



Vol. 10, No. 1, February 2025

Pages: 1-18

DOI: <https://doi.org/10.26811/nispatti.v10i1.120>

Copyright © 2025, is licensed under a CC-BY-SA

Publisher: SCAD Independent

E-ISSN: 2621-6094

Permainan Rosthik untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar

Hari Nuryanto

Sekolah Dasar Negeri 4 Jrakah, Jawa Tengah, Indonesia

Correspondence Email: hary.ici@gmail.com

Received: October 20, 2024

Accepted: January 15, 2025

Published: February 28, 2025

Article Url: <https://ejournal.scaddependent.org/index.php/nispatti/article/view/120>

Abstract

The material basic motion of the catch and throw is the material that must be studied by the fourth grade students. However, in the physical education learning process it is often not in accordance with the characteristics of students. In addition, learning is still monotonous and boring so that student learning outcomes are less than optional so it takes teacher creativity that involves students to create of modify learning aids. In this learning innovation making a learning aid for the game of throw and catch. The subject of this innovation work is in fourth grade SDN 4 Jrakah, totalling 19 students in the 2019/2020 school year. The data collection technique used in this learning innovation is to observe using an observation sheet instrument. From the data obtained, there was an increase in learning outcomes as indicated by the number of students who obtained scores above the minimum completeness criteria (KKM 70). In the initial condition, only 3 students or 16% of student scored above the kkm. Score become 17 students or 89%. The conclusion of this learning innovation is that the rosthik game can improve the learning outcomes of the basic motion of throwing and catching in SDN 4 jrakah students. In addition, cooperation, motivation, discipline in teaching and learning activities are increased.

Keywords: Rosthik Game; Basic of Motion, Learning Out Comes.

A. Introduction

Pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah adalah salah satu materi pelajaran untuk mempersiapkan generasi Indonesia emas pada tahun dua ribu empat puluh lima, maka diperlukan pendidikan berkualitas agar dapat menjamin generasi yang mampu bertahan dan berdaya saing tinggi dengan bangsa lainnya. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani harus memuat empat karakter, yaitu siswa harus mampu berkomunikasi dengan baik, dapat berkolaborasi dan bekerja sama dengan baik serta penuh tanggung jawab, siswa mampu untuk berpikir kritis, tanggap dan mampu memecahkan setiap permasalahan yang dihadapi. Siswa juga harus memiliki kemampuan yang kreatif dan inovatif dengan mengembangkan, melaksanakan dan responsif, maka Sekolah menjadi salah satu tempat belajar untuk membentuk kualitas generasi yang terampil. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sudah menjadi salah satu sarana untuk mencapai tujuan pendidikan, di mana dalam pembelajaran siswa diarahkan untuk mencapai tingkat kebugaran dan membentuk karakter yang baik. Dengan status kebugaran yang baik, maka menjadi modal dasar untuk mengikuti kegiatan atau proses pembelajaran atau menjalani aktivitas yang lainnya, selain itu pendidikan jasmani di sekolah dasar dapat meningkatkan keterampilan motorik atau gerak dasar peserta didik.

Di Indonesia pendidikan jasmani menjadi salah satu komponen pendidikan secara keseluruhan. Dalam perjalannya pelaksanaan proses kegiatan belajar mengajar, pendidikan jasmani belum sepenuhnya berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan. Banyak kendala yang dihadapi oleh para guru Pendidikan jasmani mulai dari sarana dan prasarana, kompetensi pendidik, serta kemampuan para peserta didik. Pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar dibedakan menjadi dua kelompok yaitu materi wajib dan materi pilihan. Materi wajib pendidikan jasmani harus disampaikan atau diajarkan berdasarkan standar kompetensi lulusan pada kurikulum satuan pendidikan, Sedangkan materi ke dua yaitu materi pilihan atau ekstrakurikuler yang diajarkan diluar pembelajaran kelas. Pendidikan jasmani pada materi utama atau wajib, hampir seluruhnya memuat tentang gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan gerak dasar manipulatif. Setiap satuan pendidikan khususnya di sekolah dasar mempunyai kendala yang berbeda-beda dalam menyampaikan materi pembelajaran. Di Sekolah Dasar Negeri 4 Jrakah mata pelajaran pendidikan jasmani pada materi gerak dasar manipulatif lempar tangkap kelas empat terdapat beberapa kendala di antaranya anak sering merasa jemu dalam mengikuti pembelajaran, sehingga anak

tidak dapat menguasai gerak dasar lempar tangkap. Hal ini disebabkan karena terbatasnya sarana dan prasarana untuk pembelajaran materi lempar tangkap. Materi pembelajaran juga belum disesuaikan dengan perkembangan dan karakteristik peserta didik yang senang bermain. Materi pembelajaran yang disampaikan juga kurang menarik dan menyenangkan untuk dipelajari para siswa, sehingga tujuan dari pembelajaran tidak dapat tercapai dan hasilnya menjadi tidak maksimal. Proses belajar anak-anak sebagian besar melalui permainan. Dunia permainan merupakan bagian dari kehidupan mereka yang tidak dapat kita pisahkan. Jangan pernah untuk melarang anak bermain karena bermain merupakan kebutuhan bagi setiap anak. Sudah menjadi tugas sebagai seorang pendidik untuk mendampingi anak dalam bermain, memastikan bahwa permainan yang dilakukan anak-anak aman bagi diri dan lingkungannya. Selanjutnya dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia Daring (2018), bermain adalah melakukan sesuatu untuk bersenang-senang. Bermain merupakan salah satu kegiatan yang digemari oleh anak-anak. Pendapat lain yang dikemukakan oleh Mutiah (2012) bermain adalah kegiatan yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak yang dilakukan dengan inisiatif sendiri.

