

**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *SHOOTING* PADA PERMAINAN BOLA BASKET MELALUI MODIFIKASI BOLA****Budi Prasetyo**<sup>✉</sup>

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

**Info Artikel**

*Sejarah Artikel:*  
Diterima Agustus 2014  
Disetujui Agustus 2015  
Dipublikasikan  
September 2015

*Keywords:*  
*Shooting Basketball;*

**Abstrak**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK). Subyek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri 02 Dadirejo Kabupaten Pekalongan, sedangkan obyek penelitian menggunakan metode modifikasi bola siswa yang digunakan adalah siswa kelas V SD Negeri 02 Dadirejo Kabupaten Pekalongan, pada semester 2 tahun pelajaran 2013 / 2014. Sedangkan jumlah siswa 32 anak terdiri dari 17 putra dan 15 putri Berdasarkan hasil penelitian ini yang sudah dilakukan terjadi peningkatan hasil belajar siswa dari kondisi awal, siklus 1 dan siklus 2 , baik dari peningkatan nilai rata-rata pembelajaran *shooting* bola basket maupun nilai ketuntasan hasil belajar. Rata-rata siklus 1 adalah 73,35 dan rata-rata siklus 2 adalah 76,30. Sehingga peningkatan dari siklus 1 ke siklus 2 sebesar 2,95. Kesimpulan dari hasil penelitian bahwa melalui modifikasi bola dalam pembelajaran bola basket dapat meningkatkan hasil belajar *shooting* dalam permainan bola basket bagi siswa Sekolah Dasar Negeri 02 Dadirejo Kabupaten Pekalongan tahun pelajaran 2013/2014.

**Abstract**

*This study uses classroom action research (CAR). The subjects of this study were fifth grade students of SD Negeri 02 Dadirejo Pekalongan, while the object of the study using a modified method of the ball. students used were fifth grade students of SD Negeri 02 Dadirejo Pekalongan, in the 2nd half of the school year 2013/2014, while the number of students 32 children consisted of 17 sons and 15 daughters Based on the results of this research that has been done there is an increase in student learning outcomes from the initial condition, cycle 1 and cycle 2, both from an increase in the average value of learning and the value of a basketball shooting mastery of learning outcomes. Average cycle 1 was 73.35 and the average cycle 2 was 76.30. So the increase of cycle 1 to cycle 2 by 2.95. Conclusions from the study that through ball modifications in teaching basketball shooting can improve learning outcomes in a basketball game for students of State Elementary School 02 Dadirejo Pekalongan academic year 2013/2014.*

© 2015 Universitas Negeri Semarang

<sup>✉</sup> Alamat korespondensi:  
Gedung F1 Lantai 3 FIK Unnes  
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229  
E-mail: [budyprasetyo89@yahoo.com](mailto:budyprasetyo89@yahoo.com)

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif serta kecerdasan emosi. Tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Artinya, cakupan pendidikan jasmani tidak hanya pada aspek jasmani saja tetapi juga aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Selain itu pendidikan jasmani juga mencakup aspek mental, emosional, sosial, dan spiritual.

Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, diajarkan beberapa macam cabang olahraga yang terangkum dalam kurikulum pendidikan jasmani. Salah satu cabang olahraga yang diajarkan adalah bola basket.

Permainan bola basket pertama kali diciptakan pada abad ke-19 oleh Dr. James Naismith. Permainan ini adalah salah satu olahraga yang populer di dunia, karena bola basket ini adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif, menghibur dan menyehatkan. Permainan ini dilakukan oleh dua regu yaitu lima lawan lima. Keterampilan perorangan seperti tembakan, umpan, dribel, dan rebound, serta kerja tim untuk menyerang atau bertahan, adalah persyaratan untuk berhasil dalam olahraga ini. Karena permainan ini membutuhkan banyak kemampuan untuk gerak, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SDN Negeri 02 Dadirejo Kabupaten Pekalongan, sekolah tersebut masih minim sarana dan prasarana untuk melakukan pendidikan jasmani dimana harus tersedianya lapangan bola basket, guru masih mengalami kesulitan dalam mengajarkan materi bola basket dikarenakan keterbatasan alat, dimana pihak sekolah hanya mempunyai 2 buah bola basket yang jumlahnya tidak sesuai dengan banyaknya jumlah siswa.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan di sekolah Sekolah Dasar Negeri 02 Dadirejo Kabupaten Pekalongan khususnya pada saat proses pembelajaran bola basket materi *Shooting* siswa masih belum maksimal dalam melakukan *Shooting* sehingga hasilnya masih kurang baik. Dimana kekurangannya adalah tembakan atau tolakan bola pada ring basket selalu tidak tepat pada sasaran dan dalam melakukan *Shooting* terjadi beberapa gerakan yang salah. Hal ini disebabkan karena siswa tidak dilibatkan secara aktif dalam melakukan materi yang diajarkan karena guru kurang kreatif dalam memodifikasi sehingga hasil akhir pembelajaran *Shooting* bola basket dalam materi *Shooting* kurang baik. Hal ini bisa dilihat dari 32 anak siswa kurang dari jumlah KKM (Kriteria Ketuntasan Maksimal).

