

## PENINGKATAN HASIL BELAJAR *LAY UP SHOOT* BOLA BASKET MELALUI PENDEKATAN BERMAIN

Arifto Juniardi  
PJKR FKIP  
Universitas Dehasen, Bengkulu  
Ariftojuniardi@gmail.com

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar *lay up shoot* pada permainan bola basket melalui pendekatan bermain. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VII.B SMP Marie Joseph yang berjumlah 23 orang siswa. Model tindakan dalam penelitian ini menggunakan model tindakan Kemmis dan Taggart yang meliputi tahapan-tahapan (1) Perencanaan, (2) Tindakan, (3) Pengamatan, (4) Refleksi. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dan kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil tes awal *lay up shoot* diperoleh 30.44% dari kriteria yang diharapkan. Pada siklus I terdiri dari empat pertemuan hasil tes *lay up shoot* diperoleh 60.86% dari kriteria yang diharapkan. Pada siklus II yang terdiri dari empat pertemuan hasil tes *lay up shoot* diperoleh 86.95% dari kriteria yang diharapkan. Artinya mengalami peningkatan sejumlah 56.51%. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa: (1) melalui pendekatan bermain siswa dapat meningkatkan hasil belajar *lay up shoot*. (2) melalui pendekatan bermain siswa lebih antusias serta aktif dalam mengikuti proses pembelajaran.

**Kata Kunci:** Pendekatan Bermain, Peningkatan Hasil Belajar *Lay Up Shoot*, Penelitian Tindakan.

### Abstract

*This study aims to improve the results of learning lay up shoot on the game of basketball through a play approach. This study was conducted on students of class VII.B of Joseph Joseph Junior, which amounted to 23 students. The model of action in this study uses the Kemmis and Taggart model of action covering the stages (1) Planning, (2) Action, (3) Observation, (4) Reflection. Data analysis technique in this research is descriptive qualitative and quantitative. The results showed that the results of the initial test lay up shoot obtained 30.44% of the expected criteria. In cycle I consist of four meeting result of lay up shoot test obtained 60.86% from expected criterion. In cycle II consisting of four meeting result of lay up shoot test obtained 86.95% from expected criterion. This means an increase of 56.51%. Based on the results of this study can be concluded that: (1) through student play approach can improve the results of learning lay up shoot. (2) through the play approach of students more enthusiastic and active in following the learning process.*

**Keywords:** Play Approach, Improved Learning Outcomes Lay Up Shoot, Action Research.

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan bidang yang mempunyai kedudukan yang sangat penting diberbagai negara manapun. Hal ini disebabkan karena pendidikan berperan dalam membangun karakter suatu bangsa. Sebagai bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, aktifitas pendidikan jasmani di sekolah merupakan suatu proses belajar mengajar melalui aktifitas gerak fisik. Aktivitas fisik yang diberikan dalam proses pembelajaran di sekolah hendaklah disertai dengan pendekatan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang diprakeran mampu mencapai tujuan pengajaran.

Di dalam pembelajaran seorang guru pendidikan jasmani harus mampu menerapkan berbagai materi ajar yang bisa menjadikan siswa senang bergerak dan melatih kemampuan motoriknya tersebut. Karena memang dalam masa-masa sekolah siswa mulai beranjak ke masa dewasa sehingga lebih senang bermain dengan hal yang baru walau tanpa ada unsur gerakan yang seharusnya penting dalam masa pertumbuhannya.

Anak-anak usia sekolah tergolong siswa gemar bermain, oleh sebab itu diupayakan setiap materi ajar yang dilakukan hendaklah mempunyai unsur permainan yang sifatnya menggemirakan dan tidak membuat jenuh, namun tetap tidak menghilangkan esensi pelajaran tentang apa yang ingin diperoleh dari siswa. Dengan terwujudnya rasa riang gembira disaat belajar pendidikan jasmani, maka hal itu akan mampu memunculkan minat dalam diri anak untuk selalu mengikuti aktivitas pembelajaran khususnya pelajaran pendidikan jasmani. Sehingga diharapkan terciptanya anak-anak muda yang sadar akan pentingnya berpola hidup aktif dengan berolahraga dan akan membawa stimulasi yang positif di lingkungannya masing-masing.

