



## **PENGARUH METODE PEMBELAJARAN BERBASIS BOLA TERHADAP HASIL BELAJAR MATERI KOORDINASI MATA DAN TANGAN SISWA KELAS IV SDN 1 CIAWI**

**Intan Fauziah<sup>1</sup>, Rahmat Permana<sup>2</sup>, Meiliana Nurfitriani<sup>3</sup>**

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya<sup>1,2,3</sup>,

Email Korespondensi: [intanfauziah777@gmail.com](mailto:intanfauziah777@gmail.com)✉

### **Info Artikel**

#### **Histori Artikel:**

##### **Masuk:**

02 Mei 2025

##### **Diterima:**

28 Juni 2025

##### **Diterbitkan:**

30 Juni 2025

#### **Kata Kunci:**

Koordinasi Mata dan  
Tangan;  
Pembelajaran  
Berbasis Bola;  
Pendidikan Jasmani.

### **ABSTRAK**

Koordinasi mata dan tangan merupakan aspek penting dalam perkembangan motorik siswa sekolah dasar. Namun, kenyataan menunjukkan bahwa aktivitas pendidikan jasmani sering kali hanya berfokus pada rutinitas sederhana tanpa tujuan spesifik untuk mengembangkan keterampilan motorik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh metode pembelajaran berbasis bola terhadap hasil belajar materi koordinasi mata dan tangan siswa pada kelas IV di SDN 1 Ciawi. Penelitian ini menggunakan metode kuasi-eksperimen dengan desain *Nonequivalent Control Group Design*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas IV SDN 1 Ciawi yang berjumlah 30 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, dengan pembagian 15 siswa pada kelompok eksperimen dan 15 siswa pada kelompok kontrol. Kelompok eksperimen mendapatkan perlakuan berupa pembelajaran berbasis bola melalui permainan *Child Ball* (bola pantul target), bola target, *relay* bola, dan bola tangkap cepat. Instrumen yang digunakan meliputi tes koordinasi mata dan tangan, observasi, dan wawancara. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Paired Sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari metode pembelajaran berbasis bola terhadap peningkatan hasil belajar koordinasi mata dan tangan siswa, yang ditunjukkan dengan nilai rata-rata *pretest* kelas eksperimen yaitu 23,27 dan nilai rata-rata *pretest* kelas kontrol yaitu 17,80 sedangkan nilai rata-rata *posttest* kelas eksperimen yaitu 25,40 dan nilai rata-rata *posttest* kelas kontrol yaitu 18,73. Pengujian hipotesis dengan menggunakan Uji Paired Sample t-test diperoleh signifikansi 0,001. Hal ini nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (sig. < 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan metode pembelajaran berbasis bola terhadap hasil belajar materi koordinasi mata dan tangan siswa kelas IV SDN 1 Ciawi.

*This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.*



### **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan secara menyeluruh yang tidak hanya berfokus pada pembinaan kemampuan fisik, tetapi juga turut mengembangkan dimensi kognitif, afektif, dan psikomotor peserta didik. Bagi anak-anak usia sekolah dasar, pendidikan jasmani memegang peranan strategis dalam membentuk fondasi awal keterampilan gerak dan perilaku hidup sehat. Dalam ranah psikomotorik, keterampilan motorik menjadi indikator penting yang mencerminkan perkembangan kemampuan anak dalam mengoordinasikan tubuhnya secara efisien. Salah satu komponen utama dalam keterampilan ini adalah koordinasi, khususnya koordinasi antara mata dan tangan, yang menurut Wawan et al. (2024) merupakan keterampilan kompleks karena melibatkan integrasi yang simultan antara sistem penglihatan dan gerakan tubuh, terutama tangan dan anggota tubuh lainnya.

