

PENGARUH MODIFIKASI BOLA TERHADAP LEMPAR TANGKAP PADA PERMAINAN BOLA KASTI

¹**Ninik Permata Yudhi** (ninikpyudhi@student.upi.edu)

²**Ayi Suherman** (ayisuherman@upi.edu)

³**Entan Saptani** (entansaptani@upi.edu)

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang Jl. Mayor Abdurrahman No.211

Sumedang

ABSTRAK

Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh modifikasi bola terhadap lempar tangkap pada permainan bola kasti. Populasi pada penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler permainan bola kasti se-Kecamatan Cisitu Kabupaten Sumedang. Sampel pada penelitian ini adalah siswa SDN Tanjungjaya yang mengikuti ekstrakurikuler bola kasti. Metode penelitian yang diambil dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuasi eksperimen. Instrumen yang digunakan penelitian untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah menggunakan lembar observasi, tes dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh modifikasi bola kain terhadap hasil lempar tangkap pada permainan bola kasti menunjukkan bahwa terdapat peningkatan hasil lempar tangkap pada permainan bola kasti. Pengaruh bola kasti yang sebenarnya terhadap hasil lempar tangkap pada permainan bola kasti menunjukkan bahwa hampir seluruh siswa mengalami peningkatan kemampuan lempar tangkap menggunakan bola kasti yang sebenarnya dengan rata-rata peningkatan nilainya sebesar 10,89. Perbedaan antara bola kasti yang sebenarnya dengan bola kain terhadap hasil lempar tangkap pada permainan menunjukkan bahwa hasil sig 0,398 maka $\geq \alpha$ sehingga diterima.

Kata Kunci : Modifikasi bola, lempar tangkap, permainan bola kasti

PENDAHULUAN

Dalam sebuah proses pembelajaran terdapat adanya suatu keterkaitan yang tidak dapat dipisahkan, yakni guru dan siswa. Dalam hal ini tentunya seorang gurur mempunyai peran dalam pembelajaran diantaranya yaitu merancang pembelajaran seperti menggunakan model, metode, dan media yang dapat menunjang proses pembelajaran, dapat meningkatkan kepribedaan siswa, dapat meningkatkan profesional guru, dapat bertindak sebagai layaknya seorang guru yang baik, dapat bertindak sebagai fasilitator yang baik, hail itu dapat menciptakan pembelajaran yang optimal dan maksimal. Selain itu juga tentunya perlu ada kegiatan siswa pada saat proses pembelajaran berlangsung seperti contohnya yaitu dapat mempersiapkan jadwal kegiatan belajar secara mandiri, dapat mengatur bagaimana kegiatan belajar baik yang dilakukan oleh individu maupun secara berkelompok. Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang secara keseluruhan bertujuan untuk mengembangkan aspek-aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, sosial, berfikir kritis, emosi dan tindakan melalui aktivitas dan olahraga. Pendidikan jasmani mulai diterapkan pada semua tingkat pendidikan mulai dari Taman Kanak-Kanak, Sekolah Dasar, bahkan sampai Perguruan Tinggi. Menurut Pangrazi & Dauer (dalam Suherman & Mahendra), "Pendidikan Jasmani merupakan bagian dari program pendidikan umum yang memberi kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh". Pada dasarnya pendidikan jasmani adalah

proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan karakter dalam kualitas dari seorang individu tersebut, baik dalam hal mental, fisik serta emosional. Dalam proses pembelajaran di sekolah guru harus dapat mengajarkan keterampilan gerak dasar, teknik, dan strategi permainan dalam olahraga. Menurut Nixon dan Jewet (dalam Suherman, 2009, hlm. 2), "Pendidikan jasmani adalah satu fase dari proses pendidikan secara menyeluruh yang peduli terhadap perkembangan dan kemampuan gerak individu yang bersifat sukarelawan serta bermakna dan terhadap reaksi yang langsung berhubungan dengan mental, emosi dan sosial".

Menurut Susilawati (dalam Abdillah 2015, hlm. 9), "Tujuan pendidikan jasmani adalah untuk membantu agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan pendidikan nasional, yaitu menjadi manusia Indonesia yang seutuhnya. Pencapaian tujuan tersebut berpangkal pada perencanaan pengalaman gerak yang sesuai dengan karakteristik anak". Jadi pendidikan jasmani itu sebagai proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga. intinya pengertiannya adalah mendidik anak, yang membedakannya dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan yaitu gerak instan. Gerak itu dirancang secara sadar oleh gurunya dan diberikan dalam situasi yang tepat agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan seorang siswa.