Permainan bola basket yang merupakan salah satu contoh dari permainan bola besar yang sering dijumpai di pembelajaran sekolah tingkat SMP, SMA Maupun SMK termasuk di SMP Marie Joseph Jakarta Utara. Berdasarkan hasil observasi dan hasil wawancara yang

dilakukan pada pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada materi *lay up shoot* bola basket di SMP Marie Joseph Jakarta Utara. Ditemukan beberapa masalah dalam proses pembelajaran, yaitu: 1) Suasana siswa kelas yang belum aktif dalam pembelajaran *lay up shoot*. (2) Keterampilan *lay up shoot* bola basket dibawah KKM dan (3) Pembelajaran hanya terpusat kepada guru. Pembelajaran yang demikian menjadikan siswa belum mampu aktif dan belum bisa mengembangkan potensinya karena yang berperan penuh adalah guru (*teacher centered*). Kondisi tersebut juga menyebabkan siswa menjadi jenuh dalam mengikuti pembelajaran dan perhatian siswa terhadap pelajaran berkurang.

Melihat kenyataan tersebut peran seorang guru sangat penting untuk menerapkan pembelajaran yang tepat sehingga dapat menciptakan suasana belajar yang merangsang dan mendorong minat siswa dalam mengikuti proses pembelajaran. Seorang guru pendidikan jasmani harus lebih variatif dalam memberikan materi pembelajaran *lay up shoot* bola basket agar siswa tidak merasa jenuh dengan memberikan materi pembelajaran dengan berbagai jenis kegiatan salah satunya dengan pendekatan bermain agar setiap pelajaran yang dilakukan mampu menarik minat siswa agar dengan senang dan antusias dalam mempraktikannya.

Kesuksesan dalam aktivitas pembelajaran dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya ; keaktifan atau tingkat antusias siswa, metode guru dalam memberi materi, kualitas sarana dan prasarana pembelajaran, dan suasana pembelajaran yang kondusif. Untuk itu guru harus memiliki pemahaman untuk melakukan metode pembelajaran yang disesuaikan dengan karakteristik siswa khususnya siswa kelas VII SMP Marie Joseph. Pembelajaran melalui pendekatan bermain secara teori mampu menjadikan siswa antusias, riang dan optimis. Karena materi ajar yang disampaikan tidak menjenuhkan disesuaikan dengan karakteristik siswa yang suka bermain. Dengan demikian maka diharapkan persoalan-persoalan yang yang

ada pada pembelajaran *lay up shoot* bola basket dapat diperbaiki.

### **Konsep Penelitian Tindakan**

Berdasarkan permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini, maka jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan. Creswell menyatakan bahwa "*action research has an applied focus. Similar to mixed methods research, action research uses data collection based on either quantitative or qualitative methods or both*". Penelitian tindakan merupakan penelitian memiliki fokus yang akan diterapkan terhadap suatu masalah yang cara pengumpulan datanya baik dengan cara kualitatif maupun kuantitatif atau keduanya. Creswell (2008:597). Selanjutnya menurut Arikunto, Penelitian tindakan adalah salah satu strategi pemecahan masalah yang memanfaatkan tindakan nyata dalam bentuk proses pengembangan inovatif yang "dicoba sambil jalan" dalam mendeteksi dan memecahkan masalah. Dalam prosesnya, pihak-pihak yang terlibat dalam kegiatan tersebut dapat saling mendukung satu sama lain. Arikunto (2010:129)

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan adalah suatu proses yang sistematis yang bertujuan untuk mendeteksi permasalahan kemudian memperbaiki permasalahan-permasalahan tersebut untuk meningkatkan kualitas yang memanfaatkan tindakan nyata.