Koordinasi mata dan tangan berperan penting dalam mendukung berbagai aktivitas fisik maupun akademik anak, seperti menulis, menggambar, memainkan alat musik, maupun aktivitas olahraga. Pada usia sekolah dasar, kemampuan ini berkembang pesat seiring dengan kematangan sistem saraf dan pengalaman sensorimotor anak. Dalam hal ini, pendidikan jasmani menyediakan ruang untuk menstimulasi koordinasi tersebut melalui berbagai aktivitas yang melibatkan pengamatan dan respons motorik secara terpadu. Permana (2024) dan Permana et al. (2024) menyatakan bahwa program pendidikan jasmani berbasis permainan bola, seperti lempar-tangkap atau menggiring bola, memiliki efektivitas tinggi dalam merangsang kemampuan koordinatif siswa. Aktivitas-aktivitas tersebut tidak hanya menuntut ketepatan gerak, tetapi juga fokus visual, kecepatan reaksi, dan penyesuaian waktu yang presisi antara persepsi dan tindakan.

Berbagai hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa aktivitas fisik berbasis bola secara signifikan mampu meningkatkan aspek koordinatif siswa, khususnya koordinasi mata dan tangan (Andri et al., 2023). Aktivitas seperti bermain lempar tangkap bola menuntut siswa untuk mengamati arah dan kecepatan bola, serta merespons dengan gerakan tangan yang sesuai secara waktu dan arah. Latihan semacam ini, selain memperkuat keterampilan fisik, juga berperan dalam membangun kemampuan konsentrasi, refleks motorik, dan ketepatan gerak anak. Menurut Widanti et al. (2021), sistem visual bekerja sebagai penerima informasi eksternal berupa cahaya yang diterjemahkan menjadi sinyal elektrik ke otak, yang kemudian menghasilkan instruksi motorik kepada tangan. Dalam konteks pembelajaran jasmani, proses ini menjadi inti dari pembentukan keterampilan koordinatif.

Namun demikian, realitas di banyak sekolah dasar masih menunjukkan bahwa aktivitas pendidikan jasmani cenderung dilakukan secara rutin dan monoton tanpa perencanaan yang terfokus pada pengembangan keterampilan spesifik. Pelaksanaan pembelajaran jasmani lebih sering menjadi kegiatan pelepas energi tanpa arah pedagogis yang terukur, sehingga siswa kurang memperoleh manfaat maksimal dalam pengembangan kemampuan motoriknya. Akibatnya, potensi siswa untuk mengembangkan keterampilan koordinasi tidak tergarap dengan optimal. Padahal, di usia ini anak-anak berada dalam fase emas perkembangan sensorimotorik yang sangat responsif terhadap stimulasi yang tepat. Di sinilah muncul kesenjangan antara kondisi ideal (*das sollen*) di mana pembelajaran jasmani seharusnya menjadi wahana strategis pengembangan koordinasi motorik, dengan kondisi nyata (*das sein*) di mana aktivitas jasmani masih bersifat seremonial dan minim strategi pedagogis.

Melihat adanya kesenjangan ini, dibutuhkan pendekatan pembelajaran jasmani yang lebih terarah dan berbasis aktivitas fungsional, salah satunya adalah pembelajaran berbasis bola. Aktivitas olahraga berbasis bola memiliki karakteristik dinamis dan aplikatif yang dapat memotivasi siswa untuk aktif terlibat, sekaligus memberikan rangsangan yang intensif terhadap sistem koordinatif. Oleh karena itu, pendekatan ini menjadi alternatif yang menjanjikan dalam menjawab kebutuhan pengembangan koordinasi mata dan tangan pada siswa sekolah dasar.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh metode pembelajaran berbasis bola terhadap hasil belajar siswa dalam materi koordinasi mata dan tangan. Penelitian ini difokuskan pada siswa kelas IV SDN 1 Ciawi sebagai subjek yang relevan dengan karakteristik usia perkembangan sensorimotor aktif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi pendekatan pembelajaran berbasis bola terhadap peningkatan keterampilan koordinatif siswa, sekaligus memberikan alternatif strategis dalam penyelenggaraan pendidikan jasmani yang lebih bermakna dan terarah.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang ditunjukkan untuk menguji hubungan adanya sebab-akibat. Menurut Sugiyono (2020), metode eksperimen adalah metode penelitian percobaan, metode kuantitatif untuk menentukan

pengaruh variabel independen diberi treatment terhadap variabel dependen dalam kondisi terkendali. Dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen ini merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mengetahui pengaruh hasil pada kondisi terkendali, kondisi terkendali ini bertujuan untuk memastikan bahwa tidak ada treatment lain yang selanjutnya akan mempengaruhi hasil penelitian ini.

