

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN *JUGGLING* DENGAN
MEDIA ALAT BANTUPADA PERMAINAN FUTSAL**

Jurnal

Oleh

DEDI ALFATONI



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
2015**

ABSTRACT**EFFORTS TO IMPROVE THE SKILLS OF *JUGGLING* USING THE
MEDIA TOOLS TO THE GAME OF FUTSAL**

By:

DEDI ALFATONI

Mentor:

**Drs. Herman Tarigan, M.Pd
Drs. Suranto M.Kes**

This study aimed to improve the juggling learning in class XI IPS 4 SMA N 3 in North Lampung Kotabumi by using customization tools of plastic balls, rubber balls and rattan ball. The research methodology used was a Classroom Action Research with a research subject was class XI IPS 4 totaling 24 students. The technique of collecting data was through observation and assessment instruments juggling test. In the first cycle of the average grade obtained 46.61 points, which scored above the class average of 20.83%. The second cycle of the class mean the acquisition of 55.83 points, and scored above the class average of 45.83%. In the third cycle of success completeness study 87.50%, with 93.37% effectiveness rate calculation. The calculation result has increased by more than 50% it means that the action has increased.

Keywords:rubber ball, modified balls, plastic balls, wicker balls,juggling

ABSTRAK

UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN *JUGGLING* DENGAN MEDIA ALAT BANTU TERHADAP PERMAINAN FUTSAL

Oleh

DEDI ALFATONI

Pembimbing:

Drs. Herman Tarigan, M.Pd

Drs. Suranto M.Kes

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran *juggling* pada siswa kelas XI IPS 4 di SMA N 3 Kotabumi Lampung Utara dengan penggunaan modifikasi alat bola plastik, bola karet dan bola rotan. Metodologi penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) dengan subjek penelitian adalah siswa kelas XI IPS 4 yang berjumlah 24 siswa. Teknik pengumpulan data dengan observasi dan instrumen penilaian tes *juggling*. Pada siklus pertama diperoleh rerata kelas 46,61 poin, yang mendapat nilai di atas rerata kelas 20,83%. Siklus kedua perolehan rerata kelas 55,83 poin, dan yang mendapat nilai di atas rerata kelas sebesar 45,83%. Pada siklus ketiga keberhasilan ketuntasan belajar 87,50%, dengan perhitungan tingkat efektivitas 93,37%. Hasil perhitungan telah meningkat lebih dari 50% itu artinya tindakan sudah meningkat.

Kata kunci: bola karet, bola modifikasi, bola plastik, bola rotan, *juggling*.

I. PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Salah satu masalah yang dihadapi para siswa SMA N 3 Kotabumi Lampung Utara dalam belajar pendidikan jasmani dan kesehatan khususnya pada permainan futsal adalah rendahnya hasil belajar untuk menguasai bola. Berdasarkan pengalaman penulis dalam melatih siswa SMA N 3 Kotabumi pada cabang olahraga futsal, ternyata penguasaan gerak dasar futsal relatif rendah, terutama keterampilan *Juggling*, karena *Juggling* merupakan keterampilan yang menunjang dalam penguasaan bola. Masih rendahnya kemampuan guru pendidikan jasmani dalam mencari model-model pembelajaran penguasaan bola, dan rendahnya keterampilan gerak dasar terutama *Juggling* di lihat dari nilai yang diperoleh siswa. Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan diatas, maka penelitian ini mengambil judul **“Upaya Meningkatkan Keterampilan *Juggling* Dengan Media Alat Bantu Permainan Futsal Pada Siswa Kelas XI IPS 4 SMA N 3 Kotabumi Tahun Pelajaran 2014/2015.”**

Peranan dan fungsi guru penjas yang baik apabila memiliki inisiatif, kreatifitas dan inovatif serta selektif dalam menentukan metode dan penggunaan alat penunjang pelaksanaan proses belajar mengajar yang cocok, fleksibel, ekonomis dan disukai anak didiknya apabila memakai alat tersebut saat proses kegiatan belajar mengajar.

