

**PENERAPAN PERMAINAN LEMPAR TURBO UNTUK MENINGKATKAN
GERAK DASAR *ONE HAND PASS* PEMBELAJARAN BOLA BASKET DI
SDN ARCAMANIK 04**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar S-1 Pendidikan
Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Oleh
Alfian Satria Prawira
2104803

**PROGRAM STUDI S1 PENDIDIKAN JASMANI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
KAMPUS DI SUMEDANG
2025**

PENERAPAN PERMAINAN LEMPAR TURBO UNTUK MENINGKATKAN
GERAK DASAR *ONE HAND PASS* PEMBELAJARAN BOLA BASKET DI SDN
ARCAMANIK 04

Oleh
Alfian Satria Prawira

Sebuah skripsi ini diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

©Alfian Satria Prawira
Universitas Pendidikan Indonesia
2025

Hak cipta dilindungi Undang-Undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang,
difotokopi atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

ALFIAN SATRIA PRAWIRA

PENERAPAN PERMAINAN LEMPAR TURBO UNTUK MENINGKATKAN
GERAK DASAR *ONE HAND PASS* PEMBELAJARAN BOLA BASKET
DI SDN ARCAMANIK 04

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Dr. Anggi Setia Lengkana, M.Pd.

NIPT. 920200119851119101

Pembimbing II

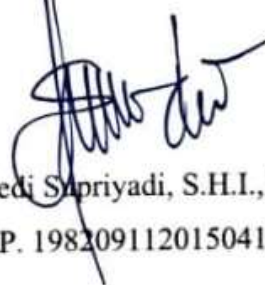


Dr. Rizki Ahmad Fauzi, M.Pd.

NIP. 920171219900713101

Mengetahui

Kaprodi PGSD Pendidikan Jasmani UPI Kampus Sumedang



Dr. Tedi Supriyadi, S.H.I., M.Ag.

NIP. 198209112015041003

LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI

ALFIAN SATRIA PRAWIRA

PENERAPAN PERMAINAN LEMPAR TURBO UNTUK MENINGKATKAN
GERAK DASAR *ONE HAND PASS* PEMBELAJARAN BOLA BASKET
DI SDN ARCAMANIK 04

Disetujui dan disahkan oleh:

Penguji 1



Dr. Anggi Setia Lengkana, M. Pd.
NIPT. 920200119851119101

Penguji 2



Dr. Hj. Dewi Susilawati, M. Pd.
NIP. 197803102008122001

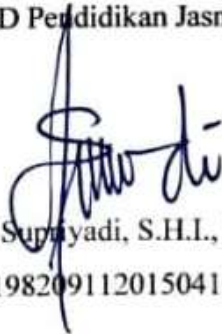
Penguji 3



Dr. Muhammad Nur Alif, M. Pd.
NIPT. 920171219910117101

Mengetahui

Ketua Program Studi PGSD Pendidikan Jasmani Kampus Sumedang



Dr. Tedi Supriyadi, S.H.I., M.Ag.
NIP. 198209112015041003

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Alfian Satria Prawira

NIM : 2104803

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani
Kampus sumedang

Judul Karya : “Penerapan Permainan Lempar Turbo Untuk Meningkatkan
Gerak Dasar *One Hand Pass* Pembelajaran Bola Basket Di
SDN Arcamanik 04”

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ini merupakan hasil kerja saya sendiri. Saya menjamin bahwa seluruh isi karya ini, baik sebagian maupun keseluruhan, bukan merupakan plagiarisme dari karya orang lain, kecuali pada bagian yang telah dinyatakan dan disebutkan sumbernya dengan jelas. Jika di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap etika akademik atau unsur plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas Pendidikan Indonesia.

Bandung, 21 April 2025

Alfian Satria Prawira

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat waktu. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW. Yang telah memberikan kebenaran di alam jagad raya. Dalam proses penulisan skripsi ini, penulis menghadapi berbagai tantangan dan kesulitan. Namun berkat dukungan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan sesuai dengan yang direncanakan.

Skripsi ini berjudul “Penerapan Permainan Lempar Turbo Untuk Meningkatkan Gerak Dasar *One Hand Pass* Pembelajaran Bola Basket di SDN Arcamanik 04”. Penulisan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa terhadap gerak dasar *one hand pass* pada siswa kelas V di SDN Arcamanik 04. Selain itu, penyusunan skripsi ini juga merupakan salah satu syarat untuk mengikuti ujian siding guna memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.

Penulis telah berusaha semaksimal mungkin dalam menyusun skripsi ini, namun penulis menyadari bahwa hasilnya masih jauh dari sempurna, mengingat keterbatasan pengetahuan dan pengalaman. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang.

Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi pembaca secara umum maupun bagi penulis secara pribadi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh syukur, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan doa selama proses perkuliahan hingga dapat terselesaikan dengan baik :

1. Allah SWT, atas segala rahmat, hidayah, kelancaran, dan kekuatan yang telah diberikan sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
2. Kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Atjep Achmad dan Ibu Tati Sastriawati, yang dengan penuh kasih sayang, perhatian, serta doa yang tiada henti telah menjadi kekuatan terbesar dalam proses penyusunan skripsi ini. Segala dukungan yang telah diberikan menjadi semangat bagi penulis untuk terus melangkah dan menyelesaikan studi ini.
3. Kepada kakak tercinta Desi Munggariyanti Setiawan yang selalu memberikan dorongan, semangat, bantuan, baik secara moril maupun materil. Dukungan menjadi penyemangat tersendiri dalam setiap proses yang penulis jalani.
4. Dr. Indra Safari, M.Pd. selaku direktur UPI Kampus Sumedang, Bapak Drs. H.Anin Rukmana, M.Pd. selaku Wali Dosen dan Pembimbing I untuk diawal pengerjaan skripsi ini, Bapak Dr. Anggi Setia Lengkana, M.Pd. selaku Wakil Direktur Bidang Akademik dan Kemahasiswaan UPI Kampus Sumedang dan menjadi pembimbing I, dan Dr. Rizal Ahmad Fauzi, M.Pd. selaku pembimbing II yang telah membimbing saya selama pengerjaan penulisan skripsi ini serta memberikan masukan arahan selama proses penulisan skripsi.
5. Seluruh Dosen, Staf, dan Tenaga Kerja UPI Kampus Sumedang yang telah memberikan bantuannya selama proses perkuliahan berlangsung yang kelak pasti akan diterapkan dalam dunia pendidikan.
6. Ibu Hj. Rohimah, M.M.Pd. selaku Kepala Sekolah SDN Arcamanik 04 Bandung yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian di sekolah tersebut.
7. Para adik-adik kelas V SDN Arcamanik 04 Bandung yang telah membantu dalam penelitian sehingga skripsi ini lengkap dan dapat terselesaikan. Pa Asep

selaku guru olahraga dan bu Ema Maliah, S.Pd. selaku wali kelas serta observer dalam penititan.

8. Saudara seperjuangan PENJAS 21, ketua angkatan penjas 21 Dicky M Fahrul Rozi. Terima kasih yang sebesar-besarnya selalu menjadi rumah yang nyaman serta sangat hangat dan menciptakan sebuah momentum sejarah yang tidak akan bisa dilupakan.
9. HMP PENJAS UPI Sumedang, terima kasih telah menjadi tempat pengalaman untuk mengukir sejarah dalam memperjuangan yang membuat meraka tidak bisa dimengerti.
10. BEM UPI Sumedang Kabinet Sustainable Impact, terima kasih telah menerima saya dalam satu periode kepengurusan dan membuat sejarah baru dalam penerimaan mahasiswa baru PENJAS 2023.
11. UKM Basket UPI Sumedang, terimakasih untuk para senior telah mempercayakan kepada saya sebagai Ketua Umum periode 2022-2023. Organisasi kecil yang tidak nampak terlihat ke-aktifannya tetapi dengan visi misi saya untuk *One Step Further* dapat membuat organisasi tersebut menjadi dikenal oleh masyarakat luas hingga diluar Sumedang. Terimakasih kepada Alya Farah seorang mahasiswa baru 2022 yang ikut menanggung beban berat dalam ke egoisan saya memajukan organisasi ini dan Muhammad Rizki Aditya Angkatan saya yang telah mau di repotkan dalam memperjuangkan organisasi ini, sekaligus rekan lain yang membuat suasana UKM Basket menjadi sangat hangat tanpa kalian UKM Basket UPI Sumedang tidak akan bisa membuat sejarah hingga detik ini penulis mengetik.
12. GARJAMARA, salah satu UKM yang menjadi buah bibir orang-orang tanpa pernah merasakan dan terlibat didalamnya. Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada para senior atas bimbingan kerasnya kehidupan dan junior yang saya rasa selalu hangat untuk disinggahi. Terutama kepada GANA VARSHA SAHIMA XV, Dera Rusnindar (Tongki), saya sendiri Alfian Satria Prawira (Puyuh), Dicky Muhammd Fahrul Rozi (Gotik), Elga Alviyana (Turang), Irfan

Maulana (Rawa), Nazwa Aillia Purwaningrum (Kate), Aditya Nugraha (Cugun), Ilyas Kaisar (Pahang), dan Bagas Muhammad Brilliant (Edge). Yang telah berjuang hingga akhir dan membuat segala moment serta sejarah yang kita bisa kenang seumur hidup.