Sedangkan menurut Cony Setiawan dalam Khasanah *et al.*, (2011), dalam kegiatan bermain seluruh tahapan anak dapat berfungsi dan berkembang dengan baik dan hasil dari perkembangan yang baik itu akan muncul dan terlihat pada saat anak menginjak remaja. Di sekolah dasar guru mempunyai peran yang sangat vital dalam membantu anak agar perkembangan motorik halus dan motorik kasar dapat berkembang sesuai dengan tingkat usianya. Dengan mengemas materi pembelajaran dalam bentuk permainan merupakan salah satu bentuk usaha dari pendidik untuk membantu para siswa menguasai materi pembelajaran sesuai dengan karakteristik anak.

Dari pengertian dan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan kebutuhan yang mendasar dari anak-anak serta tidak dapat dipisahkan karena dunia anak adalah bermain. Bermain dilakukan untuk mendapatkan kesenangan yang dilakukan dengan inisiatif sendiri. Dengan bermain maka anak akan tumbuh dan berkembang dengan baik. Dari pengertian dan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan kebutuhan yang mendasar dari anak-anak serta tidak dapat dipisahkan karena dunia anak adalah bermain. Bermain dilakukan untuk mendapatkan kesenangan

yang dilakukan dengan inisiatif sendiri. Dengan bermain maka anak akan tumbuh dan berkembang dengan baik.

Gerak dasar merupakan kemampuan gerak yang harus dikuasai oleh setiap peserta didik di sekolah dasar, karena gerakan ini yang mendasari kemampuan masing-masing individu mulai dari gerakan yang sederhana hingga yang paling komplek. Menurut Samsudin (2008), gerak sebagai istilah umum untuk berbagai bentuk perilaku gerak manusia, sedangkan psikomotor digunakan untuk mempelajari perkembangan gerak pada manusia. Jadi pada dasarnya gerak (motor) mempunyai ruang lingkup yang lebih luas dari pada psikomotorik. Ada tiga macam gerak dasar yang harus dikuasai anak usia sekolah dasar yaitu gerak dasar lokomotor atau gerakan berpindah tempat, gerak nonlokomotor atau gerakan yang dilakukan di tempat, serta gerak dasar manipulatif. Gerak manipulatif adalah bagian dari keterampilan dasar yang harus dipelajari anak bersama-sama dengan keterampilan lokomotor dan nonlokomotor. Gerak manipulatif berhubungan dengan benda di luar dirinya yang harus dimanipulasi sedemikian rupa sehingga terbentuk satu keterampilan.

Ada dua klasifikasi gerak dasar manipulatif yang akan dipelajari dalam pembelajaran ini, yang pertama yaitu keterampilan menerima atau menangkap stik yang disebut juga reseptif. Gerakan berikutnya yaitu penerapan gaya terhadap sesuatu objek melempar stik. Menurut Montolalu (2009) lempar tangkap bola merupakan salah satu permainan yang menggunakan bola sebagai media. Sedangkan dalam inovasi pembelajaran ini yang dimaksud lempar tangkap bukan menggunakan bola melainkan permainan yang dimodifikasi dengan stik.

Dalam proses pembelajaran, hasil belajar menjadi tujuan dari pelaksanaan proses belajar mengajar di sekolah. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi hasil belajar yaitu faktor internal peserta didik seperti fisiologis dan psikologis. Sedangkan faktor dari luar atau faktor eksternal di antaranya daya dukung sarana, guru dan kurikulum serta faktor lingkungan. Menurut Dimyati *et al.*, (2013) hasil belajar adalah hasil dari suatu interaksi tindak belajar dan tindak mengajar.

Sudjana (2009) hasil belajar siswa adalah perubahan tingkah laku sebagai hasil belajar dalam pengertian yang lebih luas, mencakup bidang afektif, kognitif, dan psikomotorik. Ranah afektif berkenaan dengan sikap, emosi dan watak dari peserta didik sendiri. Ranah kognitif berkenaan dengan hasil belajar intelektual yaitu kemampuan pemahaman, pengetahuan dan evaluasi. Sedangkan ranah psikomotorik tampak dalam bentuk keterampilan, seperti kemampuan jalan, lari, dan melempar.

