

BAB V

PENUTUP

1.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya maka peneliti dapat menyimpulkan sebagai berikut :

1. Jika guru menggunakan metode penjelajahan gerak pada materi servis bawah maka hasil belajar siswa dapat meningkat. Hal ini dapat dilihat pada peningkatan keterampilan siswa dari siklus I dengan nilai rata-rata 75.01 dan siklus II dengan nilai rata-rata 80.74.
2. Pada siklus I hasil capaian siswa meningkat 14.24 yaitu dari hasil observasi awal 60.77 menjadi 75.01. Hasil siklus I ini belum berhasil karena belum mencapai indikator kinerja dan dilanjutkan pada siklus II. Pada siklus II meningkat 5.73 yakni dari 75.01 menjadi 80.74. Hasil siklus II ini sudah mencapai indikator kinerja.
3. Hasil penelitian yaitu observasi awal, siklus I, siklus II mengalami peningkatan 19.97 yakni 60.77 menjadi 80.74.

1.2 Saran

Dari hasil penelitian ternyata metode penjelajahan gerak mempunyai pengaruh yang sangat positif terhadap peningkatan kemampuan siswa dalam melakukan servis bawah pada permainan bola voli mini. Oleh karena itu

disarankan guru mata pelajaran penjas orkes dapat menggunakan metode penjelajahan gerak guna untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar dalam pembelajaran permainan bola voli mini khususnya servis bawah.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, 2009. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Erapustaka
- Beutelstahl, 2009. *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: Pionir Jaya
- Depdiknas, 2002. *Buku IV pedoman tenis meja pedoman voli mini pedoman tenis mini pedoman senam pedoman sepak takraw*. Jakarta; Dirjendikdasmen DirdikTKSD
- Djumhadi, 2008. *Olahraga Bola*. Klaten: CV Sahabat
- Jurnal Bahasa dan Seni Volume 10 Nomor 2. 2009*
- Jurnal IPTEK Olahraga Volume 4, Nomor 3. 2002*. Jakarta; Pusat Pengkajian dan Pengembangan IPTEK Olahraga Dirjen Olahraga Depdiknas
- Jurnal Pengembangan Fisik Motorik. Fib. UNY*
- Mile, 2010. *Bahan Ajar Permainan Bola Voli*. Gorontalo : UNG Press
- Mukholid, 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA Kelas X*. Bogor: Yudhistira
- Mulyaningsih, dkk, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Kelas IV SD/MI*. Klaten: PT. Macanan Jaya Cemerlang.
- Munasifah, 2008. *Bermain Bola Voli*. Semarang: CV Aneka Ilmu
- Nugraha, 2010. *Mengenal Aneka Cabang Olahraga*. Bekasi: PT Cahaya Pustaka Raga
- PBVSI, 2000. *Peraturan Permainan Bola Voli Internasional*. Diterjemahkan dan disusun kembali oleh Dewan dan Perwasitan PP. PBVSI, disahkan oleh Pengurus Pusat Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia
- Sujarwad, Dwi Sarjiyanto, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Klaten: PT Macanan Jaya Cemerlang.
- Sumiati.Dra dan M.Ed. Asra, 2009. *Metode Pembelajaran*. Bandung: CV Wacana Prima.
- Suprayekti, 2003. *Interaksi Belajar Mengajar*. Jakarta : Depdiknas. Dirjen. Dikdasmen Direktorat Tenaga Pendidikan

Suryosubroto, 1997. *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*, Penerbit: Rineka Cipta

Sutono, 2010. *Olahraga Permainan Bola Besar*. Semarang: PT Bengawan Ilmu.

Sutrisno, 2009. *Pemain Voli Yang Berpestasi*. Jakarta Barat: PT Musi Perkasa Utama.

