

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teoritis**

##### **1. Hakikat Pendidikan Jasmani**

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani atau yang disingkat penjas, diharapkan guru mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik, strategi permainan/olahraga, internalisasi nilai-nilai seperti: sportivitas, kerjasama, disiplin, kejujuran, tanggung jawab dan pembiasaan hidup sehat yang didalam pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun yang melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosi dan sosial.

Pada dasarnya pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih. Hal tersebut diwujudkan melalui aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan jasmani.

Penjas pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. Penjas memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Pada kenyataannya, penjas adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas.

Titik perhatian penjas adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, penjas berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya: hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti penjas yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia. Maka dari itu pembelajaran penjas haruslah menyebabkan perbaikan diseluruh aspek kehidupan seseorang.

##### **a. Pengertian Pendidikan Jasmani**

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek

kebugaran jasmani, keterampilan gerak, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani adalah terjemahan dari "*physical education*". Makna inti dari pendidikan jasmani itu sendiri ialah pendidikan. Pendidikan adalah proses pengubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau kelompok dalam usaha untuk mendewasakan anak melalui upaya pengajaran dan latihan. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dalam usaha mencapai tujuan pendidikan. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Husdarta (2011, hlm. 3) yang mengemukakan bahwa :

Pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khususnya lagi, penjas berkaitan dengan hubungan antar gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya.

Selain itu ada pula pendapat lain yang mengemukakan tentang pengertian pendidikan jasmani yaitu menurut Lutan (2001, hlm. 15) yang mengemukakan bahwa "pendidikan jasmani adalah proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak". Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan upaya agar dapat mengaktualisasi seluruh potensi aktivitasnya sebagai manusia sikap, tindakan dan karya yang diberi bentuk, isi dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai cita-cita kemanusiaan.

Sedangkan pendapat lain yang disampaikan oleh Supandi (Rosdiani, 2012, hlm. 69) mengemukakan bahwa 'pendidikan jasmani adalah olahraga yang dilakukan tidak semata-mata untuk mencapai satu prestasi, terutama dilakukan di sekolah-sekolah terdiri atas layihan-latihan tanpa alat dan dengan alat, dilakukan di dalam ruangan dan lapangan terbuka'.

Hal tersebut sejalan dengan apa yang dikatakan oleh *Nixom dan Cozens* (Safari, 2012, hlm. 8) yang mengemukakan bahwa "Pendidikan jasmani adalah pase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktifitas berat yang mencakup sistem otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktifitas tersebut".

Dari beberapa pengertian pendidikan jasmani di atas, bisa ditarik kesimpulan bahwasannya pendidikan jasmani itu merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan termasuk nilai-nilai yang terkandung didalamnya. Jadi, selain belajar siswapun di didik melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran tujuan pembelajaran, dalam pendidikan jasmani itu anak diajarkan untuk bergerak. Melalui pengalaman bergerak itulah, siswa akan terbentuk perubahan yang positif dalam aspek jasmani dan rohaninya.

#### **b. Tujuan Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar**

Tujuan umum pendidikan jasmani di Sekolah Dasar (SD) adalah memacu kepada pertumbuhan pada perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap, dan membiasakan hidup sehat.

Menurut Rosdiani (2012, hlm. 75-76) Mengemukakan bahwa:

Berdasarkan asas dan landasan Pendidikan Jasmani bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah mengembangkan kondisi fisik, mental dan integrasi soal dan membentuk pribadi yang mandiri dan memilih bentuk pendidikan jasmani yang sesuai dengan keadaan kondisi seseorang, irama dan aktifitas fisik yang sesuai dengan keadaan lingkungan sosial dan membina kesehatan yang standar.

Tujuan pendidikan jasmani selaras dengan tujuan umum pendidikan. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan.

Sedangkan tujuan khusus pendidikan jasmani dan kesehatan menurut Rosdiani (2012, hlm. 83) meliputi sasaran:

1. Meningkatkan keselarasan penumbuhan dan perkembangan antara jasmani, rohani, mental dan kehidupan bermasyarakat.
2. Mengembangkan keterampilan gerak dasar.
3. Menanamkan nilai dan sikap yang positif.
4. Mengembangkan pengetahuan dan kebiasaan diperlukan untuk hidup sehat.
5. Menanamkan kegemaran berolahraga.
6. Meningkatkan kesegaran jasmani.
7. Mengenal, mengembangkan dan melestarikan budaya.

Selain itu, ada juga yang berpendapat mengenai tujuan pendidikan jasmani diantaranya menurut Mahendra (2004, hlm. 14) yang mengemukakan bahwa:

Ada beberapa tujuan pendidikan jasmani, diantaranya adalah:

- 1) Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
- 2) Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
- 3) Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- 4) Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
- 5) Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.
- 6) Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

Berdasarkan uraian tentang beberapa tujuan pendidikan jasmani yang dikemukakan oleh para ahli, bisa disimpulkan bahwa tujuan pendidikan jasmani pada dasarnya adalah ingin mengembangkan potensi-potensi atau kemampuan yang ada pada seluruh peserta didik khususnya dari aspek kognitif, motorik dan afektifnya, sehingga peserta didik dapat memberikan kontribusi terhadap berbagai aspek kehidupan secara positif dimasyarakat. Baik itu secara kognitifnya, motoriknya maupun afektifnya.

### **c. Manfaat Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar**

Beban belajar di sekolah begitu berat dan menekan kebebasan anak untuk bergerak. Kebutuhan gerak bagi mereka tidak bisa terpenuhi karena keterbatasan waktu dan kesempatan. Hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya budaya, ekonomi, sosial, rangsangan dari lingkungan. Sejalan dengan itu, pengetahuan dan kebiasaan makan yang buruk pun semakin memperparah masalah kesehatan yang mengancam.

Penjas tampil untuk mengatasi masalah tersebut, melalui program yang direncanakan dengan baik, anak-anak dilibatkan dalam kegiatan fisik yang tinggi intensitasnya. Penjaspun menyediakan ruang belajar menjelajahi lingkungan yang

ada disekitarnya. Lewat penjaslah anak-anak menemukan saluran yang tepat untuk bergerak bebas dan meraih kembali keceriaannya.

Secara umum terdapat beberapa manfaat pendidikan jasmani di sekolah, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Memenuhi kebutuhan anak akan bergerak.

Pendidikan jasmani memang merupakan dunia anak-anak dan sesuai dengan kebutuhan anak-anak. Didalamnya anak-anak dapat belajar sambil bergembira melalui penyaluran hasratnya untuk bergerak. Semakin terpenuhinya kebutuhan akan gerak dalam masa-masa pertumbuhannya, kian besar kemaslahatannya bagi kualitas pertumbuhan itu sendiri.