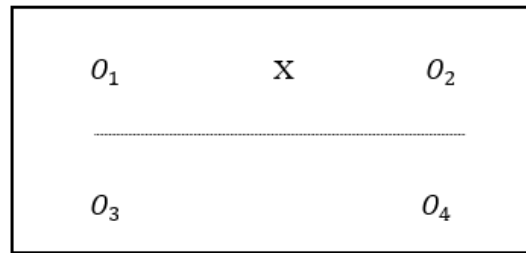
Menurut Firdaus (2024), bola tangan, yang juga dikenal sebagai handball, adalah olahraga tim di mana tujuan utamanya adalah mencetak gol dengan melemparkan bola ke gawang lawan. Pemahaman akan landasan teori penting dalam konteks bola tangan meliputi asal usulnya yang berasal dari zaman kuno serta aturan permainan yang mengatur dimensi lapangan, manfaat dari program jasmani dari bola tangan adalah mengembangkan cara berfikir cepat dengan korelasi atau keseimbangan dengan apa yang di ucapkan dimana pendidikan jasmani dan olahraga ini sangat penting diterapkan pada anak-anak yang usianya dalam tahap perkembangan supaya dapat terlatih untuk berfikir cepat dan meningkatkan keterampilan motorik anak-anak.

Program pendidikan jasmani berbasis bola yaitu *Child Ball* (Bola Pantul Target). Menurut Riskayani (2022), permainan bola pantul target adalah kegiatan olahraga yang menggunakan bola sebagai alat untuk meningkatkan keterampilan motorik dan koordinasi mata dan tangan. Dalam program pendidikan jasmani ini, peserta didik memantulkan bola ke sasaran tertentu seperti tembok, lingkaran target, atau area yang ditentukan dengan tingkat kesulitan yang bervariasi.

Dalam penelitian eksperimen adanya kelompok kontrol dan kelompok eksperimen bertujuan sebagai upaya pengendali kondisi oleh peneliti dalam suatu penelitian. Penelitian kuantitatif merupakan percobaan, mencari, dan mengkonfirmasi atau membuktikan dengan cara yang sistematis baik dalam desain fungsional maupun faktorial. Penelitian kuantitatif lebih pada hasil penelitian dari suatu proses yang dilakukan oleh peneliti. Penelitian ini menggunakan metode *quasi-eksperimental*, yaitu penelitian yang bertujuan untuk menguji pengaruh suatu perlakuan tertentu terhadap variabel terikat, namun tidak menggunakan pengelompokan subjek secara acak. Metode ini sesuai digunakan karena penelitian dilakukan pada kelompok siswa yang telah ditentukan di lingkungan sekolah.

Pada umumnya hasil penelitian dideskripsikan terlebih dahulu dan dilanjutkan dengan pembahasan. Seperti dalam template ini, ada sub-sub judul hasil dan pembahasan yang terpisah. Hasil penelitian berisikan tentang hasil analisis data. Bagian ini merupakan bagian utama artikel hasil penelitian dan biasanya merupakan bagian terpanjang dari suatu artikel. Penulis tidak perlu menyajikan proses analisis data seperti perhitungan statistik dan proses pengujian hipotesis. Hanya hasil analisis dan hasil pengujian hipotesis saja yang perlu dilaporkan. Tabel dan grafik dapat digunakan untuk memperjelas penyajian hasil penelitian secara verbal. Tabel dan grafik harus diberi komentar atau dibahas. Untuk penelitian kualitatif, bagian hasil memuat bagian-bagian rinci dalam bentuk sub topik-sub topik yang berkaitan langsung dengan fokus penelitian dan kategori-kategori. Penulisan tabel adalah seperti contoh berikut ini