JADWAL PENELITIAN TINDAKAN KELAS

NO	HARI / TANGGAL	PELAKSANAAN KEGIATAN	KET
1	Selasa, 1 April 2013	Observasi Awal	2 x 35 Menit
		SIKLUS I	
2	Senin, 6 Mey 2013	Pemberian Tindakan	2 x 35 Menit
	Jum'at, 10 Mey 2013	Pemberian Tindakan	2 x 35 Menit
	Senin, 13 Mey 2013	Pemberian Tindakan	2 x 35 Menit
	Kamis, 16 Mey 2013	Pemberian Tindakan	2 x 35 Menit
	Kamis, 23 Mey 2013	Pemantapan dan Evaluasi	2 x 35 Menit
		SIKLUS II	
3	Rabu, 29 Mey 2013	Pemberian Tindakan	2 x 35 Menit
	Jumat, 31 Mey 2013	Pemberian Tindakan	2 x 35 Menit
	Senin, 3 Juni 2013	Pemantapan dan Evaluasi	2 x 35 Menit

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(OBSERVASI AWAL)**

Sekolah	: SDN No. 91 Sipatana
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VI [Empat] / 2 [dua]
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit

Standar Kompetensi : 6. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar : 6.2 Mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola besar beregu dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama regu, sportivitas, dan kejujuran

A. Tujuan Pembelajaran:

- ☞ Siswa dapat menjelaskan cara melakukan servis bawah
- ☞ Siswa dapat memperagakan servis bawah dengan memperhatikan tiga aspek yaitu : (1) Sikap Awal. (2) Pelaksanaan Gerakan. (3) Gerakan lanjutan.

- ❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)
Tanggung jawab (*responsibility*)
Ketelitian (*carefulness*)
Kerja sama (*Cooperation*)
Percaya diri (*Confidence*)
Keberanian (*Bravery*)

B. Materi Ajar (Materi Pokok):

- ☞ Permainan bola besar / bola voli

C. Metode Penjelajahan Gerak:

- ☞ Ceramah
- ☞ Praktek
- ☞ Penugasan

D. Langkah-langkah Pembelajaran

- ☞ Kegiatan Awal:
 - ☞ Siswa dibariskan menjadi empat barisan
 - ☞ Mengecek kehadiran siswa
 - ☞ Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
 - ☞ Berdoa sebelum melakukan gerakan
 - ☞ Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- ☞ Kegiatan Inti:
 - **Eksplorasi**
Dalam kegiatan eksplorasi, guru:
 - ☞ Menjelaskan cara melakukan servis bawah
 - ☞ Membangkitkan rasa percaya diri
 - ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran
 - ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.
 - **Elaborasi**
Dalam kegiatan elaborasi, guru:
 - ☞ Memberi kesempatan terhadap siswa untuk mengeksplorasikan gerakan servis bawah
 - ☞ Memantau gerakan siswa dalam melakukan servis bawah
 - ☞ memfasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif;
 - ☞ memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar;
 - ☞ memfasilitasi peserta didik membuat laporan eksplorasi yang dilakukan baik lisan maupun tertulis
 - ☞ memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja

- **Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- ☞ Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- ☞ Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- ☞ Guru bertanya jawab meluruskan kesalahan-kesalahan gerakan melakukan servis bawah dalam permainan bola voli mini, memberikan penguatan dan penyimpulan

- **Kegiatan Penutup**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ Formasi barisan
- ☞ Pendinginan
- ☞ Berdoa dan bubar

E. Alat dan Sumber Belajar:

- ☞ Buku Penjaskes
- ☞ Lapangan
- ☞ net
- ☞ Bola voli
- ☞ Sumpritan

F. Penilaian:

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Sikap Awal • Pelaksanaan Gerakan • Gerakan Lanjutan 	-Tes praktek kemampuan	-Tugas - Pengamatan	<ul style="list-style-type: none"> • Lakukan sikap awal • Pelaksanaan gerakan • Gerakan lanjutan