Seiring dengan perkembangan pendidikan jasmani saat ini, materi gerak dasar manipulatif lempar tangkap yang termuat dalam silabus kurikulum satuan pendidikan lebih banyak berisi tentang materi permainan modern yang berasal dari luar negeri seperti *rounders*, bola basket, *softball* dan lain-lain. Hal ini sangat berdampak pada hilangnya permainan tradisional asli milik bangsa sendiri. Saat ini jarang kita jumpai anak-anak kita memainkan permainan tradisional seperti benthik, gobak sodor, tapak gunung, dan lain-lain. Sebagai seorang guru pendidikan jasmani, kita diharapkan mampu mengangkat kearifan lokal permainan tradisional yang hampir punah dan dikemas menjadi materi yang sederhana dalam bentuk permainan agar dikuasai oleh peserta didik kita. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan mata pelajaran paling digemari oleh para peserta didik disekolah dasar terutama materi permainan. Apabila materi yang diajarkan dan disampaikan oleh guru kurang menarik mereka cenderung kurang aktif, dan hanya asyik bermain sendiri. Uraian permasalahan tersebut guru harus selalu berinovasi dalam menyampaikan setiap materi yang akan diajarkan.

Materi gerak dasar manipulatif lempar tangkap dengan menggunakan bola kasti siswa kelas IV SD Negeri 4 Jrakah semester dua tahun pelajaran 2019/2020, pada kegiatan pembelajaran awal terdapat 16% atau tiga orang siswa yang berhasil mendapatkan nilai di atas kriteria ketuntasan minimal (KKM:70). Permasalahan pada saat pembelajaran awal ini peserta didik tidak fokus pada materi dan kesulitan dalam menangkap bola kasti. Mereka juga asyik bermain sendiri, dan merasa bosan karena materi lempar tangkap yang monoton sehingga hasilnya 84 % atau 16 orang siswa masih berada di bawah KKM.

Untuk memperoleh hasil belajar yang maksimal, maka pembelajaran harus disesuaikan dengan karakteristik peserta didik. Karakteristik menurut Musfiroh (2008), menyatakan bahwa karakter itu mengacu kepada serangkaian sikap (*attitudes*), perilaku (*behaviors*), motivasi (*motivations*), serta keterampilan (*skills*). Sedangkan menurut Kurniawan (2017), karakteristik dari anak adalah senang bermain. Untuk memenuhi kriteria ketuntasan minimal gerak dasar manipulatif lempar tangkap maka diperlukan sebuah inovasi pembelajaran. Adapun salah satu inovasi yang dibuat dengan mengemas materi gerak dasar manipulatif lempar tangkap dalam bentuk permainan. Guru membuat materi pembelajaran dengan memadukan permainan *rounders* dengan permainan benthik. Inovasi alat yang digunakan untuk permainan ini terbuat dari kayu, selang plastik dan pipa sebagai pengganti bola. Prinsip dalam pembuatan alat

bantu pembelajaran ini terbuat dari bahan-bahan yang tidak berbahaya, ramah terhadap lingkungan serta aman bagi peserta didik sehingga pembelajaran dapat berhasil dan hasilnya maksimal.

Dari permasalahan yang ada, maka guru membuat alat bantu pembelajaran gerak dasar manipulatif lempar tangkap yang di aplikasikan dalam bentuk permainan “rosthik” yaitu permainan yang memadukan *rounders* dan benthik. Berdasarkan permasalahan tersebut maka dapat dirumuskan masalah. Apakah permainan rosthik dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar manipulatif lempar tangkap siswa Kelas IV SD Negeri 4 Jrakah?

Pada penelitian ini, Guru membuat alat bantu pembelajaran yang di aplikasikan dalam bentuk permainan. Karya inovasi penggunaan alat bantu pembelajaran yang di aplikasikan dalam bentuk permainan yang bertujuan untuk:

1. Membantu para siswa menguasai materi pembelajaran lempar tangkap.
2. Meningkatkan kualitas pembelajaran supaya peserta didik aktif dan antusias dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.
3. Memperkenalkan permainan tradisional benthik yang dimodifikasi dengan permainan *rounders* dengan peraturan yang sudah disederhanakan.

Adapun manfaat dari karya inovasi pembelajaran gerak dasar manipulatif lempar tangkap ini yaitu:

1. Karya inovasi ini akan memperbaiki kualitas pembelajaran dari sebelumnya, serta dapat menjadi rujukan atau referensi bagi para guru yang lain dan mendorong untuk mengembangkan wawasan dalam mendidik siswa.
2. Siswa menjadi lebih termotivasi karena diajak untuk mengikuti proses pembuatan alat bantu pembelajaran sampai dengan kegiatan belajar materi gerak dasar manipulatif lempar tangkap.

B. Method

Kompetensi profesional merupakan salah satu dari empat kompetensi yang harus dimiliki para guru. Dalam kompetensi ini, salah satu yang harus dikuasai guru yaitu mampu membuat perencanaan dalam proses kegiatan belajar mengajar. Tanpa perencanaan yang baik mustahil tujuan dari pembelajaran dapat tercapai. Untuk menyampaikan materi pembelajaran yang baik, guru harus menguasai materi serta karakteristik dari peserta didiknya. Untuk mencapai tujuan pembelajaran guru harus mampu merancang atau membuat inovasi pembelajaran khususnya pada mata pelajaran pendidikan jasmani. Pada mata pelajaran pendidikan jasmani, setiap materi