Dalam menentukan alat penunjang keberhasilan terhadap tugas gerak yang diberikan, kita harus memilih alat-alat yang mengarah pada pembentukan

gerakan yang kita harapkan tersebut. Yaitu dengan alat yang sederhana dan fleksibel tetapi disenangi oleh anak didik. Dalam penelitian ini penulis mencoba menerapkan suatu cara penyampaian belajar penguasaan bola futsal dengan keterampilan *Juggling* menggunakan modifikasi alat permainan (bola plastik, bola rotan).

Identifikasi Masalah

1. Rendahnya hasil belajar siswa saat melakukan *Juggling*.
2. Kurang nya keterampilan untuk menguasai bola.
3. Belum terlihat adanya modifikasi pembelajaran penjaskes keterampilan gerak *Juggling* dalam pembelajaran futsal kelas XI SMA N 3 Kotabumi Lampung Utara.
4. Pembelajaran penjaskes pada gerak dasar *Juggling* di kelas XI SMA Negeri 3 Kotabumi Lampung Utara kurang efektif.

Batasan Masalah

1. Rendahnya keterampilan gerak dasar *Juggling* pada siswa kelas XI IPS 4 SMAN 3 Kotabumi Lampung Utara.
2. Rendah nya keterampilan gerak dasar *Juggling* yang mempengaruhi penguasaan bola pada permainan futsal siswa kelas XI IPS 4 SMA N 3 Kotabumi Lampung Utara.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah dengan bantuan alat yang di modifikasi dapat meningkatkan keterampilan *Juggling* pada siswa

kelas XI IPS 4 SMA N 3 Kotabumi Lampung Utara ?”.

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hasil belajar keterampilan *Juggling* dengan penggunaan modifikasi bola Plastik dan bola karet pada siswa kelas XI IPS 4 SMAN 3 Kotabumi Lampung Utara.

Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti
Peneliti dapat mengetahui salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar *Juggling*
2. Bagi Siswa
Sebagai pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar *Juggling*
3. Sekolah
Sebagai bahan referensi bagi pembina sekolah mengenai penggunaan bola plastik dan bola karet serta bola rotan sebagai modifikasi bola pada pembelajaran gerak dasar *Juggling*
4. Bagi Program Studi Penjaskes FKIP UNILA.
Hasil penelitian ini diharapkan menjadi gambaran pengembangan materi futsal khususnya pada keterampilan gerak dasar *Juggling*

Ruang Lingkup Penelitian

1. Penelitian dilaksanakan di lapangan futsal SMAN 3 Kotabumi Lampung Utara.
2. Objek penelitian yang diamati hasil belajar keterampilan gerak dasar *Juggling*,
3. Subjek penelitian yang diamati adalah siswa kelas XI IPS 4 SMAN 3 Kotabumi Lampung Utara.

II. TINJAUAN PUSTAKA

Hakekat Pendidikan Jasmani

Kegiatan belajar mengajar dalam pelajaran pendidikan jasmani amat berbeda pelaksanaannya dari pembelajaran mata pelajaran lain. Pendidikan jasmani adalah “pendidikan melalui aktivitas jasmani“. Dengan berpartisipasi dalam aktivitas fisik, siswa dapat menguasai keterampilan dan pengetahuan, mengembangkan apresiasi estetis, mengembangkan keterampilan generik serta nilai dan sikap positif, dan memperbaiki kondisi fisik untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani (Samsudin, 2008:21).

Belajar Motorik

Belajar gerak adalah belajar yang diwujudkan melalui respon-respon muskular dan diekspresikan dalam gerak tubuh dan suatu gerak yang relatif permanen sebagai hasil dari latihan dan pengalaman. Belajar gerak merupakan serangkaian proses yang berkaitan dengan latihan atau pembekalan pengalaman yang menyebabkan timbulnya perubahan menetap dalam keterampilan. Yang dipelajari di dalam belajar gerak adalah pola-pola gerak mempelajari gerakan olahraga, seorang atlet berusaha untuk mengerti gerakan yang dipelajari kemudian apa yang dimengerti itu dikomandokan kepada otot-otot tubuh untuk mewujudkan dalam gerakan tubuh secara keseluruhan atau hanya sebagian sesuai dengan pola gerakan yang dipelajari (Sugianto, 2004:19).