Guru Mitra

Peneliti

Juhura Hiola Spd

Nip : 196304161985112005

IraWaty Mohamad

Nim: 831 409 163

**INSTRUMEN PENILAIAN HASIL KEGIATAN SISWA
OBSERVASI AWAL**

Siswa kelas/Semester : IV/II

KKM : 77

No	Nama Siswa	Aspek Yang Dinilai			Jumlah Nilai	Rata - Rata	Kriteria Penilaian
		A	B	C			
1	Aditya S Hudjuli	50	50	50	150	50	KURANG
2	Alwin P Lihawa	79	79	79	237	79	BAIK
3	Fadlan Hamzah	55	55	55	165	55	KURANG
4	Frenki Ahmad	59	59	50	168	56	KURANG
5	Haikel Djafar	66	66	66	198	66	CUKUP
6	Hakim	57	57	57	171	57	KURANG
7	Isran Husain	65	65	65	195	65	CUKUP
8	Malik Ahmad	77	77	77	231	77	BAIK
9	Marcelo H	50	50	50	150	50	KURANG
10	Moh. Fadli Karim	54	50	50	154	51,333	KURANG
11	Safрил Mohamad	52	50	50	152	50,667	KURANG
12	Sarip Ismail	60	60	60	180	60	KURANG
13	Asni Rauf	55	55	50	160	53,333	KURANG
14	Asti Ananta K	50	50	50	150	50	KURANG
15	Devanda P Anani	65	65	65	195	65	CUKUP
16	Firawaty M	60	50	50	160	53,333	KURANG
17	Istin Mahmud	63	50	50	163	54,333	KURANG
18	Meilinda Habi	52	50	50	152	50,667	KURANG
19	Nur Ain Dalai	78	77	77	232	77,333	BAIK
20	Nurinda	55	55	55	165	55	KURANG
21	Rara Dunggio	77	78	77	232	77,333	BAIK
22	Salsadila Lihawa	56	52	52	160	53,333	KURANG
23	Sri Rahayu Giu	55	50	50	155	51,667	KURANG
24	Sriwahyuni M	78	79	77	234	78	BAIK
25	Stefani Hasan	67	66	64	197	65,667	CUKUP
26	Tiara P Lihawa	78	78	78	234	78	BAIK
Jumlah		1613	1573	1554	4740	1580	KURANG
Rata-Rata		62,0385	60,5	59,7692	182,3077	60,769	

KLASIFIKASI NILAI :

- a. 90 – 100 (SB)
- b. 77 – 89 (B)
- c. 65 – 76 (C)
- d. 50 – 64 (K)
- e. 0 - 49 (KS)

ASPEK YANG DINILAI :

- (1) Persiapan
 - a. Kaki dalam posisi melangkah dengan santai.
 - b. Berat badan terbagi dengan seimbang.
 - c. Bahu sejajar dengan net.
 - d. Pegang bola setinggi pinggang atau lebih rendah.
 - e. Pegang bola didepan tubuh.
 - f. Pandangan ke arah bola.
- (2). Pelaksanaan
 - a. Ayunkan lengan ke belakang.
 - b. Pindahkan berat badan ke kaki belakang.
 - c. Ayunkan lengan ke depan.
 - d. Pindahkan berat badan ke kaki depan.
 - e. Pukul bola pada posisi setinggi pinggang
 - f. Konsentrasi pada bola

- (3). Gerakan lanjutan
- a. Teruskan pemindahan berat badan ke depan.
 - b. Jatuhkan lengan dengan perlahan
 - c. Bergerak ke dalam lapangan.

Guru Mitra

Peneliti

Juhura Hiola Spd

Nip : 196304161985112005

IraWaty Mohamad

Nim: 831 409 163

**Tabel 1. Hasil Kegiatan Siswa
Observasi Awal**

NO	Klasifikasi Penilaian	Kriteria	Jumlah Siswa	Presentase (%)
1	90 - 100	Sangat Baik	0	0%
2	77 - 89	Baik	6	23%
3	65 - 76	Cukup	4	15%
4	50 - 64	Kurang	16	62%
5	0 - 49	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			26	100%