Pendidikan jasmani di sekolah dasar terdiri dari tiga cabang olahraga yaitu cabang olahraga senam, cabang olahraga atletik, cabang olahraga bola besar dan cabang olahraga bola kecil. Pembelajaran jasmani yang memiliki unsur permainan terdapat pada cabang olahraga bola kecil yang diajarkan di sekolah dasar yaitu salahsatunya pada permainan bola kasti. Pada proses pembelajarannya siswa biasanya sangat antusias dalam mengikuti permainan tersebut. Bila siswa memiliki rasa antusias yang tinggi dalam melakukan pembelajaran tersebut maka akan lebih mudah untuk mencapai tujuan pembelajaran. Namun jika keadaan sebaliknya, yaitu siswa kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran maka akan sulit mencapai tujuan pembelajaran tersebut. Kasti merupakan salahsatu jenis permainan bola kecil beregu. Kasti merupakan bentuk permainan tradisional yang mengutamakan beberapa unsur yaitu kekompakan, ketangkasan dan kegembiraan. Permainan ini bisa melatih kedisiplinan diri serta menumpukan rasa kebersamaan dan solidaritas antar anggota tim. Agar permainan kasti dapat berjalan dengan baik maka siswa harus dapat menguasai teknik-teknik dasar seperti memukul, melempar dan menangkap. Permainan bola kasti ini merupakan cabang olahraga yang sangat populer di Indonesia. Permainan kasti ini sudah di kenal masyarakat dari zaman penjajahan Belanda tetapi pada saat ini permainan bola kasti sudah mulai kurang dikenal dan dikesampingkan dikalangan masyarakat.

Bermain kasti bagi anak-anak sekolah dasar apabila dilakukan dengan baik dan sesuai dengan teknik-teknik dasar peraturan tersebut, maka akan banyak manfaat yang dapat diperoleh dari permainan tersebut. Terutama dapat mempengaruhi dalam pertumbuhan fisik, perkembangan mental dan psikologis terhadap siswa sekolah dasar. Permainan bola kasti dapat merangsang pertumbuhan fisik anak dengan cepat selain itu juga siswa akan memiliki tingkat kesegaran jasmani yang lebih baik dan siswa yang memiliki fisik yang bugar akan melakukan aktivitas sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan.

Dengan cara bermain bola kasti yang sesuai, maka siswa harus dapat menguasai keterampilan yang benar dan baik. Salahsatunya yaitu keterampilan gerak melempar bola

dan menangkap bola. Keterampilan gerak melempar dan menangkap bola ini merupakan keterampilan dasar yang harus dimiliki oleh pemain kasti agar dapat bermain dengan baik dan dapat menunjang strategi sehingga dapat memenangkan suatu pertandingan. Namun pada kenyataannya seringkali siswa hanya melakukan gerakan melempar dan menangkap bola dengan seadanya atau hanya sekedar melempar dan menangkap bola saja tanpa mempertimbangkan gerakan-gerakan dasar yang benar pada saat melempar dan menangkap bola.

Pada observasi awal pada tanggal 12 ferbruari 2018 diketahui bahwa terjadi permasalahan pada saat pelaksanaan ekstrakurikuler olahraga kasti diantaranya yang terjadi pada penerapan pembelajaran di SDN Tanjungjaya, Kabupaten Sumedang yaitu pada pembelajaran ekstrakurikuler guru seringkali membiarkan siswa berlatih sendirian tanpa adanya pengawasan, pada fasilitas lapangan dan alat-alat yang tidak memadai, penguasaan kemampuan melempar dan menangkap yang kurang baik dalam menunjang permainan bola kasti, penguasaan teknik dasar lempar tangkap merupakan salahsatu teknik yang paling penting dalam melakukan permainan bola kasti, sehingga bagi para pemula, teknik inilah yang harus pertama dikuasai. Jika dalam pelaksanaannya pemain tidak dapat menguasai keterampilan lempar tangkap maka hal ini akan menjadi penghambat bagi semua pemainnya dalam permainan tersebut. Faktor yang mempengaruhi keterampilan melempar dan menangkap bola yang tidak sesuai adalah karena seringkali siswa merasa takut dengan bola yang akan dilempar dan dipukulnya, hal ini menyebabkan perlu adanya modifikasi bola pada permainan bola kasti yang dilakukan oleh siswa di sekolah dasar.

