MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN PESERTA DIDIK KELAS V SD PEMBANGUNAN LABORATORIUM UNP SEMESTER GENAP TAHUN 2022

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat guna Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

MUHAMMAD FIKRI
NIM. 18086169

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul	:	Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Melalui Modifikasi Permainan Peserta Didik Kelas V SD Pembangunan Laboratorium UNP Semester Genap Tahun 2022
Nama	:	Muhammad Fikri
NIM	:	18086169
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Reksreasi
Departemen	:	Pendidikan Olahraga
Fakultas	:	Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2022

Disetujui Oleh :

Ketua Departemen Pendidikan Olahraga	Pembimbing
Drs. Zarwan, M. Kes,AIFO-FIT	Dr. Khairuddin, M.Kes,AIFO
NIP. 19611230 19883031011	NIP. 193010419900011001

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul	:	Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Modifikasi Permainan Peserta Didik Kelas V SD Pembangunan Laboratorium UNP Semester Genap Tahun 2022
Nama	:	Muhammad Fikri
NIM	:	18086169
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Departemen	:	Pendidikan Olahraga
Fakultas	:	Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2022

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Khairuddin, M.Kes,AIFO	1.
2. Anggota	: Dr. Willadi Rasyid, M.Pd	2.
3. Anggota	: Yuni Astuti, S.Pd, M.Pd	3.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul "Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Modifikasi Permainan Peserta Didik Kelas V SD Pembangunan Laboratorium UNP Semester Genap" adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku

Padang, Agustus 2022
Yang membuat pernyataan

Muhammad Fikri
NIM.18086169

ABSTRAK

Muhammad Fikri (2022): Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Modifikasi Permainan Peserta Didik Kelas V SD Pembangunan Laboratorium UNP Semester Genap.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui modifikasi permainan belum diterapkan oleh guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sehingga banyak siswa yang kurang aktif melakukan pembelajaran, merasa bosan ketika melakukan aktivitas olahraga dan banyak yang tidak bersemangat, sehingga ini menyebabkan hasil belajar siswa yang diperoleh rendah dan belum mencapai Kriteria Ketuntatasan Minimal (KKM) sebesar 75. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui meningkatnya hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siswa kelas V SD Pembangunan Laboratorium UNP melalui modifikasi.

Jenis penelitian ini adalah bersifat deskriftif. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Pembangunan Laboratorium UNP yang berjumlah 21 orang. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang terdiri dari dua siklus dimana setiap siklus terdiri dari 4 tahap yaitu perencanaan, tindakan, observasi (pengamatan), dan refleksi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi serta kemampuan *passing* bawah bola voli, kemampuan *passing* sepak bola dan kemampuan menggiring bola basket. Analsisis data menggunakan teknik analisis deskriptif komparatif dan deskripsi hasil observasi dan refleksi

Data hasil pengamatan siklus I dan II yaitu: Data hasil penilaian kemampuan *passing* bawah bola voli diperoleh hasil rata-rata siklus I 60 dengan kategori belum tuntas dan rata-rata siklus II 77 dengan kategori tuntas. Data hasil penilaian kemampuan passing sepak bola diperoleh hasil rata-rata siklus I 62 dengan kategori belum tuntas dan rata-rata siklus II 76 dengan kategori tuntas. Data hasil penilaian kemampuan menggiring bola basket diperoleh hasil rata-rata siklus I 64 dengan kategori belum tuntas dan rata-rata siklua II 75 dengan kategori tuntas. Berdasarkan perbandingan hasil yang dicapai antara siklus I dan siklus II, secara keseluruhan nilai yang diperoleh untuk setiap aspek terdapat peningkatan. Berdasarkan dari hasil penelitian diatas, disimpulkan bahwa pembelajaran dengan menggunakan modifikasi dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

Kata Kunci : Hasil Belajar; Modifikasi Permainan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh,

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: "**Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Modifikasi Permainan Peserta Didik Kelas V SD Pembangunan Laboratorium UNP Semester Genap.**".