**LEMBAR KEGIATAN PEMBELAJARAN
PADA OBSERVASI AWAL**

No	Aspek Yang Diamati	Dilaksanakan	
		Ya	Tidak
1	Cara membuka pelajaran	√	
2	Melakukan apersepsi (menggali pengetahuan awal siswa)	√	
3	Menjelaskan tujuan pembelajaran	√	
4	Memberi motivasi kepada siswa	√	
5	Menjelaskan secara teoritis tentang materi yang diajarkan	√	
6	Mendemonstrasikan contoh rangkaian gerakan servis bawah yang terdiri dari 3 aspek yakni :	√	
	a. Sikap Awal (Posisi kaki saat akan melaksanakan servis bawah)		
	b. Pelaksanaan Gerakan (Perkenaan tangan pada bola)		
	c. Gerakan Lanjutan (Berpindahnya anggota tubuh dari area servis)		
7	Memberi tugas pada siswa untuk mendemonstrasikan kembali gerakan servis bawah	√	
8	Mengamati pola gerakan siswa saat pembelajaran berlangsung	√	
9	Koreksi dan diagonis gerakan sesegera mungkin jika ditemukan penyimpangan gerakan oleh siswa	√	
10	Memberikan penguatan - penguatan pada akhir pembelajaran	√	
11	Memanfaatkan secara efektif yang tersedia	√	
12	Menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dalam bentuk permainan	√	
13	Mengkoordinir pelaksanaan pendinginan	√	

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(SIKLUS I)

Sekolah	: SDN No. 91 Sipatana
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 4 [Empat] / 2 [dua]
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit

Standar Kompetensi : 6. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar : 6.2 Mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola besar beregu dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama regu, sportivitas, dan kejujuran

A. Tujuan Pembelajaran:

- ☞ Siswa dapat menjelaskan cara melakukan servis bawah
- ☞ Siswa dapat memperagakan servis bawah dengan memperhatikan tiga aspek yaitu : (1) Sikap Awal. (2) Pelaksanaan Gerakan. (3) Gerakan lanjutan.

- ❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)
Tanggung jawab (*responsibility*)
Ketelitian (*carefulness*)
Kerja sama (*Cooperation*)
Percaya diri (*Confidence*)
Keberanian (*Bravery*)

B. Materi Ajar (Materi Pokok):

- ☞ Permainan bola besar / bola voli

C. Metode Penjelajahan Gerak:

- ☞ Ceramah
- ☞ Praktek
- ☞ Penugasan

D. Langkah-langkah Pembelajaran

- ☞ Kegiatan Awal:
 - ☞ Siswa dibariskan menjadi empat barisan
 - ☞ Mengecek kehadiran siswa
 - ☞ Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
 - ☞ Berdoa sebelum melakukan gerakan
 - ☞ Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- ☞ Kegiatan Inti:
 - **Eksplorasi**
Dalam kegiatan eksplorasi, guru:
 - ☞ Menjelaskan cara melakukan servis bawah
 - ☞ Membangkitkan rasa percaya diri
 - ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran
 - ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.
 - **Elaborasi**
Dalam kegiatan elaborasi, guru:
 - ☞ Memberi kesempatan terhadap siswa untuk mengeksplorasikan gerakan servis bawah
 - ☞ Memantau gerakan siswa dalam melakukan servis bawah
 - ☞ memfasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif;
 - ☞ memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar;
 - ☞ memfasilitasi peserta didik membuat laporan eksplorasi yang dilakukan baik lisan maupun tertulis
 - ☞ memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja

- **Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- ☞ Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- ☞ Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- ☞ Guru bertanya jawab meluruskan kesalahan-kesalahan gerakan melakukan servis bawah dalam permainan bola voli mini, memberikan penguatan dan penyimpulan

- **Kegiatan Penutup**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ Formasi barisan
- ☞ Pendinginan
- ☞ Berdoa dan bubar

E. Alat dan Sumber Belajar:

- ☞ Buku Penjaskes
- ☞ Lapangan
- ☞ net
- ☞ Bola voli
- ☞ Sumpritan

F. Penilaian:

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Sikap Awal • Pelaksanaan Gerakan • Gerakan Lanjutan 	-Tes praktek kemampuan	-Tugas - Pengamatan	<ul style="list-style-type: none"> • Lakukan sikap awal • Pelaksanaan gerakan • Gerakan lanjutan