### **Hasil Belajar**

Hasil belajar merupakan pencapaian bentuk perubahan perilaku yang cenderung menetap dari ranah kognitif, afektif, dan psikomotoris dari proses belajar yang dilakukan dalam waktu tertentu. Jihad (2009:14) Selanjutnya menurut Dimiyati dan mudjiono evaluasi hasil belajar merupakan proses untuk menentukan nilai belajar siswa melalui kegiatan penilaian dan/atau pengukuran hasil belajar. Dimiyati dan Mudjiono (2012:7). Sedangkan Gagne dalam Sudjana, mengemukakan lima kategori tipe hasil belajar: (a) *Verbal information*, (b) *intelektual skill*, (c) *cognitive strategy*, (d) *attitude* dan (5) *motor skill*. Sudjana (2014:45). Berdasarkan penjelasan

teori-teori yang dipaparkan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil belajar merupakan perubahan tingkah laku siswa dari kegiatan belajar beberapa aspek yang diubah seperti aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotor. Dalam penelitian ini hasil belajar gerak yang ingin diketahui hasil belajar dari *lay up shoot* bola basket dengan cara membuat seperangkat alat tes keterampilan *lay up shoot*, karena untuk mengetahui perubahan hasil belajar *lay up shoot* bola basket yang dialami siswa.

### **Lay Up Shoot**

Nuril Ahmadi berpendapat bahwa tembakan *lay up* merupakan tembakan yang dilakukan dengan jarak dekat sekali dengan ring basket, hingga seolah-olah bola itu diletakkan ke dalam ring basket yang didahului dengan gerak dua langkah. Ahmadi (2007:2). Hal Wissel menambahkan tembakan *lay up* dilakukan dekat dengan keranjang setelah menyalip atau menggiring bola, menurutnya terdapat beberapa faktor kunci sukses melakukan tembakan *lay up*. Wissel (2012:99). Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa *lay up shoot* adalah salah satu jenis tembakan dalam permainan bola basket yang sangat membutuhkan koordinasi gerakan yang dilakukan dari jarak sedekat mungkin dengan ring basket (keranjang), dengan awalan lompat-langkah-lompat yang bertujuan untuk mencetak poin dalam permainan bola basket.

### **Pendekatan Bermain**

Pendekatan menurut Rusman, dapat diartikan sebagai titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran. Rusman (2011:132) menurut Yuliani dan Bambang menyimpulkan bahwa : (1) bermain adalah sarana melatih keterampilan yang dibutuhkan anak untuk menjadi individual yang kompeten. (2) bermain adalah pengalaman multidimensi yang melibatkan semua indera dan menggugah kecerdasan jamak seseorang. (3) bermain merupakan kendaraan untuk belajar tentang bagaimana seharusnya belajar (*learning how to learn*). Sujiono (2009:144).

Dari pendapat tersebut dapat diambil pengertian bahwa bermain merupakan sarana

untuk melatih keterampilan yang melibatkan semua indera dan menggugah kecerdasan jamak seseorang dan merupakan kendaraan untuk belajar tentang bagaimana seharusnya belajar sehingga diharapkan siswa dapat mengembangkan berbagai potensinya, baik potensi jasmani, kognitif, emosi, kreativitas dan pada akhirnya prestasi siswa.

### **METODE PENELITIAN**

Metode dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan (Action Research). Yang mana penelitian yang peneliti kaji ini tergolong sebagai *action research* kolaboratif. Karena pelaksanaannya peneliti bersama guru bersepakat bekerjasama yang dimana guru sebagai pelaksana kegiatan tindakan kelas dan peneliti sebagai aktivitas penelitian. Rancangan perlakuan/siklus menggunakan metode tindakan Kemmis dan Taggart yang meliputi tahapan-tahapan: 1) Perencanaan, 2) Tindakan, 3) Pengamatan, 4) Refleksi. Kemmis (2014:19) Hasil akhir dari kegiatan penelitian tindakan adalah meningkatkan keterampilan pada materi *lay up shoot* untuk siswa SMP Marie Joseph Jakarta.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **Data Awal**

Hasil tes awal yang diperoleh dari data sebelumnya bahwa kategori siswa yang tuntas mencapai 30.43% atau berjumlah tujuh orang siswa sedangkan kategori siswa yang tidak tuntas mencapai 69.56 % atau berjumlah enam belas orang siswa. Maka dari data di atas dapat dikategorikan bahwa, keterampilan *lay up shoot* bola basket siswa masih rendah, dikarenakan pendekatan yang diberikan guru belum dapat membuat suasana belajar yang lebih menyenangkan yang mampu mengajak siswa aktif dan antusias dalam aktivitas belajar *lay up shoot*.