yang dipelajari diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik dengan maksimal. Salah satu materi yang harus dipelajari di sekolah dasar adalah gerak dasar manipulatif lempar tangkap. Dalam silabus pembelajaran materi lempar tangkap hanya berisi materi permainan seperti kasti, *rounders* dan lain-lain. Dengan materi lempar tangkap dengan bola ternyata anak jenuh dengan permainan yang monoton. Hal ini menyebabkan motivasi anak dalam mengikuti pembelajaran cenderung menurun yang akhirnya akan berdampak pada hasil belajar anak yang kurang maksimal. Permainan lempar tangkap ada banyak jenisnya, bahkan bangsa Indonesia sendiri kaya akan permainan tradisional jenis lempar tangkap, salah satu di antaranya yaitu benthik. Jarang sekali anak-anak kita pada saat ini memainkan permainan ini. Dari hasil pengamatan tersebut maka muncul ide atau gagasan guru untuk membuat inovasi pembelajaran dengan memperhatikan karakteristik peserta didik. Maka guru membuat alat bantu pembelajaran yang di aplikasikan dalam bentuk permainan. Dalam inovasi pembelajaran ini dibuatlah alat bantu pembelajaran gerak dasar lempar tangkap yang di aplikasikan dalam permainan *rosthik* (*rounders-benthik*). Permainan ini merupakan perpaduan dari permainan yang berasal dari luar negeri *rounders* dengan permainan tradisional kita benthik dengan peraturan yang dimodifikasi sesederhana mungkin sehingga mudah dipelajari. Pada penelitian ini, hasil belajar siswa dapat dikategorikan menjadi tiga yaitu afektif, kognitif, dan psikomotor. Untuk mengukur tingkat keberhasilan anak dalam belajar materi gerak dasar manipulatif lempar tangkap dapat dilakukan dengan tes dan non tes serta dari pengamatan dan portofolio.

Adapun metode yang digunakan penulis dalam penelitian ini menggunakan metode “*Classroom Action Research*” atau yang sering disebut dengan penelitian Tindakan situasi dikelas. Adapun untuk alasan peneliti menggunakan metode ini karena dalam penelitian ini ingin mengetahui sejauh mana para siswa mampu melakukan proses pembelajaran baik diskusi, berpikir reflektif dan menentukan keputusan dalam mengatasi kesulitan. Penelitian ini ada lima tahap pelaksanaan, yaitu (1) fokus penelitian, (2) perencanaan tindakan untuk perbaikan, (3) pelaksanaan tindakan perbaikan, (4) analisis dan refleksi, (5) perencanaan tindak lanjut. Tahnik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dengan observasi menggunakan instrumen lembar observasi.

1. Rancangan Penelitian

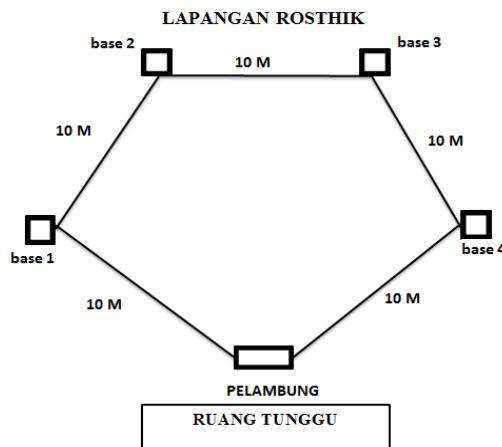
Rancangan karya inovasi pembelajaran ini dibuat untuk mengatasi permasalahan pembelajaran yang dialami peserta didik. Sesuai dengan kajian teori, karya inovasi pembelajaran ini diharapkan dapat membantu dan memudahkan siswa dalam mempelajari materi gerak dasar lempar tangkap kelas empat SD Negeri 2 Tlogolele. Rancangan inovasi pembelajaran pendidikan jasmani ini berupa permainan lempar tangkap yang di aplikasikan dalam bentuk permainan *rosthik* (*Rounders-Benthik*).

Permainan *rosthik* (*Rounders-Benthik*) adalah permainan yang sangat unik dan menarik bagi siswa. Permainan ini merupakan perpaduan permainan *rounders* yang berasal dari luar negeri yang dipadukan dengan permainan tradisional asli Indonesia benthik yang dimainkan secara beregu. Untuk mengganti bola pada permainan ini dibuatlah stik yang terbuat dari pipa air dan selang dengan panjang 18 cm. Dalam permainan ini diperlukan stik yang panjangnya 40 cm sebagai alat pengungkit atau pemukul.

Dalam pembuatan alat bantu pembelajaran ini cukup mudah dan sangat sederhana. Alat dan bahannya dari bahan-bahan bekas pipa air, selang, kayu atau tangkai bekas sapu yang dipotong. Permainan *rosthik* ini dirancang dan sesuai dengan kriteria inovasi pembelajaran, yakni:

- a. Tujuan pembelajaran materi lempar tangkap dapat tercapai.
- b. Siswa dapat belajar langsung untuk pembuatan alat bantu pembelajaran.
- c. Inovasi sesuai dengan kondisi dan karakteristik siswa sekolah dasar.
- d. Alat dan bahan murah serta mudah didapatkan dilingkungan sekitar.
- e. Aman digunakan untuk permainan siswa kelas IV.