Dalam proses untuk menyempurnakan suatu belajar gerak menurut Winkel (1984:54) berlangsung dalam tiga tahapan yaitu : 1. Tahap Kognitif, 2. Tahap Fiksasi, dan 3. Tahap Otomatis.

Pengertian Futsal

Menurut Lhaksana (2006:12) futsal merupakan olahraga beregu yang cepat dan dinamis dengan passing yang akurat yang memungkinkan terjadinya banyak gol. Sedangkan menurut Murhananto (2006:27) berpendapat bahwa futsal adalah sangat mirip dengan sepakbola hanya saja dimainkan oleh lima lawan lima dalam lapangan yang lebih kecil, gawang yang lebih kecil dan bola yang lebih kecil serta relatif berat.

Keterampilan *Juggling*

Dalam permainan futsal sangat dibutuhkan seorang pemain untuk mempunyai *Skill* bermain bola, terutama dapat menguasai bola dengan baik, *skill* atau kemampuan dalam bermain bola tidak hanya sekedar menendang, mengontrol serta menyundul saja tetapi sangat penting seorang pemain melindungi bola dari serbuan lawan mereka.

Menurut Lhaksana (2006:28) untuk menunjang skill yang dibutuhkan dalam permainan futsal seorang pemain harus mempunyai latihan-latihan khusus, salah satunya yaitu latihan *Juggling* atau menimang bola, dimana pada latihan ini pemain harus mempunyai sentuhan yang baik, kontrol bola yang baik, tendangan bola yang baik serta sundulan yang baik. Dengan menguasai beberapa kemampuan tadi maka pemain tersebut bisa dikatakan dapat menguasai bola dengan baik.

Alat bantu

Dalam penelitian tindakan ini alat bantu yang akan digunakan adalah:

1. Bola yang terbuat dari plastik.
2. Bola yang terbuat dari karet.
3. Bola rotan yang di perbesar



Gambar 3. Bola plastik



Gambar 4. Bola Karet



Gambar 5. Bola rotan

Penggunaan alat bantu diatas diharapkan dapat memotivasi anak melakukan tugas gerak yang diberikan. Menurut Rusli Lutan (2002:10) pembelajaran pendidikan jasmani dikatakan berhasil apabila :

1. Jumlah waktu aktif berlatih (JWAB) atau waktu melaksanakan tugas gerak yang dicurahkan siswa semakin banyak.
2. Waktu untuk menunggu giliran relatif sedikit, sehingga siswa aktif.

3. Proses pembelajaran melibatkan partisipasi semua kelas.
4. Guru penjaskes terlihat langsung dalam proses pembelajaran.

Kerangka Berpikir

Dalam penelitian ini penulis mencoba menerapkan suatu cara penyampaian belajar teknik *Juggling* atau menimang bola menggunakan media alat bantu dalam permainan. Alat bantu dalam permainan merupakan bagian dari inovasi yang dapat dilakukan dalam dunia pendidikan. Adapun kegiatan inovatif dalam hal ini antara lain pengembangan dan produksi alat-alat pelajaran.

Alat bantu yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan bola terbuat dari plastik, bola yang terbuat dari karet dan bola takraw yang diperbesar yang sudah dimodifikasi yang relatif lebih ringan dan mudah. Pada siklus pertama menggunakan bola yang terbuat dari bahan plastik, pada siklus yang ke dua bola yang terbuat dari bahan karet, dan pada siklus yang ke tiga menggunakan bola takraw yang diperbesar. Hal ini dapat memberi kemudahan bagi anak dalam usahanya menuju teknik seperti yang diharapkan, karena anak dapat mencoba secara berulang-ulang melakukan gerakan *Juggling* atau menimang bola.

