



ISBN 9978-602-60013-0-6

# PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA

“Rekonstruksi Pendidikan Jasmani dan Olahraga  
Untuk Menghasilkan Masyarakat Yang Berdaya Saing”



PROSIDING



Jombang, 1 Oktober 2016  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN  
SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
**STKIP PGRI JOMBANG**  
JL. PATTIMURA III/20 JOMBANG  
Telp.(0321) 861319-854318 FAX. (0321)854319



ISBN 9978-602-60013-0-6

**PROSIDING**  
**SEMINAR NASIONAL**  
**PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA**

**“Rekonstruksi Pendidikan Jasmani dan Olahraga  
Untuk Menghasilkan Masyarakat Yang Berdaya Saing”**



Jombang, 1 Oktober 2016  
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN**  
**SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**  
**STKIP PGRI JOMBANG**  
JL. PATTIMURA III/20 JOMBANG  
Telp.(0321) 861319-854318 FAX. (0321)854319





## **SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA**

### **“REKONSTRUKSI PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA UNTUK MENGHASILKAN MASAYARAKAT YANG BERDAYA SAING”**

**ISBN 978-602-60013-0-6**

#### **Editor**

Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd.  
Risfandi Setyawan, M.Pd.  
Basuki, S.Or., M.Pd.  
Rendra Wahyu Pradana, M.Pd.

#### **Reviewer**

Prof. Dr. Nurhasan, M.Kes.  
Drs. Suroto, M.A., Ph.D.  
Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd.

#### **Desain**

Kahan Tony Hendrawan

#### **Penerbit dan Redaksi:**

Prodi Pendidikan Jasmani & Kesehatan  
STKIP PGRI Jombang  
Jl. Pattimura III/20 Gedung C/03 Jombang Tlp. (0321) 861319 Fax (0321) 854319  
**Email. [penjaskes.stkipjb@gmail.com](mailto:penjaskes.stkipjb@gmail.com)**

Cetakan pertama, Oktober 2016

Hak cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan  
dengan cara apapun tanpa ijin tertulis dari penerbit



## Kata Pengantar

Puji syukur alhamdulillah kami panjatkan kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah, dan InayahNya, sehingga prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani dan Olahraga 2016 Program Studi pendidikan jasmani dan kesehatan STKIP PGRI JOMBANG ini dapat terwujud sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan. Terimakasih kami sampaikan pula kepada seluruh anggota Tim yang telah bekerja keras menyelesaikan prosiding ini

Partisipasi dalam olahraga dan pendidikan jasmani sangat berperan dalam peningkatan kemampuan personal dan sosial manusia, selain juga berfungsi untuk memperbaiki fungsi fisiologis serta kompetensi sosio-psikologis manusia. Keterlibatan manusia dalam aktivitas olahraga dan pendidikan jasmani menjadi bekal dalam peningkatan kualitas sumber daya manusia handal, yang mampu bersaing dalam pembangunan secara global. Melalui aktivitas olahraga dan pendidikan jasmani manusia dapat belajar mengenai nilai-nilai moral, nilai-nilai kompetitif, *fairplay*, dan *sportmanship*. Olahraga dan pendidikan jasmani juga berperan sebagai media untuk partisipasi sosial masyarakat, menjadi sarana untuk membangun kerjasama yang baik dengan dan diantara berbagai perbedaan kelompok, gender, ras, dan negara.

Kontribusi lebih jauh dari olahraga dan pendidikan jasmani adalah meningkatkan berbagai tujuan sosial masyarakat, mendukung sektor ekonomi, menjadi solusi krisis moral yang terjadi pada remaja, dan mampu meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara fisik, psikologis dan sosial. Olahraga dan pendidikan jasmani sangat penting dalam menjaga kebugaran manusia untuk menjalani kehidupan sehari-hari, mengurangi keterbatasan fungsional tubuh, membantu manusia untuk hidup mandiri, mencegah, menunda dan mengurangi timbulnya penyakit kronis akibat kekurangan gerak. Partisipasi dalam aktivitas olahraga dan pendidikan jasmani memberikan berkontribusi terhadap kualitas fisik, mental dan sosial manusia sehingga mendorong terhadap peningkatan kualitas hidup masyarakat di suatu negara

