

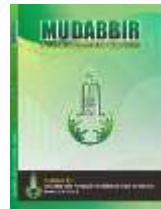


JURNAL MUDABBIR

(Journal Research and Education Studies)

Volume 5 Nomor 2 Tahun 2025

<http://jurnal.permependis-sumut.org/index.php/mudabbir>



ISSN: 2774-8391

Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Permainan Bola Kasti pada Siswa Sekolah Dasar di UPT SD Negeri 060913 Medan Tembung

Suyono¹, Khafifah Rahmawani Siregar², Nazia Hapni Hasibuan³,
Setiany br Saragih⁴, Resky Fahmi⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

Email: suyono20yon@gmail.com ¹, khafifrahrahmawani60@gmail.com ²,
naziahapni@gmail.com ³, Setianysrgh@gmail.com ⁴, reskifahmi205@gmail.com ⁵

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan peningkatan kemampuan teknik dasar permainan bola kasti pada siswa kelas V UPT SD Negeri 060913 Medan Tembung. Teknik dasar yang diamati meliputi melempar, menangkap, memukul, dan berlari ke base. Penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode observasi langsung terhadap 23 siswa, terdiri atas 7 siswa laki-laki dan 16 siswa perempuan. Hasil observasi menunjukkan bahwa kemampuan berlari ke base memiliki persentase penguasaan tertinggi sebesar 73,9%, sedangkan kemampuan memukul bola merupakan yang terendah, yaitu 21,7%. Melempar dan menangkap berada pada kategori sedang. Oleh karena itu, diperlukan pembelajaran berkelanjutan dan strategi latihan yang terstruktur agar keterampilan siswa dapat berkembang secara maksimal.

Kata Kunci: *Permainan Bola Kasti, Teknik Dasar*

ABSTRACT

This study aims to describe the improvement of basic skills in the game of rounders (bola kasti) among fifth-grade students at UPT SD Negeri 060913 Medan Tembung. The observed basic skills include throwing, catching, hitting, and running to base. The research employed a descriptive qualitative approach with direct observation of 23 students, consisting of 7 boys and 16 girls. The results showed that the ability to run to base had the highest mastery percentage at 73.9%, while hitting the ball had the lowest at 21.7%. Throwing and catching were in the moderate category. Therefore, continuous learning and structured training strategies are needed to help students develop their basic movement skills more effectively.

Keywords: *Rounders Game, Basic Skills*

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang berperan penting dalam mengembangkan aspek fisik, psikomotorik, kognitif, dan afektif peserta didik. Dalam pembelajaran di jenjang sekolah dasar, pengembangan kemampuan gerak dasar menjadi fondasi utama bagi perkembangan keterampilan motorik siswa secara menyeluruh (Mustafa, 2022). Salah satu pendekatan yang efektif untuk mencapai tujuan ini adalah melalui permainan tradisional yang mengintegrasikan unsur gerak dasar, kerja sama tim, serta nilai-nilai sportivitas. Permainan bola kasti, sebagai salah satu permainan tradisional yang populer di kalangan anak-anak, memiliki karakteristik yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan fisik dan motorik anak usia sekolah dasar (Syaifulloh & Agus, 2021).

Permainan bola kasti mengandung unsur keterampilan gerak dasar seperti berlari, melempar, menangkap, dan melompat yang dikemas dalam bentuk permainan yang menyenangkan dan kompetitif. Menurut Riyanto (2017), permainan bola kasti lebih dominan dalam mengembangkan komponen fisik seperti kecepatan lari, dibandingkan dengan komponen keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi mata-tangan (Riyanto, 2017). Hal ini menunjukkan bahwa bola kasti tidak hanya relevan sebagai bentuk kegiatan rekreasi, tetapi juga memiliki potensi pedagogis dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan kapasitas fisik dasar siswa. Melalui aktivitas yang sistematis dan terstruktur, permainan bola kasti mampu menciptakan pengalaman belajar yang kontekstual, menyenangkan, dan bermakna bagi siswa sekolah dasar.