Masalah tersebut tidak boleh dibiarkan berkelanjutan, oleh karena itu diperlukan berbagai upaya yang dapat menunjang keberhasilan siswa dalam proses belajar. Salah satu upaya yang dilakukan guru adalah dengan melakukan modifikasi media dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Strategi dalam mengajar merupakan faktor yang sangat penting untuk memperoleh hasil belajar yang baik, salah satunya karena keberhasilan dari pada proses belajar dapat dipengaruhi oleh strategi pembelajarannya. Alasan rasional menggunakan media modifikasi adalah bahwa siswa akan melihat pemahaman yang lebih baik mengenai pembelajaran jump shoot dan free throw akan lebih tertarik pada materi *shooting* dalam permainan bola basket jika mereka dilibatkan secara aktif dalam melakukan materi-materi yang diajarkan. Namun penggunaan media modifikasi sangat jarang dilaksanakan dalam proses pembelajaran.

## METODE

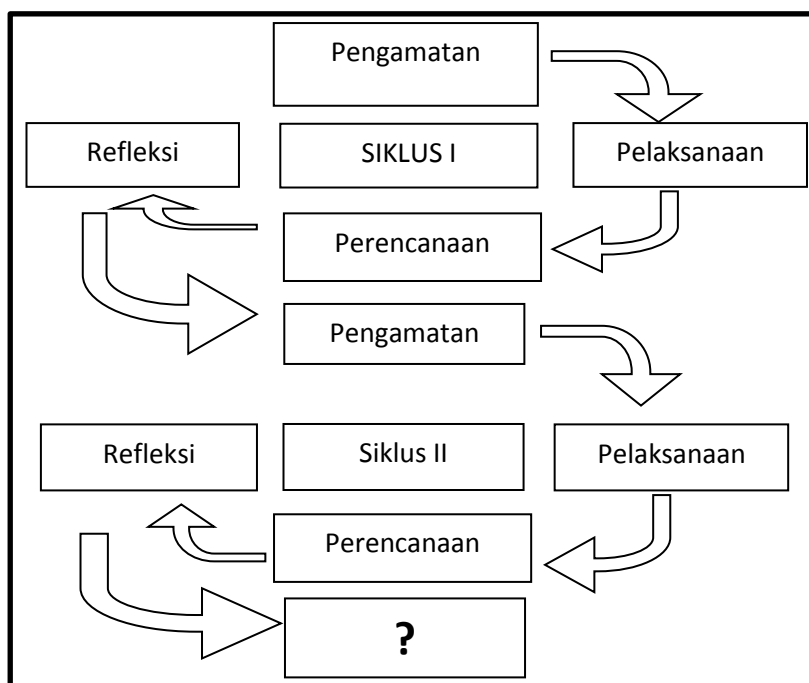
Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan oleh peneliti merupakan pembelajaran bola basket melalui teknik jump shot dan free throw, yang bermuara pada tindakan meningkatkan hasil belajar siswa

dalam pembelajaran bola basket dengan modifikasi bola voli.

Subyek penelitian ini pada siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 02 Dadirejo Kabupaten

Pekalongan Tahun Pelajaran 2013/2014 dengan jumlah 32 siswa.