2. Mengenalkan anak pada lingkungannya dan potensi dirinya.

Pendidikan jasmani adalah waktu untuk “berbuat”. Sesuatu dari pada hanya harus melihat atau mendengarkan orang. Suasana kebahasaan yang di tawarkan dilapangan atau gedung olahraga sirna karena sekian lama terkurung di antara batas-batas ruang kelas. Keadaan ini benar-benar tidak sesuai dengan dorongan nalurinya. Dengan bermain dan bergerak anak benar-benar belajar tentang potensinya dan dalam kegiatan ini anak-anak mencoba mengenali lingkungan sekitarnya.

3. Menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna.

Peranan pendidikan jasmani di Sekolah Dasar cukup unik, karena turut mengembangkan dasar-dasar keterampilan yang diperlukan anak untuk menguasai berbagai keterampilan dalam kehidupan di kemudian hari. Pada usia SD tingkat pertumbuhan sedang lambat-lambatnya, maka pada usia-usia inilah kesempatan anak untuk mempelajari kesempatan gerak sedang tiba masa kritisnya. Konsekuensi, keterlantaran pembinaan pada masa ini sangat dipengaruhi terhadap perkembangan anak pada masa berikutnya.

4. Menyalurkan energi yang berlebihan.

Anak adalah makhluk yang sedang berada dalam masa kelebihan energi. Kelebihan energy ini perlu disalurkan agar tidak mengganggu keseimbangan prilaku dan mental anak segera setelah kelebihan energy tersalurkan, anak akan memperoleh kembali keseimbangan dirinya, karena setelah istirahat, anak akan kembali memperbaharui dan memulihkan energi secara optimal.

5. Merupakan proses pendidikan secara serempak baik fisik, mental maupun emosional.

Dari pendapat mengenai manfaat pendidikan jasmani, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa melalui pendidikan jasmani siswa dapat mengembangkan nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani serta siswa dapat menyalurkan hasrat dalam kebutuhan Bergeraknya yang tentunya dapat membuat dampak positif bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa tersebut.

#### **d. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar**

Setelah membahas pengertian pendidikan jasmani dan tujuan pendidikan jasmani, maka ruang lingkup pendidikan jasmani diperlukan sebagai pedoman untuk menyusun program penjas. Namun ruang lingkup penjas masih dibatasi dan sifatnya masih umum.

Terdapat pendapat yang mengenai ruang lingkup pendidikan jasmani yaitu pendapat dari Mahendra (2004, hlm. 57-59) yang mengatakan bahwa dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar haruslah meliputi:

- 1) Kemampuan pengelolaan tubuh.
- 2) Keterampilan-keterampilan dasar.
- 3) Keterampilan-keterampilan khusus yang terspesialisasi.

Berbeda halnya dengan apa yang dikatakan Muhadi (2001, hlm. 5) yang mengemukakan pendapatnya tentang ruang lingkup pendidikan jasmani, yaitu:

Ruang lingkup program pengajaran pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah dasar, mulai dari kelas I sampai kelas VI pada setiap semesternya ditekankan pada usaha memacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional dan sosial.

Jenis-jenis kegiatan yang diajarkan di sekolah dasar meliputi atas:

1. Kegiatan pokok yang terdiri atas:
  - a. Pengembangan Kemampuan Jasmani (PKJ)
  - b. Atletik
  - c. Senam
  - d. Permainan
2. Kegiatan Pilihan

Yang dimaksud dengan kegiatan pilihan disini adalah suatu bentuk kegiatan jasmani yang ditujukan untuk meningkatkan prestasi optimal murid-murid jasmani Sekolah Dasar (SD) sesuai dengan bakat dan kegemarannya. Jadi disini sudah menjurus kepada kegiatan olahraga.

Jenis kegiatan olahraga pilihan ini mulai diberikan pada murid-murid SD kelas III sampai kelas IV, yang terdiri atas:

- a) Pencak Silat
- b) Renang
- c) Bulu Tangkis
- d) Tenis Meja
- e) Sepak Takraw
- f) Permainan Tradisional

Berdasarkan pendapat di atas mengenai ruang lingkup pendidikan jasmani, maka dapat dijelaskan bahwa dalam pembelajaran pendidikan jasmani haruslah dirancang dengan baik terlebih dahulu, agar tujuan pembelajaran pendidikan jasmani akan tercapai secara keseluruhan.

## **2. Perkembangan Keterampilan Gerak**

### **a. Pengertian Perkembangan**

Perkembangan dapat dikatakan sebagai suatu urutan-urutan perubahan yang bertahap dalam suatu pola yang teratur dan saling berhubungan. Perubahan-perubahan yang terjadi dalam perkembangan ini bersifat tetap, menuju ke suatu arah, yaitu ke suatu tingkat yang lebih tinggi. Menurut Husdarta JS. dan Kusmaedi N. (2010, hlm. 2) menjelaskan bahwa “perkembangan adalah serangkaian perubahan progresif yang terjadi sebagai akibat dari proses kematangan dan pengalaman”.

Berdasarkan pendapat para ahli mengenai pengertian perkembangan, maka dapat disimpulkan bahwa perkembangan merupakan hasil dari pertumbuhan seseorang serta pematangan fungsi-fungsi fisiknya yang mampu merubah seseorang menuju kedewasaan yang berlangsung secara sistematis, progresif dan berkesinambungan.

### **b. Teori Perkembangan Gerak Anak Sekolah Dasar**

Pembelajaran pendidikan jasmani di SD lebih banyak ditekankan pada proses penguasaan keterampilan gerak sebelum dicapai hasil, maksudnya yang lebih diutamakan adalah proses pengembangan keterampilan. Pada dasarnya pendidikan jasmani harus memusatkan pada proses penguasaan keterampilan gerak dasar. Oleh karena itu, keterampilan gerak dasar harus didukung oleh pola gerak. Menurut Lutan (2001, hlm. 40) yang dimaksud dengan pola gerak adalah “serangkaian gerak terkait yang terorganisir”. Jadi berdasarkan pola gerak inilah terbentuk gerak dasar. Keterampilan gerak itu dibagi menjadi beberapa kategori.

Keterampilan gerak itu dapat dibagi menjadi beberapa kategori. Sebuah kategori gerak adalah sebuah kerangka penggolongan, berdasarkan pada unsur-unsur yang sama. Pembagian kategori itu meliputi tiga macam, yakni :

1) Gerak Lokomotor

Gerak lokomotor adalah setiap gerak yang dilalukan dalam keadaan tubuh dipindahkan posisinya ke arah mendatar atau ke arah gerak vertikal, dari satu titik ke titik lainnya dalam sebuah ruang. Yang termasuk kedalam gerak lokomotor adalah lari, melompat dengan tumpuan satu kaki (*hopping*), melompat dengan tumpuan dua kaki (*skipping*), dan melompat sejauh mungkin dengan satu kaki atau dua kaki.