Permainan *rosthik* merupakan permainan yang dimainkan secara beregu yang membutuhkan sarana lapangan sebagai tempat untuk bermain atau bertanding. Lapangan *rosthik* ini berbentuk persegi lima dengan ukuran sisinya masing-masing yaitu 10 meter, dengan jumlah *home base* atau tempat hinggap sejumlah lima. Akan tetapi dalam inovasi pembelajaran ini lapangan dapat disesuaikan dengan kondisi lingkungan dan jumlah siswa yang ada di sekolah masing-masing. Untuk di SD Negeri 4 Jrakah ukuran lapangan masing-masing sisinya adalah 10 meter. Untuk lebih jelas dan detail lapangan, berikut adalah gambar lapangan *rosthik*.



Gambar 1. Lapangan rosthik

2. Aplikasi Dalam Pembelajaran

Dalam inovasi pembelajaran permainan *rosthik* ini langkah-langkah dalam pembelajarannya adalah sebagai berikut:

- a. Setelah tanda bel dibunyikan, guru menyiapkan siswa untuk berbaris di lapangan, berdoa dan dilanjutkan absensi siswa.
- b. Guru melakukan tanya jawab (apersepsi) berkaitan dengan materi yang akan disampaikan.
- c. Guru memberikan motivasi kepada para siswa serta menjelaskan tentang materi gerak dasar lempar tangkap.
- d. Guru menyampaikan tujuan tentang materi gerak dasar lempar tangkap kepada para siswa.
- e. Siswa mencari pasangan untuk berlatih lempar tangkap.
- f. Guru menjelaskan dan memberi contoh gerakan lempar tangkap yang benar.
- g. Siswa melakukan latihan.
 - 1) Latihan lempar tangkap berpasangan.
 - 2) Latihan lempar tangkap tepat sasaran.
 - 3) Bermain *rosthik*.
- h. Guru memberikan masukan dan peraturan permainan *rosthik* kepada para siswa.
- i. Guru menanyakan kesulitan dan kendala yang dialami para siswa selama pembelajaran.
- j. Guru menutup pembelajaran.



Dalam inovasi pembelajaran ini ada tahapan-tahapan pembelajaran sebelum siswa melakukan permainan *rosthik*. Adapun tahapan kegiatan belajarnya yaitu:

a. Lempar tangkap berpasangan

Dalam tahapan pembelajaran ini guru meminta siswa untuk mencari pasangan kemudian berlatih lempar tangkap stik secara berpasangan. Setelah mendapatkan pasangan kemudian siswa berdiri saling berhadapan dan mulai melakukan lempar tangkap dengan pasangannya. Posisi badan berhadapan, kaki dibuka sejajar dengan bahu, kedua tangan di depan dada untuk bersiap menerima stik dari teman. Berikut ini gambar posisi pembelajaran lempar tangkap dengan stik.



Gambar 2. Lempar Tangkap Berpasangan

b. Permainan *Rosthik* (*Rounders Benthik*).

Pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi permainan gerak dasar lempar tangkap untuk anak sekolah dasar hendaknya dibuat dengan peraturan yang sederhana dan dimodifikasi agar mudah dipelajari peserta didik. Dasar dari permainan *rosthik* ini adalah lempar tangkap. *Rosthik* merupakan permainan beregu hasil pembaharuan antara permainan tradisional benthik dengan permainan *rounders* yang dimainkan di lapangan yang berbentuk segi lima dengan panjang masing-masing sisi adalah 10 meter. Jumlah pemain pada masing-masing regu berjumlah 9 orang. Regu pemenang ditentukan oleh banyaknya poin yang dikumpulkan selama pertandingan. Namun dalam inovasi pembelajaran ini ukuran lapangan dan jumlah pemain dapat menyesuaikan dengan kondisi sekolah yang ada. Permainan *rosthik* dimainkan dengan waktu 2 x 20 menit. Permainan ini dimulai

dengan “*hongpimpa alaium gambreng*” untuk menentukan regu mana yang berhak untuk melambungkan stik dan regu yang menjadi penangkap atau penjaga. Regu yang berhak melambungkan stik terlebih dahulu harus berlari kearah *home base* untuk singgah atau berlari keliling dan kembali ke ruang tunggu sepanjang *home base* tersebut dan belum dimatikan pihak penangkap atau penjaga. Setiap *home base* hanya berhak dihinggapi satu orang pemain pelambung saja. Ini berarti pemain yang hinggap di *home base* harus bersiap berlari ke arah *home base* berikutnya. Apabila satu *home base* di hinggapi lebih dari satu pemain maka dianggap terkena penalti pengurangan dari lima kali kesempatan untuk tetap menjadi regu pelambung.

Dalam permainan *rosthik* ini regu pelambung akan mendapatkan poin satu apabila pemain pelambung mampu melambungkan stik dengan baik dan tidak tertangkap oleh regu jaga. Apabila pemain tersebut mampu melawati lima *home base* langsung maka akan mendapatkan tambahan poin tiga. Namun sebaliknya, apabila pemain penjaga mampu menangkap stik yang dilambungkan maka akan mendapatkan poin dua. Untuk menjadi pelambung maka regu penjaga harus mampu mengetik atau mematikan *home base* mendahului pemain yang akan hinggap. Permainan akan bertukar posisi penjaga menjadi pelambung maka regu penjaga harus mengetik atau mematikan *home base* sebanyak lima kali.

