

PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *CHEST PASS* BOLA BASKET SISWA SMK NEGERI 1 SIPIROK**Oleh:****Rahmat Nauli Siregar, S.Pd****NIP. 198005032005021001**

Guru SMK Negeri 1 Sipirok

Email. : rahmatsiregar35@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar Chest Pass Bola Basket siswa melalui penerapan pendekatan bermain di Kelas X SMK Negeri 1 Sipirok Tahun Pelajaran 2019-2020. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan menggunakan sistem siklus yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas X SMK Negeri 1 Sipirok sebanyak 36 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam, observasi, dokumentasi, dan angket Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar Chest Pass Bola Basket siswa kelas X SMK Negeri 1 Sipirok Tahun Pelajaran 2019-2020. Hal ini didukung dengan Hasil penelitian menunjukkan bahwa Hasil pada siklus I sebesar 33,3% diperoleh 12 siswa dengan kategori berhasil atau mempunyai nilai di atas KKM. Sedangkan siswa lainnya memperoleh 66,6% atau 24 siswa masih mempunyai nilai di bawah KKM. Siklus II sebesar 96,6% dengan jumlah siswa sebanyak 26 orang yang berkategori berhasil atau mempunyai nilai di atas KKM, sedangkan sisanya 19,4% dengan nilai di bawah 7 siswa KKM atau tidak dapat mencapai KKM.

Kata Kunci: Bola Basket, *Chest Pass*, Pendekatan bermain.

I. PENDAHULUAN

Olahraga mempunyai peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Dalam kehidupan modern sekarang ini manusia tidak dapat di pisahkan dari kegiatan olahraga, berbagai alasan orang melakukan olahraga baik untuk meningkatkan prestasi maupun menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat. Olahraga tidak hanya di butuhkan oleh atlet, dan masyarakat umum yang gemar melakukan olahraga tetapi olahraga sangat beperan penting dalam dunia pendidikan khususnya dalam pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu pelaksanaan pendidikan jasmani harus di arahkan pada pencapaian tujuan yang di harapkan. Adapun tujuan pendidikan jasmani yang di harapkan bukan hanya mengembangkan ranah jasmani. Keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga (Sedarwan Danim, 2011:3).

Agar tujuan pendidikan jasmani dapat terlaksana dengan baik maka sekolah sebagai lembaga formal pelaksanaan secara nasional dalam penyusunan kurikulum pendidikan jasmani harus memperhatikan tahap berbagai macam cabang olahraga di berikan, salah satunya adalah cabang olahraga bola basket. Permainan bola basket merupakan salah satu di antara banyak cabang olahraga yang sangat di minati peserta didik karena permainannya yang menyenangkan dan dapat berinteraksi langsung dengan kawan maupun lawan. Hal tersebut dapat

dilihat dari antusias peserta didik pada saat mengikuti materi pembelajaran bola basket di sekolah. Selain itu ketika diberi kesempatan untuk bermain setelah pembelajaran pendidikan jasmani dilaksanakan, peserta didik lebih memilih bermain bola basket untuk memanfaatkan waktu yang diberikan oleh guru pendidikan jasmani.

Dalam bola basket terdapat beberapa teknik yang harus dikuasai yaitu *passing*, *shooting* dan *dribbling*. *Passing* salah satu dari teknik dalam permainan bola basket yang dikenal oleh pemula, karena keterampilan sangat penting dalam permainan bola basket. Menurut Muhammad Munyi Faruq (2009:38) Teknik melempar bola atau *passing* bola adalah cara memberikan bola kepada teman satu tim. Oleh karena itu, sering juga teknik melempar bola disebut teknik mengoper bola (*passing*) kepada teman dalam satu tim. Permainan bola basket memiliki berbagai cara mengoper bola kepada teman dan pemain minimal menguasai empat sampai 5 macam cara mengoper bola, akan lebih baik jika menguasai semuanya. Mengoper bola harus disesuaikan dengan jarak dan posisi teman yang akan diberikan operan bola itu, karena jarak ikut mempengaruhi perkembangan peserta didik sehingga tidak terjadi dalam pelaksanaan jasmani di sekolah. Dalam pendidikan jasmani jenis operan apa yang akan harus diberi sehingga bola tidak bias diambil lawan pada saat dioperkan.

Bermain adalah suatu tindakan yang bentuknya sederhana dan menyenangkan kegiatan yang bentuknya sederhana dan menyenangkan kegiatan bermain sangat dikuasai oleh anak-anak (siswa). Bermain yang dilakukan tertara, mempunyai

manfaat yang besar untuk siswa. Pengalaman ini bias berupa membina hubungan sesama teman dan menyalurkan perasaan yang tertekan. Bermain dalam nuansa keriangannya memiliki tujuan yang melekat didalamnya, untuk kegembiraan dan kesenangan.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di SMKN 1 Sipirok, didapat bahwa kemampuan *chest pass* bola basket dinilai masih rendah. Dapat dilihat dari hasil pembelajaran yang 80% masih di bawah KKM Hal ini dikarenakan pembelajaran yang membosankan, kurang variatif, dan cenderung tidak efektif hal ini dikarenakan siswa tidak memahami teknik dasar *chest pass*, yang mengakibatkan siswa hanya melakukan gerakan tanpa didasari teknik yang baik dan benar. Masalah lainnya yang ikut mempengaruhi rendahnya teknik *passing* tersebut juga disampaikan guru PJOK di SMKN 1 Sipirok, karena siswa tidak tertarik pada saat guru menyampaikan materi bola basket serta teknik dasar tidak dikuasai secara optimal oleh peserta didik.