13. Alya Farah, seseorang yang mampu menahan ego saya hingga detik ini, tanpa dia proses perkuliahan, dan penulisan skripsi ini tidak akan berjalan dengan baik dan rapih:). Dan juga Ardhika Yopi, berkat dia arahan serta bimbingannya tidak akan membuat saya berada di Universitas Pendidikan Indonesia, walaupun dia kecewa karena Kamda dan prodi pendidikan haha.
14. Kampus Merdeka Kemdikbud dalam Kampus Mengajar 7, yang telah memberikan saya pengalaman lebih mengenai dunia pendidikan sekaligus membantu dalam segi Bantuan Biaya Hidup yang membuat saya terbantu dalam kekurangan ekonomi dan Widiya Kemala Sari, Ulya Mufida Naufal, Salsabila Zahra Supratman, dan Siti Nur Naina Listanti. Kelompok yang sangat gookiill serta membantu saya dalam pengerjaan proposal skripsi selama kamjar.
15. Karya Salemba Empat (KSE), hal yang tidak saya duga diterima dalam Beasiswa Karya Salemba Empat, KSE sendiri memberikan bekal bagi saya dalam mempersiapkan dunia karir kedepannya, memberikan program pengembangan diri yang sangat bermanfaat, memberikan bantuan biaya uang saku setiap bulannya selama 12 bulan yang membuat saya dapat menutupi segala kekurangan yang sedang saya hadapi, sekaligus relasi orang-orang hebat yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu.
16. Terima kasih kepada Academy Bola Basket Jump Higher Indonesia (JHI), Ekstrakurikuler Bola Basket SMP-SMA Soematra 40 Bandung, dan PB Pratama 19 Bandung serta salah satu club bola basket yang tidak bisa saya sebut namanya, terimakasih telah menerima ataupun merekomendasikan saya sebagai pelatih ataupun dipercaya sebagai wasit untuk memimpin pertandingan. Dari pengalaman tersebut saya mendapatkan banyak bekal pengalaman dan

juga pemasukan sampingan untuk biaya hidup sehari-hari. Mohon maaf jikalau saya masih banyak kekurangan ataupun kesalahan yang saya perbuat sendiri.

17. Terima kasih kepada seseorang, situasi, kondisi, dan realita yang sangat menyakitkan bagi saya untuk jalani, tetapi hal tersebut menjadi pengingat bagi saya akan hal kehidupan mengenai betapa pentingnya pengalaman buruk, situasi kondisi yang sangat pahit, dan realita yang tidak semua orang ingin menghadapi hal yang seperti itu. Bagi saya hal tersebut merupakan proses untuk menjadi lebih baik dan percaya dari segala perbuatan yang menyakitkan akan mendapatkan hal yang sangat kita harapkan.
18. UKM Dayung UPI Sumedang. Hal yang tidak saya duga melanjutkan hingga menggeluti Olahraga Arus Deras dan Tradisional Boat Race hingga dipercayai untuk mewakili suatu daerah bahkan mendapatkan 2 medali perunggu dalam 2 kategori di Kejuaraan Nasional Dayung antar Perguruan tinggi se-Indonesia.
19. *Last But Not Least*, terima kasih juga saya ucapkan untuk diriku sendiri, terimakasih sudah tetap bertahan meski sempat merasa lelah, bingung, bahkan ingin menyerah. Terima kasih sudah terus mencoba meski banyak keraguan, tekanan, dan ketakutan yang datang silih berganti. Terima kasih sudah memilih untuk terus berjalan, meskipun terkadang langkahmu gemetar, saya tahu ini tidak mudah, ada air mata yang jatuh diam-diam, ada malam panjang yang penuh pikiran, dan ada rasa ingin berhenti yang begitu kuat. Tapi lihatlah, kamu bisa sampai di titik ini yang mana orang lain belum tentu mampu. Bukan karena kamu selalu kuat, tapi karena kamu tidak pernah menyerah. Semoga perjalanan ini menjadi pengingat bahwa kamu mampu melewati apapun, dan bahwa setiap usaha sekecil apapun itu tetap berarti. Jangan lupakan semua yang telah kamu lewati karena kamu pantas untuk **BANGGA**.

ABSTRAK
ALFIAN SATRIA PRAWIRA
PENERAPAN PERMAINAN LEMPAR TURBO UNTUK MENINGKATKAN
GERAK DASAR *ONE HAND PASS* PEMBELAJARAN BOLA BASKET DI
SDN ARCAMANIK 04