Penelitian ini menggunakan desain *Nonequivalent Control Group Design* yaitu salah satu metode penelitian dalam desain *quasi-eksperimental* yang digunakan untuk membandingkan dua kelompok yang tidak dipilih secara acak. Dalam desain ini, terdapat dua kelompok yang satu menerima perlakuan (kelompok eksperimen), sementara kelompok lain tidak menerima perlakuan (kelompok kontrol). Perbedaanannya terletak pada pemilihan kelompok yang tidak dilakukan secara acak, yang dapat mempengaruhi hasil penelitian. Meskipun demikian, desain ini tetap memberikan wawasan mengenai efek perlakuan terhadap kelompok eksperimen dengan membandingkannya dengan kelompok kontrol yang serupa. Menurut Sugiyono (2020), paradigma desain *Nonequivalent Control Group Design* digambarkan sebagai berikut:



**Gambar 1.** Desain Penelitian

Keterangan:

$O_1$  = Hasil belajar siswa sebelum menggunakan metode pembelajaran berbasis bola.

$O_2$  = Hasil belajar siswa setelah menggunakan metode pembelajaran berbasis bola.

$O_3$  = Hasil belajar siswa sebelum ada metode pembelajaran berbasis bola.

$O_4$  = Hasil belajar siswa yang tidak menggunakan metode pembelajaran berbasis bola.

$X$  = *Treatment* atau perlakuan yang diberikan oleh peneliti.

Menurut Sugiyono (2020), sampel adalah bagian suatu objek yang mewakili populasi. Karena tidak semua populasi harus dijadikan sampel cukup yang mewakilinya. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling total.

Menurut Sugiyono (2020), teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana semua anggota dijadikan sampel. Karena penelitian yang dilaksanakan pada populasi yang kurang dari 100 sebaiknya menggunakan teknik sampling, sehingga semua anggota populasi tersebut dijadikan sampel sebagai subjek yang akan dipelajari atau sebagai pemberi informasi dan penelitian.

Menurut Sugiyono (2020), penelitian eksperimen sederhana yang menggunakan kelas eksperimen dan kelas kontrol maka jumlah maksimal adalah 35 siswa. Dalam penentuan eksperimen ini yaitu menggunakan teknik *simple random sampling* karena sampel dalam penelitian ini hanya terdiri dari satu kelas yaitu kelas IV SDN Ciawi 1 dengan jumlah siswa 30, yang dibagi menjadi 2 dengan masing-masing berjumlah 15 siswa sebagai kelas eksperimen dan 15 siswa sebagai kelas kontrol.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### Deskripsi Hasil Penelitian

Bola Pantul Target (*Child Ball*) diukur sebanyak 2 kali yaitu pada saat *pretest* dan *posttest*, yang nantinya akan dilihat apakah terdapat perbedaan nilai rata-rata pada hasil belajarnya. *Pretest* yang dilakukan pada kelas kontrol dan kelas eksperimen ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan awal bola pantul target (*child ball*) pada kelas tersebut. Setelah dilakukan *pretest* kemudian dilakukan *posttest* yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada peningkatan atau tidaknya setelah diberikan *treatment* antara kelas kontrol tanpa menggunakan metode pembelajaran berbasis bola (target bola, *relay* bola, dan bola tangkap cepat) dan kelas eksperimen yang menggunakan metode pembelajaran berbasis bola (target bola, *relay* bola, dan bola tangkap cepat). Setelah dilakukan *pretest* dan *posttest* maka akan diketahui kemampuan bola pantul target (*child ball*) pada kelas tersebut. Nilai hasil *pretest* dan *posttest* sebagai berikut:

**Tabel 1.** Data Hasil *Pretest* dan *Posttest*

No.	Nama Peserta Didik	Pretest	Posttest	Selisih	Kode Kelas
1.	Ahmad Noer A. F	18	18	0	1
2.	Aira Septiani	15	16	1	1
3.	Al Is Mubarak	13	14	1	1
4.	Aninda Lestari K	13	14	1	1