2) Gerak Manipulatif

Gerak manipulatif yang melibatkan otot-otot besar adalah aktivitas jasmani yang melibatkan pengerahan daya yang diarahkan pada suatu obyek dan upaya menerima daya dari obyek, misalnya melempar, menendang, memukul, dan menangkap.

3) Gerak Stabilitas (non-lokomotor)

Gerak itu dikatakan stabil, karena badan seseorang menetap pada satu posisi, namun bergerak pada sumbu horisontal dan vertikal. Misalnya, mendorong, menarik, mengangkat beban dan gerak berguling juga termasuk pada kategori gerak non-lokomotor atau gerak stabil. Karena tujuan utamanya adalah untuk tetap menjaga keseimbangan selama tugas dilakukan. Lutan (2001, hlm. 40-43).

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli mengenai teori perkembangan siswa SD, bisa dikatakan bahwa kategori gerak ini harus dikembangkan dan diperhalus



hingga taraf tertentu yang memungkinkan anak mampu untuk melaksanakan kegiatan dengan tenaga yang hemat dan sesuai dengan keadaan lingkungan.

### **c. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar**

Usia rata-rata anak Indonesia saat masuk sekolah dasar adalah enam tahun dan selesai pada usia 12 tahun. Anak-anak usia sekolah ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak-anak yang usianya lebih muda atau lebih tua. Maka dari itu guru pada saat mengajar pendidikan jasmani hendaknya mengembangkan suatu proses pembelajaran yang mengandung unsur permainan, mengusahakan untuk bergerak, belajar dalam kelompok, dan memberikan kesempatan untuk terlibat langsung dalam pembelajaran. Melalui bermain dapat dikembangkan kestabilan dan pengendalian emosi yang sangat penting bagi keseimbangan mental. Melalui bermain juga dapat dikembangkan kecepatan proses hubungan hidup antara individu dengan kelompok, antara kelompok dengan negara atau bahkan antara negara dan bangsa dunia.

### **3. Teori Pembelajaran Pendidikan Jasmani**

Belajar adalah perubahan perilaku sebagai hasil dari pengalaman. Terdapat pendapat mengenai makna daribelajar itu sendiri, yakni pendapat dari Mulyanto (2014, hlm. 1) yang mengatakan bahwa:

Belajar secara formal dilakukan oleh siswa dengan bantuan guru sebagai fasilitator dalam lingkungan yang sengaja diciptakan sedemikian rupa agar kondusif melalui kegiatan kompleks untuk menghasilkan kapabilitas atau kemampuan, keterampilan, pengetahuan sikap dan nilai yang semakin berkembang.

Sedangkan pendapat lain mengenai belajar dikemukakan oleh Rogers (Mulyanto, 2014, hlm. 8) yang mengatakan bahwa “belajar harus berpusat pada anak, proses belajar harus sesuai dengan perkembangan potensi anak secara fisik, mental, dan sosial”.

### **4. Hakikat Permainan Bola Tangan**

#### **a. Bola Tangan**

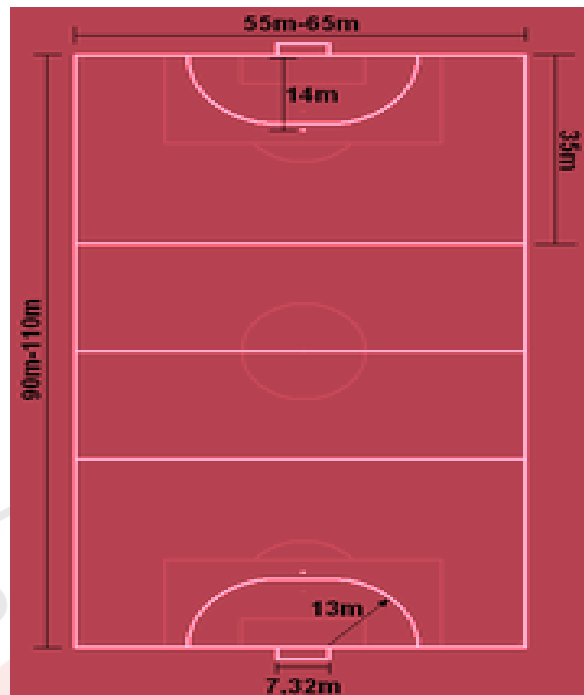
Permainan bola tangan adalah suatu permainan beregu, dan dapat dimainkan oleh putra maupun putri, serta dapat dimainkan oleh semua orang di segala usia. Menurut Saptani (2009, hlm. 4) menyatakan bahwa “bolatangan adalah suatu

bentuk permainan beregu yang menggunakan bola yang terbuat dari kulit dan cara memainkannya dengan menggunakan tangan di lapangan yang berbentuk persegi”.

Seperti yang tersirat dalam namanya, kedua tangan memegang peranan penting, karena dalam permainan bola tangan hanya boleh dimainkan dengan kedua tangan. Dalam permainan setiap regu harus berusaha memasukan bola ke gawang lawan yang dijaga oleh seorang penjaga gawang. Bila regu tersebut berhasil memasukan ke gawang lawan, maka regunya memperoleh satu angka. Dan regu yang berhasil memasukan bola lebih banyak pada akhir permainan dinyatakan sebagai pemenang.

Bentuk permainan bola tangan yang umum dimainkan ada dua, yaitu bola tangan dengan 11 orang pemain dan bola tangan dengan tujuh orang pemain. Permainan bola tangan tujuh pemain berkembang lebih pesat di bandingkan dengan permainan bola tangan dengan 11 pemain, hal ini dikarenakan permainan bola tangan 11 pemain membutuhkan lapangan yang lebih luas dengan jumlah anggota regu yang cukup besar dan iklim serta cuaca yang baik. Sedangkan permainan bola tangan tujuh pemain hanya membutuhkan lapangan dengan ukuran yang lebih kecil, dan dapat juga dimainkan di dalam ruangan. Oleh karena itu permainan bola tangan tujuh pemain dapat dimainkan setiap waktu tanpa terhalang oleh musim atau kondisi cuaca.

Berikut adalah bentuk lapangan permainan bola tangan dengan tujuh pemain.



Gambar 2.1

Lapangan Bola Tangan (Google Image)

### b. Keterampilan Dasar Permainan Bola Tangan

Bentuk dan pola permainan serta peraturan permainan bola tangan dapat dikatakan merupakan modifikasi dari permainan sepakbola dan bola basket. Seperti dalam permainan bola basket, selama permainan berlangsung, kegiatan permainan dalam permainan bola tangan juga lebih banyak terjadi di sekitar daerah bertahan.