Dalam permainan ini ada hal-hal yang dilarang atau dianggap pelanggaran yaitu:

- 1) Pemain menghentikan stik dengan kakinya.
- 2) Penjaga melemparkan stik ke arah badan regu pelambung saat berlari.
- 3) Pelambung atau pemukul melambungkan stik ke arah belakang.
- 4) Regu penjaga dilarang untuk menghalangi pemain pelambung yang akan berlari menuju *home base*.



Gambar 3. Permainan rosthik (rounders-benthik)

Dalam karya inovasi pembelajaran selain untuk mencapai hasil belajar, tidak kalah penting juga harus menanamkan karakter kepada para siswa. Permainan *rosthik* (*rounders-benthik*) ini juga mengandung pesan yang akan ditanamkan kepada para siswa yang di antaranya menumbuhkan sikap kerja sama, menghargai, rasa tanggung jawab, menumbuhkan sikap disiplin.

Permainan yang ada dalam karya inovasi ini memiliki peraturan yang harus ditaati oleh masing-masing regu. Maka menjadi kewajiban peraturan harus ditaati masing-masing regu agar pertandingan berjalan dengan lancar. Prinsip dari sebuah permainan dalam olahraga tentunya mencari pemenang, namun untuk meraih kemenangan harus dicapai dengan cara-cara yang jujur. Apabila permainan telah selesai tentunya ada pihak yang menang dan kalah. Sebagai regu pemenang sikap kita harus rendah hati, dan sebagai pihak yang kalah harus mengakui pihak yang menang dengan sikap legowo. Karakter yang dapat ditanamkan dalam permainan ini kepada para siswa yaitu kerja sama, solidaritas dan gotong royong.

C. Results and Discussion

1. Results

Pada materi belajar gerak manipulatif lempar tangkap, keberhasilan dari hasil belajar ini dapat dilihat pada capaian nilai akhir siswa. Dalam pembelajaran lempar tangkap ini ada tiga aspek penilaian hasil belajar. Aspek yang pertama yaitu penilaian unjuk gerak dasar, hasil nilai lempar tangkap, nilai aktivitas siswa selama pembelajaran. Dari ketiga aspek penilaian tersebut didapatkan hasil belajar gerak dasar manipulatif lempar tangkap kelas IV SDN 4 Jrakah tahun pelajaran 2019/2020. Sebelum karya inovasi ini diterapkan, dapat dilihat dari hasil belajar siswa bahwa kondisi awal pembelajaran gerak dasar lempar tangkap masih sangat rendah, banyak siswa yang belum mencapai nilai KKM. Berikut data hasil nilai awal sebelum inovasi pembelajaran:

Tabel 1. Data Evaluasi Awal Gerak Dasar Lempar tangkap.

No	NIS	Nama	Nilai Gerak 40%	Nilai Hasil Gerak 35%	Nilai Aktivitas 25%	Nilai Akhir	Tuntas (T) Belum Tuntas (BT)
1.	828	Adip Aji Saputra	26	24	13	63	BT

2.	834	Afidatus Sholihah	30	26	11	67	BT
3.	785	Agus Sutiono	33	28	15	76	T
4.	822	Bagas Saifudin	33	27	17	77	T
5.	824	Dewi Lestari	24	23	12	59	BT
6.	835	Dwi Anto	32	21	13	66	BT
7.	869	Efi Astuti	32	21	11	64	BT
8.	833	Erfanto	30	25	14	69	BT
9.	825	Fina Rohmiyati	27	22	14	63	BT
10.	841	Hanifah Oktafiani	26	25	17	68	BT
11.	840	Lia Maestuti	26	24	17	67	BT
12.	836	Meliyana	25	25	14	64	BT
13.	826	Muhammad Afandi	25	25	17	67	BT
14.	831	Novi Arista	26	25	15	66	BT
15.	832	Ratri Eviyanti	30	21	14	65	BT
16.	823	Rika Istian	22	21	12	55	BT
17.	839	Riyan	25	25	17	67	BT
18.	830	Risqy Styanto	27	25	15	67	BT
19.	890	Sugiyanto	30	28	17	75	T

Dari hasil belajar nilai unjuk kerja lempar tangkap, hasil lempar tangkap, serta nilai aktivitas lempar tangkap sebelum inovasi pembelajaran ternyata masih banyak siswa yang berada di bawah kriteria ketuntasan minimal (KKM:70). Dari hasil belajar tersebut guru berinovasi membuat alat bantu pembelajaran yang di aplikasikan dalam bentuk permainan lempar tangkap yang bertujuan untuk membantu siswa dalam meningkatkan hasil belajarnya. Berikut disajikan nilai hasil belajar setelah inovasi pembelajaran.