Berdasarkan penelitian Mulud (2018) rendahnya penguasaan teknik dasar permainan bola kasti pada siswa masih menjadi salah satu persoalan yang sering ditemukan di lapangan, terutama di jenjang kelas bawah sekolah dasar. Hal ini dapat disebabkan oleh keterbatasan waktu pembelajaran, kurangnya perhatian terhadap pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini, serta belum optimalnya penggunaan permainan tradisional sebagai media pembelajaran. Teknik dasar seperti cara memegang pemukul, posisi tubuh saat memukul, koordinasi saat menangkap bola, serta kecepatan dan strategi dalam berlari ke base belum sepenuhnya dikuasai oleh siswa, sehingga memengaruhi efektivitas permainan dan pencapaian tujuan pembelajaran secara keseluruhan.

Dalam hal tersebut, diperlukan upaya pengembangan model pembelajaran yang dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar siswa dalam permainan bola kasti secara sistematis dan berkelanjutan. Penelitian ini dilaksanakan di UPT SD Negeri 060913 Medan Tembung sebagai bentuk respons terhadap kebutuhan peningkatan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani melalui pendekatan permainan tradisional. Dengan mengintegrasikan metode pembelajaran aktif, kooperatif, dan berpusat pada siswa, permainan bola kasti tidak hanya berfungsi sebagai media pengembangan keterampilan motorik, tetapi juga sebagai wahana pembentukan karakter, peningkatan interaksi sosial, dan penguatan semangat kebersamaan di antara siswa.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran mengenai peningkatan kemampuan teknik dasar permainan bola kasti pada siswa sekolah dasar, yang mencakup aspek-aspek keterampilan melempar, menangkap, memukul, dan berlari. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan masukan bagi guru, sekolah, maupun pengembang kurikulum dalam menyusun strategi pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dengan mengangkat permainan tradisional sebagai media utama pengembangan kemampuan gerak dasar siswa.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif yang bertujuan untuk menggambarkan peningkatan kemampuan teknik dasar permainan bola kasti pada siswa sekolah dasar. Penelitian dilaksanakan di UPT SD Negeri 060913 Medan Tembung dengan subjek penelitian sebanyak 23 siswa kelas V, terdiri dari 7 siswa laki-laki dan 16 siswa perempuan. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi aktivitas pembelajaran, wawancara dengan guru pendidikan jasmani, serta dokumentasi proses latihan teknik dasar seperti melempar, menangkap, memukul, dan berlari dalam permainan bola kasti. Data dianalisis secara kualitatif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan guna memperoleh gambaran menyeluruh mengenai peningkatan keterampilan teknik dasar siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di UPT SD Negeri 060913 Medan Tembung dan berfokus pada peningkatan kemampuan teknik dasar permainan bola kasti pada siswa kelas V. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 23 siswa, terdiri atas 7 siswa laki-laki dan 16 siswa perempuan. Penelitian dilaksanakan dalam satu kali pertemuan pembelajaran pendidikan jasmani dengan materi utama teknik dasar permainan bola kasti yang meliputi empat aspek penting: melempar, menangkap, memukul, dan berlari menuju base. Pengamatan dilakukan secara langsung dengan menggunakan instrumen observasi yang telah disusun berdasarkan indikator penguasaan teknik dasar permainan bola kasti.

Sebelum pelaksanaan pembelajaran, peneliti bersama guru pendidikan jasmani menyusun indikator teknik dasar yang akan diamati. Indikator tersebut meliputi: (1) sikap awal tubuh sebelum melakukan gerakan, (2) ketepatan dan kekuatan dalam melempar bola, (3) teknik menangkap bola dengan kedua tangan, (4) teknik memukul bola dengan ayunan yang sesuai, dan (5) kecepatan serta arah gerak saat berlari ke base. Instrumen tersebut kemudian dijadikan acuan dalam melakukan observasi selama proses pembelajaran berlangsung. Pengamatan dilakukan terhadap seluruh siswa secara individual saat mereka melakukan praktik gerakan. Setiap siswa diamati secara

menyeluruh pada saat mengikuti kegiatan permainan secara bergiliran dalam kelompok kecil.

Berdasarkan hasil observasi, dapat diketahui bahwa secara umum kemampuan teknik dasar siswa masih berada pada kategori rendah hingga sedang. Pada aspek melempar bola, sejumlah 9 siswa (39,1%) mampu melakukan gerakan dengan teknik yang tepat, ditandai dengan posisi badan yang menyamping terhadap sasaran, langkah kaki yang terkoordinasi, serta ayunan tangan yang menghasilkan lemparan lurus dan terarah. Sebagian besar siswa lainnya (60,9%) masih menunjukkan kelemahan, seperti tidak memperhatikan posisi tubuh, melempar dengan satu tangan tanpa pergerakan tubuh, atau lemparan yang terlalu lemah dan tidak terarah.