Tujuan dari penelitian ini adalah meningkatkan keterampilan gerak dasar pada permainan bola basket siswa SDN Arcamanik 04 yang belum maksimal. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan gerak dasar one hand pass dengan menggunakan permainan lempar turbo untuk anak-anak di kelas V SDN Arcamanik 04. Penelitian dilaksanakan di SDN Arcamanik 04 mengenai Penjas Orkes pada siswa kelas V tahun ajaran 2024/2025, yang terdiri dari 24 siswa, terdiri dari 13 laki-laki dan 11 perempuan. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah metode yang digunakan. Desain penelitian menggunakan model Kemmis dan MC.Taggart, yang berfokus pada siklus refleksi dan tindakan yang berkelanjutan. Penelitian ini dilakukan dalam tiga siklus. Perencanaan, pelaksanaan tindakan, pemantauan, dan evaluasi, serta analisis dan refleksi adalah komponen dari setiap siklus. Lembar pengamatan kegiatan siswa dan guru digunakan untuk mengambil data selama tahap pemantauan dan evaluasi. Setelah itu, data dianalisis secara kuantitatif dan kualitatif. Hasil dari siklus pertama memperoleh skor kelengkapan sebesar 4%, atau hanya 1 orang telah menyelesaikannya. Pada siklus II, terdapat skor kelengkapan sebesar 75%, atau sebanyak 18 orang telah menyelesaikannya. Sementara itu, pada siklus III, 100% atau 24 orang telah mencapai penyelesaian. Ini menunjukkan bahwa tindakan yang diambil oleh guru kepada siswa pada siklus pertama, kedua, dan ketiga dapat dikatakan telah menyelesaikan pembelajaran. Berdasarkan hasil di atas, penerapan permainan lempar turbo dapat meningkatkan hasil gerak dasar one hand pass.

Kata Kunci : Permainan, Lempar Turbo, Gerak Dasar, *One Hand Pass*, Bola Basket

ABSTRACT
ALFIAN SATRIA PRAWIRA
TURBO THROWING GAME APPLICATION TO IMPROVE ONE-HAND PASS
SKILLS IN BASKETBALL LEARNING AT ARCAMANIK 04 ELEMENTARY
SCHOOL

This study aimed to improve the basic movement skills in basketball among students at SDN Arcamanik 04, which were not yet optimal. This study aims to improve the basic one-hand pass technique using the Turbo Throwing game for fifth-grade students at SDN Arcamanik 04. The study was conducted at SDN Arcamanik 04 on Physical Education for fifth-grade students in the 2024/2025 academic year, involving 24 students—13 boys and 11 girls. Classroom Action Research is the method used. The research design uses the Kemmis and MC.Taggart models, which focus on continuous reflection and action cycles. This research was carried out in three cycles, each consisting of planning, action implementation, monitoring and evaluation, as well as analysis and reflection. Student and teacher activity observation sheets were used to collect data during the monitoring and evaluation stage. The data was then analyzed using both quantitative and qualitative methods. In the first cycle, only one person successfully completed it, resulting in a 4% pass rate. In the second cycle, 18 people passed, reaching a 75% pass rate. By the third cycle, all 24 participants successfully completed it, achieving a 100% pass rate. This indicates that teacher-student activities in the first, second, and third cycles successfully met the learning process requirements. Based on the data above, the use of Turbo Throwing games can enhance the fundamental movement skills of one-handed passes.

Keywords: Game; Turbo Throw; Basic Motion; One Hand Pass; Basketball

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.4.3 Manfaat Peneliti	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Pengertian Lempar Turbo.....	7
2.1.1 Teknik Pegangan (Grip)	7
2.1.2 Teknik Lemparan	7
2.2 Hakikat Permainan Bola Basket.....	8
2.2.1 Pengertian Permainan Bola Basket	8
2.2.2 Teknik Permainan Bola Basket	9

2.3 Hakikat Pembelajaran.....	12
2.3.1 Pengertian Pembelajaran.....	12
2.3.2 Hasil Belajar.....	13
2.3.3 Hasil Belajar Penerapan Permainan Lempar Turbo Terhadap Pembelajaran <i>One hand pass</i>	13
2.3.4 Pembelajaran Gerak Dasar Terhadap Teknik <i>One hand pass</i>	14
2.4 Penelitian Relavan.....	15
2.5 Hipotesis Penelitian.....	16
BAB III METODE PENELITIAN.....	17
3.1 Metode dan Desain Penelitian.....	17
3.1.1 Metode Penelitian.....	17
3.1.2 Desain Penelitian.....	18
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	18
3.2.1 Lokasi Penelitian.....	18
3.2.2 Waktu Penelitian	18
3.3 Subyek Penelitian.....	19
3.4 Prosedur Penelitian.....	20
3.4.1 Tahap Perencanaan Tindakan.....	20
3.4.2 Tahapan Pelaksanaan	21
3.4.3 Observasi.....	22
3.4.4 Tahapan Analisis dan Refleksi.....	22
3.5 Alat Pengumpul Data	23
3.5.1 Pedoman Observasi.....	23
3.5.2 Catatan Lapangan.....	24
3.5.3 Tes Hasil Belajar Keterampilan	24
3.5.4 Tes Hasil Belajar Aktivitas Siswa.....	26
3.5.5 Instrument Penilaian Kinerja Guru 1	28
3.5.6 Instrument Penilaian Kinerja Guru 2	30
3.6 Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data	32