Berikut adalah beberapa keterampilan dasar permainan bola tangan menurut Susanto (2004, hlm. 24-60):

- 1) Menembak (*Shooting*)
  - a) *Center Shoot* (tembakan tengah)
  - b) *Center Shoot When Running* (tembakan tengah dengan berlari)
  - c) *Center Shoot Hip Heigh* (tembakan pinggang)
  - d) *Flying Shoot* (tembakan melayang)
  - e) *Jump Shoot When Running* (tembakan lompat dengan berlari)
  - f) *Dive Shoot* (tembakan berbalik)
- 2) Menangkap Bola
  - a) Menangkap bola setinggi bola
  - b) Menangkap bola tinggi
  - c) Menangkap bola disamping
  - d) Menangkap bola rendah
  - e) Menangkap bola yang menggelundung

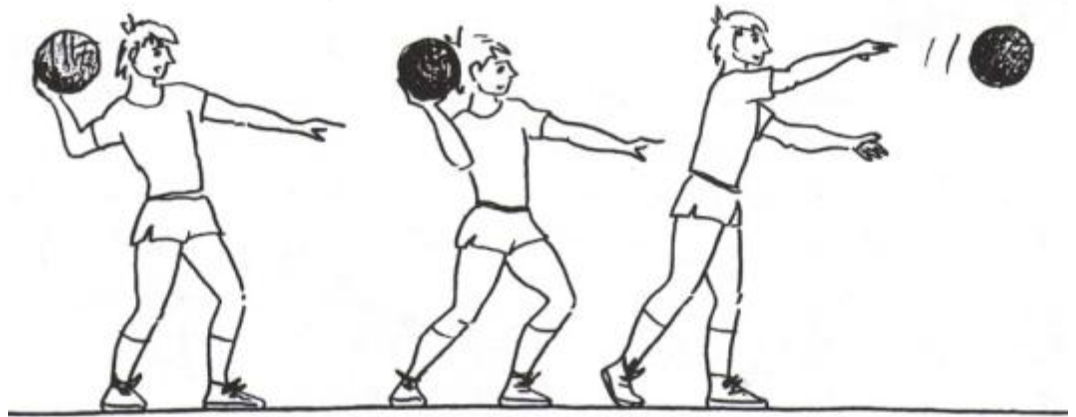
- 3) Mengoper Bola (*Passing*)
  - a) Dengan dua tangan
    - (1) *Chest Pass* (lemparan)
    - (2) *Overhead Pass*
    - (3) *Underhand Pass*
  - b) Dengan satu tangan
    - (1) *Javeline Pass* (lemparan atas setinggi bahu)
    - (2) *Side Pass* (lemparan sisi)
- 4) Menggiring Bola (*dribbling*)

Pada umumnya permainan bola tangan berjalan dengan tempo yang cepat. Oleh karena itu seorang pemain bola tangan haruslah memiliki keterampilan yang baik. Pemain harus dapat melakukan start berlari dengan cepat, berlari dengan lincah, dapat memnagkap bola dengan mantap, melempar (*passing*) bola dengan tepat sasaran. Selain itu juga pemain harus memiliki koordinasi tubuh yang baik serta menguasai beberapa cara menembakan bola.

#### c. Gerak Dasar *Overhead Pass*

Menurut Saptani (2009, hlm. 104) “*overhead pass* adalah suatu operan diatas kepala yang dipegang dengan kedua tangan. Dengan cara bola diputar sedemikian rupa sehingga posisi telapak tangan kiri menyangga bola, dan telapak tangan kanan melekat di atas bola. Selanjutnya tangan kiri menghantar bola ke arah kanan atas, agar lebih mantap titik berat bola terkuasai di tangan kanan masih diteruskan ke belakang, sehingga posisi bola berada dikanan atas agak kebelakang kepala”.

Dari pengertian tentang *overhead pass* di atas, dapat disimpulkan bahwa gerak dasar *overhead pass* itu diawali dari posisi tubuh berdiri tegap dengan kaki dibuka selebar bahu dan tangan memegang bola di atas kepala. Hal yang selanjutnya dilakukan yaitu melemparkan bola kedepan dengan meluruskan lengan kedepan, sambil melangkahakan kaki kanan kedepan perlahan. Sikap akhir pada gerak dasar *overhead pass* ini yaitu dengan posisi jari tangan mengarah lurus kepusat sasaran bola, dengan telapak tangan mengarah kesamping kanan dan kiri.



Gambar 2.2  
Gerak Dasar *Overhead Pass* (Google Image)

## 5. Hakikat Model Pembelajaran Kooperatif

### a. Pengertian Model Pembelajaran Kooperatif

Pembelajaran kooperatif dianggap sebagai suatu strategi alternatif yang mampu memberikan dampak positif bagi perkembangan siswa, baik dari aspek intelektual maupun emosional. Pembelajaran kooperatif merujuk pada berbagai macam metode pengajaran dimana para siswa belajar melalui kelompok-kelompok kecil untuk saling membantu satu sama lainnya dengan mempelajari materi pelajaran.

Menurut Johnson, et al., 1994; Hamid Hasan, 1996 (Safari, 2012, hlm. 3) mengemukakan bahwa “kooperatif adalah pemanfaatan kelompok kecil dalam

pengajaran yang memungkinkan siswa bekerja sama untuk memaksimalkan belajar mereka dan belajar anggota lainnya dalam kelompok tersebut”.

Dengan model pembelajaran kooperatif siswa dapat termotivasi untuk melakukan kegiatan pembelajaran, mulai dari keterampilan dasar sampai pemecahan masalah yang kompleks. Model pembelajaran kooperatif bisa menciptakan perubahan dalam pembelajaran di kelas. Tidak ada lagi sebuah kelas yang sunyi selama proses pembelajaran karena para siswa di bentuk atas kelompok-kelompok kecil yang saling bekerja sama untuk belajar satu sama yang lainnya.

Jadi bila dikaitkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, pembelajaran dengan menerapkan model kooperatif para siswa diharapkan dapat saling membantu, saling mendiskusikan dan berargumentasi untuk mengasah keterampilan dan pengetahuan yang mereka kuasai saat itu dan menutup kesenjangan dalam pemahaman masing-masing.

#### **b. Macam-macam Model Pembelajaran Kooperatif**

Ada beberapa model pembelajaran kooperatif yang telah diteliti secara luas. Menurut Safari (2012, hlm. 33) mengatakan beberapa model pembelajaran kooperatif yang dapat diadaptasi pada sebagian besar mata pelajaran dan tingkat kelas, diantaranya sebagai berikut:

Lima prinsip dalam metode PTS telah dikembangkan dan diteliti secara ekstensif. Tiga diantaranya adalah metode pembelajaran kooperatif yang dapat diadaptasikan pada sebagian besar mata pelajaran dan tingkat kelas. *Student Team-Achievement Division* (STAD) (Pembagian Pencapaian Tim Siswa), *Teams Games Tournament* (TGT) (Turnamen Game Inti), dan *Jigsaw II* (Teka-Teki II). Dua yang lain adalah kurikulum komprehensif yang dirancang untuk digunakan dalam mata pelajaran khusus pada tingkat kelas tertentu: yaitu *Cooperatif Integrated Reading and Composition* (CIRC) (Mengarang dan Membaca Terintegrasi yang Kooperatif) digunakan untuk pelajaran membaca pada kelas 2-8, dan *Team Accelerated Instruction* (TAI) (Pencepatan Pengajaran Tim) untuk mata pelajaran matematika pada kelas 3-6. Kelima metode ini melibatkan penghargaan tim, tanggung jawab individual, dan kesempatan suksse yang sama, tetapi dengan cara yang berbeda.