Skripsi ini dibuat melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang .Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Ganefri, M.Pd, Ph.D sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd sebagai dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Zarwan, M. Kes sebagai ketua Departemen Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultatif dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Dr. Khairuddin, M.Kes,AIFO sebagai pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Willadi Rasyid, M.Pd sebagai penguji yang telah banyak memberikan masukan dan saran kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Yuni Astuti, S.Pd, M.Pd sebagai penguji yang telah banyak memberikan masukan dan saran kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Ibu Yasma Dewi, S.Pd, sebagai Kepala Sekolah SD Pembangunan Laboratorium UNP yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
8. Ibu Silvia Rahma Juniar S.Pd sebagai guru PJOK SD Pembangunan Laboratorium UNP yang telah membantu dalam melakukan penelitian.
9. Kedua orang tua yang banyak memberikan dukungan moral dan materil serta bimbingan do′anya yang tulus dan tak kunjung henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
10. Kepada siswa SD Pembangunan Laboratorium UNP yang telah memberikan partisipasi dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada Iwan, Azim, Fauzan, Iqbal, Qori, Willi dan Vidi yang telah memberikan dukungan dan masukan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Agustus 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN i
PERNYATAAN ii
ABSTRAK iii
KATA PENGANTAR iv
DAFTAR ISI vi
DAFTAR TABEL viii
DAFTAR GAMBAR ix
DAFTAR LAMPIRAN x
BAB I PENDAHULUAN
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah dan Pemecahannya 5
C. Tujuan Penelitian 5
D. Manfaat Penelitian 5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA
A. Kajian Pustaka 7
B. Kerangka Konsep 19
C.Hipotesis Tindakan 19
BAB III METODE PENELITIAN
A. Jenis Penelitian 20
B. Tempat dan Waktu Penelitian 20
C. Subjek Penelitian 21
D. Instrumen Penelitian 21
E. Teknik Pengumpulan data 24
F. Teknik Analisis Data 27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A. Deskripsi Data Penelitian 28
B. Pembahasan 39
C. Kendala-Kendala yang Dihadapi 43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN
A. Kesimpulan 45
B. Saran 45
DAFTAR PUSTAKA 47

DAFTAR TABEL

Tabel **Halaman**

1. Jadwal Penelitian 21
2. Data Hasil Pembelajaran Kemampuan *Passing* Bawah Bola voli pada siklus I 32
3. Data Hasil Pembelajaran Kemampuan *Passing* Sepak bola pada siklus I.... 33
4. Data Hasil Pembelajaran Kemampuan Menggiring Bola basket pada siklus I 33
5. Data Hasil Pembelajaran Kemampuan *Passing* Bawah Bola voli pada siklus II..... 36
6. Data Hasil Pembelajaran Kemampuan Passing Sepak bola pada siklus II... 37
   Data Hasil Pembelajaran Kemampuan Menggiring Bola basket pada siklus II..... 38
8. Hasil Tes Kemampuan *Passing* Bawah Bola voli 39
9. Hasil Tes Kemampuan *Passing* Sepak bola..... 41
10. Hasil Tes Kemampuan Menggiring Bola basket 42

DAFTAR GAMBAR

Gambar **Halaman**

1. Kerangka Konsep 16
2. *Passing* Bawah 22
3. Tes Ketepatan Passing Sepak bola 23
4. Tes Menggiring Bola 23
5. Histogram Kenaikan Rata-Rata Hasil Ketuntasan Belajar Kemampuan Passing Bawah Bola voli dari Siklus I ke Siklus II 39
6. Histogram Kenaikan Rata-Rata Hasil Ketuntasan Belajar Kemampuan Passing Sepak bola dari Siklus I ke Siklus II 41
7. Histogram Kenaikan Rata-Rata Hasil Ketuntasan Belajar Kemampuan Menggiring Bola basket dari Siklus I ke Siklus II 42
8. Sebelum Melakukan Permainan Peneliti Memberi Pengarahan Kepada Siswa 76
9. Pemanasan Sebelum Masuk Pembelajaran 77
10. Siswa melakukan *Drible* dengan menggunakan bola plastik 78
11. Siswa Antusias dalam Melakukan Passing Sepak bola Menggunakan Bola Plastik Spon 79
12. Siswa Antusias dalam Melakukan Menggiring Bola basket Menggunakan Bola Plastik Spon 79
13. Peneliti dan Kepala Sekolah 80
14. Instrument yang di gunakan dalam penelitian 81
15. Siswa melakukan *Dribble* dalam permainan bola basket 82
16. Siswa melakukan *Dribble* dam permainan bola basket 83
17. Berdoa sebelum melakukan kegiatan 84
18. Penutupan kegiatan yang diiringi doa 85