Data hasil nilai dari tiga aspek hasil belajar yaitu, unjuk kerja lempar tangkap, nilai hasil lempar tangkap, serta aktivitas lempar tangkap maka akan dirata-rata dengan persentase untuk mendapatkan nilai akhir hasil belajar gerak dasar manipulatif lempar tangkap. Untuk presentasi dari tiga spek tersebut nilai unjuk kerja lempar tangkap akan diambil 40%, nilai hasil lempar tangkap 35%, serta nilai aktivitas lempar tangkap 25%. Dari ketiga aspek penilaian tersebut maka didapatkan nilai hasil akhir belajar gerak dasar lempar tangkap setelah inovasi pembelajaran permainan *rosthik* kelas 4 SDN 4 Jarakah dapat dilihat pada tabel di bawah ini.



Tabel 2. Data Evaluasi Akhir Gerak Dasar Lempar tangkap

No.	NIS	Nama	Nilai Unjuk Gerak 40%	Nilai Hasil Gerak 35%	Nilai Aktivitas 25%	Nilai Akhir	Tuntas (T) Blm. Tuntas (BT)
1.	828	Adip Aji Saputra	36	28	22	86	T
2.	834	Afidatus Sholihah	32	26	20	78	T
3.	785	Agus Sutiono	36	28	20	84	T
4.	822	Bagas Saifudin	36	30	22	88	T
5.	824	Dewi Lestari	24	25	17	66	BT
6.	835	Dwi Anto	36	26	22	84	T
7.	869	Efi Astuti	36	26	20	82	T
8.	833	Erfanto	32	28	20	80	T
9.	825	Fina Rohmiyati	36	26	20	82	T
10.	841	Hanifah Oktafiani	36	28	22	86	T
11.	840	Lia Maestuti	36	26	22	84	T
12.	836	Meliyana	32	26	20	78	T
13.	826	Muhammad Afandi	32	26	20	78	T
14.	831	Novi Arista	36	26	20	82	T
15.	832	Ratri Eviyanti	32	26	20	78	T
16.	823	Rika Istian	24	25	17	66	BT
17.	839	Riyan	32	26	20	78	T
18.	830	Risqy Setyanto	36	28	20	84	T
19.	890	Sugiyanto	32	30	22	84	T

2. Discussion

a. Analisis Data Awal Siklus 1 Sebelum Inovasi Pembelajaran

Dari data observasi yang diperoleh sebelum menggunakan inovasi alat bantu pembelajaran yang diaplikasikan dalam permainan dapat dilihat bahwa siswa kelas 4

Sekolah Dasar Negeri 4 Jrakah hasil belajarnya masih sangat rendah. Dari 19 siswa hanya 3 orang siswa atau 16% yang nilainya di atas KKM. Sedangkan 16 orang siswa atau 84% masih di bawah kriteria ketuntasan minimal. Berikut data tingkat hasil belajar awal gerak dasar manipulatif lempar tangkap sebagai berikut :

Tabel 3. Tingkat Hasil Belajar Gerak Dasar Lempar Tangkap Awal

No.	Rentang Nilai	Keterangan	Jumlah Anak	Persentase	Jumlah siswa di atas KKM (70)
1	>79	Baik Sekali	0	0%	
2	75 - 79	Baik	3	16%	
3	70 - 74	Cukup	0	0%	16%
4	65 - 69	Kurang	10	52%	
5	<65	Kurang Sekali	6	32%	

Berdasarkan tabel di atas siswa yang berada di bawah nilai KKM sebanyak 16 orang siswa atau 84%, dengan rincian siswa yang mendapatkan nilai di bawah 65 ada 6 orang siswa atau 32% dengan kriteria kurang sekali. Sedangkan siswa yang mendapatkan nilai 65 sampai dengan 69 sebanyak 10 orang siswa atau 52%. Siswa yang mendapatkan nilai 75-79 sebanyak 3 orang siswa atau 16%. Dari data awal tersebut menunjukkan bahwa hasil belajar gerak dasar manipulatif lempar tangkap masih sangat rendah. Siswa belum menguasai materi dengan baik. Hal ini disebabkan karena siswa merasa bosan dengan pembelajaran yang bersifat monoton. Selain itu, siswa kurang antusias dengan kegiatan pembelajaran serta kerja sama juga masih sangat rendah.

b. Analisis data siklus 2 menggunakan inovasi pembelajaran.

Pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi gerak dasar lempar tangkap kelas empat di Sekolah Dasar Negeri 4 Jrakah, Guru merancang atau membuat inovasi pembelajaran dengan permainan *rosthik*. Setelah penggunaan alat bantu pembelajaran yang diaplikasikan dalam bentuk permainan ini, terjadi peningkatan hasil belajar gerak dasar lempar tangkap. Peningkatan hasil belajar ini dapat dilihat dari nilai hasil akhir pembelajaran maupun hasil pengamatan yang dilakukan oleh guru. Setelah inovasi pembelajaran ini diterapkan ternyata siswa semakin antusias dan aktif dalam mengikuti proses pembelajaran, siswa semakin aktif dan mengikuti instruksi yang diberikan oleh guru. Selain itu kerja sama dengan sesama teman juga meningkat. Sehingga apa yang menjadi tujuan pembelajaran dapat tercapai

secara maksimal. Berikut data tabel peningkatan hasil belajar gerak dasar lempar tangkap setelah penggunaan alat bantu pembelajaran siswa kelas empat Sekolah Dasar negeri 4 Jrakah tahun pelajaran 2019/2020.