Pada teknik menangkap bola, kemampuan siswa juga masih cukup rendah. Hanya 7 siswa (30,4%) yang mampu menangkap bola dengan benar menggunakan kedua tangan dan posisi tubuh yang sesuai. Sebagian besar siswa lainnya cenderung menangkap bola tanpa koordinasi, bahkan beberapa siswa menunjukkan ketakutan terhadap bola yang datang, sehingga tidak berani mengulurkan tangan. Hal ini menunjukkan bahwa aspek koordinasi mata dan tangan serta rasa percaya diri siswa dalam menerima bola masih perlu ditingkatkan.

Sementara itu, pada aspek memukul bola, tercatat bahwa hanya 5 siswa (21,7%) yang mampu memukul bola dengan teknik yang baik, yaitu dengan posisi tubuh menyamping terhadap pemukul, menggenggam pemukul dengan benar, dan melakukan ayunan yang kuat dan mengenai bola. Sebagian besar siswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu ayunan dan sering kali tidak dapat mengenai bola. Bahkan terdapat beberapa siswa yang memegang pemukul dengan cara yang tidak tepat atau terlalu lemah sehingga tidak menghasilkan ayunan efektif. Hal ini menunjukkan bahwa memukul bola merupakan teknik dasar yang paling sulit dikuasai siswa dalam satu kali pertemuan.

Berbeda halnya dengan teknik berlari ke base, sebagian besar siswa sudah menunjukkan kemampuan yang cukup baik. Tercatat sebanyak 17 siswa (73,9%) mampu melakukan gerakan lari secara cepat dan mengikuti lintasan base dengan urutan yang benar. Mereka dapat berlari dengan semangat dan menunjukkan kecepatan yang cukup stabil. Meski demikian, masih terdapat beberapa siswa yang tampak bingung dalam menentukan base tujuan atau terlambat dalam mengambil keputusan saat harus berlari dari satu base ke base berikutnya. Hal ini lebih berkaitan dengan pemahaman strategi permainan daripada aspek teknik berlari itu sendiri.

Untuk memperkuat data hasil observasi, berikut disajikan tabel rekapitulasi penguasaan teknik dasar oleh siswa dalam satu kali pertemuan:

Tabel 1. Rekapitulasi Penguasaan Teknik Dasar

Teknik Dasar	Jumlah Siswa Menguasai Teknik	Persentase (%)
Melempar Bola	9 siswa	39,1%
Menangkap Bola	7 siswa	30,4%
Memukul Bola	5 siswa	21,7%
Berlari ke Base	17 siswa	73,9%

Tabel tersebut menunjukkan bahwa aspek berlari merupakan teknik dasar yang paling mudah dipahami dan dilakukan oleh siswa, sementara teknik memukul bola merupakan aspek yang paling sulit. Kesenjangan ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Pertama, gerakan berlari merupakan keterampilan gerak dasar alami yang telah dikuasai siswa sejak dulu dan tidak memerlukan alat bantu. Sementara memukul bola memerlukan alat (pemukul) dan koordinasi gerakan antara mata, tangan, dan postur tubuh yang tepat dalam waktu singkat. Kedua, teknik memukul juga memerlukan konsentrasi yang tinggi dan ketepatan waktu saat bola datang. Dengan keterbatasan waktu satu pertemuan, siswa belum memiliki cukup kesempatan untuk melakukan repetisi gerakan dan memperbaiki kesalahan.

Selain itu, hasil observasi juga menunjukkan perbedaan performa antar individu. Siswa laki-laki secara umum cenderung lebih percaya diri dalam melakukan teknik dasar dibandingkan siswa perempuan, terutama dalam aspek melempar dan memukul. Hal ini dapat berkaitan dengan pengalaman bermain di luar sekolah, keberanian fisik, atau faktor psikomotorik alami. Namun demikian, terdapat beberapa siswa perempuan yang menunjukkan kemampuan cukup baik, khususnya dalam aspek berlari dan menangkap bola. Ini menunjukkan bahwa pengembangan keterampilan teknik dasar dalam permainan bola kasti tidak semata-mata bergantung pada jenis kelamin, melainkan lebih pada intensitas latihan, motivasi, dan pemahaman terhadap teknik yang benar.