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran **Halaman**

1. Silabus 49
2. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I Bola voli 52
3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II Bola voli 55
4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I Sepak bola 58
5. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II Sepak bola 61
6. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I Bola basket 64
7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II Bola basket 67
8. Tabulasi Data Hasil Kemampuan Passing Bawah Bola voli Siklus I 70
9. Tabulasi Data Hasil Kemampuan Passing Bawah Bola voli Siklus II 71
10. Tabulasi Data Hasil Kemampuan Passing Sepak bola Siklus I 72
11. Tabulasi Data Hasil Kemampuan Passing Sepak bola Siklus II 73
12. Tabulasi Data Hasil Kemampuan Menggiring Bola basket Siklus I 74
13. Tabulasi Data Hasil Kemampuan Menggiring Bola basket Siklus II 75
14. Dokuemtasi Penelitian 76
15. Surat Izin Penelitian 81
16. Surat Balasan Penelitian dari Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Padang 82
17. Surat Balasan Penelitian dari SD Pembangunan Laboratorium UNP 83

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Healt Oranization* (WHO) dalam Rahayu (2013) Pendidikan Jasmani adalah kegiatan jasmani yang diselenggarakan utuk menjadi media bagi kegiatan pendidikan. Pendidikan adalah kegiatan yang merupakan proses untuk mengembangkan kemampuan dan sikap rohaniah yang meliputi aspek mental, intelektual dan bahkan spiritual. Sebagai bagian dari kegiatan pendidikan, maka pendidikan jasmani merupakan bentuk pendekatan ke aspek sejahtera Rohani (melalui kegiatan jasmani), yang dalam lingkup sehat WHO berarti sehat rohani.

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematik untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif serta kecerdasan emosi. Tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup pengembangan individu secara menyeluruh.Artinya, cakupan pendidikan jasmani tidak hanya pada aspek jasmani saja tetapi juga aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.Selain itu pendidikan jasmani juga mencakup aspek mental, emosional, sosial, dan spiritual. Pendidikan jasmani diajarkan dari tingkat Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah

Menengah Atas (SMA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), bahkan juga Perguruan Tinggi.

Pendidikan jasmani adalah satu unsur untuk meningkatkan aktivitas gerak terutama sekali dalam rangka kebugaran jasmani siswa.Tetapi dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani belum dapat berjalan secara maksimal.Konsep dasar pendidikan jasmani dan model pembelajaran jasmani yan efektif perlu dikuasai oleh para guru yang hendak memberikan pembelajaran pendidikan jasmani.Guru harus dapat mengajarkan berbagai gerak dasar, teknik permainan olahraga. Internalisasi nilai (sportifitas, kejasama dan lain-lain) menjadi pembiasaan pola hidup sehat.Melalui pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat memperolah berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang lebih menyenangkan, kreatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, guru harus dapat mengajar berbagai gerak dasar, teknik permainan olahraga.Internalisasi nilai-nilai (sportifitas, kejasama dan lain-lain). Penyelenggaraan program pendidikan jasmani hendaknya menceminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu : "*Developmentally Appropriate Practise*" (DAP). Artinya, tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut.Sehingga tugas ajar tesebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan anak didik yang sedang belajar, untuk itu salah satu bentuk guna meningkatkan mata pelajaran

pendidikan jasmani diharapkan melakukan modifikasi dalam pemainan karena modifikasi merupakan salah satu usaha yang harus dilakukan oleh para guru agar pembelajaran mencerminkan DAP. Untuk itu DAP yang didalamnya memperhatikan ukuran tubuh siswa harus selalu menjadi prinsip utama dalam memodifikasi pembelajaran pendidikan olahraga dan kesehatan. Inti dari modifikasi adalah menganalisa dan mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntunkannya dalam bentuk aktivitas belajar potensial yang dapat memperlancar siswa dalam belajarnya. (Suherman,2000 : 1)

Namun pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan anak serta isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sebab sasaran pembelajaran ditunjukkan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi perkembangan pribadi anak seutuhnya. Jadi konsep dasar penjas dan model pengajaran penjas yang efektif perlu dipahami oleh mereka yang hendak mengajar penjas.Mampu mengembangkan pembelajaran yang efektif, disamping harus memahami dan memperhatikan karakteristik dan kebutuhan siswa. Pada usia tesebut seluruh aspek perkembangan baik itu kognitif, afektif dan psikomotor mengalami perubahan.