3.6.1 Teknik Pengolahan Data	32
3.6.2 Pengolahan Data Proses	32
3.6.3 Pengolahan Data Hasil	34
3.7 Validasi Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	38
4.1 Paparan Data Awal.....	38
4.1.1 Paparan Data Awal Penilaian Kinerja Guru IPKG I.....	39
4.1.2 Paparan data awal Penilaian Kinerja Guru IPKG II.....	41
4.1.3 Paparan Data Awal Awal Lembar Observasi Aktivitas Siswa	44
4.2 Paparan Data Tindakan	48
4.2.1 Paparan Data Tindakan Siklus I	48
4.2.2 Paparan Data Siklus II.....	70
4.2.3 Paparan Data Siklus III	94
4.3 Pembahasan.....	114
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	116
5.1 Simpulan.....	116
5.2 Saran.....	116
DAFTAR PUSTAKA	117
LAMPIRAN.....	122

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tabel Jadwal Penelitian	18
Tabel 3.2 Format Penilaian Keterampilan	25
Tabel 3.3 Format Aktivitas Siswa	26
Tabel 3.4 Skala Skor Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG)	35
Tabel 3.5 Skala Penilaian Instrumen	36
Tabel 3.6 Kriteria Keberhasilan Nilai Pretest dan Posttest	36
Tabel 4.1 Hasil Observasi Data awal Kinerja Guru I (Perencanaan)	39
Tabel 4.2 Hasil Observasi Data Awal Kinerja Guru II (Perencanaan)	41
Tabel 4.3 Hasil Observasi Data Awal Aktivitas Siswa	44
Tabel 4.4 Hasil Observasi Data Awal Keterampilan Siswa	45
Tabel 4. 5 Instrumen Penilaian Kinerja Guru I	55
Tabel 4.6 Instumen Penilaian Kinerja Guru II	58
Tabel 4.7 Data Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I	60
Tabel 4.8 Hasil Belajar One Hand Pass Siklus I	62
Tabel 4.9 Rekapitulasi Hasil Perencanaan Pembelajaran Siklus I	64
Tabel 4.10 Rekapitulasi Hasil Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I	65
Tabel 4.11 Rekapitulasi Hasil Aktivitas Siswa Siklus I	67
Tabel 4.12 Rekapitulasi Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus I	68
Tabel 4.13 Instrumen Penilaian Kinerja Guru I	78
Tabel 4.14 Instrumen Penilaian Kinerja Guru II	81
Tabel 4.15 Data Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II	83
Tabel 4.16 Hasil Belajar One Hand Pass Siklus II	85
Tabel 4.17 Rekapitulasi Hasil Perencanaan Pembelajaran Siklus II	87
Tabel 4.18 Rekapitulasi Hasil Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II	89
Tabel 4.19 Rekapitulasi Hasil Aktivitas Siswa Siklus I	90
Tabel 4.20 Rekapitulasi Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus II	92
Tabel 4.21 Instrumen Penilaian Kinerja Guru I	100

Tabel 4.22 Instrumen Penilaian Kinerja Guru I	103
Tabel 4.23 Data Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III	105
Tabel 4.24 Hasil Belajar One Hand Pass Siklus III	107
Tabel 4.25 Rekapitulasi Hasil Perencanaan Pembelajaran Siklus III	108
Tabel 4.26 Rekapitulasi Hasil Pelaksanaan Pembelajaran Siklus III.....	110
Tabel 4.27 Rekapitulasi Hasil Aktivitas Siswa Siklus III	111
Tabel 4.28 Rekapitulasi Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus III	112
Tabel 4.29 Hasil Keseluruhan	114

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lempar Turbo https://portalpekalongan.pikiran-rakyat.com	8
Gambar 2.2 <i>One hand pass</i> Bola Basket MIPA UGM: <i>Fundamental Passing</i>	10
Gambar 2.3 <i>Overhead Pass</i> https://sl.bing.net/ei2x25HqU9s	10
Gambar 2.4 <i>Bounce Pass Basketball Passing Drills Fundamental Passing Drills for All Ages</i>	11
Gambar 2.5 Chest Pass Passing Basketball.....	11
Gambar 3.1 Alur PTK Model Kemmis & Mc. Taggart	17
Gambar 4.1 Lempar Turbo.....	53
Gambar 4.2 Diagram Perencanaan Pembelajaran Kinerja Guru Siklus I	64
Gambar 4.3 Diagram Pelaksanaan Pembelajaran Kinerja Guru Siklus I.....	66
Gambar 4.4 Diagram Aktivitas Siswa Siklus I	67
Gambar 4.5 Diagram Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus I	68
Gambar 4.6.....	74
Gambar 4.7	75
Gambar 4.8.....	76
Gambar 4.9	76
Gambar 4.10.....	77
Gambar 4.11 Diagram Perencanaan Pembelajaran Kinerja Guru Siklus II	88
Gambar 4.12 Diagram Pelaksanaan Pembelajaran Kinerja Guru Siklus I.....	89
Gambar 4.13 Diagram Aktivitas Siswa Siklus II	91
Gambar 4.14 Diagram Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus II	92
Gambar 4.15.....	97
Gambar 4.16.....	97
Gambar 4.17.....	98
Gambar 4.18.....	98
Gambar 4.19.....	99
Gambar 4.20.....	99