5.	Anisa Nur	14	15	1	1
6.	Apriliani	17	18	1	1
7.	Asyfa Apriliani	16	17	1	1
8.	Attaya Bilal T	21	22	1	1
9.	Defa Ahmad R	25	25	0	1
10.	Devin Kustian	22	23	1	1
11.	Galih Ginanjar	19	20	1	1
12.	Julianti Putri D	19	20	1	1
13.	Karisma Aulia	19	20	1	1
14.	Lebina Lustiana	18	19	1	1
15.	Liska Kirana	18	20	2	1
16.	M. Zihadul A	27	30	3	2
17.	Mutiara Sani	19	21	2	2
18.	Nadia Syifa	22	24	2	2
19.	Nauval Kenzo S	24	26	2	2
20.	Nayara Arsyah N	20	22	2	2
21.	Nayla Andiyani	20	23	3	2
22.	Nurdiansyah	25	27	2	2
23.	Pitri Nuryanti	27	29	2	2
24.	Rivan Ramadhan	25	27	2	2
25.	Rizqi Nurul P	19	21	2	2
26.	Sakila Nisa P	21	23	2	2
27.	Sataril V	24	26	2	2
28.	Syarif Hidayatulloh	28	30	2	2
29.	Teguh Yudhistira	25	27	2	2
30.	Wildan Maulid A	23	25	2	2

Keterangan: Kode kelas 1: kontrol, Kode kelas 2: eksperimen. Hasil analisis deskriptif *pretest* bola pantul target (*child ball*) kelas kontrol, didapat nilai minimal = 13 poin, nilai maksimal = 25 poin, rata-rata (*mean*) = 17.80 poin, dengan simpang baku (*std. Deviation*) = 3.342. Sedangkan untuk *posttest* bola pantul target (*child ball*) kelas kontrol, didapat nilai minimal = 14 poin, nilai maksimal = 25 poin, rata-rata (*mean*) = 18.73 poin, dengan simpang baku (*std. Deviation*) = 3.218.

Hasil analisis statistik deskriptif *pretest* bola pantul target (*child ball*) kelas eksperimen, didapat nilai minimal = 19 poin, nilai maksimal = 28 poin, rata-rata (*mean*) = 23.27 poin, dengan simpang baku (*std. Deviation*) = 2.987. Sedangkan untuk *posttest* bola pantul target (*child ball*) kelas eksperimen, didapat nilai minimal = 21 poin, nilai maksimal = 30 poin, rata-rata (*mean*) = 25.40 poin, dengan simpang baku (*std. Deviation*) = 3.019. Hasil selengkapnya terdapat pada tabel 6 sebagai berikut:

**Tabel 2.** Deskriptif statistik *pretest* dan *posttest* bola pantul target (*child ball*) kelas kontrol dan kelas eksperimen

Statistik	Kelas Kontrol		Kelas Eksperimen	
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
N	15	15	15	15
<i>Mean</i>	17.80	18.73	23.27	25.40
<i>Median</i>	18.00	19.00	24.00	26.00
<i>Std. Deviation</i>	3.342	3.218	2.987	3.019
<i>Minimum</i>	13	14	19	21
<i>Maximum</i>	25	25	28	30

## Hasil Uji Hipotesis

### Uji Normalitas

Uji normalitas ini dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel dalam penelitian ini mempunyai sebaran berdistribusi normal atau tidak. Untuk perhitungan uji normalitas ini menggunakan rumus *Shapiro Wilk*, dengan pengolahan data menggunakan bantuan program *SPSS* versi 27. Hasilnya disajikan pada tabel berikut ini:

**Tabel 3.** Uji Normalitas *Pretest* dan *Posttest* bola pantul target (*child ball*) kelas kontrol dan kelas eksperimen

Kelompok	P	Sig.	Keterangan
<i>Pretest</i> Kontrol	0,642	0,05	Normal
<i>Posttest</i> Kontrol	0,724	0,05	Normal
<i>Pretest</i> Eksperimen	0,335	0,05	Normal
<i>Posttest</i> Eksperimen	0,394	0,05	Normal

Jika dilihat dari hasil tabel 7 diatas, semua data *pretest* dan *posttest* kelas kontrol dan kelas eksperimen memiliki nilai  $p$  (sig.)  $> 0,05$ , maka artinya semua data berdistribusi normal. Maka dari itu karena data berdistribusi normal maka analisis data dapat dilanjutkan.