Pendidikan jasmani disekolah dapat terbagi menjadi cabang olahraga bola besar, cabang olahraga bola kecil, cabang senam dan atletik.Pembelajaran dengan unsur permainan sangat disenangi oleh anak didik, dengan pendekatan bermain diharapkan tujuan pembelajaran akan tercapai.Sesuai dengan karakteristik siswa Sekalah Dasar, usia 7-13 tahun kebanyakan dari mereka

cenderung masih suka bermain. Untuk itu guru harus mampu mengembangkan pembelajaran yang efektif, disamping harus memahami dan memperhatikan karakteristik dan kebutuhan siswa. Pada usia tersebut seluruh aspek perkembangan baik itu kognitif, afektif, dan psikomotor mengalami perubahan.

Berdasarkan pengamatan pada survey awal yang dilakukan terhadap 21 siswa kelas V dan guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Pembangunan Laboratorium UNP dapat disimpulkan bahwa pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan melalui modifikasi permainan belum diterapkan oleh guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sehingga banyak siswa yang kurang aktif melakukan pembelajaran, merasa bosan ketika melakukan aktivitas olahraga dan banyak yang tidak bersemangat, sehingga ini menyebabkan hasil belajar siswa yang diperoleh rendah dan belum mencapai Kriteria Ketuntatasan Minimal (KKM). Maka seorang guru diharapkan bisa memodifikasi dari pembelajaran yang ada agar anak tidak cepat bosan, sehingga anak bergairah dan dapat termotivasi untuk mengikuti pembelajaran selanjutnya.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik melakuka penelitian mengenai **"Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Modifikasi Permainan Kelas V SD Pembangunan Laboratorium UNP Semester Genap Tahun 2022".**

B. Rumusan Masalah dan Pemecahannya

1. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan diatas maka dapat dikemukakan rumusan masalahnya sebagai berikut :

Apakah penggunaan metode modifikasi permainan dapat meningkatkan hasil belajar Peserta Didik Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas V SD Pembangunan Laboratorium UNP Semester Genap Tahun 2022?

2. Pemecahan Masalah

Berdasarkan teori belajar dan media pembelajaran, permasalahan yang terjadi kelas V SD Pembangunan Laboratorium UNP semester genap tahun 2022 perlu diselesaikan melalui tindakan guru berupa penggunaan metode modifikasi dalam pembelajaran. Dengan menggunakan metode modifikasi permainan dapat membangkitkan rasa ingin tahu siswa terhadap materi pembelajaran, sehingga siswa lebih bersemangat dalam melakukan pembelajaran.

C. Tujuan Penelitian

Untuk meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Modifikasi Permainan Peserta Didik Kelas V SD Pembangunan Laboratorium UNP Semester Genap Tahun 2022.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Sebagai bahan referensi untuk kegiatan yang sama

b. Sebagai pertimbangan untuk meningkatkan mutu pendidikan pada umumnya.

2. **Manfaat Praktis**

a. Bagi Siswa

1) Meningkatan prestasi belajar

2) Mendapatkan pengalaman yang berharga dan bermakna

b. Bagi Guru

1) Sebagai bahan acuan untuk menentukan strategi pembelajaran untuk mencapai pembelajaran agar mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM)

2) Dapat menghidupkan suasana belajar yang menarik

3) Mendapatkan pengalaman dalam situasi pembelajaran yang berbeda

c. Bagi Sekolah

1) Meningkatkan prestasi belajar pada tingkat sekolah

2) Target Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) dapat tercapai

3) Sebagai masukan bagi sekolah dalam meningkatkan profesionalisme guru khususnya pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.