Hipotesis

Berdasarkan teori yang dikemukakan di atas maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Dengan memodifikasi bola berupa bola yang terbuat dari plastik dapat meningkatkan pembelajaran keterampilan gerak *Juggling*

terhadap permainan futsal pada siswa kelas XI IPS 4 SMA N 3 Kotabumi Lampung Utara.

2. Dengan memodifikasi bola berupa bola karet dapat meningkatkan pembelajaran keterampilan gerak *Juggling* terhadap permainan futsal pada siswa kelas XI IPS 4 SMA N 3 Kotabumi Lampung Utara.
3. Dengan memodifikasi bola berupa bola rotan yang diperbesar dapat meningkatkan pembelajaran keterampilan gerak *Juggling* terhadap permainan futsal pada siswa kelas XI IPS 4 SMA N 3 Kotabumi Lampung Utara.

III. METODOLOGI PENELITIAN

Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas PTK (*classroom action research*). Penelitian tindakan adalah salah satu strategi pemecah masalah yang memanfaatkan tindakan yang nyata dalam bentuk proses pengembangan inovatif yang “di coba sambil berjalan” dalam mendeteksi dan memecahkan masalah. (Arikunto Suharsimi, 1998:82)

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah Siswa Kelas XI IPS 4 SMA N 3 Kotabumi Bandar Lampung.

Persiapan Tindakan Kelas

1. Perencanaan
2. Tindakan
3. Observasi
4. Refleksi

Pelaksanaan Tindakan

1. Siklus Pertama

a. Rencana

- 1) Menyiapkan scenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti dan penutup.
- 2) Menyiapkan peralatan bola yang terbuat dari plastik untuk proses pembelajaran, seperti bola yang sudah di modifikasi.
- 3) Mempersiapkan instrument untuk pengamatan proses pembelajaran.
- 4) Menyiapkan alat untuk dokumentasi (kamera).
- 5) Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus pertama.

b. Tindakan

- 1) Siswa dibariskan dan dibagi menjadi 4 sap.
- 2) Kemudian siswa diberikan penjelasan tentang bentuk latihan yang akan dilakukan pada siklus pertama, yaitu posisi dari sikap awal pelaksanaan dan sikap akhir.
- 3) Sebelumnya siswa diberikan contoh teknik melakukan *Juggling* yang benar dari mulai sikap awalan, pelaksanaan dan sikap akhir dengan menggunakan model pembelajaran bantuan guru, lalu siswa satu persatu menirukan seperti apa yang di contohkan.
- 4) Pelaksanaan Pada Siklus Pertama
 - a) Sikap Awal:
Siswa masih di barisan 4 sap.
 - b) Pelaksanaan:
Siswa berpasangan dengan jarak pada sap 1 dan 2 mundur dan sap 3 dan 4 seperti sap 1 dan 2 memberi jarak lalu maju untuk mempraktekkan gerakan *Juggling* dengan bantuan guru didepan.
 - c) Sikap Akhir

Badan merunduk dan melakukan gerakan *Juggling*.

- d) Setiap siswa melakukan gerakan *Juggling* sebanyak 3 kali pengulangan.
- e) Diberikan pengulangan gerakan *Juggling* secara berurutan.
- f) Kegiatan tindakan selama 1 minggu untuk 3 kali pertemuan, setelah 3 kali pertemuan pada minggu berikutnya diadakan tes instrument *Juggling*.
- g) Pada pertemuan ke 4 diambil penilaian.

c. Observasi

Setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi dan diberi waktu pengulangan, kemudian dinilai atau di evaluasi dengan menggunakan instrument yang telah dipersiapkan.

d. Refleksi

- 1) Dari data hasil observasi dapat disimpulkan.
- 2) Merencana tindakan pada siklus kedua.