### Uji Homogenitas

Uji homogenitas ini berfungsi untuk mengetahui sekaligus meyakini bahwa kelompok-kelompok yang membentuk sampel ini berasal dari populasi yang homogen. Pengujian homogenitas ini diuji dengan menggunakan program *SPSS* versi 27. Kaidah uji homogenitas jika  $p > 0,05$  maka tes dinyatakan homogen dan jika  $p < 0,05$  maka tes dinyatakan tidak homogen. Hasilnya disajikan pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.** Uji Homogenitas Kelas kontrol dan Kelas Eksperimen

Kelompok	df1	df2	Sig.	Keterangan
<i>Pretest</i> kelas kontrol dan kelas eksperimen	1	28	0,989	Homogen
<i>Posttest</i> kelas kontrol dan kelas eksperimen	1	28	0,943	Homogen

Jika dilihat dari hasil 8 diatas, data yang digunakan dalam pengujian homogenitas ini menggunakan data *pretest* dan *posttest* kelas kontrol dan kelas eksperimen. Nilai *pretest* kelas kontrol dan kelas eksperimen memperoleh nilai sig.  $P$  0,989  $> 0,05$  dan nilai *posttest* kelas kontrol dan kelas eksperimen memperoleh nilai sig.  $P$  0,943  $> 0,05$  sehingga dengan hasil ini data dinyatakan bersifat homogen, kemudian analisis dapat dilanjutkan dengan statistik parametrik.

### Uji Hipotesis

Untuk menguji hipotesis ini menggunakan uji-t. Uji hipotesis pada penelitian yang digunakan adalah Uji *Paired Sample t-test*, yaitu test yang merupakan uji beda dua sampel berpasangan yakni subjek yang sama namun mengalami perlakuan yang berbeda. Adapun hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah “terdapat pengaruh yang signifikan metode pembelajaran berbasis bola terhadap hasil belajar materi koordinasi mata dan tangan siswa kelas IV SDN 1 Ciawi”, berdasarkan pada hasil nilai *pretest* dan *posttest* pada kelas eksperimen. Apabila pada hasil analisis menunjukkan perbedaan yang signifikan maka penggunaan metode pembelajaran berbasis bola ini memberikan dampak

pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar materi koordinasi mata dan tangan siswa. Pengambilan keputusannya yaitu jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dan jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Berdasarkan pada hasil analisis diperoleh data pada tabel 9 berikut ini:

**Tabel 5.** Hasil Uji Hipotesis

Paired Samples Test									
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest - Posttest	-2,133	,352	,091	-2,328	-1,938	-23,482	14	<,001

Berdasarkan tabel diatas hasil analisis uji-t nilai hasil belajar siswa dapat dinilai dengan keputusannya adalah jika signifikansi  $> 0,05$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak sedangkan jika signifikansi  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dari tabel diatas hasil uji *Paired Sample t-test* dapat diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,001. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (sig.  $< 0,05 = 0,001 < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya ada pengaruh yang signifikan metode pembelajaran berbasis bola terhadap hasil belajar materi koordinasi mata dan tangan siswa kelas IV SDN 1 Ciawi.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh metode pembelajaran berbasis bola terhadap hasil belajar materi koordinasi mata dan tangan siswa kelas IV SDN 1 Ciawi. Hal tersebut dapat dilihat dari pemberian latihan sebanyak 6 kali pertemuan dan tentunya bisa dibilang cukup untuk mengetahui serta menambah kemampuan siswa agar dapat mengembangkan keterampilan motoriknya asalkan dilakukan dengan sungguh-sungguh dan konsisten dalam waktu latihannya, hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan pada penelitian ini. Hal ini ditunjukkan berdasarkan perolehan nilai rata-rata *pretest* kelas eksperimen yaitu 23.27 dan *pretest* kelas kontrol yaitu 17.80. Setelah diberikan perlakuan (*treatment*) diperoleh hasil rata-rata *posttest* kelas eksperimen yaitu 25.40 sedangkan *posttest* kelas kontrol yaitu 18.73. Hasil uji homogenitas menunjukkan bahwa data *pretest* dan *posttest* bersifat sama atau homogen. Hasil uji hipotesis yang dilakukan memperoleh nilai  $0,001 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran berbasis bola berpengaruh terhadap hasil belajar siswa materi koordinasi mata dan tangan di SDN 1 Ciawi. Penerapan metode pembelajaran berbasis bola membantu siswa untuk meningkatkan dan mengembangkan keterampilannya terutama pada keterampilan motorik khususnya koordinasi mata dan tangan yang mempengaruhi performa siswa dalam berbagai aktivitas fisik.