Obyek penelitian ini adalah pembelajaran Bola Basket dengan menggunakan modifikasi Bola dalam melakukan *Shooting*:



Secara terperinci prosedur penelitian tindakan kelas ini dijabarkan sebagai berikut :

**Tahap Perencanaan**

1. Peneliti mempersiapkan alat dan sarana yaitu bola voli dan tiang ring bola basket untuk sasaran.
2. Merancang rencana pembelajaran sesuai indikator pada siklus I yaitu melakukan gerakan teknik dasar *shooting* yang terdiri dari tembakan lompatan dengan dua tangan di atas kepala dan tembakan lompatan dengan satu tangan.
3. Peneliti menyusun lembar observasi pengamatan proses pembelajaran.
4. Peneliti menyusun instrumen penilaian.
5. Peneliti menyusun skenario pembelajaran yang akan digunakan dalam siklus I.

**Tahap Pelaksanaan**

Langkah-langkah kegiatan yang dilakukan pada tahap pelaksanaan dari perencanaan yang telah dibuat adalah dengan

melaksanakan proses pembelajaran sebagai berikut:

a. Tahap awal

- Guru mempersiapkan alat dan sarana pembelajaran , yaitu lapangan bola basket mini, bola voli, ring bola basket untuk permainan bola basket sebagai media pembelajaran.
- Guru melakukan presensi kehadiran siswa.
- Siswa melakukan pemanasan dengan sebuah permainan.

b. Tahap Inti Pembelajaran

- Guru menyampaikan tujuan pembelajaran dan memberikan motivasi belajar.
- Guru memberikan apersepsi materi yang berkaitan, yaitu teknik *shooting* pada permainan bola basket.
- Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan materi akan diajarkan melalui cara melakukan

*shooting* jump shot dan free throw dengan tembakan bola voli ke arah ring bola basket.

- Guru membentuk 2 kelompok agar dapat lebih mudah dalam pengamatan dan penilaian.
- Guru mengamati siswa dalam melakukan tembakan jump shot dan free throw pada saat melakukan *shooting*.
- Guru mengadakan tes praktek pada saat siswa melakukan tembakan jump shot dan free throw pada permainan bola basket.
- Guru memberikan tes tulis kepada siswa.

c. Tahap Penutup

Guru mengadakan koreksi secara umum tentang kesalahan-kesalahan yang terjadi dan membetulkannya. Pengamatan dilakukan untuk mengamati proses pembelajaran dibuat dengan bergradasi 1, 2, 3, dan 4 dengan ketentuan :

- 4 = sangat tinggi
- 3 = tinggi
- 2 = rendah
- 1 = sangat rendah

**Tahap Observasi**

Observasi dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung, pada siklus 1 diharapkan adanya peningkatan hasil tes dan perubahan perilaku siswa, sasaran observasi meliputi :

1. Kesiapan siswa dalam mengikuti pembelajaran
2. Siswa memperhatikan penjelasan guru dengan baik, aktivitas siswa saat

pembelajaran penjasorkes permainan *shooting* bola basket formasi angka sebelas

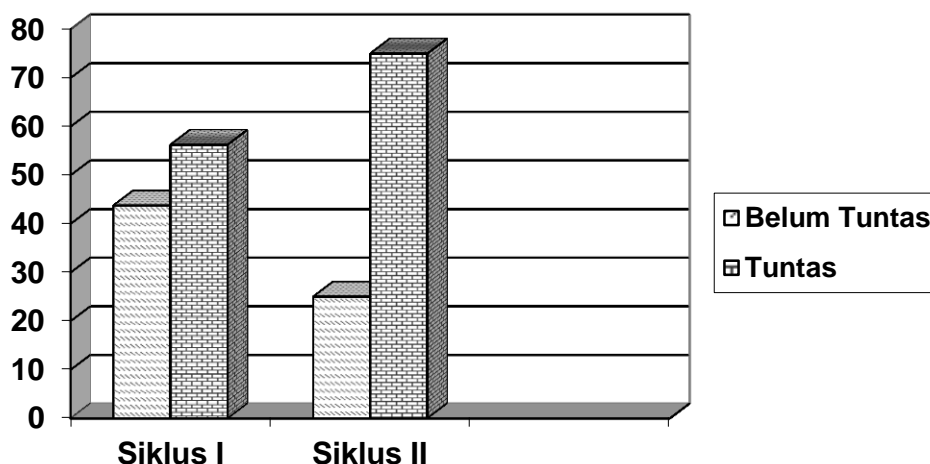
3. Siswa mengerjakan tugas dengan baik, sehingga pengamatan yang dilakukan pada siklus II dengan pengamatan yang dilakukan pada siklus I begitu juga poin pertanyaan yang diberikan pada siswa, hal ini karena proses pengamatan sudah dianggap lebih menekankan pada aktivitas proses pembelajaran yaitu aktivitas siswa dan respon siswa yang diberikan guru.