#### **Siklus I**

Data Kuantitatif Hasil Tes *Lay Up Shoot* Siklus I Siswa Kelas VII.B SMP Marie Joseph Jakarta. Berdasarkan hasil tes siklus I terlihat bahwa hasil skor rata-rata mencapai 35.82 atau nilai rata-rata 69.65. Dari 23 orang siswa yang

mengikuti tes, 14 siswa tuntas mencapai nilai di atas 75 Sedangkan 9 siswa lainnya masih belum tuntas dengan nilai dibawah 75. Persentase ketuntasan klasikal mencapai 60.86% dan Persentase jumlah siswa yang gagal mencapai 39.14%. Dari hasil tes di atas dapat dikatakan bahwa, *lay up shoot* bola basket siswa belum mengalami perubahan yang sesuai harapan karena dari keseluruhan siswa baru 60.86 % siswa yang tuntas, sementara persentase klasikal minimal yang harus dicapai adalah sebesar 85%. Hal ini dikarenakan guru masih belum adanya pemberian apresiasi terhadap kelompok siswa yang berhasil dalam melakukan permainan yang dilakukan dan guru masih tampak kaku dalam penyampaian materi.

Dari hasil data catatan lapangan siklus I terdapat bahwa selama proses aktivitas pembelajaran dilangsungkan tampak para siswa masih banyak yang belum memperlihatkan kondisi yang antusias dan aktif pada saat memperagakan instruksi pembelajaran *lay up shoot* dari guru dan siswa jenuh dalam melakukan pengulangan instruksi pembelajaran *lay up shoot*. Berdasarkan hasil data di atas maka pada siklus I belum terjadi peningkatan hasil belajar yang signifikan sesuai capaian target yang ditetapkan.

#### **Siklus II**

Data Kuantitatif Hasil Tes *Lay Up Shoot* Siklus II Siswa Kelas VII.B SMP Marie Joseph Jakarta. Hasil tes siklus II di atas menunjukkan bahwa hasil skor rata-rata mencapai 40.30 atau nilai rata-rata 78.60. Dari dua puluh tiga orang siswa yang mengikuti tes, 20 siswa tuntas mencapai nilai di atas 75 Sedangkan 3 siswa lainnya tidak tuntas dengan nilai dibawah 75. Persentase ketuntasan klasikal mencapai 86.95 % dan Persentase jumlah siswa yang gagal mencapai 13.05 %. Dari data yang diperoleh di atas bahwa pada siklus II siswa telah mencapai target yang diinginkan persentase ketuntasan klasikal siswa sebesar 86.95% dari target minimal 85%.

Dari hasil catatan lapangan pada siklus II menunjukkan bahwa dalam proses pembelajaran para siswa tampak focus dan antusias dalam memperagakan konsep bermain dan mampu

diterapkan ketika melakukan *lay up shoot* bola basket, siswa bisa memperagakan konsep permainan diberikan dengan aktif dan tidak jenuh maupun dalam melakukan pengulangan instruksi pembelajaran. Secara keseluruhan siswa dan guru telah melakukan proses pembelajaran dengan maksimal. Siswa menikmati setiap permainan dan itu mampu memperbaiki keterampilan teknik *lay up shoot* siswa tersebut. Sehingga di praktek tes *lay up shoot* hasil yang dicapai siswa memuaskan dimana dari keseluruhan siswa 86.95 % mampu mencapai target yang diinginkan

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil belajar siswa pada siklus I setelah tes awal keterampilan *lay up shoot* pada siklus I dilakukan dapat dilihat bahwa keterampilan awal siswa dalam melakukan teknik *lay up shoot* dalam pada permainan bola Basket masih rendah. Dari 23 siswaterdapat tujuh siswa (30.44%) yang telah mencapai ketuntasan belajar, sedangkan enam belas siswa (69.56%) belum mencapai ketuntasan belajar. Dengan nilai rata-rata KKM siswa adalah 50.91.