Secara umum, dapat disimpulkan bahwa hasil pembelajaran permainan bola kasti dalam satu kali pertemuan memberikan gambaran awal yang cukup jelas mengenai kondisi teknik dasar siswa. Meskipun sebagian besar siswa masih berada pada tahap pengenalan, namun terdapat potensi besar untuk peningkatan jika diberikan kesempatan latihan yang lebih terstruktur dan berkelanjutan. Kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan secara aktif, menyenangkan, dan melibatkan semua siswa tanpa tekanan kompetitif berlebihan terbukti mampu menarik minat siswa untuk mencoba dan mengeksplorasi gerakan. Dengan demikian, pembelajaran permainan bola kasti dapat menjadi media efektif dalam mengembangkan kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar secara menyeluruh.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penguasaan teknik dasar permainan bola kasti oleh siswa kelas V UPT SD Negeri 060913 Medan Tembung masih berada pada kategori rendah hingga sedang, meskipun terdapat potensi peningkatan yang signifikan apabila pembelajaran dilakukan secara terstruktur dan berkelanjutan. Dari empat aspek teknik dasar yang diamati melempar, menangkap, memukul, dan berlari ke base dapat terlihat adanya variasi tingkat penguasaan yang menandakan bahwa masing-masing

teknik memiliki tingkat kesulitan dan keterampilan yang berbeda dalam praktik pembelajaran pendidikan jasmani.

Pembelajaran permainan bola kasti yang dilaksanakan dalam satu kali pertemuan ini mengindikasikan bahwa aspek berlari merupakan kemampuan yang paling dominan dikuasai siswa (73,9%), sedangkan teknik memukul bola merupakan kemampuan yang paling rendah tingkat penguasaannya (21,7%). Hal ini sejalan dengan teori perkembangan motorik anak yang dikemukakan oleh Rismayanthi (2013), bahwa keterampilan lokomotor seperti berlari merupakan bagian dari gerak dasar yang berkembang lebih dahulu dan lebih alami pada anak usia sekolah dasar dibandingkan keterampilan manipulatif seperti memukul atau melempar bola. Artinya, gerakan-gerakan yang tidak memerlukan alat bantu, seperti berlari, lebih mudah dilakukan oleh siswa karena sudah terbiasa dilakukan sejak dini dalam aktivitas sehari-hari.

Sementara itu, kemampuan melempar dan menangkap bola menunjukkan capaian sedang (39,1% dan 30,4%). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun siswa telah mengenal gerakan tersebut sebelumnya, mereka belum sepenuhnya menguasai teknik yang tepat. Misalnya, banyak siswa yang melempar bola tanpa mengatur posisi badan dan langkah kaki secara benar, atau menangkap bola hanya dengan satu tangan tanpa memperhitungkan kecepatan datangnya bola. Hal ini menunjukkan bahwa keterampilan manipulatif memerlukan latihan terarah dan penguatan melalui umpan balik langsung dari guru agar tekniknya dapat berkembang. Menurut Marani, et al. (2024) penguasaan gerak dasar dalam pendidikan jasmani sangat dipengaruhi oleh kualitas instruksi guru, metode latihan yang digunakan, dan lingkungan belajar yang mendukung.

Teknik memukul bola menjadi aspek yang paling sulit bagi siswa, dan hal ini tidak terlepas dari kompleksitas gerakan tersebut yang menuntut keterpaduan antara kekuatan, koordinasi mata dan tangan, serta ketepatan waktu (timing). Siswa tidak hanya dituntut untuk mengayun pemukul dengan kuat, tetapi juga harus mampu membaca arah bola dan mengatur posisi tubuh dengan cepat. Rendahnya penguasaan dalam aspek ini menunjukkan bahwa pembelajaran memukul bola memerlukan pendekatan latihan bertahap dan pengulangan gerakan yang cukup agar siswa mampu melakukan koordinasi gerakan secara optimal. Hal ini selaras dengan pendapat Riyanto (2017) yang menyebutkan bahwa memukul bola merupakan keterampilan kompleks dalam permainan kasti yang sering kali menjadi hambatan awal bagi sekolah dasar.