Gambar 4.21 Diagram Perencanaan Pembelajaran Kinerja Guru I	109
Gambar 4.22 Diagram Pelaksanaan Pembelajaran Kinerja Guru Siklus III	111
Gambar 4.23 Aktivitas Siswa Siklus III.....	112
Gambar 4.24 Diagram Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus III.....	113

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Catatan Lapangan Siklus I.....	122
Lampiran 2 Catatan Lapangan Siklus II.....	123
Lampiran 3 Surat Keterangan Pembimbing.....	124
Lampiran 4 Permohonan Izin Penelitian.....	125
Lampiran 5 Keterangan Balik Penelitian	126
Lampiran 6 Lembar Monitoring.....	127
Lampiran 7 LOA	128
Lampiran 8 Terbit Artikel	129
Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian.....	140
Lampiran 10 Riwayat Hidup.....	141

DAFTAR PUSTAKA

- Adii, Y., Putra, M. F. P., & Wandik, Y. (2023). Permainan bola basket: sebuah tinjauan konseptual singkat. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 22(4), 277. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v22i4.16468>
- Adilla, D., Aryandani, A., Azizi, F., Jasmani, P., & Samudra, U. (2024). *Faktor yang mempengaruhi kualitas pembelajaran pjok*. 13.
- Aguss, R. M., & Yuliandra, R. (2021). The effect of hypnotherapy and mental toughness on concentration when competing for futsal athletes. *Medikora*, 20(1), 53–64. <https://doi.org/10.21831/medikora.v20i1.36050>
- Ahlunnazar, A., Subagio, S., & Taufik, K. (2021). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Turbo Melalui Permainan Bola Berekor Pada Siswa Sekolah Dasar. *Gelora : Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP Mataram*, 8(1), 73. <https://doi.org/10.33394/gipok.v8i1.4190>
- Al Mubarak, M. W., Prayoga, A. S., & Bayu Utomo, A. W. (2024). Meningkatkan hasil belajar lempar turbo dengan modifikasi alat. *Jurnal Porkes*, 7(1), 96–109. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i1.23108>
- Amallo, M., Priyono, D., Kurniawan, C., & Tarigan, H. (2025). *PENDEKATAN LEMPAR SASARAN BAGI SISWA KELAS V SD*. 11(1), 214–228.
- Ardiyanto, A. (2018). Pengaruh Model Latihan dan Koordinasi Terhadap Keterampilan Ekstrakurikuler Bola Basket SDN Pokoh 2 Ngemplak. *Journal Olahraga Universitas PGRI Semarang*, 1(1).
- Arifudin, O. (2021). Pengaruh Aspek Kognitif, Afektif, Dan Psikomotor Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik. *Jurnal Al-Amar (JAA)*, 2(1), 1–9.
- Artikel, I. (1945). *JUARA : Jurnal Olahraga*. 211, 0–8.
- Dika, Y., Purnomo, E., & Juni, T. (2019). Perbandingan Latihan Menggunakan Media Bola Tennis Dan Modifikasi Turbo Terhadap Hasil Lempar Lembing. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8(10), 2. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/37201>
- Faizah, S. N. (2017). At-Thullab: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah HAKIKAT BELAJAR DAN PEMBELAJARAN. *At-Thullab: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 1 (2), 175–185.
- Fatahilah, A. (2018). Sampel dalam penelitian ini hanya siswa putra yang berjumlah 20 orang, teknik pengambilan sampel dilakukan dengan. *Hubungan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket*, 1(2), 11–20.
- Fauzi, R. A., Mulyanto, R., & Lengkana, A. S. (2023). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Kelas V Di Sekolah Dasar Negeri Budiharja. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(2), 301–312. <https://doi.org/10.37058/sport.v7i2.7612>