Menurut Ardana & Darmawan (2013, hlm.460), media alternatif modifikasi tersebut harus bersifat bisa mewakili karakteristik bola kasti: asli, murah, banyak tersedia atau mudah di dapat. Dengan adanya modifikasi bola dalam penelitian ini diharapkan siswa akan mudah melakukan gerakan lempar tangkap pada permainan bola kasti yang dilakukan. modifikasi bola ini diharapkan dapat mendorong minat dan meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerakan lempar tangkap bola dalam permainan bola kasti.

Ridwan (2008, hlm 12), menyatakan Kasti merupakan salah satu jenis permainan bola kecil. Permainan kasti termasuk permainan beregu. Permainan ini mengutamakan kegembiraan dan ketangkasan para pemainnya. Permainan bola kasti menjadi permainan hiburan untuk mengisi waktu luang yang menyehatkan. Di sekolah-sekolah memberikan nilai-nilai positif bagi para siswanya membentuk insan-insan yang terdidik yang senantiasa memegang nilai budaya dan sosial. Sedangkan dikalangan masyarakat, permainan ini pernah menjadi permainan yang populer dan disenangi oleh semua kalangan. Menurut Rukmana (2009, hlm. 29), Permainan kasti merupakan salahsatu permainan yang dapat dilakukan oleh siapa saja pria/wanita, orang tua/anak-anak. Permainan dapat dilakukan homogen putra saja, putri saja atau campuran putra/putri. Bentuk dan permainannya sejenis dengan permainan kieppers.

Permainan dapat dilakukan oleh laki-laki maupun perempuan. Tiap regu terdiri dari 12 orang. Kapten regu melakukan undian yang diawasi oleh wasit.yang menang sebagai regu pemukul sedangkan yang kalah sebagai regu penjaga. Setelah memukul bola yang sah, seorang pemukul harus segera berlari ketiang pertolongan atau langsung ketiang bebas,apa bila dapat kembali ke ruang bebas dengan selamat dari regu pemukul, akan mendapatkan point atau nilai satu. Tetapi jika pemukul mukulnya dengan baik dan

jauh dapat kembali masuk ke ruang bebas dengan selamat tanpa diselingi pemain lain maka pemain akan menjadaptkan dua point atau nilai dua. Sedangkan regu penjaga berusaha mematikan pemain lawan dengan melemparkan bola ke arah regu pemukul yang sedang lari menuju tiang pertolongan, tiang bebas maupun ruang bebas dengan atau tanpa memberikan bola kepada teman terdekat.

Apabila seorang pelari terkena bola dari regu penjaga maka segera terjadi pertukaran tempat tidak bebas. Regu penjaga segera menuju ke tiang pertolongan, tiang bebas atau ruang bebas supaya tidak dimatikan lagi oleh regu penjaga yang baru, demikian seterusnya. Apabila regu penjaga dapat menangkap bola secara langsung yang dipukul tanpa menyentuh tanah maka regu penjaga akan mendapatkan nilai satu, namun apabila dapat menangkap bola langsung sebanyak tiga kali selain mendapatkan nilai tiga, juga akan terjadi pergantian tempat secara bebas. Demikian bila seorang anggota regu pemukul terakhir setelah pukulan yang ketiga diruang bebas masih kosong belum ada regu pemukul kembali maka regu penjaga berhak membakar ruang bebas adalah membanting atau dihempaskan di tanah di ruang bebas oleh salah satu seorang regu penjaga. Jika waktu pertandingan sudah selesai maka regu yang paling banyak mengumpulkan nilai dinyatakan sebagai pemenang.

Menurut Suprianti (2010, hlm. 9) ada beberapa keterampilan yang harus bisa dikuasai diantaranya yaitu.

- a. Melempar bola.
- b. Menangkap bola.
- c. Memukul bola.
- d. Gerakan berlari, berjalan dan menghindar.