**Jombang 01 Oktober 2016**  
**Redaksi**



**SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN JASMANI DAN OLARAHAGA  
“REKONSTRUKSI PENDIDIKAN JASMANI DAN OLARAHAGA UNTUK  
MENGHASILKAN MASYARAKAT YANG BERDAYA SAING”**

**STKIP PGRI JOMBANG  
01 OKTOBER 2016**

**DAFTAR ISI**

|                                                                                                                                                                                                                                                                                |         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Rekonstruksi Kebijakan Lingkup Olahraga Pendidikan Berbasis Trasferable Daya Saing (Optimalisasi Peran Perguruan Tinggi Olahraga Dalam Era Otonomi Daerah<br><i>Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd.</i> .....                                                                 | 1-12    |
| 2. Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pembinaan Olahraga Prestasi<br><i>Prof. Dr. Nurhasan, M.Kes.</i> .....                                                                                                                                                                       | 13-19   |
| 3. Rekonstruksi Penjasor Untuk Menghasilkan Masyarakat Yang Berdaya Saing<br><i>Prof. Dr. Adang Suherman, M.A.</i> .....                                                                                                                                                       | 20-41   |
| 4. Pengaruh Penerapan Hellison Models Dalam Pembelajaran Bola Basket Terhadap Pengembangan Tanggungjawab Siswa SMA Negeri 22 Bandung<br><i>Rajip Mustafillah Rusdiyanto</i> .....                                                                                              | 42-51   |
| 5. Penggunaan Media Audio Visual Sebagai Upaya Peningkatan Kemampuan Gerak Teknik <i>Lay-Up Shoot</i> Bolabasket Pada Tim Putra Dan Putri SMA 17 Agustus 1945 Surabaya.<br><i>Eka Kurnia Darisman, Moh. Hanafi</i> .....                                                       | 52-58   |
| 6. Efektifitas Metode Latihan Piramid Dan Piramid Terbalik Terhadap Peningkatan Hipertrofi Otot Dada Dan Kekuatan Otot Dada Pada Atlet Binaraga Jawa Barat<br><i>Sandra Arhesa</i> .....                                                                                       | 59-71   |
| 7. Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Untuk Meningkatkan Kerjasama Tim Pada Permainan Sepak Takraw<br><i>Ali Priyono, M. Pd</i> .....                                                                                                                                     | 72-83   |
| 8. Kontribusi Panjang Lengan Dan Koordinasi Mata Terhadap Akurasi Servis Atas Dalam Permainan Bolavoli<br><i>Brio Alfatihah Rama Yuda</i> .....                                                                                                                                | 84-93   |
| 9. Komponen Fisik Yang Mempengaruhi Hasil <i>Flying Shoot</i><br><i>Indra Prabowo, M. Pd</i> .....                                                                                                                                                                             | 94-105  |
| 10. Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Berbasis Teknologi Informasi (TI) Audio Visual Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Pada Mata Pelajaran Penjaskes Pada Siswa V Sd Islam Terpadu Nurul Anshar Situbondo Dan Sdn Mimbaan VIII Situbondo Tahun Ajaran 2014/2015 | 106-113 |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                     |         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| <b>Afif Amroellah S.Pd., M.Pd.....</b>                                                                                                                                                                                                                                              |         |
| 11. Pengembangan Permainan Sirkuit Untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani, Mengenal Huruf Dan Angka Pada Anak Taman Kanak-Kanak Se-Distrik Merauke<br><b>Afif Khoirul Hidayat, Syamsudin.....</b>                                                                                     | 114-126 |
| 12. Pengembangan Belajar Keterampilan Sepaktakraw Anak Melalui Media Keranjang Jaring Pada Anak Sekolah Dasar di Kota Kediri<br><b>Abdian Asgi Sukmana, Slamet junaidi .....</b>                                                                                                    | 127-138 |
| 13. Pengaruh Pendekatan Bermain Terhadap Kebugaran Jasmani Peserta Didik Kelas VIII SMP DR MUSTA'IN ROMLY<br><b>Ilmul Ma'arif, Arnaz Anggoro Saputro.....</b>                                                                                                                       | 139-148 |
| 14. Studi Keadaan Sarana Dan Prasarana Penunjang Aktifitas Pendidikan Jasmani Olahraga Di Sekolah Dasar<br><b>Heldie Bramantha.....</b>                                                                                                                                             | 149-161 |
| 15. Analisis Penunjang Fisiologi Dalam Mengidentifikasi Atlet Berbakatpada Cabang Olahraga Bolabasket<br><b>Ritoh Pardomuan, M. Zaim Zen.....</b>                                                                                                                                   | 162-169 |
| 16. Modifikasi Alat Pembelajaran Melalui Permainan Tonnis Dalam Aspek Keterampilan Hasil Belajar Siswa (Studi Pada Siswa Kelas IV SDN Kebraon I Surabaya)<br><b>Toni Kogoya, Nanik Indahwati, Andun Sudijandoko.....</b>                                                            | 170-182 |
| 17. Survey Tingkat Kepuasan Mahasiswa Terhadap Kinerja Dosen Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Tahun 2016<br><b>Rahayu Prasetyo, Novita Nur Synthiawati.....</b>                                                                                                  | 183-188 |
| 18. Pengaruh Pembelajaran Metode <i>Student Teams Achievement Division</i> (STAD) Terhadap Hasil Belajar <i>Dribble</i> Pada Permainan Bolabasket Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Angkatan 2015<br><b>Kahan Tony Hendrawan, Yully Wahyu Sulistyo .....</b> | 189-198 |
| 19. Effect Of Yoga Gymnastic Exercises On Flexibility And Body Balance<br><b>Suhartik, Luqman Hakim .....</b>                                                                                                                                                                       | 199-205 |
| 20. Efektivitas Pembelajaran Lempar Lembing Dengan Menggunakan Modifikasi Media Pembelajaran Pada Siswa SMPK Petra Jombang<br><b>Mecca Puspitaningsari.....</b>                                                                                                                     | 206-217 |
| 21. Hubungan Regulasi Diri Terhadap Kecemasan Atlet Pencak Silat Dalam Menghadapi Pertandingan<br><b>Yudi Dwi Saputra, Basuki.....</b>                                                                                                                                              | 218-228 |



22. Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan Bentengan Pada Siswa Kelas V SDN Bakalan Kec. Gondang Kab. Mojokerto Tahun Pelajaran 2015/2016  
*Puguh Satya Hasmara, Rendra Wahyu Pradana*..... 229-239
23. Pengaruh Metode Latihan Reactive Agility Training Model Sprint Drill Dan Lateral Drill Terhadap Kecepatan dan kelincahan  
*Wahyu Eko Widiyanto, M.Pd*..... 240-250
24. Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan Bentengan Pada Siswa Kelas V SDN Bakalan Kec. Gondang Kab. Mojokerto Tahun Pelajaran 2015/2016  
*Ahmad Bahriyanto, M.Pd*..... 251-258
25. Pengembangan Model Latihan Kecepatan Tendangan Dengan Dumble Pada Peserta Ekstrakurikuler Pencak Silat Di SMP Negeri Kabupaten Jember  
*Bahtiar Hari Hardovi, M.Pd*..... 259-275
26. Reliabilitas Dan Indek Kesepakatan Kelompok Rater Pada Penilaian Keterampilan Gerak Dasar Menggunakan Sistem Process-Oriented  
*Setyorini* ..... 276-285
27. Pentingkah Rasa Percaya Diri Pembelajar Dipelihara untuk Menjamin Tingginya Prestasi Belajar Renang?  
*Setiyo Hartoto*..... 286-294
28. Kemampuan Motorik Jingkat, Lompat, Dan Lempar Siswa Tunagrahita Ringan Usia 13-21 Tahun SLB PGRI Badas Kabupaten Kediri  
*DhedhyYuliawan, M.Or., Rahman Diputra, M.Pd*..... 295-303