Guru Mitra

Peneliti

Juhura Hiola Spd

Nip : 196304161985112005

IraWaty Mohamad

Nim: 831 409 163

**INSTRUMEN PENILAIAN HASIL KEGIATAN SISWA
SIKLUS I**

Siswa Kelas/Semester : IV/II

KKM : 77

No	Nama Siswa	Aspek Yang Dinilai			Jumlah Nilai	Rata-Rata	Kriteria Penilaian
		A	B	C			
1	Aditya S Hudjuli	70	65	65	200	66,67	CUKUP
2	Alwin P Lihawa	80	82	81	243	81	BAIK
3	Fadlan Hamzah	80	75	82	237	79	BAIK
4	Frengki Ahmad	70	67	65	202	67,33	CUKUP
5	Haikel Djafar	80	80	80	240	80	BAIK
6	Halid Luawo	79	76	77	232	77,33	BAIK
7	Isran Husain	78	77	80	235	78,33	BAIK
8	Malik Ahmad	80	80	80	240	80	BAIK
9	Marcelo H	78	78	78	234	78	BAIK
10	Moh. Fadli Karim	80	77	77	234	78	BAIK
11	Safiril Mohamad	77	77	77	231	77	BAIK
12	Sarip Ismail	78	78	79	235	78,33	BAIK
13	Asni Rauf	77	77	77	231	77	BAIK
14	Asti Ananta	65	65	60	190	63,33	KURANG
15	Devanda Anani	79	78	77	234	78	BAIK
16	Firawati M	77	77	77	231	77	BAIK
17	Istin Mahmud	67	67	64	198	66	CUKUP
18	Meilinda Habi	64	64	64	192	64	KURANG
19	Nur Ain Dalai	79	78	77	234	78	BAIK
20	Nurinda Hasan	68	66	65	199	66,33	CUKUP
21	Rara Dunggio	79	78	79	236	78,67	BAIK
22	Salsadila Lihawa	80	80	77	237	79	BAIK
23	Sri Rahayu Giu	65	60	67	192	64	KURANG
24	Sriwahyuni M	80	80	80	240	80	BAIK
25	Stefani Hasan	78	78	78	234	78	BAIK
26	Tiara P Lihawa	80	80	80	240	80	BAIK
Jumlah		1968	1940	1943	5851	1950	CUKUP
Rata-Rata		75,6923	74,6154	74,73077	225,038	75,01	

KLASIFIKASI NILAI:

- a. 90 – 100 (SB)
- b. 77 – 89 (B)
- c. 65 – 76 (C)
- d. 50 – 64 (K)
- e. 0 - 49 (KS)

ASPEK YANG DINILAI :

- (1) Sikap awal/Persiapan
 - a. Kaki dalam posisi melangkah dengan santai.
 - b. Berat badan terbagi dengan seimbang.
 - c. Bahu sejajar dengan net.
 - d. Pegang bola setinggi pinggang atau lebih rendah.
 - e. Pegang bola didepan tubuh.
 - f. Pandangan ke arah bola.
- (2). Pelaksanaan
 - a. Ayunkan lengan ke belakang.
 - b. Pindahkan berat badan ke kaki belakang.
 - c. Ayunkan lengan ke depan.
 - d. Pindahkan berat badan ke kaki depan.
 - e. Pukul bola pada posisi setinggi pinggang
 - f. Konsentrasi pada bola

- (3). Gerakan lanjutan
- a. Teruskan pemindahan berat badan ke depan.
 - b. Jatuhkan lengan dengan perlahan
 - c. Bergerak ke dalam lapangan.