Melempar bola, Dalam teknik melempar bola kasti bukan hanya asal melempar saja. Tapi ada cara-cara tersendiri. Dalam hal melempar diutamakan untuk melempar ke bagian tubuh regu pemukul dengan tepat. Dalam upaya mematikan pelari agar terjadi pergantian giliran memukul, regu penjaga harus memiliki kemampuan yang baik dalam melempar baik kemampuan pada jarak yang relative jauh ataupun jarak lemparan menengah atau jarak dekat. Lemparan melambung, Sebelum dilemparkan bola harus di pegang atau digenggam dengan betul. Selanjutnya untuk melempar dengan tangan kanan, maka sikap pemula adalah berdiri menhadap teman, kaki kiri berada di depan searah dengan tujuan lemparan. Sambil menarik tangan kanan ke balakang, berat badan berpindah ke kaki kanan dan tangan kiri agak di angkat serong keatas, pandangan ke arah sasaran. Fokuskan pandangan ke arah sasaran. Bola dilempar ke atas jauh-jauh melambung tinggi dan gerakan melempar harus di akhiri dengan lecutan pergelangan tangan beserta jari-jari tangan. Setelah melempar bola lepas dari genggam, kaki kanan dibiarkan saja melangkah ke depan sebagai gerak lanjutan. Berdasarkan posisi lemparan melambung terdiri dari dua posisi yaitu lemparan samping ayunan atas dan lemparan samping ayunan bawah. Lemparan mendarat, Teknik lemparan mendarat pada prinsipnya sama saja dengan teknik melempar bola lambung. Hanya saja berdiri menghadap teman, badan sebelum melakukan lemparan tidak perlu terlalu condong ke kanan. Gerakan lengan agak mendatar bola dilempar rendah setinggi dada sehingga titik lepas bola dari tangan tidak melebihi kepala. Jenis lemparan ini bola akan lebih cepat sampainya di banding dengan jenis lemparan melambung. Melambungkan bola, Petugas pelambung adalah dari regu lawan dari pemukul, namun demikian walaupun berstatus sebagai lawan

tetapi lambungan harus memenuhi permintaan dari pihak pemukul, dan jika lambungan tidak sesuai dengan permintaan maka lambungan bisa ditolak oleh si pemukul dan memberikan keuntungan kepada pihak pemukul. Sasaran bola harus benar-benar tepat atau sesuai dengan permintaan si pemukul, jika pemukul meminta sasaran maka sasaran lambungan adalah di antara bahu pemukul sampai lutut.

Menangkap bola, dalam permainan kasti, menangkap bola boleh dilakukan dengan satu tangan atau dua tangan. Menangkap bola harus dengan sikap lentuk (relax) baik badan maupun tangan. Telapak tangan menghadap ke arah datangnya bola, dengan posisi telapak tangan membentuk kantong atau ang setengah bola. Lakukan gerakan menangkap bola dengan rileks, jangan sekali-kali menangkap bola dengan keadaan ketegangan otot sangat penuh dan mematahkan gerakan bola. Tetapi harus diingat agar selalu menyongsong pada saat bola datang dan tarik tangan atau bola searah dengan larinya bola. Posisi menangkap bola tergantung kepada datangnya bola.

Memukul bola, Seorang pemain kasti harus bisa menguasai cara memukul yang baik, agar pukulannya sesuai yang diinginkan. Cara memegang kayu pemukul bola kasti cukup dengan menggunakan satu tangan. Adapun cara memukul bola kasti bisa dilakukan dengan tiga cara diantaranya pukulan dari bawah, Pukulan dari bawah seperti ini dilakukan jika bola melambung agak rendah dan pemukul melakukan pukulan, sehingga bola melambung ke atas. Pukulan seperti ini biasanya kurang menguntungkan karena mudah ditangkap oleh lawan akan tetapi sangat mudah untuk dilakukan. pukulan mendatar, Pukulan mendatar akan menghasilkan bola mendatar dengan keras. Caranya dengan mengayunkan kayu pemukul lurus ke depan. Pukulan semacam ini apabila masih pemula agak susah dilakukan. namun apabila sudah pandai menguasai pukulan macam ini, maka pukulan akan sangat keras bolanya akan jatuh pada jarak yang jauh sekali. Dan pukulan dari atas, Pukulan semacam ini akan menghasilkan bola yang menggelinding ke bawah. Cara pukulan semacam ini biasanya dilakukan agar bola sulit ditangkap dan sang pemukul akan selamat sampai ketiang hinggap.