**Tahap Refleksi**

Refleksi pada siklus I bertujuan untuk merefleksikan hasil evaluasi belajar siswa pada Pra siklus, yaitu dengan menganalisis kembali pembelajaran siklus I untuk menentukan kemajuan yang telah dicapai siswa selama proses pembelajaran *shooting* bola basket dan untuk mencari kelemahan-kelemahan yang mungkin masih muncul pada siklus I, selain itu untuk mengetahui keefektifan penggunaan permainan untuk meningkatkan kemampuan *shooting* bola basket pada pembelajaran penjasorkes, serta mengetahui perubahan perilaku siswa setelah mengikuti kegiatan pembelajaran.

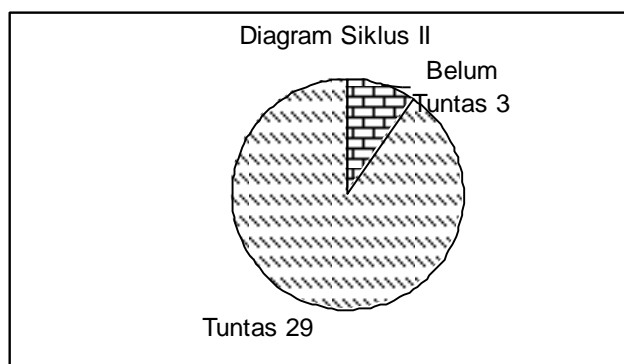
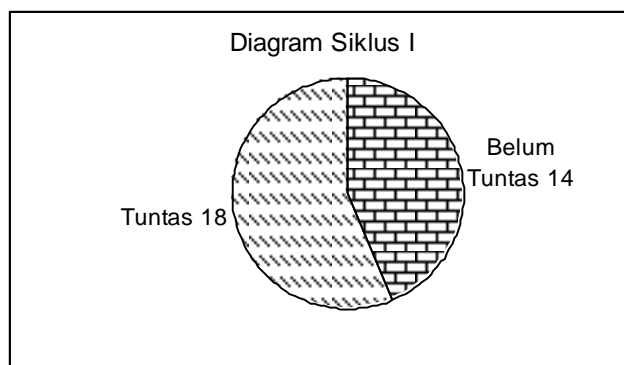
**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berikut perbandingan peningkatan hasil belajar *shooting* bola basket dari siklus 1 sampai dilakukan tindakan pada siklus 2:



Dari Dengan memperhatikan histogram tersebut dapat dilihat kemajuan belajar siswa, terutama ketuntasan belajar siswa. dari siklus pertama ke siklus kedua terlihat adanya peningkatan. Sebaliknya dapat dilihat penurunan ketidak tuntasan belajar siswa terutama pada siklus kedua. Dengan

memperhatikan data-data pada siklus pertama dan siklus kedua maka pembelajaran yang sesuai dengan kondisi siswa pembelajaran *shooting* permainan bola voli dengan modifikasi media bola voli dalam pembelajaran bola basket. Hal ini dapat kita sajikan dalam diagram lingkaran sebagai berikut:



Dengan memperhatikan diagram lingkaran tersebut dapat kita lihat peningkatan hasil belajar siswa, dilihat dari hasil nilai rata-rata kelas dari mulai siklus I, siklus II

Berdasarkan hasil penelitian siklus 1 dan siklus 2. Dari hasil evaluasi belajar *shooting* permainan bola basket dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran dengan metode pendekatan modifikasi bola dapat meningkatkan hasil belajar *shooting* dalam permainan bola basket pada siswa kelas V SDN Negeri 02 Dadirejo Kabupaten Pekalongan. Hal ini ditandai dengan nilai rata-rata diatas Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM), yang telah ditetapkan oleh sekolah meningkatkan hasil belajar *shooting* bola basket, yaitu 75.

Kegiatan pembelajaran dengan pendekatan bermain menyediakan pengalaman gerak yang akan membangkitkan motivasi pada peserta didik untuk berprestasi dalam kegiatan pembelajaran. Kegiatan bermain atletik diawali dengan gagasan yang dapat memotivasi peserta didik untuk berlari, melompat dan melempar dalam bentuk yang paling sederhana. Faktor motivasi merupakan bagian dari tugas guru yang merupakan tantangan didalam memerlukan jawaban agar dapat merangsang peserta didik untuk aktif bergerak.