Guru Mitra

Peneliti

Juhura Hiola Spd

Nip : 196304161985112005

IraWaty Mohamad

Nim: 831 409 163

**Tabel 2. Hasil Kegiatan Siswa
Siklus 1**

NO	Klasifikasi Penilaian	Kriteria	Jumlah Siswa	Presentase (%)
1	90 – 100	Sangat Baik	0	0%
2	77 – 89	Baik	19	73%
3	65 – 76	Cukup	4	15%
4	50 – 64	Kurang	3	12%
5	0 – 49	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			26	100%

**LEMBAR KEGIATAN PEMBELAJARAN
PADA SIKLUS I**

No	Aspek Yang Diamati	Dilaksanakan	
		Ya	Tidak
1	Cara membuka pelajaran	√	
2	Melakukan apersepsi (menggali pengetahuan awal siswa)	√	
3	Menjelaskan tujuan pembelajaran	√	
4	Memberi motivasi kepada siswa	√	
5	Menjelaskan secara teoritis tentang materi yang diajarkan	√	
6	Mendemonstrasikan contoh rangkaian gerakan servis bawah yang terdiri dari 3 aspek yakni :	√	
	a. Sikap Awal (Posisi kaki saat akan melaksanakan servis bawah)		
	b. Pelaksanaan Gerakan (Perkenaan tangan pada bola)		
	c. Gerakan Lanjutan (Berpindahnya anggota tubuh dari area servis)		
7	Memberi tugas pada siswa untuk mendemonstrasikan kembali gerakan servis bawah	√	
8	Mengamati pola gerakan siswa saat pembelajaran berlangsung	√	
9	Koreksi dan diagonis gerakan sesegera mungkin jika ditemukan penyimpangan gerakan oleh siswa	√	
10	Memberikan penguatan - penguatan pada akhir pembelajaran	√	
11	Memanfaatkan secara efektif yang tersedia	√	
12	Menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dalam bentuk permainan	√	
13	Mengkoordinir pelaksanaan pendinginan	√	

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(SIKLUS II)**

Sekolah	: SDN No. 91 Sipatana
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 4 [Empat] / 2 [dua]
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit

Standar Kompetensi : 6. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar : 6.2 Mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola besar beregu dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama regu, sportivitas, dan kejujuran

A. Tujuan Pembelajaran:

- ☞ Siswa dapat menjelaskan cara melakukan servis bawah
- ☞ Siswa dapat memperagakan servis bawah dengan memperhatikan tiga aspek yaitu : (1) Sikap Awal. (2) Pelaksanaan Gerakan. (3) Gerakan lanjutan.

- ❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)
Tanggung jawab (*responsibility*)
Ketelitian (*carefulness*)
Kerja sama (*Cooperation*)
Percaya diri (*Confidence*)
Keberanian (*Bravery*)

B. Materi Ajar (Materi Pokok):

- ☞ Permainan bola besar / bola voli

C. Metode Penjelajahan Gerak:

- ☞ Ceramah
- ☞ Praktek
- ☞ Penugasan

D. Langkah-langkah Pembelajaran

- ☞ Kegiatan Awal:
 - ☞ Siswa dibariskan menjadi empat barisan
 - ☞ Mengecek kehadiran siswa
 - ☞ Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
 - ☞ Berdoa sebelum melakukan gerakan
 - ☞ Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- ☞ Kegiatan Inti:
 - **Eksplorasi**
Dalam kegiatan eksplorasi, guru:
 - ☞ Menjelaskan cara melakukan servis bawah
 - ☞ Membangkitkan rasa percaya diri
 - ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran
 - ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.
 - **Elaborasi**
Dalam kegiatan elaborasi, guru:
 - ☞ Memberi kesempatan terhadap siswa untuk mengeksplorasikan gerakan servis bawah
 - ☞ Memantau gerakan siswa dalam melakukan servis bawah
 - ☞ memfasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif;
 - ☞ memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar;
 - ☞ memfasilitasi peserta didik membuat laporan eksplorasi yang dilakukan baik lisan maupun tertulis
 - ☞ memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja

- **Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- ☞ Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- ☞ Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- ☞ Guru bertanya jawab meluruskan kesalahan-kesalahan gerakan melakukan servis bawah dalam permainan bola voli mini, memberikan penguatan dan penyimpulan

- **Kegiatan Penutup**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ Formasi barisan
- ☞ Pendinginan
- ☞ Berdoa dan bubar