Selanjutnya gerakan berlari, berjalan, dan menghindar, Dalam permainan bola kasti, keterampilan bergerak seperti berlari, berjalan, ataupun menghindar itu sangat diperlukan. Untuk itu para pemain kasti sebelum melakukan permainan harus terlebih dahulu melakukan pemanasan, seperti lari kecil ataupun gerakan kecil lainnya. Di samping itu, gerakan menghindar dalam permainan kasti sangat berperan penting. Sebab bila tidak memiliki keterampilan menghindar, maka akan mudah sekali tertangkap lawan dengan dilempar bola.

Untuk itu pada permainan kasti sangat perlu diperkenalkan teknik dasar permainan seperti jalan, lari, melempar, menangkap, dan memukul. Dengan pengenalan semacam itu, maka pemain secara otomatis sudah menguasai gerakan dasar permainan kasti. Hakikat lempar tangkap bola kasti, Dalam bermain kasti berbagai bentuk teknik dan menangkap bola merupakan teknik yang harus dikuasai oleh siswa. Apakah dasar dasar gerakan melempar bola kasti sudah dikuasai, maka permainan kasti akan menjadi mudah dan menyenangkan bagi siswa yang melakukan permainan kasti tersebut.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian yang dilakukan dengan menggunakan penelitian eksperimen kuasi. Tujuan eksperimen yakni untuk menyelidiki ada tidaknya hubungan sebab akibat tersebut dengan cara memberikan perlakuan tertentu pada beberapa kelompok eksperimen dan menyediakan kelompok kontrol sebagai perbandingan. desain penelitian ini dipilih untuk mengetahui adanya pengaruh modifikasi bola terhadap lempar tangkap pada permainan bola kasti. desain penelitian yang digunakan merupakan penelitian kuasi eksperimen dengan menggunakan desain kelompok kontrol tidak ekuivalen, Adapun bentuk desainnya menurut Maulana (2009, hlm. 24) yaitu sebagai berikut.

$$\begin{array}{ccc} 0 & X_1 & 0 \\ \hline 0 & X_2 & 0 \end{array}$$

Keterangan :

0 = *pretest* dan *posttest*

X₁ = perlakuan terhadap kelas eksperimen

X₂ = perlakuan terhadap kelas kontrol

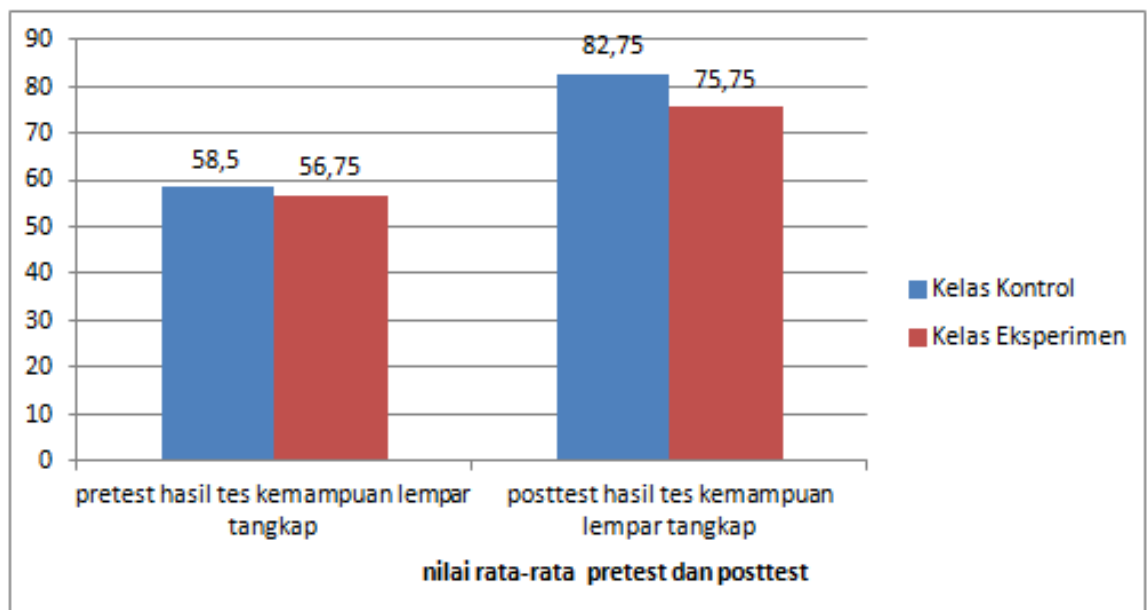
Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa SDN Tanjungjaya yang beralamat di Dusun Bakom, Desa Linggajaya, Kecamatan Cisitu Kabupaten Sumedang 45363. Jumlah partisipan sebanyak 40 orang siswa, yang terdiri dari 20 orang siswa kelas kontrol dan 20 orang siswa kelas eksperimen.

Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah siswa SDN Tanjungjaya di kecamatan Cisitu. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SDN Tanjungjaya yang mengikuti ekstrakurikuler bola kasti, dengan jumlah siswa sebanyak 40 orang siswa

Hasil Dan Pembahasan



Gambar 1. Nilai Rata-rata tes kemampuan lempar tangkap pada permainan bola kasti

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat nilai rata-rata pretest dan posttest. Tabel tersebut menunjukkan bahwa nilai rata-rata pretest lebih rendah di bandingkan dengan nilai rata-rata posttest yaitu di kelas kontrol 58,5 dan di kelas eksperimen 56,75. Sedangkan nilai rata-rata posttest di kelas kontrol 82,75 dan di kelas eksperimen 75,75.

1. Pengaruh modifikasi bola kain terhadap hasil lempar tangkap pada permainan bola kasti.

Tabel 1

Uji Normalitas Dan Uji Beda Rata-rata Terhadap Hasil Lempar Tangkap Pada Permainan Bola Kasti

	Shapiro-Wilk			posttest_eksperimen - pretest_eksperimen	
	Statistic	Df	Sig.		
pretes_eksperimen	.844	20	.004	Z	-3.315 ^a
postes_eksperimen	.876	20	.015	Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

Data tersebut menunjukkan bahwa sig 0.15 sehingga data tidak normal lalu dilakukan uji beda rata-rata yang diperoleh hasil perhitungan 0.01. Namun karena hipotesis yang diuji satu arah, maka *p-value* yang telah diperoleh tersebut harus dibagi dua terlebih dahulu

sehingga diperoleh *p-value* (sig 1-tailed) sebesar 0.001. Hal ini berarti *p-value* < α , sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima.

2. Pengaruh bola kasti yang sebenarnya terhadap hasil lempar tangkap pada permainan bola kasti.

Tabel 2
Perhitungan Hasil Lempar Tangkap

	Uji normalitas	Uji homogenitas	Uji beda rata-rata
Pretest	.311	.468	.000
Posttest	.225		

Pada tabel di atas dapat dilihat uji normalitas menunjukkan bahwa sig yang diperoleh *p-value* nilai awal sebesar 0,311 dan *p-value* 0,05 nilai akhir sebesar 0,225 untuk nilai akhir lempar tangkap menggunakan bola kasti yang sebenarnya di kelas kontrol. Sehingga data tersebut berdistribusi normal. Selanjutnya dilakukan perhitungan uji homogenitas untuk mengetahui pengaruh modifikasi bola kain terhadap hasil lempar tangkap pada permainan bola kasti. Pada tabel tersebut diketahui bahwa nilai *p-value* yaitu sebesar 0,468 dengan demikian nilai yang diperoleh lebih dari taraf signifikansi sehingga H_0 diterima, jadi hipotesis H_0 yaitu tidak terdapat perbedaan variasi nilai bola kain yang sebenarnya terhadap hasil lempar tangkap pada permainan bola kasti. Pada tabel di atas dapat dilihat uji beda rata-rata dengan *p-value* sebesar 0,000. Karena hipotesis yang diujikan satu arah, maka *p-value* (sig.1-tailed) sebesar 0,000. Dengan ketentuan jika *p-value* < α (0,05) maka H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan bola kasti yang sebenarnya memberikan pengaruh terhadap kemampuan lempar tangkap pada permainan bola kasti.

