

**PENERAPAN PENDEKATAN MODIFIKASI PERMAINAN  
SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN HASIL  
BELAJAR FLYING SHOT DALAM  
PERMAINAN BOLA TANGAN**

*(Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas VIII SMP Negeri 12 Bandung)*

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**



**Oleh :**

**GINANJAR TEJA PRAMANA  
0704589**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAH RAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2012**



## LEMBAR PENGESAHAN

**Nama** : Ginanjar Teja Pramana  
**Nim** : 0704589  
**Judul** : Penerapan Pendekatan Modifikasi Permainan Sebagai Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Flying Shot Dalam Permainan Bola Tangan

**Disetujui dan disahkan oleh:**

**Pembimbing I**

**Dr. Yunyus Yudiana, M.Pd**  
**NIP. 196506141990011001**

**Pembimbing II**

**Suherman Slamet, M.Pd**  
**NIP. 197603062005011010**

**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi**  
**Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

**Drs. Sucipto, M.Kes AIFO**  
**NIP. 196106121987031002**



*Jangan pernah merasa terlambat untuk mencapai impian anda, Kehidupan ini selalu menyediakan hati baiknya.*

*Untuk jiwa yang ikhlas membarukan diri, yang bangkit melakukan kebaikan yang selama ini tertunda karena keraguan dan rasa malas.*

*Waktu memang tidak menunggu, tetapi kehidupan bisa menyegerakan pencapaian impian anda, jika anda segera memulai.*

*Tidak ada kata terlambat untuk memulai sesuatu pencapaian impian anda.*

*Mario Teguh*

*Semakin kita berpengetahuan, semakin banyak cara yang kita ketahui untuk keluar dari kesubitan dan tumbuh menjadi pribadi yang mampu dan berperan bagi sesama.*

*Ketidak tabuan kita sering menjadi penentu keputusan.*

*Jika kita tahu caranya, apapun bisa dilakukan*

*Maka marilah kita tahu caranya.*

*Mario Teguh*

*Kupersembahkan karya kecilku ini untuk:*

*Ibunda dan ayahanda serta adik tercinta, saudara, sahabat, rekan seperjuangan yang selalu ku sayang*



**PENERAPAN PENDEKATAN MODIFIKASI PERMAINAN  
SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN HASIL  
BELAJAR FLYING SHOT DALAM  
PERMAINAN BOLA TANGAN**

*(Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas VIII SMP Negeri 12 Bandung)*

**Oleh**

**Ginanjari Teja Praman**

**NIM 0704589**

Skripsi ini di ajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana

**Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan**

**© Ginanjari Teja Pramana 2012**

**Universitas Pendidikan Indonesia**

**Oktober 2012**

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.





**PENERAPAN PENDEKATAN MODIFIKASI PERMAINAN  
SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN HASIL  
BELAJAR FLYING SHOT DALAM  
PERMAINAN BOLA TANGAN**

(Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas VIII SMP Negeri 12 Bandung)

**ABSTRAK**

Oleh

**GINANJAR TEJA PRAMANA**



Penelitian ini dilatar belakangi oleh kurangnya pemahaman dan keterampilan gerak siswa pada teknik flying shoot dalam permainan bola tangan. Pemahaman siswa kelas VIII I SMP Negeri 12 Bandung terhadap teknik flying shoot dalam permainan bola tangan terlihat sangat kurang. Hal ini dapat ditunjukkan pada hasil observasi awal yang hanya memperoleh nilai rata-rata 3,34.

Permainan yang dimodifikasi oleh peneliti adalah permainan wall ball yang terdapat pada permainan handball like game. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (*class room action research*) dengan metode ini penulis dapat menjelaskan keseluruhan yang terjadi selama aktivitas belajar pendidikan jasmani. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah catatan lapangan, lembar aktivitas guru dan lembar aktivitas siswa, tes teknik flying shoot. Evaluasi yang digunakan adalah modifikasi permainan ini dapat dijadikan bahan alternatif untuk pembelajaran penjas lainnya, karena dapat membantu guru dalam proses kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Objek penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VIII I SMP Negeri 12 Bandung, secara keseluruhan sebanyak 38 orang siswa.