Model-model pembelajaran di atas seluruhnya menerapkan penghargaan tim, tanggung jawab individual, dan kesempatan yang sama untuk berhasil, namun dilakukan dengan cara yang berbeda.

### c. Tujuan Pembelajaran Kooperatif

Secara umum tujuan pembelajaran kooperatif tersebut adalah menciptakan situasi keberhasilan seseorang yang ditentukan atau dipengaruhi oleh keberhasilan kelompok. Menurut Subroto, Juliantine dan Yudiana (2011, hlm. 59-60) secara garis besar tujuan penerapan model pembelajaran kooperatif adalah sebagai berikut:

- 1) Untuk lebih menyiapkan siswa dengan berbagai keterampilan baru agar dapat ikut berpartisipasi dalam dunia yang selalu berubah dan terus berkembang.
- 2) Membentuk kepribadian siswa agar dapat mengembangkan kemampuan berkomunikasi dan bekerjasama dengan orang lain dalam berbagai situasi sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kebutuhan akan sumber daya manusia yang memiliki kesadaran dan keberagaman sehingga dapat mewujudkan hubungan kerjasama dalam segala bidang.
- 3) Mengajak siswa untuk membangun pengetahuan secara aktif karena dalam pembelajaran dengan model kooperatif, siswa tidak hanya menerima pengetahuan dari guru, tetapi siswa juga menyusun pengetahuan yang terus menerus sehingga menempatkan siswa sebagai siswa yang aktif.
- 4) Memantapkan interaksi pribadi antar siswa, dan juga antara guru dengan siswa. Hal ini bertujuan untuk membangun suatu proses sosial yang akan membangun pengertian dan pengetahuan bersama.
- 5) Mengajak siswa untuk menemukan, membentuk dan mengembangkan pengetahuan. Maksudnya adalah siswa diharapkan mampu mengembangkan makna dari materi-materi pelajaran melalui suatu proses belajar dan menyimpannya agar dapat diproses dan dikembangkan lagi.
- 6) Meningkatkan hasil belajar, meningkatkan hubungan antar kelompok, menerima teman yang mengalami kendala akademik, dan meningkatkan harga diri (*self esteem*).

Menurut Slavin (Yusron N. 2005, hlm. 33) mengatakan tujuan yang paling penting dari pembelajaran kooperatif adalah “untuk memberikan para siswa pengetahuan, konsep, kemampuan dan pemahaman yang mereka butuhkan supaya bisa menjadi anggota masyarakat yang bahagia dan memberikan kontribusi”.

Berdasarkan kutipan di atas mengenai tujuan kooperatif, bisa disimpulkan bahwa tujuan pembelajaran kooperatif dapat memberi keuntungan kepada siswa di tiap kelompoknya yang bekerja sama dalam menyelesaikan tugas-tugas akademiknya, serta dalam pembelajaran kooperatif dapat pula memberi peluang bagi siswa untuk saling berinteraksi dengan teman dalam timnya dengan berbagai perbedaan latar belakang.

### d. Manfaat Model Pembelajaran Kooperatif

Penerapan model pembelajaran kooperatif dapat memberikan manfaat besar jika dilaksanakan secara terencana dengan baik. Menurut Subroto, Juliantine dan Yudiana (2011, hlm. 63-65) manfaat dari model pembelajaran kooperatif jika diterapkan dalam proses pembelajaran adalah sebagai berikut:

1. Pembelajaran dengan model kooperatif mampu mengembangkan aspek moralitas dan interaksi sosial peserta didik, siswa memperoleh kesempatan yang lebih besar untuk berinteraksi dengan siswa lain.
2. Pembelajaran dengan model kooperatif mampu mempersiapkan siswa untuk belajar bagaimana caranya mendapatkan berbagai pengetahuan dan informasi sendiri, baik dari guru, teman, bahan-bahan pelajaran ataupun sumber-sumber belajar yang lain.
3. Pembelajaran dengan model kooperatif mampu meningkatkan kemampuan siswa untuk bekerjasama dengan orang lain dalam sebuah tim, karena kemampuan individu bukanlah yang penting dalam mencapai tujuan dan keberhasilan suatu usaha. Dengan demikian, model pembelajaran kooperatif dapat membiasakan siswa untuk berkomunikasi dan bekerjasama dengan orang lain dalam berbagai situasi sosial.
4. Pembelajaran dengan model kooperatif dapat membentuk pribadi yang terbuka dan menerima perbedaan yang terjadi karena dalam pembelajaran kooperatif, kerjasama yang dilakukan tidak memandang perbedaan ras, agama, ataupun status social.
5. Pembelajaran dengan model kooperatif membiasakan siswa untuk selalu aktif dan kreatif dalam mengembangkan analisisnya.

Berdasarkan kutipan di atas bahwa manfaat pembelajaran kooperatif dapat membiasakan siswa untuk mampu berinteraksi dengan siswa lain, dapat mengembangkan siswa dalam bekerjasama dengan siswa lainnya, serta dapat membiasakan siswa untuk selalu aktif dan kreatif dalam setiap pembelajaran.

## **6. Hakikat TGT (*Teams-Games-Tournament*)**

### **a. Pengertian TGT**

TGT (*Teams Games Tournament*) merupakan suatu bentuk dari model pembelajaran kooperatif. Menurut Nur (2011, hlm. 40) mengatakan bahwa “TGT adalah teknik pembelajaran yang menggunakan turnamen permainan akademik”. TGT ini menambahkan suatu kegembiraan didalam setiap pembelajaran yang diperoleh dari penggunaan permainan. Dengan demikian siswa dapat termotivasi dalam mengikuti pembelajaran. Hal tersebut sejalan dengan apa yang dikatakan oleh Safari (2012, hlm. 35) “TGT merupakan suatu bentuk model pembelajaran yang menambahkan dimensi kegembiraan yang diperoleh dari penggunaan permainan”. Maka dengan penggunaan permainan dalam pembelajaran kooperatif



TGT diperoleh suatu kegembiraan dalam pembelajaran, hal tersebut dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

#### **b. Langkah-langkah Penerapan TGT**

Langkah-langkah model pembelajaran tipe TGT (*Teams Games Tournament*), menurut Slavin (Yusron . 2005, hlm. 166-167) terdiri dari 5 langkah tahapan yaitu:

1. Penyajian/Presentasi kelas
2. Kelompok
3. *Game*
4. Turnamen
5. Rekognisi tim

Menurut sumber lain yaitu pendapat dari Putri D.K. (2013, hlm. 5) mengatakan secara umum ada 5 komponen utama dalam penerapan model TGT, yaitu:

1. Penyajian Kelas (*Class Presentations*)

Pada awal pembelajaran guru menyampaikan materi dalam penyajian kelas atau sering juga disebut dengan presentasi kelas (*Class Presentations*). Guru menyampaikan tujuan pembelajaran, pokok materi dan penjelasan singkat tentang LKS yang dibagikan kepada kelompok. Kegiatan ini biasanya dilakukan dengan pengajaran langsung atau dengan ceramah yang dipimpin oleh guru.