3. Perbedaan antara bola kasti yang sebenarnya dengan bola kain terhadap hasil lempar tangkap pada permainan bola kasti.

Tabel 3
Uji Normalitas Data Gain Kemampuan Lempar Tangkap

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Eksperimen	.879	20	.017
Kontrol	.748	20	.000

Berdasarkan tabel uji normalitas data gain diketahui bahwa kelas kontrol memperoleh sig. Sebesar 0.000 sehingga *p-value* yang diperoleh < taraf signifikansi dan pada kelas eksperimen diperoleh nilai sig yaitu sebesar 0.017 data tersebut lebih rendah dari taraf signifikansi yang telah ditentukan yaitu sebesar 0.05. Dengan demikian maka kedua data gain tersebut berdistribusi tidak normal sehingga perhitungan selanjutnya dilakukan perhitungan uji beda rata-rata.

Tabel 4
Uji Beda Rata-rata Data Gain Kemampuan Lempar Tangkap

	n_gain
Mann-Whitney U	141.500
Wilcoxon W	351.500
Z	-1.367
Asymp. Sig. (2-tailed)	.172
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.175 ^a

SIMPULAN

Pengaruh modifikasi bola kain terhadap hasil lempar tangkap pada permainan bola kasti. Penggunaan bola yang dimodifikasi memberikan pengaruh terhadap kemampuan lempar tangkap bola. Pengaruh tersebut disebabkan oleh program kegiatan yang telah disusun sebanyak dua belas pertemuan yang terdiri dari kegiatan melempar, menangkap dan kegiatan melempar tangkap dengan menggunakan modifikasi bola. Pengaruh bola kasti yang sebenarnya terhadap hasil lempar tangkap pada permainan bola kasti. Penggunaan bola kasti yang sebenarnya memberikan pengaruh terhadap kemampuan lempar tangkap bola kasti. Perbedaan antara bola kasti yang sebenarnya dengan bola kain terhadap hasil lempar tangkap pada permainan bola kasti. Di kelas eksperimen nilai rata-rata *rank (mean rank)* diperoleh nilai sebesar 18,92 dengan jumlah sebanyak 20 orang. Selain itu, dalam hasil rata-rata nilai lempar tangkap tersebut jga diperoleh nilai rata-rata *rank (mean rank)* lempar tangkap kelas kontrol sebesar 22,08 dari jumlah siswa di kelas kntrol sebanyak 20 orang. Maka terdapat perbedaan antara kelas eksperimen dengan kelas kontrol dimana kelas kontrol memiliki nilai rata-rata yang lebih unggul.

BIBLIOGRAPHY

- Ardana, I.G.K & Darmawan, G. (2013). Upaya meningkatkan keterampilan memukul bola kasti melalui metode pembelajaran modifikasi pada siswa kelas IV SDN Rungkut Menanggal II/583 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 1. (02). Hlm. 459-462.
- Abdillah, G. (2015). Meningkatkan gerak dasar lari gawang pada pembelajaran atletik melalui media kardus di kelas V SDN Linggar 1 Kecamatan Rancaekek. Kabupaten Bandung. *Jurnal Mimbar Sekolah Dasar*. 6. (02). Hlm.9-16
- Maulana. 2009. *Memahami Hakikat, Variabel, dan Instrumen Penelitian Pendidikan dengan Benar*. Bandung: Learn2live,n Live2Learn.
- Ridwan, I., & Sulaeman, I. (2008). *Kasti*. Solo: PT. Widya Duta Grafika.
- Rukmana, A. (2015). *Kieppers dan Kasti*. Makalah: Tidak diterbitkan.

- Sadikin, H.I. (2015). Meningkatkan gerak dasar menendang bola melalui permainan gudang rongsokan dan modifikasi jarak tembak. *Jurnal Mimbar Sekolah Dasar*. 6. (02). Hlm. 24-30
- Subagya, T.P. (2017). Upaya meningkatkan motivasi dan hasil belajar bola kasti melalui permainan kasbolun pada siswa kelas V semester II SD Negeri 1 Pandanharum Kec. Bagus Kab. Grobogan Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Pinus*. 2. (2). Hlm. 78-82.
- Suherman, (2009). Pengembangan model pembelajaran outdoor education pendidikan jasmani berbasis kompetensi di sekolah dasar. *Jurnal Penelitian*. 9.(1) . Hlm. 2.
- Supriyanti. (2010). *Bermain Kasti*. Semarang: Aneka Ilmu.