Berdasarkan hasil pengolahan data dan analisis data membuktikan bahwa penggunaan pendekatan modifikasi permainan sebagai upaya meningkatkan hasil flying shoot dalam permainan bola tangan di kelas VIII I SMP Negeri 12 Bandung dapat membantu meningkatkan hasil flying shoot dalam permainan bola tangan. Hal ini terlihat dari hasil observasi awal memperoleh nilai rata-rata 3,34, dan siklus I memperoleh nilai rata-rata 6,94 sedangkan siklus II memperoleh nilai rata-rata 8,07. Dengan demikian pendekatan modifikasi permainan salah satu cara yang dapat digunakan guru untuk meningkatkan partisipasi dan mutu pengajaran dalam pembelajaran permainan bola tangan.



## **PERNYATAAN**

Saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul; penerapan pendekatan modifikasi permainan sebagai upaya meningkatkan hasil belajar flying shoot dalam permainan bola tangan adalah sepenuhnya karya saya sendiri tidak ada di dalamnya yang termasuk kriteria plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

**Bandung, Oktober 2012**  
Yang membuat pernyataan

**Ginanjari Teja Pramana**  
**Nim : 0704589**



**PENERAPAN PENDEKATAN MODIFIKASI PERMAINAN  
SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN HASIL  
BELAJAR FLYING SHOT DALAM  
PERMAINAN BOLA TANGAN**

(Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas VIII SMP Negeri 12 Bandung)

**ABSTRAK**

**Oleh**

**GINANJAR TEJA PRAMANA**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh kurangnya pemahaman dan keterampilan gerak siswa pada teknik flying shoot dalam permainan bola tangan. Pemahaman siswa kelas VIII I SMP Negeri 12 Bandung terhadap teknik flying shoot dalam permainan bola tangan terlihat sangat kurang. Hal ini dapat ditunjukkan pada hasil observasi awal yang hanya mencapai 3,34.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (*class room action research*) dengan metode ini penulis dapat menjelaskan keseluruhan yang terjadi selama aktivitas belajar pendidikan jasmani. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah catatan lapangan, lembar aktivitas guru dan lembar aktivitas siswa, tes teknik flying shoot. Evaluasi yang digunakan adalah modifikasi permainan ini dapat dijadikan bahan alternatif untuk pembelajaran penjas lainnya, karena dapat membantu guru dalam proses kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Objek penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VIII I SMP Negeri 12 Bandung, secara keseluruhan sebanyak 38 orang siswa.

Berdasarkan hasil pengolahan data dan analisis data membuktikan bahwa penggunaan pendekatan modifikasi permainan sebagai upaya meningkatkan hasil flying shoot dalam permainan bola tangan di kelas VIII I SMP Negerin 12 Bandung dapat membantu meningkatkan hasil flying shoot dalam permainan bola tangan. Hal ini terlihat dari hasil observasi awal memperoleh nilai rata-rata 3,34, dan siklus I memperoleh nilai rata-rata 6,94 sedangkan siklus II memperoleh nilai rata-rata 8,07. Dengan demikian pendekatan modifikasi permainan salah satu cara yang dapat digunakan guru untuk meningkatkan partisipasi dan mutu pengajaran dalam pembelajaran permainan bola tangan.



## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur ke hadirat Illahi Robbi atas segala rakhmat dan karunia-Nya, shalawat serta salam kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya.

Skripsi ini berjudul: “penerapan pendekatan modifikasi permainan sebagai upaya meningkatkan hasil belajar flying shoot dalam permainan bola tangan”. Dalam skripsi ini dibahas mengenai sistematika pembelajaran bola tangan serta pengaruh pendekatan modifikasian permainan terhadap hasil belajar flying shoot dalam permainan bola tangan.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan yang penulis tempuh selama mengikuti studi pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya, dan bagi para pembaca pada umumnya.

**G.T.P**





## UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan yang baik ini perkenankan penulis untuk mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. H. Yudha M Saputra, M.Ed, selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia yang telah membantu dalam perkuliahan di PJKR FPOK UPI Bandung.
2. Bapak Dr. Yunyun Yudiana, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan sekaligus dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, motivasi dan arahan untuk menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Sucipto, M.Kes., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi terimakasih telah memberikan begitu banyak hal baik selama ini, atas semua bimbingan dan arahnya penulis ucapkan terima kasih.
4. Bapak Suherman Slamet, M.Pd, selaku dosen pembimbing II yang telah senantiasa meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan memberikan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapa Nurlan Kusmaedi, M.pd, selaku dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan motivasi dalam penyelesaian studi.
6. Staf Dosen dan Asisten FPOK UPI yang telah memberikan ilmunya, memberikan masukan pemikiran kepada penulis dalam menjalankan studi.