Pada saat penyajian kelas ini peserta didik harus benar-benar memperhatikan dan memahami materi yang disampaikan guru, karena akan membantu peserta didik bekerja lebih baik pada saat kerja kelompok dan pada saat game atau permainan karena skor game atau permainan akan menentukan skor kelompok.

2. Belajar dalam Kelompok (*Teams*)

Guru membagi kelas menjadi kelompok-kelompok berdasarkan kriteria kemampuan (prestasi) peserta didik dari ulangan harian sebelumnya, jenis kelamin, etnik dan ras. Kelompok biasanya terdiri dari 5 sampai 6 orang peserta didik. Fungsi kelompok adalah untuk lebih mendalami materi bersama teman kelompoknya dan lebih khusus untuk mempersiapkan anggota kelompok agar bekerja dengan baik dan optimal pada saat game atau

permainan. Setelah guru memberikan penyajian kelas, kelompok (tim atau kelompok belajar) bertugas untuk mempelajari lembar kerja. Dalam belajar kelompok ini kegiatan peserta didik adalah mendiskusikan masalah-masalah, membandingkan jawaban, memeriksa, dan memperbaiki kesalahan-kesalahan konsep temannya jika teman satu kelompok melakukan kesalahan.

3. Permainan (*Games*)

Game atau permainan terdiri dari pertanyaan-pertanyaan yang relevan dengan materi, dan dirancang untuk menguji pengetahuan yang didapat peserta didik dari penyajian kelas dan belajar kelompok. Kebanyakan game atau permainan terdiri dari pertanyaan-pertanyaan sederhana bernomor. Game atau permainan ini dimainkan pada meja turnamen atau lomba oleh 3 orang peserta didik yang mewakili tim atau kelompoknya masing-masing. Peserta didik memilih kartu bernomor dan mencoba menjawab pertanyaan yang sesuai dengan nomor itu. Peserta didik yang menjawab benar pertanyaan itu akan mendapat skor. Skor ini yang nantinya dikumpulkan peserta didik untuk turnamen atau lomba mingguan.

4. Pertandingan atau Lomba (*Tournament*)

Turnamen atau lomba adalah struktur belajar, dimana game atau permainan terjadi. Biasanya turnamen atau lomba dilakukan pada akhir minggu atau pada setiap unit setelah guru melakukan presentasi kelas dan kelompok sudah mengerjakan lembar kerja peserta didik (LKPD). Turnamen atau lomba pertama guru membagi peserta didik ke dalam beberapa meja turnamen atau lomba. Tiga peserta didik tertinggi prestasinya dikelompokkan pada meja I, tiga peserta didik selanjutnya pada meja II dan seterusnya.

5. Penghargaan Kelompok (*Team Recognition*)

Setelah turnamen atau lomba berakhir, guru kemudian mengumumkan kelompok yang menang, masing-masing tim atau kelompok akan mendapat sertifikat atau hadiah apabila rata-rata skor memenuhi kriteria yang telah ditentukan. Tim atau kelompok mendapat julukan "*Super Team*" jika rata-rata skor 50 atau lebih, "*Great Team*" apabila rata-rata mencapai 50-40 dan "*Good Team*" apabila rata-ratanya 40 kebawah. Hal ini dapat menyenangkan para peserta didik atas prestasi yang telah mereka buat.

Berdasarkan pendapat tentang langkah-langkah pembelajaran TGT maka dalam pembelajaran yang *riil* dalam pendidikan jasmani yang akan dilakukan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

a. Presentasi Kelas

Dalam pendidikan jasmani untuk penerapan materi dalam TGT pertama-tama diperkenalkan dalam persentasi kelas. Ini merupakan pengajaran langsung seperti yang sering dilakukan oleh guru. Dalam penelitian ini adalah dengan mengenalkan pembelajaran *overhead pass* melalui permainan bola atas kepada siswa-siswi kelas V di SDN Tegal Tangkolo I Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang.

b. Kelompok

Pembagian kelompok dalam permainan bola atas untuk meningkatkan gerak dasar *overhead pass* disesuaikan dengan jumlah siswa yang ada dalam satu kelas. Untuk pembagian anggota kelompok pada siklus pertama diambil dari tes data awal siswa. Jadi dalam setiap kelompok itu terdiri dari beberapa siswa yang sudah mencapai KKM dan beberapa siswa yang belum tuntas mencapai KKM. Pembagian atau penentuan kelompok pada siklus berikutnya hampir serupa yaitu setiap kelompok terdiri dari siswa yang mencapai KKM dan yang belum mencapai KKM pada siklus I atau siklus II. Fungsi dari tim ini adalah memastikan bahwa semua anggota tim benar-benar bekerja sama disetiap permainan.

c. Games

Apabila dalam pembelajaran lain *games* ini terdiri dari pertanyaan-pertanyaan, tetapi dalam pendidikan jasmani khususnya dalam penelitian ini adalah melalui permainan bola atas. Pada penelitian ini, *games* yang dilakukan ialah melakukan permainan bola atas dengan tujuan utamanya yaitu memberikan atau mengoper bola kepada rajanya melalui gerak dasar *overhead pass* dan menghalangi lawan yang berupaya memberikan bola kepada teman se teamnya.

d. Turnamen

Turnamen merupakan sebuah struktur dimana *games* berlangsung. Dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan sistem kompetisi gugur dalam setiap

permainan yang dilakukan. Namun karena pada setiap siklusnya itu hanya terdiri dari empat kelompok saja, maka diakhir diadakannya pertandingan antara kelompok yang kalah dengan yang kalah yaitu untuk memperebutkan juara ke-3 dan pertandingan antara pemenang dengan pemenang untuk memperebutkan juara ke-1.

e. **Rekognisi Tim**

Tim atau kelompok yang mengikuti turnamen akan mendapatkan suatu penghargaan berupa sertifikat atau bentuk penghargaan lainnya apabila tim tersebut dapat mengalahkan tim yang dihadapinya atau kelompok yang menjadi juara.

c. **Tujuan TGT**

Tujuan umum dari model kooperatif tipe TGT pada dasarnya hampir sama dengan tujuan umum model kooperatif STAD yaitu untuk memotivasi supaya siswa dapat saling mendukung dan membantu sama lain dalam menguasai kemampuan agar tujuan dalam kelompok dapat terpenuhi atau tercapai. Karena karakteristik dari TGT itu sendiri adalah menambah dimensi kegembiraan yang diperoleh dari penggunaan permainan. Jadi sangat diharapkan dengan diterapkannya model kooperatif tipe TGT ini siswa akan saling membantu dalam mempersiapkan diri untuk melakukan permainan. Dan yang terpenting lagi, tujuan dari TGT ini yaitu siswa merasa termotivasi dalam mengikuti pembelajaran karena dalam TGT terdapat faktor menyenangkan dalam kegiatannya. Safari (2012, hlm. 34-35).