2. Siklus Kedua

a. Rencana

- 1) Menyiapkan scenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan – kegiatan yang akan dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti dan penutup.
- 2) Menyiapkan peralatan bola yang terbuat dari karet yang sudah dimodifikasi untuk proses pembelajaran.
- 3) Mempersiapkan instrument untuk pengamatan proses pembelajaran.
- 4) Menyiapkan alat untuk dokumentasi (kamera).
- 5) Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus kedua.

b. Tindakan

- 1) Siswa dibariskan dan dibagi menjadi 4 sap.
- 2) Kemudian siswa diberikan penjelasan tentang bentuk latihan yang akan dilakukan pada siklus kedua, yaitu posisi dari sikap awal pelaksanaan dan sikap akhir.
- 3) Sebelumnya siswa diberikan contoh teknik melakukan *Juggling* yang benar dari mulai sikap awalan, pelaksanaan dan sikap akhir dengan menggunakan model pembelajaran bantuan guru, lalu siswa satu persatu menirukan seperti apa yang di contohkan.
- 4) Pelaksanaan Pada Siklus Kedua:
 - a) Sikap Awal :
Siswa masih di barisan 4 sap.
 - b) Pelaksanaan :
Siswa berpasangan dengan jarak pada sap 1 dan 2 mundur dan sap 3 dan 4 seperti sap 1 dan 2 memberi jarak lalu maju untuk mempraktekkan gerakan *Juggling* dengan bantuan guru didepan
 - c) Sikap Akhir :
Badan merunduk lalu mata melihat kearah bola dan melakukan gerakan *Juggling*.
 - d) Setiap siswa melakukan gerakan *Juggling* 3 kali pengulangan.
 - e) Di berikan pengulangan gerakan *Juggling* secara berurutan.
 - f) Kegiatan tindakan selama 1 minggu untuk 3 kali pertemuan, setelah 3 kali pertemuan pada minggu berikutnya diadakan tes instrument *Juggling*
 - g) Pada pertemuan ke 4 diambil penilaian.

c. Observasi

Setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi dan diberi waktu pengulangan, kemudian dinilai atau di evaluasi dengan menggunakan instrument yang telah dipersiapkan.

d. Refleksi

- a. Dari data hasil observasi dapat disimpulkan.
- b. Jika siswa belum mencapai ketuntasan maka dilakukan siklus selanjutnya.

3. Siklus Ketiga**a. Rencana**

- 1) Menyiapkan scenario pembelajaran yang berisi tentang kegiatan – kegiatan yang akan dilakukan meliputi kegiatan pendahuluan, inti dan penutup.
- 2) Menyiapkan peralatan bola rotan yang diperbesar untuk proses pembelajaran.
- 3) Mempersiapkan instrument untuk pengamatan proses pembelajaran.
- 4) Menyiapkan alat untuk dokumentasi (kamera).
- 5) Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus ketiga

b. Tindakan

- 1) Siswa dibariskan dan dibagi menjadi 4 sap.
- 2) Kemudian siswa diberikan penjelasan tentang bentuk latihan yang akan dilakukan pada siklus ketiga, yaitu posisi dari sikap awal pelaksanaan dan sikap akhir.
- 3) Sebelumnya siswa diberikan contoh teknik melakukan *Juggling* yang benar dari mulai sikap awalan, pelaksanaan dan sikap akhir dengan menggunakan model pembelajaran bantuan guru, lalu siswa satu persatu menirukan seperti apa yang di contohkan.
- 4) Pelaksanaan Pada Siklus Ketiga:
 - a) Sikap Awal :
Siswa masih di barisan 4 sap.
 - b) Pelaksanaan :
Siswa berpasangan dengan jarak pada sap 1 dan 2 mundur dan sap 3 dan 4 seperti sap 1 dan 2

memberi jarak lalu maju untuk mempraktekkan gerakan *Juggling* dengan bantuan guru didepan.

