT
5	Mufidhatul A	40	60	50	<b>50</b>	BT
6	Abdul Azis	80	90	80	<b>82</b>	T
7	Adi Sulisty	60	80	50	<b>58</b>	BT
8	Ahmad Wahyudi	60	60	60	<b>60</b>	BT
9	Ari Rizki A	80	80	80	<b>80</b>	T
10	Chelsea Thalia	60	60	50	<b>54</b>	BT
11	Didik Prasetyo	80	60	80	<b>76</b>	T
12	Doni Kusworo	60	80	80	<b>76</b>	T
13	Dwi Septyana	80	60	50	<b>58</b>	BT
14	Fahrul Azis	80	60	60	<b>64</b>	BT
15	Gita Ayu Lestari	60	60	40	<b>48</b>	BT
16	Ikhwan Nursalim	80	80	80	<b>80</b>	T
17	L. David	60	80	80	<b>76</b>	T
18	Margi Setyo Aji	80	80	60	<b>68</b>	BT
19	Resa Mayantri	60	60	60	<b>60</b>	BT

20	Rizza Nur A	60	60	60	<b>60</b>	BT
21	Rusalia	80	80	70	<b>74</b>	BT
22	Sekar Risti W	80	60	60	<b>64</b>	BT
23	Taufik Hidayat	80	80	80	<b>80</b>	T
24	Umayya Natalia	60	60	50	<b>54</b>	BT
25	Zeni Ariati	60	60	50	<b>54</b>	BT
26	Rahmat Yusuf	80	60	80	<b>76</b>	T
NILAI TERENDAH					<b>48</b>	
NILAI TERTINGGI					<b>82</b>	
RATA-RATA					<b>66,77</b>	

## Data Hasil Pengamatan Keterampilan Guru Siklus II

NO	NAMA	PEROLEHAN NILAI			JUMLAH	NILAI AKHIR
		KOGNITIF 20%	AFEKTIF 20%	PSIKOMOT ORIK 60%		
1	Andi Rutiyan	60	80	90	<b>82</b>	T
2	Adip Kurniawan	60	80	80	<b>76</b>	T
3	Seentia Erna W	80	80	80	<b>80</b>	T
4	Tedissus S	80	60	80	<b>76</b>	T
5	Mufidhatul A	80	60	60	<b>64</b>	BT
6	Abdul Azis	100	90	80	<b>86</b>	T
7	Adi Sulistyio	80	80	80	<b>80</b>	T
8	Ahmad Wahyudi	80	60	90	<b>82</b>	T
9	Ari Rizki A	100	80	80	<b>84</b>	T
10	Chelsea Thalia P	80	60	80	<b>76</b>	T
11	Didik Prasetyo	80	60	80	<b>76</b>	T
12	Doni Kusworo	60	80	80	<b>76</b>	T
13	Dwi Septyana	80	60	80	<b>76</b>	T
14	Fahrul Azis	80	60	80	<b>76</b>	T
15	Gita Ayu Lestari	80	80	50	<b>62</b>	BT
16	Ikhwan Nursalim	80	80	80	<b>80</b>	T
17	L. David	80	80	80	<b>80</b>	T
18	Margi Setyo Aji	80	80	80	<b>80</b>	T
19	Resa Mayantri	80	60	60	<b>64</b>	BT
20	Rizza Nur A	80	60	60	<b>64</b>	BT
21	Rusalia	100	80	70	<b>78</b>	T
22	Sekar Risti W	80	60	60	<b>64</b>	BT
23	Taufik Hidayat	100	80	80	<b>84</b>	T
24	Umayya Natalia	60	60	60	<b>60</b>	BT
25	Zeni Ariati	80	60	80	<b>76</b>	T
26	Rahmat Yusuf	80	80	80	<b>80</b>	T
NILAI TERENDAH					<b>60</b>	

**NILAI TERTINGGI**  
**RATA-RATA**

**86**  
**75,46**

Perbandingan Nilai Ketuntasan Pada Siklus I dan Siklus II

No	Pelaksanaan	Rata-rata Nilai	Prosentase Ketidaktuntasan	Prosentase Ketuntasan
1.	Siklus I	66,47	61,54%	38,46%
2.	Siklus II	75,46	23,08%	76,92%

Pada saat pengamatan dalam pembelajaran guru melihat siswa yang kurang aktif dalam bergerak saat mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani khususnya permainan bola besar pada materi permainan sepak takraw. Siswa kurang senang dengan permainan sepak takraw dikarenakan tidak ada inovasi dan variasi permainan yang diberikan guru, dan kurang efisiennya pembelajaran sehingga menimbulkan kejenuhan dalam mengikuti pembelajaran. Sehingga dalam data kondisi awal, hanya 23,07% saja ketuntasannya.