- Fi'liyah Hanif Clarisa, Anin Rukmana, D. D. (2016). Meningkatkan Gerak Dasar Guling Belakang dalam Pembelajaran Senam Lantai Melalui Metode TGT (Teams Games Tournament) pada Siswa Kelas V SDN 1 Cikalahang Kecamatan Dukupuntang Kabupaten Cirebon. *Sp*, 1(1), 1–8.
- Firmansyah, A. M., & Rukmana, A. (2017). Model Pembelajaran Tutor Sebaya Dalam Pendidikan Jasmani Terhadap Pembentukan Konsep Diri Siswa. *Jurnal Mimbar Pendidikan Dasar*, 8(1), 7–14.
<http://ejournal.upi.edu/index.php/Mimbardiksar/article/view/7885/5004>
- Handoko, D., Fahrizqi, E. B., & Yulindra, R. (2020). Tingkat Daya Tahan Jantung Paru Mahasiswa Olahraga Angkatan 2019 Selama Pandemi Covid. *Journal Of Physical Education*, 1(2), 1–5. <https://doi.org/10.33365/joupe.v1i2.584>
- Hanief, Nanda, Yulingga, & Sugito. (2017). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal Sportif*, 1(1), 60–73.
<https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk/issue/view/318>
- Haris, F., Taufan, J., & Nelson, S. (2021). Peran Guru Olahraga bagi Perkembangan Pendidikan Jasmani Adaptif di Sekolah Luar Biasa. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3883–3891. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i5.1469>
- Hidayat, N. R., Sudirjo, E., & Rukmana, A. (2018). Pengaruh Penerapan Permainan Tradisional Bebenangan Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Lari Sprint. *SpORTIVE*, 3(1), 381–390.
- Irawati, I., Ilhamdi, M. L., & Nasruddin, N. (2021). Pengaruh Gaya Belajar Terhadap Hasil Belajar IPA. *Jurnal Pijar Mipa*, 16(1), 44–48.
<https://doi.org/10.29303/jpm.v16i1.2202>
- Irham, A. I., Rossi, D. W. I. R., & Yulfandinata, A. Y. (2024). Peningkatan Hasil Belajar Gerak Spesifik Melempar pada Pembelajaran Bola Basket Fase D Kelas VII. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 5(2), 239–246.
<https://doi.org/10.46838/spr.v5i2.546>
- Junaedi Ifan. (2019). Proses Pembelajaran Yang Efektif. *Jisamar*, VOL. 3 NO.(2), 19–25.
- Katarina Siena Adyati Prasetyaningtyas, & Setyandari Setyandari. (2024). Survei Karakter Kerjasama pada Atlet Basket di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Edukasi Elita : Jurnal Inovasi Pendidikan*, 1(4), 361–370.
<https://doi.org/10.62383/edukasi.v1i4.720>
- Keolahragaan, I. (2019). *Teknik Dasar Permainan Bola Basket Siswa*.
- Kurniati, I. D., Setiawan, R., Rohmani, A., Lahdji, A., Tajally, A., Ratnaningrum, K., Basuki, R., Reviewer, S., & Wahab, Z. (2015). *Buku Ajar*.
- Lengkana, A. S., Rahman, A. A., Alif, M. N., Mulya, G., Priana, A., & Hermawan, D. B. (2020). Static and dynamic balance learning in primary school students. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 8(6), 469–476.
<https://doi.org/10.13189/saj.2020.080620>
- Lengkana, A. S., Sofa, N. S. N., & Artikel, I. (2017). *Jurnal Olahraga*. 3(1).
- Mahmudi, I., Athoillah, M. Z., Wicaksono, E. B., & Kusumua, A. R. (2022). Taksonomi Hasil Belajar Menurut Benyamin S. Bloom. *Jurnal Multidisiplin*

- Madani*, 2(9), 3507–3514.
- Malik, A. A., & Rubiana, I. (2019). Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket: Studi Deskriptif Pada Mahasiswa. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 3(2), 79–84.
<https://doi.org/10.37058/sport.v3i2.1238>
- Motivasi, D., Siswa, B., Iv, K., Sd, V. I., Betro, N., & Sidoarjo, S. (2021). *Evaluasi Pembelajaran PJOK Berbasis Daring Terhadap Tingkat Pemahaman*. 7(1), 328–338.
- Muhtar, T., Supriyadi, T., Lengkana, A. S., & Hanifah, S. (2019). Religious characters-based physical education learning in elementary school. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 18(12), 211–239.
<https://doi.org/10.26803/ijlter.18.12.13>
- Muliadi Muin, Ardiansyah Nur, A. L. A. (2019). JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 4(5), 178–182.
- Mulyana, A., Salsabila, F., Sundari, M. A., Sofiyani, N. E., Fajar, R. N., Rahayu, R., & Fujiyanah, T. S. (2024). *TANTANGAN DAN STRATEGI PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR : MENUJU GENERASI AKTIF DAN SEHAT beraktivitas fisik secara optimal (Mustafa & Dwiyoogo , 2020). dan kompetensi guru dalam mengajar dan membimbing siswa , serta rendahnya m*. 5(3), 2671–2680.
- Muttaqin, T. (2018). Determinants of Unequal Access to and Quality of Education in Indonesia. *Jurnal Perencanaan Pembangunan: The Indonesian Journal of Development Planning*, 2(1), 1–23. <https://doi.org/10.36574/jpp.v2i1.27>
- Prasetya, T. D., Wiradihardja, S., Suwarso, B. K., & Widiastuti, W. (2018). Model Latihan Passing Bola Basket Berbasis Permainan Anak Usia Pemula Tingkat Smp. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 3(2), 70.
<https://doi.org/10.33222/juara.v3i2.237>
- Prasetyo, D. W., & Sukarmin, Y. (2017). Pengembangan model permainan untuk pembelajaran teknik dasar bola basket di SMP. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 12.
<https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12758>
- Putra, I. M., & Nigrum, S. (2021). Analisis Nilai- Nilai Karakter Yang Terkandung Pada Buku Mata Pelajaran Penjasorkes Kurikulum 2013 Kelas Iv Sekolah Dasar. *Jurnal Muara Pendidikan*, 6(1), 64–75.
<https://doi.org/10.52060/mp.v6i1.512>
- Putri, N. I., & Umar, A. (2020). Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket Atlet Putra Klub Genta Kota Pariaman. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 3(4), 15–21.
<http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/437>
- Rizhardi, R. (2020). Sebesar 6 Dan Harga T. *Pengaruh Latihan Ball Handling Terhadap Keterampilan Dribbling Bola Basket Pada Siswa Ekstrakurikuler Smayadika Lubuk Linggau*, 18, 7–14.
- Rumini. (2014). 3208-6874-1-Sm. *Pembelajaran Permainan Kids' Athletics Sebagai Wujud Pengembangan Gerak Dasar Atletik Pada Anak-Anak*, 1(2), 1–10.