Pada siklus I dapat dilihat keterampilan siswa dalam melakukan tes keterampilan *lay up shoot* secara klasikal sudah meningkat. Dari 23 siswa terdapat 14 siswa (60.86%) yang telah mencapai ketuntasan belajar sedangkan 9 siswa (39.14%) belum mencapai ketuntasan belajar. Dengan nilai rata-rata KKM siswa adalah 69.65.

Sedangkan pada siklus II dapat dilihat keterampilan siswa dalam melakukan tes *lay up shoot* secara klasikal sudah meningkat. Dari 23 siswa terdapat 20 siswa (86.95%) yang telah mencapai ketuntasan belajar sedangkan 3 siswa (13.05 %) belum mencapai ketuntasan belajar. Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran *lay up shoot* melalui pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil keterampilan *lay up shoot* siswa pada permainan bola basket di SMP Marie Joseph.

### IMPLIKASI

Berdasarkan temuan beserta kesimpulan hasil penelitian di atas bisa dijabarkan beberapa implikasi yakni:

1. Penerapan pendekatan bermain dalam proses pembelajaran *lay up shoot* merupakan pendekatan alternatif yang sangat baik dijadikan referensi guru dalam memecahkan persoalan tentang teknik dalam permainan bolabasket. Karena mampu membuat siswa menjadi aktif dan antusias dalam melakukan pembelajaran dan guru juga mampu mentransformasikan nilai edukasi yang terkandung dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, salah satunya adalah nilai kedisiplinan. Karena pada saat pembelajaran guru penjasorkes berperan sebagai pemimpin siswa atau fasilitator yang berusaha menciptakan lingkungan belajar yang menarik bagi keberlangsungan proses belajar siswa.
2. Pada setiap penerapan metode guru harus mampu menciptakan suasana kelas yang kondusif agar interaksi antara siswa dengan guru berjalan dengan efektif, efisien, aktif dan menarik. Maka dari pada itu guru haruslah menjadi teladan siswanya yang bukan hanya berupa kata-kata tetapi juga dalam aktivitas sehari-hari.
3. Melalui penerapan pendekatan bermain dalam proses pembelajaran *lay up shoot* ini para siswa lebih mempunyai tanggung jawab dan tantangan karena guru dan siswa sama-sama melakukan kesepakatan bersama terkait aturan-aturan yang dibuat sebelum pelajaran dimulai.

### SARAN

Sebagai saran yang dapat diberikan dalam artikel ini yakni sebagai berikut :

1. Disarankan pada Guru Penjasokes SMP Marie Joseph Jakarta Utara untuk menggunakan metode atau dengan menggunakan pendekatan bermain merupakan gaya mengajar yang dapat dipergunakan dalam memperbaiki proses pembelajaran *lay up shoot* pada permainan bola basket.

2. Guru harus lebih mendalami pembelajaran dan paham akan seluruh tahapan proses pembelajaran sehingga saat melaksanakannya sesuai dengan harapan.
3. Penelitian ini dapat dijadikan bahan rujukan bagi peneliti yang berminat ingin mengangkat judul penelitian ini.
4. Kepada para peneliti agar dapat mencoba melakukan penelitian *Action Research* (AR) dengan menggunakan pendekatan bermain.

Yuliani Nurani Sujiono, 2009. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT Indeks.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Asep Jihad. 2009. *Evaluasi Pembelajaran*. Yogyakarta: Multi Pressindo.
- Dimiyati & Mudjiono. 2012. *Belajar dan Pembelajaran*, Jakarta: Departemen Pendidikan & Kebudayaan dan Rineka Cipta.
- Hal Wissel, 2012. *Basket Ball Steps To Success*. United State of America: Humaan Kinetics.
- John W. Creswell, 2008. *Educational Research: Planning, Conducting, and evaluating Quantitative and Qualitative Research* . New Jersey: Pearson.
- Nana Sudjana, 2014. *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*, Bandung: PT. Sinar Baru Algensindo.
- Nuril Ahmadi, 2007. *Permainan Bolabasket*. Solo: Era Intermedia.
- Rusman, 2011. *Model-Model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: PT Raja Grafindo persada.
- Stephen Kemmis, 2014. *The Action Research Planner*. Singapore: Springer Science.
- Suharsimi Arikunto, 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.