E. Alat dan Sumber Belajar:

- ☞ Buku Penjaskes
- ☞ Lapangan
- ☞ net
- ☞ Bola voli
- ☞ Sumpritan

F. Penilaian:

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Sikap Awal • Pelaksanaan Gerakan • Gerakan Lanjutan 	-Tes praktek kemampuan	-Tugas - Pengamatan	<ul style="list-style-type: none"> • Lakukan sikap awal • Pelaksanaan gerakan • Gerakan lanjutan

Guru Mitra

Peneliti

Juhura Hiola Spd

Nip : 196304161985112005

IraWaty Mohamad

Nim: 831 409 163

INSTRUMEN PENILAIAN HASIL KEGIATAN SISWA

SIKLUS II

Siswa Kelas/Semester : IV/II

KKM : 77

No	Nama Siswa	Aspek Yang Dinilai			Jumlah Nilai	Rata-Rata	K	P
		A	B	C				
1	Aditya S Hudjuli	82	78	83	243	81	BAIK	
2	Alwin P Lihawa	82	80	84	246	82	BAIK	
3	Fadlan Hamzah	80	77	83	240	80	BAIK	
4	Frenki Ahmad	84	80	85	249	83	BAIK	
5	Haikel Djafar	82	80	84	246	82	BAIK	
6	Hakim	84	80	85	249	83	BAIK	
7	Isran Husain	83	82	84	249	83	BAIK	
8	Malik Ahmad	83	80	83	246	82	BAIK	
9	Marcelo H	82	80	84	246	82	BAIK	
10	Moh. Fadli Karim	84	80	85	249	83	BAIK	
11	Safiril Mohamad	82	78	83	243	81	BAIK	
12	Sarip Ismail	80	80	80	240	80	BAIK	
13	Asni Rauf	80	80	80	240	80	BAIK	
14	Asti Ananta K	75	75	75	225	75	CUKUP	
15	Devanda P Anani	80	79	83	242	80,67	BAIK	
16	Firawaty M	80	80	80	240	80	BAIK	
17	Istin Mahmud	80	80	82	242	80,67	BAIK	
18	Meilinda Habi	75	75	75	225	75	CUKUP	
19	Nur Ain Dalai	84	81	84	249	83	BAIK	
20	Nurinda Hasan	75	75	70	220	73,33	CUKUP	
21	Rara Dunggio	80	80	80	240	80	BAIK	
22	Salsadila Lihawa	84	84	85	253	84,33	BAIK	
23	Sri Rahayu Giu	75	75	75	225	75	CUKUP	
24	Sriwahyuni M	85	85	85	255	85	BAIK	
25	Stefani Hasan	82	82	83	247	82,33	BAIK	
26	Tiara P Lihawa	82	82	85	249	83	BAIK	
Jumlah		2105	2068	2125	6298	2099	BAIK	
Rata-Rata		80,9615	79,5385	81,7308	242,231	80,74		

KLASIFIKASI NILAI:

- a. 90 – 100 (SB)
- b. 77 – 89 (B)
- c. 65 – 76 (C)
- d. 50 – 64 (K)
- e. 0 - 49 (KS)

ASPEK YANG DINILAI :

- (1) Sikap awal/Persiapan
 - a. Kaki dalam posisi melangkah dengan santai.
 - b. Berat badan terbagi dengan seimbang.
 - c. Bahu sejajar dengan net.
 - d. Pegang bola setinggi pinggang atau lebih rendah.
 - e. Pegang bola didepan tubuh.
 - f. Pandangan ke arah bola.
- (2). Pelaksanaan
 - a. Ayunkan lengan ke belakang.
 - b. Pindahkan berat badan ke kaki belakang.
 - c. Ayunkan lengan ke depan.
 - d. Pindahkan berat badan ke kaki depan.
 - e. Pukul bola pada posisi setinggi pinggang
 - f. Konsentrasi pada bola

- (3). Gerakan lanjutan
- a. Teruskan pemindahan berat badan ke depan.
 - b. Jatuhkan lengan dengan perlahan
 - c. Bergerak ke dalam lapangan.