- Saddam, M., Agung, S., Rukmana, A., & Dinangsit, D. (2024). *Perbandingan Permainan Tradisional dan Permainan Modern Terhadap Keterampilan Fisik Anak Pendahuluan*. 7(2), 884–896. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i2.27031>
- Safari, I., Rukmana, A., Inriyana, R., Supriyadi, T., & Rohaeni, F. (n.d.). *Training of Table Tennis Referees at Regional Level and West Java Province Level*. 6(1), 2137–2142.
- Sahabuddin, S., Syahrudin, S., & Fadillah, A. (2022). Analisis Kekuatan Genggaman, Kelentukan Bahu Dan Daya Tahan Otot Lengan Terhadap Pukulan Forehand Dalam Permainan Tenismeja. *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga*, 5(1), 58. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v5i1.6881>
- Saputra¹, R., Al-Hadist, G., Pd², M., Haris, N., & Pd³, M. (2020). Biormatika : Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Dribble pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 1 Subang. *Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 6(2), 2580–6335. <http://ejournal.unsub.ac.id/index.php/FKIP/>
- Sari, T. P., Anggita, G. M., & Ali, M. A. (2022). Permainan Tradisional Boy-boyan Terhadap Kemampuan Chest Pass Klub Laskar Jatisari. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 11(2), 220–229. <https://doi.org/10.36706/altius.v11i2.18755>
- Selan, M., Baun, A., Prima, C., Rajagukguk, M., & Rohi, I. R. (2023). Profil Keterampilan Teknik dasar Bolabasket Mahasiswa. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(2), 74. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/jok>
- Siti Nur Hayati, & Putro, K. Z. (2021). Bermain Dan Permainan Anak Usia Dini. In *Generasi Emas* (Vol. 4, Issue 1). [https://doi.org/10.25299/jge.2021.vol4\(1\).6985](https://doi.org/10.25299/jge.2021.vol4(1).6985)
- Sulaiman, I., & Sulaiman, M. A. (2023). One hand pass training model in basketball games for 13-15 years. *Jipes - Journal of Indonesian Physical Education and Sport*, 8(2), 76–82. <https://doi.org/10.21009/jipes.082.06>
- TEORI BEHAVIORISME (Theory of Behaviorism). (2023). February 2019. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.34507.44324>
- Terner, Z., & Franks, A. (2021). Modeling player and team performance in basketball. *Annual Review of Statistics and Its Application*, 8, 1–23. <https://doi.org/10.1146/annurev-statistics-040720-015536>
- Turnip, J., & Panjaitan, K. (2015). Penerapan Model Quantum Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Autocad Teknik Gambar Bangunan. *Jurnal Teknologi Pendidikan (JTP)*, 7(2). <https://doi.org/10.24114/jtp.v7i2.1856>
- WARA', I. K. (2021). Penerapan Model Team Assisted Individualization Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bola Basket Kelas X Upw Smk 4 Mataram 2018. *VOCATIONAL: Jurnal Inovasi Pendidikan Kejuruan*, 1(4), 272–279. <https://doi.org/10.51878/vocational.v1i4.729>
- Wati, S., Sugihartono, T., & Sugiyanto, S. (2018). Pengaruh Latihan Terpusat Dan Latihan Acak Terhadap Hasil Penguasaan Teknik Dasar Bola Basket. *Kinestetik*, 2(1), 36–43. <https://doi.org/10.33369/jk.v2i1.9185>

Wulandari, A. I., Wicaksono, A., & Karjadi, M. S. (2024). Hubungan Kelincahan Dan Koordinasi Terhadap Kemampuan Dribble Bola Basket. *Jambura Health and Sport Journal*, 6(2), 185–194. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v6i2.26935>