## **7. Konsep Permainan**

### **a. Pengertian Bermain**

Bermain merupakan bagian yang paling menyenangkan untuk seorang anak. Dari kata bermain dapat diartikan bahwa kegiatan ini berdampak memberikan penyegaran pikiran yang ditandai dengan canda dan tawa serta tidak mengenal lelah. Bermain merupakan kegiatan yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan fisik, sosial, emosi, intelektual, dan spiritual anak sekolah dasar. Dengan bermain anak dapat mengenal lingkungan, berinteraksi, serta mengembangkan emosi dan imajinasi dengan baik. Pada dasarnya anak-anak gemar bermain, bergerak, bernyanyi dan menari, baik dilakukan sendiri maupun

berkelompok. Bermain adalah kegiatan untuk bersenang-senang yang terjadi secara alamiah. Anak tidak merasa terpaksa untuk bermain, tetapi mereka akan memperoleh kesenangan, kenikmatan, informasi, pengetahuan, imajinasi, dan motivasi bersosialisasi.

Menurut Mahendra (2004, hlm. 10) mengatakan bahwa:

Bermain pada intinya adalah aktivitas yang digunakan sebagai hiburan. Kita mengartikan bermain sebagai hiburan yang bersifat fisik yang tidak kompetitif, meskipun bermain tidak harus selalu bersifat fisik. Bermain bukanlah berarti olahraga dan pendidikan jasmani, meskipun elemen dari bermain dapat ditemukan di dalam keduanya.

Anak dapat mengembangkan mental, menumbuhkan kemampuan untuk memecahkan masalah dalam hidupnya (perkembangan sosial) dan meningkatkan kebugaran komponen motoriknya ketika bermain. Dengan bermain nilai-nilai sosial para siswa dapat dikembangkan, namun tidak akan secara otomatis nilai-nilai tersebut dapat diperoleh. Maka dari itu dalam pendidikan jasmani aktivitas bermain harus dilakukan, guna memberikan atau mengembangkan nilai-nilai sosial kepada para siswa.

#### **b. Tujuan Bermain**

Tujuan bermain dalam pendidikan jasmani di sekolah harus konsisten dengan filosofi atau tujuan-tujuan pendidikan itu sendiri, adapun tujuan dari bermain khususnya dalam pendidikan jasmani di sekolah.

Menurut Ismail (2006, hlm. 25)

Dengan bermain secara alamiah anak akan dapat menemukan dan mengenali lingkungannya, orang lain dan dirinya sendiri. Lebih dari itu bermain juga dapat meningkatkan kecerdasan anak untuk berfikir, memiliki keterampilan motorik, berjiwa seni, sosial dan berparadigma religius.

Tujuan akhir dari aktivitas bermain adalah menjadikan anak sebagai orang yang lebih efektif dan berperan aktif dalam lingkungan sosial. Mereka dapat menyadari tujuan tersebut melalui partisipasi dalam aktifitas bermain.

#### **c. Fungsi Bermain Bagi Anak**

Melalui aktivitas bermain siswa dapat mengembangkan nilai-nilai sosial dan dapat berperan aktif dalam lingkungan sosialnya serta dapat mengembangkan kondisi fisiknya. Menurut Bigo, Kohnstam, dan Palland (Subroto dkk, 2008, hlm. 12) mengatakan ada beberapa fungsi bermain bagi anak, diantaranya adalah:

1. Permainan merupakan salah satu dari banyak wahana untuk membawa anak kepada hidup bersama atau bermasyarakat. Anak akan memahami dan menghargai dirinya atau temannya. Pada anak yang bermain, akan tumbuh rasa kebersamaan, yang sangat baik bagi pembentukan rasa sosialnya.
2. Dalam permainan anak akan mengetahui kekuatannya, menguasai alat bermain, dan mengetahui sifat alat.
3. Dalam permainan, anak akan mempunyai suasana, yang tidak hanya mengungkapkan fantasinya saja, tetapi juga akan mengungkapkan semua sifat aslinya, dan pengungkapan itu dilakukan secara patuh dan spontan. Anak laki-laki dan perempuan yang berumur sama akan berbuat yang berbeda terhadap permainan yang sama (misalnya bermain dengan kubus, atau boneka).
4. Dalam permainan, anak mengungkapkan macam-macam emosinya, dan sesuai dengan yang diperolehnya saat itu jenis emosi itu diungkapkannya, serta tidak mengarah pada prestasi.
5. Dalam bermain anak akan dibawa kepada kesenangan, kegembiraan, dan kebahagiaan dalam dunia kehidupan anak. Semua situasi ini mempunyai makna wahana pendidikan.
6. Permainan akan mendasari kerjasama, taat kepada peraturan permainan, pembinaan watak jujur dalam bermain, dan semuanya ini akan membentuk sifat "fairplay" (jujur, sifat kesatria, atau baik) dalam bermain.
7. Bahaya dalam permainan dapat saja timbul, dan keadaan ini akan banyak gunanya dalam hidup yang sesungguhnya.

Jadi berdasarkan kutipan di atas mengenai fungsi bermain, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa bermain bisa dijadikan sebagai wahana untuk membawa anak untuk memberikan dorongan agar dapat mempelajari sesuatu serta dapat membawa anak untuk bisa hidup bermasyarakat.

## **8. Permainan Bola Atas**

### **a. Pengertian Bola Atas**

Permainan bola atas adalah suatu permainan yang dapat menunjukkan suatu kekhasan dan keunikan dalam melakukan permainan. Bola atas berdampak pada perubahan sikap perilaku anak, misalnya ada kedisiplinan dalam melakukan permainan, bekerjasama dalam regu, menuntut anak bersosialisasi dengan teman maupun lawan, serta mempunyai kekhasan dalam gerak, maupun keunikan permainan dan dapat melatih kejujuran anak.