Guru Mitra

Peneliti

Juhura Hiola Spd

Nip : 196304161985112005

IraWaty Mohamad

Nim: 831 409 163

**Tabel 3. Hasil Kegiatan Siswa
Siklus II**

NO	Klasifikasi Penilaian	Kriteria	Jumlah Siswa	Presentase (%)
1	90 – 100	Sangat Baik	0	0%
2	77 – 89	Baik	22	85%
3	65 – 76	Cukup	4	15%
4	50 – 64	Kurang	0	0%
5	0 – 49	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			26	100%

**LEMBAR KEGIATAN PEMBELAJARAN
PADA SIKLUS II**

No	Aspek Yang Diamati	Dilaksanakan	
		Ya	Tidak
1	Cara membuka pelajaran	√	
2	Melakukan apersepsi (menggali pengetahuan awal siswa)	√	
3	Menjelaskan tujuan pembelajaran	√	
4	Memberi motivasi kepada siswa	√	
5	Menjelaskan secara teoritis tentang materi yang diajarkan	√	
6	Mendemonstrasikan contoh rangkaian gerakan servis bawah yang terdiri dari 3 aspek yakni :	√	
	a. Sikap Awal (Posisi kaki saat akan melaksanakan servis bawah)		
	b. Pelaksanaan Gerakan (Perkenaan tangan pada bola)		
	c. Gerakan Lanjutan (Berpindahnya anggota tubuh dari area servis)		
7	Memberi tugas pada siswa untuk mendemonstrasikan kembali gerakan servis bawah	√	
8	Mengamati pola gerakan siswa saat pembelajaran berlangsung	√	
9	Koreksi dan diagonis gerakan sesegera mungkin jika ditemukan penyimpangan gerakan oleh siswa	√	
10	Memberikan penguatan - penguatan pada akhir pembelajaran	√	
11	Memanfaatkan secara efektif yang tersedia	√	
12	Menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dalam bentuk permainan	√	
13	Mengkoordinir pelaksanaan pendinginan	√	

BUKTI FISIK



Gambar 1.1

Berdo'a



Gambar 1.2

Gerakan Pemanasan



Gambar 1.3

Gerakan Pemanasan



Gambar 1.4

Gerakan Pemanasan



Gambar 1.5
Pemanasan Dinamis



Gambar 1.6
Pemanasan Dinamis



Gambar 1.7

Pelaksanaan gerakan servis bawah



Gambar 1.8

Pelaksanaan gerakan servis bawah



Gambar 1.9

Peneliti mengamati pelaksanaan gerakan servis bawah



Gambar 1.10

Peneliti mengamati pelaksanaan gerakan servis bawah



Gambar 1.11

Evaluasi siklus I



Gambar 1.12

Evaluasi siklus I



Gambar 1.13
Evaluasi siklus II



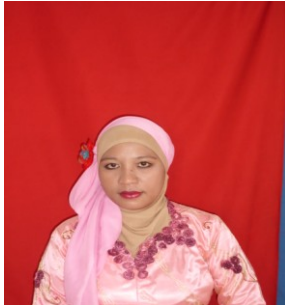
Gambar 1.14
Evaluasi siklus II



Gambar 1.15
Evaluasi siklus II



CURICULUM VITAE



B. IDENTITAS

1. Nama : Ira Waty Mohamad
2. Nim : 831 401 163
3. Tempat/Tanggal Lahir : Gorontalo, 02 September 1985
4. Jenis Kelamin : Perempuan
5. Angkatan : 2009/2010
6. Prodi : Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan
7. Jurusan : Pendidikan Keolahragaan
8. Fakultas : Ilmu-Ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan
9. Agama : Islam
10. Nama Ayah : Karim Mohamad (Almarhum)
11. Nama Ibu : Ani Huwoyon
12. Alamat : Kel. Buladu Kec. Kota Barat

C. RIWAYAT PENDIDIKAN

- a. SDN No 18 Kota Utara, Lulus Tahun 1998
- b. SLTP No 8 Kota Utara, Lulus Tahun 2001
- c. SMK No 2 Kota Selatan, Lulus Tahun 2004
- d. S I Jurusan Pendidikan Keolahragaan UNG, Selesai Tahun 2013