Selain faktor teknis, pembelajaran permainan bola kasti juga mengandung nilai edukatif lain yang tercermin selama proses pembelajaran. Observasi menunjukkan bahwa siswa menunjukkan antusiasme tinggi ketika bermain secara tim, adanya kerja sama dalam menjalankan peran masing-masing, dan munculnya rasa sportivitas ketika melakukan permainan. Ini menunjukkan bahwa permainan bola kasti tidak hanya efektif dalam melatih kemampuan motorik siswa, tetapi juga menjadi media untuk membentuk sikap sosial seperti tanggung jawab, komunikasi, dan kerjasama tim. Dalam konteks Kurikulum Merdeka dan penguatan profil pelajar Pancasila, pembelajaran semacam ini sangat relevan karena mendukung dimensi gotong royong dan kemandirian siswa.

Pembelajaran yang dilakukan secara aktif dan menyenangkan juga menjadi salah satu faktor pendukung keberhasilan keterlibatan siswa dalam permainan. Suasana kelas yang terbuka, guru yang memberikan instruksi dengan pendekatan komunikatif, serta adanya variasi dalam metode pembelajaran seperti penggunaan kelompok kecil dan pergiliran peran, membuat siswa merasa lebih percaya diri dan bebas dalam berekspresi gerak. Menurut Piaget, anak usia sekolah dasar berada pada tahap operasional konkret, di mana mereka belajar paling efektif melalui aktivitas langsung dan pengalaman nyata. Oleh karena itu, penggunaan permainan tradisional seperti bola kasti sangat tepat dalam menunjang perkembangan kognitif dan psikomotorik siswa secara bersamaan.

Namun demikian, keterbatasan waktu pembelajaran dalam satu kali pertemuan menjadi kendala utama dalam upaya penguasaan teknik yang lebih baik. Beberapa siswa yang awalnya kurang percaya diri atau belum memahami teknik gerak tertentu tidak memiliki cukup waktu untuk melakukan latihan ulang atau memperbaiki kesalahan yang terjadi. Selain itu, karena kegiatan dilakukan dalam kelompok, maka tidak semua siswa mendapatkan waktu praktik yang merata. Hal ini sesuai dengan pendapat Miranda (2025) yang menyatakan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani memerlukan manajemen waktu yang efektif agar semua siswa dapat memperoleh kesempatan belajar yang adil.

Selain itu, perbedaan kemampuan antara siswa laki-laki dan perempuan juga menjadi catatan penting. Meskipun tidak terlalu mencolok, siswa laki-laki cenderung menunjukkan keberanian dan kekuatan fisik yang lebih tinggi dalam aspek melempar dan memukul. Sementara itu, siswa perempuan terlihat lebih berhati-hati dan cenderung lebih fokus dalam aspek menangkap dan berlari. Hal ini bukan berarti ada kesenjangan mutlak dalam potensi, namun menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih inklusif dan memperhatikan gaya belajar serta karakteristik perkembangan masing-masing siswa. Guru diharapkan mampu mengakomodasi perbedaan tersebut dalam strategi pembelajarannya.

Pembahasan ini menegaskan bahwa untuk mencapai penguasaan teknik dasar permainan bola kasti yang baik, diperlukan rangkaian pembelajaran berkelanjutan, bukan hanya satu kali pertemuan. Latihan yang konsisten, didampingi instruksi yang jelas dan evaluasi yang tepat, akan memberikan kesempatan kepada siswa untuk meningkatkan keterampilannya secara bertahap. Selain itu, penting juga untuk mengintegrasikan aspek-aspek reflektif dalam pembelajaran, di mana siswa diberi kesempatan untuk menyadari kesalahan geraknya dan memperbaikinya secara mandiri atau melalui bantuan teman dan guru.

Meskipun demikian, peneliti mencoba memberikan solusi dalam mengatasi rendahnya hasil pembelajaran meskipun pengamatan dilakukan dalam satu kali pertemuan. Solusi yang dapat diterapkan untuk mengoptimalkan pembelajaran teknik dasar permainan bola kasti di antaranya adalah: (1) menambah frekuensi latihan rutin dengan fokus latihan per aspek teknik secara bertahap, seperti satu pertemuan khusus untuk latihan melempar dan menangkap, lalu pertemuan berikutnya difokuskan pada memukul dan berlari; (2) penggunaan metode pembelajaran stasiun atau pos (station-

based learning) agar setiap siswa mendapatkan waktu praktik yang lebih banyak dan sesuai tingkat kesulitan masing-masing keterampilan; (3) memberikan umpan balik langsung dan spesifik dari guru selama praktik berlangsung agar siswa memahami kesalahan geraknya dan segera melakukan koreksi; (4) memanfaatkan media pembelajaran seperti video demonstrasi teknik dasar yang bisa ditonton kembali oleh siswa sebagai penguatan visual; serta (5) mendorong pembelajaran kooperatif dalam kelompok kecil, di mana siswa yang lebih menguasai dapat membimbing temannya dalam latihan mandiri atau saat pemanasan.