### **b. Lapangan Permainan Bola Atas**



Gambar 2.3

## Lapangan Bola Atas

**c. Prinsip-prinsip Bermain Bola Atas**

Permainan ada yang menggunakan alat maupun yang tidak menggunakan alat yang bertujuan menyenangkan diri. Permainan bola atas pada prinsipnya merupakan permainan asli Indonesia. Pada awal pelaksanaan permainan bola atas dimainkan dengan peraturan yang sederhana, lambat laun peraturan-peraturan permainan berkembang pada permainan yang dapat di pertandingan.

**d. Cara Bermain Bola Atas**

Cara bermain bola atas dengan menggunakan bola dan tangan, kemudian dibagi per tim, dengan demikian bola atas berlangsung untuk diperlombakan. Setiap pemain harus berusaha terampil memainkan bola dengan tangan dari berbagai arah dan bekerja sama dengan teman datu tim untuk mendapatkan poin dengan cara memasukan bola ke gawang lawan.

**e. Penentuan Kemenangan dalam Permainan Bola Atas**

Kalah menang ditentukan oleh banyaknya bola yang masuk ke gawang lawan dan tim yang banyak memenangkan pertandingan.

**9. Model Pembelajaran Kooperatif dalam Permainan Bola Atas**

Pembelajaran pendidikan jasmani yang akan peneliti lakukan merupakan pembelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran gerak dasar *overhead pass* bola tangan. Model pembelajaran yang dipilih adalah model pembelajaran kooperatif TGT. Model ini dipilih karena dapat meningkatkan pembelajaran *overhead pass* selain itu juga model kooperatif TGT ini adalah suatu model pembelajaran yang menambahkan kegembiraan pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung sehingga siswa dapat termotivasi dalam pembelajaran. Dan permainan yang dipilih adalah permainan bola atas. Permainan ini dipilih

karena memiliki karakteristik yang sama dengan permainan bola tangan. Sehingga siswa dapat mudah dalam melakukan pembelajaran dan dapat meningkatkan gerak dasar *overhead pass* bola tangan.

## **B. Kajian Praktis**

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan berdasarkan pada studi kepustakaan, disamping melakukan mengenai kegiatan-kegiatan yang terjadi dilapangan serta hasil-hasil penelitian tindakan kelas yang sesuai dengan fokus kajian dalam penelitian ini. Penelitian ini dilakukan dengan merujuk pada penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya mengenai penerapan model kooperatif tipe TGT (*Teams-Games-Tournament*), diantaranya sebagai berikut:

### **1. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Fadhilah Nurrochman**

Penelitian pertama dilakukan oleh Fadhilah Nurrochman (2014) “Meningkatkan Gerak Dasar Dribbling Bola Basket Melalui Model *Teams Games Tournament* Pada kelas V SDN 2 Kertasari Kecamatan Weru Kabupaten Cirebon”. Yang hasilnya mengalami peningkatan samapi siklus III.

Dalam penelitian ini yang menjadi permasalahan adalah pembelajaran gerak dasar *dribbling* bola basket kurang berkembang dikarenakan fasilitas atau media bola basket yang terbatas. Disamping itu juga faktor pemahaman guru tentang pembelajaran bola basket yang masi terbatas. Serta permasalahan lain ialah model pembelajaran pendidikan jasmani yang digunakan tidak menarik dan tidak bervariasi sehingga siswa kurang menyenangi pembelajaran dan pada akhirnya tujuan pembelajaran tidak tercapai.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perencanaan, pelaksanaan, aktivitas siswa, dan hasil belajar dalam pembelajaran *dribbling* bola basket melalui model *Teams Games Tournament* (TGT). Dari 3 siklus yang dilaksanakan hasil akhir dari penelitian tersebut adalah sebanyak 90% siswa dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan gerak dasar *dribbling* pada pembelajaran bola basket.

### **2. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Fahrian Syafa'atul Khoir**

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Fahrian Syafa'atul Khoir (2014) yang berjudul “meningkatkan gerak dasar Lompat Jauh Gaya Gantung Melalui Penerapan Model Pembelajaran *Teams Games Tournament* (TGT) Pada Kelas IV



SDN Cilangkap I Kecamatan Buah Dua Kabupaten Sumedang”. Yang hasilnya mengalami peningkatan yang diperoleh sampai siklus III.

Permasalahan yang terjadi di SDN Cilangkap I ini ialah proses pembelajaran yang kurang menarik dan guru kurang kreatif dalam memodifikasi permainan dalam pembelajaran, serta kurangnya kemampuan siswa terhadap lompat jauh gaya gantung. Dan pada akhirnya tujuan pembelajaran tidak tercapai.

Tujuan dari peneliti ini untuk mengetahui bagaimana merancang proses pembelajaran, bagaimana kinerja guru dalam melaksanakan proses pembelajaran, peningkatan kemampuan lompat jauh gaya gantung siswa, untuk mengetahui siswa dalam proses pembelajaran lompat jauh gaya gantung melalui penerapan model pembelajaran TGT pada siswa kelas IV SDN Cilangkap I Kecamatan Buah Dua Kabupaten Sumedang.

Data awal penelitian ini menyebutkan bahwa yang dinyatakan tuntas untuk siklus I dengan menggunakan model lompat jauh gaya gantung yaitu 40% pada siklus II 60% dan pada siklus III 92%.

### **3. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Randi Setiadi**

Penelitian berikutnya dilakukan oleh Randi Setiadi (2014) yang berjudul “Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Teams Games Tournament*(TGT) Melalui Permainan Bola Raja Untuk Meningkatkan Gerak Dasar *Chest Pass* Bola Tangan (Penelitian Tindakan Kelas di Kelas V SDN Hariang Kecamatan Buah Dua Kabupaten Sumedang)”. Yang Hasilnya mengalami peningkatan yang diperoleh sampai siklus III.

Permasalahan yang terjadi di SDN Hariang ini disebabkan karena pembelajaran gerak dasar *Chest Pass* bola tangan guru tidak menggunakan model pembelajaran yang dapat menarik antusias siswa, sehingga siswa tidak dapat melakukan gerak dasar *Chest Pass* dengan baik mulai dari sikap awal, pada saat pelaksanaan dan sikap akhir. Karena dalam pembelajaran siswa merasa jenuh dan terkesan malas untuk mengikuti pembelajaran.

Data awal penelitian ini menyebutkan bahwa yang dinyatakan tuntas dengan menggunakan metode TGT hasilnya sangat signifikan yaitu siklus I 47,38%, Siklus II 68,42%, dan pada siklus III 94,73%.

### **C. Hipotesis Tindakan**

Berdasarkan kajian pustaka dan penelitian terdahulu yang relevan maka ditentukan hipotesis tindakannya adalah “jika pembelajaran *overhead pass* bola tangan menggunakan model pembelajaran kooperatif TGT melalui permainan bola atas, maka perencanaan, pelaksanaan, aktivitas siswa dan hasil belajar akan meningkat”.