Tabel. 3 Tingkat Hasil Belajar Gerak Dasar Lempar Tangkap Siklus 2

No	Rentang Nilai	Keterangan	Jumlah Anak	Persentase	Jumlah siswa di atas KKM (70)
1	>79	Baik Sekali	12	63%	
2	75 – 79	Baik	5	26%	
3	70 – 74	Cukup	0	0%	17 anak atau 89%
4	65 – 69	Kurang	2	11%	
5	<65	Kurang Sekali	0	0%	

Berdasarkan tabel hasil belajar lempar tangkap setelah inovasi pembelajaran dengan permainan *rosthik* (*rounders benthik*) terdapat 17 siswa yang nilainya di atas kriteria ketuntasan minimal (KKM:70) atau 89%. Rinciannya adalah siswa yang mendapatkan nilai lebih dari 79 sebanyak 12 orang siswa atau 63%, siswa yang mendapatkan nilai 75 sampai dengan 79 sebanyak 5 orang siswa atau 26%, serta siswa yang mendapatkan nilai 65 sampai 69 sebanyak 2 orang siswa atau 11%.

Dari data yang diperoleh tersebut menunjukkan hasil belajar siswa kelas IV SDN 4 Jrakah meningkat. Meskipun masih ada dua orang siswa yang nilainya masih di bawah kriteria ketuntasan minimal. Dari hasil penelitian yang relevan dari Arif Prabowo tentang hasil belajar gerak dasar lempar tangkap dengan permainan bolker bolong maupun bontai boret dapat meningkatkan hasil belajar.

D. Conclusion

Karya inovasi pembelajaran ini merupakan salah satu upaya yang dilakukan guru untuk meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani. Inovasi yang berupa alat bantu pembelajaran dan diaplikasikan dalam bentuk permainan *rosthik* (*Rounders-Benthik*). Setelah inovasi ini diterapkan ternyata hasil belajar siswa dapat meningkat baik dilihat dari proses pembelajaran maupun nilai hasil belajarnya.

Berdasarkan data yang diperoleh selama proses pembelajaran permainan *rosthik* pada materi lempar tangkap kelas IV Sekolah Dasar Negeri 4 Jrakah dapat disimpulkan permainan *rosthik* dapat meningkatkan hasil belajar siswa, yang dapat

dibuktikan dari rata-rata nilai hasil belajarnya sudah memenuhi bahkan di atas kriteria ketuntasan minimal (KKM:70).

Saran

Berdasarkan hasil belajar dengan inovasi pembelajaran permainan *rosthik*, untuk meningkatkan hasil belajar penjaskes di sekolah maka dapat disarankan :

1. Bagi Guru
 - a) Guru pendidikan jasmani dapat menerapkan permainan *rosthik* (*ronders-benthik*) sebagai upaya untuk meningkatkan hasil belajar lempar tangkap.
 - b) Dengan inovasi pembelajaran *rosthik* (*rounders-benthik*) ternyata sangat bermanfaat dalam menciptakan pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif dan menyenangkan.
2. Bagi Siswa
 - a) Untuk membantu siswa menguasai materi lempar tangkap, hendaknya siswa menambah waktu latihan permainan *rosthik* di luar pembelajaran.
 - b) Untuk meningkatkan hasil belajar lempar tangkap, hendaknya siswa lebih aktif dan bersemangat dalam kegiatan belajar mengajar.

Acknowledgments

Penelitian dengan judul Permainan *Rosthik* Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lempar Tangkap Sekolah Dasar, telah selesai. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Direktorat Guru Pendidikan Dasar atas kesempatan yang telah diberikan untuk perbaikan artikel ini.
2. Pengawas TK/SD Kecamatan Selo yang telah membimbing sehingga penelitian naskah dapat terselesaikan dengan baik.

Bibliography

Dimyati, M. (2013). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.

Kamus Besar Bahasa Indonesia Daring. (2018). Diperoleh dari <http://kbbi.Kemendikbud.go.id/entri/bermain>.

Khasanah, I., Prasetyo, A., & Rakhmawati, A. (2011). Permainan Tradisional Sebagai Media Stimulasi Aspek Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Penelitian Paudia*, 1(1), 91-105. <https://doi.org/10.26877/paudia.v1i1.261>.



- Montolalu. (2009). *Bermain dan Permainan Anak*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Mutiah, D. (2012). *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.
- Nursidik, K. (2017). *Karakteristik dan Kebutuhan Pendidikan Anak Usia Sekolah Dasar*. Wordpress. <https://dgirlls.wordpress.com/karakteristik-dan-kebutuhan-pendidikan-anak-usia-sekolah-dasar-oleh-nursidik-kurniawan-a-ma-pd-sd/>.
- Pambudi, F. (2017). *Gerak Manipulatif*. Diperoleh dari <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/pendidikan/aris-fajar-pambudimor/gerak-manipulatif.pdf>. diakses pada 20 Februari 2017.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (SD/MI)*. Jakarta: Litera.
- Sudjana, N. (2009). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Tadkiroatun, M. (2008). *Cerdas Melalui Bermain*. Jakarta : Grasindo.