- c) Sikap Akhir :
Badan merunduk lalu mata melihat kearah bola dan melakukan gerakan *Juggling*.
- d) Setiap siswa melakukan gerakan *Juggling* sebanyak 3 kali pengulangan.
- e) Di berikan pengulangan gerakan *Juggling* secara berurutan.
- f) Kegiatan tindakan selama 1 minggu untuk 3 kali pertemuan, setelah 3 kali pertemuan pada minggu berikutnya diadakan tes instrument *Juggling*.
- g) Pada pertemuan ke 4 diambil penilaian

c. Observasi

Setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi dan diberi waktu pengulangan, kemudian dinilai atau di evaluasi dengan menggunakan instrument yang telah dipersiapkan.

d. Refleksi

Dari data hasil observasi dapat disimpulkan.

Instrumen Penelitian

Alat ini berupa indikator dari penilaian gerak *Juggling* dengan menggunakan metode pembelajaran bantuan guru, yaitu : (1) Tahap Persiapan (2) Tahap gerak atau tahap pelaksanaan dan (3) Akhir gerak.

Teknik Analisis Data

Setelah data dikumpulkan melalui tindakan setiap siklusnya, selanjutnya data dianalisis melalui perhitungan kuantitatif menggunakan rumus sebagai berikut:

1. Persentase Keberhasilan

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase Keberhasilan

f = Jumlah yang melakukan benar

N = Jumlah Siswa yang mengikuti tes

2. Efektivitas

$$E = \frac{X_n - X_i}{X_i} \times 100\%$$

Keterangan :

E = Efektivitas tindakan yang dilakukan

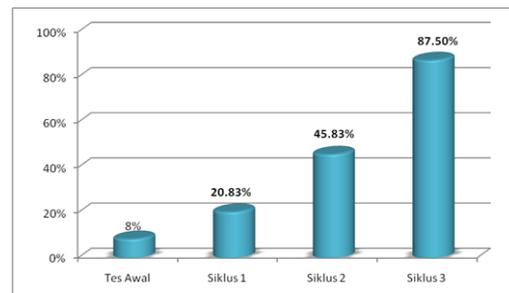
X_n = Rerata nilai akhir siklus ketiga

X_i = Rerata tes awal

Bila hasil perhitungan meningkat 50% keatas maka tindakan yang dilakukan dinyatakan efektif.

IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian



Gambar 7. Prosentase Ketuntasan Belajar Pada Tes Awal, Siklus 1, Siklus 2 dan Siklus 3.

Analisis Efektivitas Pembelajaran Setiap Siklusnya

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan, ada peningkatan hasil

belajar keterampilan gerak *Juggling* dengan rincian sebagai berikut :

1. Pada siklus pertama dengan penggunaan bantuan alat bola plastik yang telah dimodifikasi diperoleh peningkatan rata-rata nilai sebesar 46,61 dengan perhitungan tingkat efektivitas 27,21 % itu berarti tindakan belum efektif.
2. Pada siklus kedua dengan penggunaan alat bantu bola karet yang telah dimodifikasi diperoleh peningkatan dengan rata-rata nilai sebesar 55,83 dengan perhitungan tingkat efektivitas 47,79 % itu berarti tindakan belum efektif.
3. Pada siklus ketiga dengan penggunaan alat bantu berupa bola rotan yang diperbesar diperoleh peningkatan rata-rata nilai sebesar 73,06 dengan perhitungan tingkat efektivitas 93,37 %. Hasil perhitungan telah meningkat lebih dari 50% itu artinya tindakan telah efektif.

Pembahasan

Berdasarkan data terlampir, prosentase kemampuan melakukan gerak dasar *Juggling* pada siswa kelas XI SMAN 3 Kotabumi Lampung Utara, siswa yang terdiri dari 14 siswa putra dan 10 siswa putri pada tahap pertama atau siklus kesatu siswa melakukan gerak dasar *Juggling* yang benar dengan bantuan alat bola plastik yang telah dimodifikasi belum menunjukkan hasil yang diinginkan. Dari 24 subjek kaji tindak dari setiap indikator yang terdapat dalam gerak dasar *Juggling* masih rendah, pada siklus pertama diperoleh dengan rerata kelas 46,61 poin, sedangkan yang mendapat nilai di atas rerata kelas 20,83% dan yang mendapat di bawah rerata kelas 79,17%. Jika dilihat dari perolehan

nilai ketuntasan belajar hanya 5 siswa dan yang mendapat di bawah nilai ketuntasan belajar 19 siswa.

