

Upaya Meningkatkan Gerak Dasar Lempar Tangkap Melalui Frisbee Games

(Penelitian Tindakan Kelas pada Siswa Kelas V SDN Kartika Sejahtera 01
Kabupaten Bogor)

Ramdani
Pembimbing Gano Sumaro, M.Pd

ABSTRAK

Permasalahan penelitian ini adalah lemahnya pola gerak dasar lempar tangkap dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. Tujuan dari penelitian ini untuk mengungkapkan apakah penerapan pembelajaran *frisbee games* dapat meningkatkan pola gerak dasar lempar tangkap pada siswa sekolah dasar. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*). Penelitian dilaksanakan pada siswa kelas V B di SDN Kartika Sejahtera 01 Kabupaten Bogor. Desain penelitian atau langkah-langkah penelitian yang dilakukan dalam penelitian tindakan kelas yaitu perencanaan atau *planning*, tindakan atau *acting*, pengamatan atau *observing*, dan refleksi atau *reflecting*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi, GPAI (*Game Performance Assessment Instrument*), catatan lapangan, dokumentasi, dan evaluasi. Pemecahan masalah dalam penelitian ini adalah implementasi pembelajaran *frisbee games* dapat meningkatkan pola gerak dasar lempar tangkap pada siswa sekolah dasar. Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan memperoleh hasil dari proses pembelajaran siswa pada pra observasi 50,31% dan siklus 1 tindakan 1 adalah 56,79%, siklus 1 tindakan 2 adalah 59,41%, siklus 2 tindakan 1 adalah 67,59%, dan siklus 2 tindakan 2 adalah 75,15%. Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah penerapan *frisbee games* dapat meningkatkan dan memperbaiki pola gerak dasar lempar tangkap pada siswa sekolah dasar. Saran yang diberikan untuk meningkatkan hasil yang lebih optimal, dilakukan dengan siklus berikutnya.

Kata Kunci: Pola Gerak Dasar, Lempar Tangkap, Permainan *Frisbee*.

Efforts to Improve Basic Motion Capture Through Frisbee Games
(A classroom Action Research at the 5th grade of Kartika Sejahtera 01
Bogor Regency Elementary School)

Ramdani,
Supervisor Gano Sumaro, M. Pd

ABSTRACT

The problem of this research is the weakness of the basic motion pattern of throwing in the learning of physical education in elementary school. The purpose of this study to reveal whether the application of learning frisbee games can improve the basic motion patterns of catching the elementary school students. The research method used in this research is classroom action research method (Classroom Action Research). The research was conducted on the students of grade V at SDN Kartika Sejahtera 01 Bogor Regency. Design research or research steps undertaken in classroom action research that is planning, acting, observing, and reflecting. The instruments used in this research are observation sheets, GPAI (Game Performance Assessment Instrument), field notes, documentation, and evaluation. The problem solving in this research is the implementation of frisbee games learning can improve the basic motion pattern of throwing catch at elementary school students. Based on the results of the research, the results obtained from the learning process students on pre observation 50.31% and 1st cycle of action 1 is 56.79%, cycle 1 action 2 is 59.41%, cycle 2 action 1 is 67.59%, and Cycle 2 action 2 is 75.15%. Based on the results of processing and data analysis, the conclusion of the results of this study is the application of frisbee games can improve and improve the basic motion patterns of catching lobar in elementary school students. Suggestions given to improve more optimal results, done with the next cycle.

Keywords: Basic Motion Patterns, Capture Throws, Frisbee Games.