Disisi lain untuk tercapainya keefektifan pembelajaran permainan bola basket, guru-guru pendidikan jasmani, olah raga dan kesehatan perlu memberikan rangsangan yang dapat membangkitkan motivasi belajar peserta didik. Motivasi belajar peserta didik dalam mempelajari pendidikan jasmani, olah raga dan kesehatan sangat terkait dengan sikap mental dan kepribadian yang dimiliki, hal tersebut meliputi :

Penerimaan mencakup kepekaan adanya suatu stimulus dan adanya kesediaan untuk memperhatikan rangsangan. Kesediaan dinyatakan dalam memperhatikan sesuatu namun masih pasif.

Partisipasi mencakup kerelaan untuk memperhatikan secara aktif dan berpartisipasi dalam suatu kegiatan. Keaktifan ini dinyatakan dalam memberikan suatu reaksi terhadap rangsangan yang disajikan.

Penilaian atau menentukan sikap yang mencakup kemampuan untuk memberikan penilaian terhadap sesuatu atau membawa diri sesuatu dengan penilaian itu, kemampuan ini dinyatakan dalam suatu perkataan atau tindakan.

Organisasi meliputi kemampuan untuk membentuk suatu sistem nilai sebagai pedoman dan pegangan dalam kehidupan. Kemampuan ini dinyatakan dalam mengembangkan suatu perangkat nilai.

Pembentukan pola hidup merupakan kemampuan untuk menghayati nilai-nilai kehidupan sedemikian rupa sehingga menjadi milik pribadi dan menjadi pegangan nyata dan jelas untuk mengatur kehidupan sendiri. Kemampuan ini dinyatakan dalam pengaturan hidup berbagai bidang.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan pembelajaran *shooting* permainan bola basket yang telah dilaksanakan dan berdasarkan penelitian diatas dapat diambil simpulan sebagai berikut : bahwa melalui modifikasi bola dalam pembelajaran bola basket dapat meningkatkan hasil belajar *shooting* dalam permainan bola basket bagi siswa Sekolah Dasar Negeri 02 Dadirejo Kabupaten Pekalongan tahun pelajaran 2013/2014. Hal ini terlihat dari hasil tes unjuk kerja dari siklus pertama 18 siswa 56,25% yang tuntas dan 14 siswa 43,75% yang belum tuntas, melalui bentuk permainan modifikasi bola maka pada siklus kedua mengalami kenaikan yang signifikan menjadi 29 siswa 90,62% yang tuntas dan 3 siswa 9,38% yang belum tuntas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anthony Dowson, BSc (Hons), MSc dan Keith E.J. Morris, BA (Hons). 2005. Bermain dan Berolahraga 100 Aktivitas Olahraga untuk Usia 5 – 16 Tahun. Bandung : Pakar Raya
- Budi Indrawan, M.Pd dan Deni Nurhidayat, S.Pd. 2010. Permainan Bola Basket untuk Kalangan Sendiri. Tasikmalaya : Universitas Siliwangi.

- ....., 2010. Peraturan Perwasitan Permainan Bola Basket untuk Kalangan Sendiri. Tasikmalaya : Universitas Siliwangi.
- Depdiknas. 2006. Model Silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran. Jakarta : BSNP.
- Drs. Sugiarto, M.M., Sugiarti, dan Budi Suprianto. 2009 Langkah Menjadi Pemain Basket Hebat. Jakarta : PT. Mediantara Semesta.
- Farida Mulyaningsih, dkk. 2010. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk kelas V. Klaten : PT. Macanan Jaya Cemerlang.
- Suharsimi Arikunto. 2006. Prosedur Penelitian. Jakarta : Rineka Cipta.
- Sutrisno, S.Pd dan Yuni Marlani. 2007. Pemain Basket Berprestasi. Jakarta : PT. Musi Perkasa Utama.
- Syaiful Bahri Djamarah dan Zain, Aswan. 2010. Strategi Belajar Mengajar. Jakarta : Rineka Cipta.
- Tri Minarsih, Acep Hadi, Hanjaeli. 2010. Asyiknya Berolahraga 5 Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk Sekolah Dasar (SD) / Madrasah Ibtidaiyah (MI) Kelas V. Surabaya : PT. Jepe Press Media Utama.