7. Bapak Tata Santa, S.Pd, selaku kepala sekolah SMP Negeri 12 Bandung, atas izin, rekomendasi, bantuan dan kerjasamanya, sehingga penulis dapat melaksanakan penelitian dengan lancar.
8. Siswa-siswi SMP Negeri 12 Bandung kelas VIII I atas segala bantuan dan kerjasamanya dalam melaksanakan penelitian.
9. Ibunda Siti Lily M, dan Ayahanda Rohedi tercinta. Atas segala dorongan moril dan materil yang tak ternilai dan doa restunya sebagai bekal penulis dalam menjalani kehidupan. Tak terkira yang telah Ibunda dan Ayahanda berikan, hanya doa yang bisa Ananda persembahkan, untuk membalas semua kerja keras, dorongan, dan kasih sayang yang telah Ibunda dan Ayahanda berikan.
10. Adik-adikku tercinta Aldian Dzalikalananda, dan Dhio Gustriandi yang penulis sayangi yang membuat penulis bersemangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Keluarga besar Idi Rasidi yang selalu memberikan spirit, support yang besar terhadap penulis dalam menjalankan studinya selama dibandung.
12. Keluarga besar Apartemen Subur Ali, Sodik, Devi, Aris, Taswa, Dini, Cacha, Uthun, Fahmi, Riki, Teguh, Ginan, Dian, dan Redi. Yang selalu memberikan penulis semangat ketika mengerjakan skripsi ini.
13. Keluarga besar UKM Handball UPI atas segala bantuan dan kerjasamanya dalam melaksanakan penelitian.

14. Sahabat-sahabat ku tercinta Ranni, Rina, Rira, Maulina, Dayo, Dewi dan Dewa yang tak pernah lelah memberikan motivasi dan semangat kepada penulis.
15. Keluarg besar PJKR angkatan 2007 atas kekompakan dan kerjasamanya serta bantuan doa dan siphirit yang terus-menerus diberikan kepada penulis.

Serta semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu, atas kebaikan dan ketulusannya memberikan bantuan dan motivasinya. Semoga amal baik semua pihak mendapat balasan yang lebih baik dan berlipat ganda dari Allah SWT. Amin.

**G.T.P**



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
ABSTRAK .....	i
KATA PENGANTAR .....	ii
UCAPAN TERIMA KASIH .....	iii
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Rumusan Masalah .....	6
D. Pemecahan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
G. Penjelasan Istilah .....	7
BAB II TINJAUAN TEORITIS .....	9
A. Tinjauan Teoritis .....	9
1. Belajar Pembelajaran .....	9
2. Hasil Belajar.....	13
3. Pembelajaran Permainan Bola Tangan .....	15
4. Modifikasi Permainan .....	38
5. Bentuk-Bentuk Permainan Handball Like Game.....	39
B. Hipotesis Tindakan.....	43
BAB III METODE PENELITIAN .....	45
A. Metode Penelitian.....	45
B. Tujuan Penelitian .....	47
C. Populasi dan Sempel .....	47
D. Seting Penelitian .....	48
E. Faktor Yang Diamati .....	49
F. Langkah-Langkah Penelitian .....	50
G. Instrument dan Teknik Pengumpulan Data .....	57
H. Prosedur Penelitian dan Analisis Data .....	61

BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA .....	65
A. Deskripsi Pendekatan Modifikasi Permainan .....	65
B. Hasil Monitoring atau Observasi Awal .....	66
C. Deskripsi Pelaksanaan Tindakan .....	70
D. Pengolahan dan Analisis Data .....	89
E. Diskusi Pertemuan .....	95
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	97
A. Kesimpulan .....	97
B. Saran .....	99
DAFTAR PUSTAKA .....	100
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Siklus Penelitian .....	56
4.1 nilai tes awal flying shoot .....	67
4.2 kendala pembelajaran dan tindakan alternative .....	69
4.3 Deskripsi Tindakan I dan II .....	71
4.4 Deskripsi Tindakan III .....	74
4.5 Hasil Tes Flying Shoot Siklus I .....	76
4.6 Lembar Observasi Kegiatan Siswa Siklus I .....	78
4.7 Faktor Pendukung dan Penghambat Pembelajaran Permainan Bola Tangan Pada siklus I .....	79
4.8 Refleksi Pembelajaran Siklus I .....	80
4.9 Deskripsi Tindakan V .....	83
4.10 Deskripsi Tindakan VI dan VII .....	84
4.11 Hasil Tes Flying Shoot Siklus II .....	86
4.12 Lembaran Observasi Kegiatan Siswa Siklus II .....	88
4.13 Data Pelaksanaa Kegiatan PTK .....	90
4. 14 Hasil Nilai Tes Flying Shoot Tiap Siklus .....	91

## DAFTAR GAMBAR

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
2.1 Lapangan Bola Tangan .....	17
2.2 Bola Yang digunakan dalam permainan Bola tangan .....	18
2.3 Menangkap Bola setinggi dada .....	21
2.4 Menangkap Bola tinggi .....	22
2.5 Sikap Mendarat .....	22
2.6 Menangkap Kearah Samping .....	23
2.7 Menangkap Bola Rendah .....	24
2.8 Chest Pass (operan dada) .....	26
2.9 Over Head Pass (operan atas) .....	26
2.10 Boonce Pass (operan memantul) .....	27
2.11 Posisi Badan Javelin Pass.....	28
2.12 Side Pass (operan samping) .....	29
2.13 Revese Pass (operan belakan) .....	30
2.14 Dribbling .....	31
2.15 Standing Shoot .....	32
2.16 Jump Shoot .....	33
2.17 Menembak sambil menjatuhkan badan .....	34
2.18 Menembak dari arah samping .....	35
2.19 Sikap Pelayang pada Saat Flying Shoot .....	36
2.20 Rangkaian Gerak Flying Shoot .....	36
2.21 Reverse Shoot .....	37
2.22 Lapangan Wall Ball .....	40
3.1 Model Desain Kemmis dan Mc Tanggart .....	51
3.2 Tes Flying Shoot .....	59
3.3 Jarak Lemparan Flying Shoot .....	60
4.1 Grafik Nilai Rata-Rata Tes Hasil Flying Shoot .....	94



## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto.S. (2006) *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung. Bumi Aksara.
- Ateng, H. Abdulkadir, (1992), *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*, Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Bahagia, Yoyo.(2009). *Permainan Invasi*. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung.
- Bola Tangan. (2007). *Sejarah Bola Tangan*. [Online]. Tersedia dalam website [http://en.wikipedia.org/wiki/Team\\_handball](http://en.wikipedia.org/wiki/Team_handball)
- Bola Tangan. (2007) *Pengertian Bola Tangan* dalam website <http://maulaasman.blogspot.com/2008/01/bolatangan.html>
- Haris, R. (1987). *Bola Tangan Permainan dan Peraturan*. Bandung :
- Lauren, S dan Hendrayana, Y. (2005). *Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. FPOK UPI. Bandung.
- Lutan, Rusli. 2000. *Strategi Belajar Mengajar Penjaskes*. DEPDIKNAS.
- Mahendra, A. (2000). *Bola Tangan*. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Mahendra, A. (2007). *Asas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan Nasional. Jakarta.
- M. Saputra, Yudha.(2003). *Pembelajaran Permainan Bola Tangan*. Departemen Pendidikan Nasional. Bandung.
- Nasution. (2000). *Berbagai Pendekatan Dalam Proses Belajar Dan Mengajar*. Bumi Aksara
- Saputra, Y.; Sunarya, E.; Badruzaman. (2007). *Modul Mata Kuliah Filsafat Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*. Bandung : Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

- Sudjana. (2004). Hasil Belajar [Online]. Tersedia Dalam Website  
[http:// aadesanjaya.blogspot.com /2011/03/ pengertian- definisi-hasil-  
belajar.html](http://aadesanjaya.blogspot.com/2011/03/pengertian-definisi-hasil-belajar.html)
- Sugiono. (2010). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung.  
Alfabeta.
- Sukmadinata, Nana Syaodih. 2008. *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Bandung:  
PT. Remaja Rosda Karya.