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat dibuktikan bahwa metode pembelajaran berbasis bola dapat meningkatkan pengembangan keterampilan motoriknya khususnya meningkatkan kemampuan koordinasi mata dan tangan siswa. Dengan metode pembelajaran ini siswa terlihat sangat antusias dan bersemangat karena dengan adanya metode pembelajaran yang terstruktur yang bermanfaat bagi siswa dalam meningkatkan fokus, ketepatan, dan respon tubuh yang berguna dalam kegiatan belajar sehari-hari serta menjadikan olahraga sebagai aktivitas yang menyenangkan dan bermanfaat untuk meningkatkan keterampilan fisiknya.

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa penerapan metode pembelajaran berbasis bola dapat meningkatkan keterampilan motoriknya khususnya meningkatkan kemampuan koordinasi mata dan tangan pada siswa, karena dapat membuat siswa lebih antusias dan bersemangat pada saat pembelajaran berlangsung. Selain itu, dapat membantu siswa dalam menyusun program pendidikan yang terstruktur karena metode pembelajaran ini efektif untuk mengembangkan keterampilan siswa.

## PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan metode pembelajaran berbasis bola terhadap hasil belajar koordinasi mata dan tangan siswa kelas IV SDN 1 Ciawi. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan hasil *pretest* dan *posttest* kelas eksperimen dan kelas kontrol. Nilai rata-rata *pretest* kelas eksperimen yaitu 23,27 dan nilai rata-rata *pretest* kelas kontrol yaitu 17,80 sedangkan nilai rata-rata *posttest* kelas eksperimen yaitu 25,40 dan nilai rata-rata *posttest* kelas kontrol yaitu 18,73.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil analisis uji-t (*t-test*) pada hasil belajar siswa dapat dinilai dengan keputusannya adalah jika signifikansi  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sedangkan jika signifikansi  $> 0,05$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Maka hasil uji *Paired Sample t-test* dapat diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,001. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (sig.  $< 0,05 = 0,001 < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya ada pengaruh metode pembelajaran berbasis bola terhadap hasil belajar materi koordinasi mata dan tangan siswa kelas IV SDN 1 Ciawi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andri, J., Rohendi, A., & Hartono, T. (2023). Pengaruh Latihan One Ball Overhand Dribble Between Two Hands dengan Two Ball Overhand Dribble Terhadap Peningkatan Koordinasi Mata dan Tangan. *Jurnal Keolahragaan*, 8(2), 95. <https://doi.org/10.25157/jkor.v8i2.9615>
- Firdaus, M. (2024). Efektivitas Program Latihan Plyometric Dalam Meningkatkan Power Otot Lengan Pada Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Tangan STKIP Modern Ngawi. *Jurnal Media Akademika*, 2(7), 1–12.
- Permana, R. (2024). Evaluasi Awal Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa SD dengan Tes Foster: Implikasi terhadap Pembelajaran PJOK. *JURNAL PENDIDIKAN OLAHRAGA*, 14(6), 453–461.
- Permana, R., Winarno, M. E., Rahayu, S., & Pd, H. S. (2024). *Literasi Fisik di Sekolah Dasar: Teori dan Praktik menilai Literasi Fisik Usia 8-12 Tahun*.
- Riskayani, N. L. (2022). Permainan Manipulatif untuk Peningkatan Koordinasi dan Keterampilan Motorik. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 10.
- Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.
- Wawan, W., Siantoro, G., & Khamidi, A. (2024). Kemampuan Keseimbangan Dan Koordinasi Pada Siswa Kelas 3 Dan 4 Sekolah Dasar. *Jambura Health and Sport Journal*, 6(2), 133–145. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v6i2.26840>
- Widanti, H. N., Arti, W., & Anjasmara, B. (2021). Efektivitas Pemberian Latihan Brain Gym Terhadap Peningkatan Koordinasi Mata dan Tangan Pada Anak Pra-Sekolah. *Physiotherapy Health Science (PhysioHS)*, 3(1), 40–45. <https://doi.org/10.22219/physiohs.v3i1.17161>