Melihat permasalahan tersebut, guru melakukan siklus I yang menggunakan permainan Kaskraw dalam pembelajaran permainan sepak takraw. Dari pembelajaran siklus I, didapat hasil belajar yang meningkat dari kondisi awal. Peningkatan hasil belajar tersebut cukup signifikan, yaitu mencapai 38,46% ketuntasannya. Akan tetapi, hasil tersebut belum memenuhi standar ketuntasan yang minimal harus mencapai 75% ketuntasan. Maka dari itu, guru merancang siklus II untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

Dalam siklus II, guru menyempurnakan pembelajaran dengan pendekatan permainan Kaskraw agar hasil belajar siswa meningkat. Permainan Kaskraw yang dilakukan di siklus II ini hampir sama dengan permainan Kaskraw di siklus I, akan tetapi, peraturan diperjelas lagi, sehingga siswa tidak merasa bingung ketika bermain. Selain itu dalam menyampaikan pembelajaran, guru berusaha semenarik mungkin, agar siswa tidak merasa jenuh mengikuti pelajaran. Terbukti dari hasil observasi guru ketika pembelajaran sedang

berlangsung, siswa merasa antusias dalam mengikuti pembelajaran. Siswa sangat senang sekali bermain Kaskraw.

Dari hasil belajar yang dicapai di siklus II, yaitu 76,92% mencapai ketuntasan, maka guru merasa tidak perlu melakukan siklus selanjutnya untuk memperbaiki pembelajaran, karena minimal 75% ketuntasan sudah tercapai. Berdasarkan hasil observasi dalam pembelajaran guru ketika pembelajaran sedang berlangsung, bahwa guru berupaya untuk melakukan perbaikan dalam pelaksanaan pembelajaran untuk mengatasi masalah-masalah yang dihadapi di kelasnya, yang menghambat kegiatan pembelajaran, dalam hal ini siswa kurang senang dengan permainan sepak takraw dikarenakan tidak ada inovasi dan variasi permainan yang diberikan guru, banyak anak yang mengeluh begitu cepatnya permainan berlangsung karena setiap melakukan servis langsung mati, dan kurang efisiennya pembelajaran sehingga menimbulkan kejenuhan dalam mengikuti pembelajaran. Untuk mengatasi segala permasalahan tersebut maka guru berupaya memperbaiki pembelajarannya, baik dalam aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor. Dari upaya yang dilakukan guru tersebut ternyata membawa hasil yang positif, dimana hasil belajar siswa meningkat. Dengan demikian, perbaikan pembelajaran yang dilakukan oleh guru dikatakan berhasil. Keberhasilan ini dapat didukung oleh kemauan siswa dalam mengikuti pembelajaran, kemauan guru untuk memperbaiki pembelajaran di kelasnya, ketepatan dalam memilih materi, dan kreativitas guru.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas mengenai upaya-upaya yang dilakukan guru untuk memperbaiki pembelajaran di kelasnya, sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswanya dapat disimpulkan bahwa melalui permainan Kaskraw dapat meningkatkan kemampuan timang-timang bola sepak takraw pada siswa kelas V SD Negeri Genting 01 Kecamatan Jambu Kabupaten Semarang Tahun 2013.

## UCAPAN TERIMA KASIH

1. Pimpinan Sekolah SD Negeri Genting 01 kecamatan Jambu Kabupaten Semarang atas ijin penelitian.
2. Anak didik Sekolah Siswa Kelas V SD Negeri Genting 01 kecamatan Jambu Kabupaten Semarang atas kerja samanya selama penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

Armelia F. 2010. Bermain Sepak Takraw. Jakarta: Aneka Ilmu.  
Aqip Zainal. 2008. Penelitian Tindakan Kelas : Untuk Guru SD, SDLB, dan TK. Bandung: CV Yrama Widya.

BNSP. 2006. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan-Standar Kompetensi Dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI.  
Samsudin. 2008. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI. Jakarta: Litera  
Suharsimi A, Suhardjono dan Supardi. 2006. Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta: PT Bumi Aksara.  
Udin S Winataputra,dkk. 2007. Teori Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Universitas Terbuka.  
Yudhistira. 2007. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 5. Jakarta: Ghalia Indonesia  
<http://amirultasya.blogspot.com/2011/05/cara-bermain-sepak-takraw.html> (diakses 5 Juni 2013)  
<http://hadisafira.blogspot.com/2012/11/sepak-takraw-olahraga.html> (diakses 5 Juni 2013)  
<http://panduanguru.com/pengertian-metode-dan-jenis-jenis-metode-belajar-sambil-bermain/> (diakses 2 Juli 2013)  
<http://penahitamputih.wordpress.com/3-teknik-teknik-sepak-takraw/> (diakses 5 Juni 2013)  
<http://psikologi-artikel.blogspot.com/2013/03/ciriperkembangan-anak.html> (diakses 2 Juli 2013)  
<http://tamamijaya.blogspot.com/2011/10/karakteristik-anak-anak-sd-dari-kelas-1.html> (diakses 2 Juli 2013)  
<http://www.kawandnews.com/2011/10/pengertian-dan-ciri-ciri-dalam.html> (diakses 2 Juli 2013)