Dengan strategi tersebut, proses pembelajaran tidak hanya menjadi lebih efektif dan efisien, tetapi juga mendorong siswa untuk belajar secara aktif, mandiri, dan bertanggung jawab terhadap proses belajarnya sendiri. Guru pendidikan jasmani juga memiliki peran strategis dalam menciptakan iklim pembelajaran yang positif, mendorong partisipasi penuh, serta menanamkan motivasi belajar melalui pendekatan yang menyenangkan dan berbasis permainan. Dengan demikian, penguasaan teknik dasar permainan bola kasti tidak lagi bergantung pada satu kali pertemuan, tetapi menjadi hasil dari proses pembelajaran berkelanjutan yang sistematis dan terarah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan melalui satu kali pertemuan pembelajaran permainan bola kasti pada siswa kelas V UPT SD Negeri 060913 Medan Tembung, dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar siswa masih berada pada kategori rendah hingga sedang. Dari empat aspek teknik dasar yang diamati seperti melempar, menangkap, memukul, dan berlari kemampuan berlari ke base merupakan keterampilan yang paling banyak dikuasai oleh siswa (73,9%), sedangkan kemampuan memukul bola menjadi keterampilan yang paling sulit dikuasai (21,7%). Sementara itu, teknik melempar dan menangkap bola menunjukkan tingkat penguasaan yang masih cukup terbatas.

Faktor penyebab rendahnya penguasaan teknik dasar tersebut antara lain adalah keterbatasan waktu pembelajaran, belum meratanya kesempatan praktik siswa, serta kompleksitas gerakan tertentu yang memerlukan koordinasi motorik halus dan kepercayaan diri yang belum terbentuk secara optimal. Meski demikian, respons siswa terhadap pembelajaran yang berbasis permainan menunjukkan antusiasme tinggi dan keterlibatan aktif dalam proses belajar, yang menjadi indikator penting bahwa permainan bola kasti sangat potensial sebagai media pembelajaran pendidikan jasmani.

Untuk meningkatkan penguasaan teknik dasar secara menyeluruh, diperlukan rangkaian pembelajaran berkelanjutan yang dirancang secara sistematis dan bertahap. Latihan rutin, penggunaan metode pembelajaran yang bervariasi, pemberian umpan balik langsung, serta penguatan keterampilan melalui kerja kelompok menjadi strategi penting yang dapat diterapkan. Oleh karena itu, permainan bola kasti bukan hanya berfungsi sebagai aktivitas fisik, melainkan juga sebagai sarana efektif dalam

mengembangkan keterampilan motorik, sosial, dan nilai-nilai sportivitas pada siswa sekolah dasar.

REFERENSI

- Marani, I. N., Muhyi, M., Ginanjar, S., Widyaningsih, H., Mustafa, P. S., Yono, T., ... & Kurniawati, A. (2024). Aspek Pembelajaran dan Metode Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. *Akademia Pustaka*.
- Miranda, I. (2025). *Penerapan Manajemen Waktu Melalui Layanan Informasi Untuk Meningkatkan Efektivitas Belajar Pada Siswa Kelas XI MAN 6 Aceh Besar* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Ar-raniry).
- Mulud, A. (2018). Penerapan Metode Cooperative Learning Tipe Berpasangan untuk Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar Bermain Kasti di Kelas Va Sdn 002 Pantai Cermin Kabupaten Kampar. *Jurnal Pajar*, 2(3), 258097.
- Mustafa, P. S. (2022). Peran pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68-80.
- Rismayanthi, C. (2013). Mengembangkan keterampilan gerak dasar sebagai stimulasi motorik bagi anak taman kanak-kanak melalui aktivitas jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(1).
- Riyanto, P. (2017). Pengaruh permainan bola kasti terhadap peningkatan kemampuan gerak umum (general motor ability). *Journal Sport Area*, 2(1), 53-63.
- Syaifulloh, M. D., & Aguss, R. M. (2021). Analisis peningkatan gerak dasar dalam permainan kasti. *J. Arts Educ*, 1(1).