Setelah diberikan tindakan siklus atau putaran kedua dengan alat bantu berupa bola karet yang telah dimodifikasi, maka dibandingkan hasil siklus kesatu lebih meningkat hasil tes siklus kedua dan dilihat dari perolehan rerata kelas 55,83 poin, dan yang mendapat nilai di atas rerata kelas sebesar 45,83% dan yang mendapat nilai di bawah rerata kelas 54,17% jika dilihat dari perolehan nilai ketuntasan belajar hanya 11 siswa dan yang mendapat di bawah nilai ketuntasan belajar 13 siswa.

Setelah diberikan tindakan siklus terakhir atau putaran ketiga dengan menggunakan alat bantu berupa bola rotan yang telah dimodifikasi, maka dibandingkan hasil siklus kedua lebih meningkat hasil tes siklus ketiga dan dilihat dari perolehan rerata kelas 73,06 poin, dan yang mendapat nilai di atas rerata kelas sebesar 87,50% dan yang mendapat nilai di bawah rerata kelas 12,50%, jika dilihat dari perolehan nilai ketuntasan belajar yang mendapat nilai di atas nilai ketuntasan belajar siswa meningkat karena dari 24 siswa ada 21 siswa yang mendapat nilai di atas KKM dengan presentase 87,50% dan 3 siswa mendapat nilai di bawah KKM dengan presentase 12,50%. Hal ini terjadi karena siswa sangat menguasai gerak dasar *Juggling* dengan latihan yang baik, untuk itu peneliti beranggapan ini sudah berhasil dan mendapat nilai yang baik.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

- 1 Dengan menggunakan media alat bantu bola plastik, siswa dapat

mempermudah dalam melakukan gerak dasar *Juggling* tetapi belum efektif karena bola tersebut masih sedikit lebih keras dan terlalu ringan dibandingkan dengan bola aslinya.

- 2 Dengan menggunakan media alat bantu bola karet an, siswa sudah dapat melakukan gerak dasar *Jiggling* dengan baik tetapi masih belum bisa efektif sepenuhnya dikarenakan bola tersebut masih sedikit lebih ringan dari bola aslinya.
- 3 Dengan menggunakan media alat bantu bola rotan yang diperbesar seukuran bola aslinya sehingga berat dan keras nya hampir sama dengan bola aslinya, ternyata siswa dapat meelakukan gerak dasar *Juggling* dengan sangat baik.

Saran

1. Siswa
Hendaknya siswa belajar dan memperbanyak intensitas latihan agar mendapat hasil yang maksimal.
2. Guru
Menambah metode pembelajaran yang inovatif agar terciptanya siswa yang aktif dalam proses belajar mengajar.
3. Peneliti
Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, dan melihat masalah sebelumnya ada permasalahan dapat diselesaikan dengan cara menggunakan media alat bantu untuk menyelesaikan masalah yang terjadi pada siswa kelas XI IPS 4 SMA N 3 Kotabumi Lampung Utara. Oleh sebab itu peneliti memberi saran kepada peneliti lain agar dapat menyempurnakan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1998. *Penilaian Program Pendidikan*. Jakarta: Bumi.
- Arikunto, Suharsimi. 2010, *Prosedur Penelitian Suatu PendekatanPraktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Lhaksana, Justinus. 2006. *Materi Futsal Coaching Clinic Mizone*. Jakarta: Difamata Sport EO.
- Lutan, Rusli, dkk. 2002. *Pendidikan Kebugaran Jasmani: Orientasi Pembinaan Di Sepanjang Hayat*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah Dirjen OR.
- Murhananto. 2006. *Dasar-Dasar Permainan Futsal*. Jakarta: Kawan Pustaka.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA/MA*. Jakarta: Litera.
- Sudjana. 1992. *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sugianto. 2004. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta:Universitas Terbuka.
- Winkel. 1984. *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Jakarta: PT Gramedia.