Mengacu masalah diatas, peneliti menawarkan solusi yaitu digunakannya modifikasi permainan, karena dengan bermain peserta didik akan lebih semangat dan akan dapat lebih mudah memahami materi. Permainan-permainan tersebut akan dimodifikasi dengan seksama sehingga peserta didik dapat bermain sekaligus mempelajari teknik *passing* basket adapun permainan permainan yang akan diterapkan ialah permainan galah hadang, bola menjawab, estafet dan jaga kaleng. *Chest pass* ialah teknik *passing* atau mengumpan yang dilakukan dari depan dada dan diarahkan ke teman satu tim. Teknik ini dilakukan oleh dua tangan dengan dorongan kencang sehingga menciptakan luncuran bola cepat. Jika tidak dilakukan dengan baik, bola yang dilempar tidak akan sampai ke teman satu tim. Hal ini bisa dipicu oleh lemahnya kemampuan otot lengan dari pemain yang melakukan teknik mengumpan tersebut. Teknik mengumpan ini sering dilakukan karena menyimpan banyak keuntungan. Salah satunya tenaga yang dihasilkan untuk melakukan lemparan lebih kuat sehingga bola bisa dioper lebih cepat ke teman satu tim.

Sementara itu, tujuan *chest pass* tidak hanya mengoper bola dalam jarak tertentu saja, tapi juga untuk mencetak poin. Agar tujuan tersebut tercapai, mengoper bola harus dilakukan dengan urutan yang benar, yaitu: Pemain memegang bola, Gerakan awalan, tolakan atau lemparan, Gerakan lanjut dan menerima bola. Maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar *Chest Pass* Bola Basket siswa melalui penerapan pendekatan bermain di Kelas X SMK Negeri 1 Sipirok Tahun Pelajaran 2019-2020.

II. METODE PENELITIAN

Sesuai dengan tujuan penelitian, maka penelitian ini menggunakan jenis penelitian "classroom action research" (Penelitian tindakan kelas). Menurut Car and Kemmis (dalam Saur M, 2014:16) penelitian tindakan kelas adalah suatu bentuk penelitian reflektif dari secara kolektif yang dilakukan oleh peserta dalam situasi social untuk meningkatkan penalaran dan keadilan praktik pendidikan serta praktik social, dan pemahaman mereka terhadap praktik-praktiknya sesuai dengan situasi tempat dilakukan. Metode adalah cara melakukan bagaimana cara memperoleh data mengenai variabel variabel tersebut di dalam kegiatan penelitian, cara memperoleh data ini dikenal sebagai metode pengumpulan data. Penelitian ini dilakukan dalam pembelajaran dengan bantuan orang lain atau tim untuk memperbaiki dan mencegah masalah. Agar penelitian tindakan kelas mencapai hasil yang optimal dan sesuai harapan, maka penyusun penelitian tindakan kelas harus melalui tahap-tahap. Prosedur Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dapat dilaksanakan melalui empat langkah utama, yakni 1) Planning, yakni merumuskan masalah dan merencanakan tindakan, 2) Acting, yaitu melaksanakan tindakan, 3) Observing atau pengamatan, dan 4) Reflecting, yakni merefleksikan hasil pengamatan untuk melangkah yang lebih maju.

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 1 Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan Sumatera Utara. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X Akutansi di SMK Negeri 1 Sipirok dengan jumlah 36 siswa. Pada penelitian ini terdapat teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti yaitu : (1) Pengamatan dilakukan oleh peneliti secara terstruktur. Kegiatan ini bertujuan untuk melihat permasalahan permasalahan yang terjadi dalam subjek penelitian (kelas X Akutansi di SMKN 1 Sipirok). Alat yang digunakan dalam kegiatan ini adalah lembar pengamatan. (2) Angket atau kuesioner dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui pendapat atau respon dari responden (peserta didik). Instrument yang digunakan adalah angket yang berisi sejumlah pertanyaan untuk peserta didik. (3) Studi dokumenter merupakan teknik pengumpulan data berupa dokumen dokumen baik tertulis, gambar maupun elektronik.

Teknik analisis data dalam penelitian ini didapat dari hasil tes belajar siswa yang dilaksanakan pada akhir pertemuan dihitung rata-ratanya. Kemudian dikategorikan dalam batas batas penilaian yang diberikan yaitu tuntas atau belum tuntas. Disamping ini nilai siswa sebelumnya akan dijadikan dasar ada tidaknya hasil belajar siswa. Data yang diperoleh masih berupa skor sehingga perlu diubah menjadi nilai prestasi. Menurut Suharsimi Arikunto (2001: 236), skor yang didapatkan untuk dapat dicatat sebagai nilai prestasi maka skor berstandar, sehingga akan didapat nilai prestasi. Skor standar pada penilaian ini adalah 100, karena disesuaikan dengan nilai yang ditetapkan

oleh sekolah menggunakan angka puluhan dengan kata lain bahwa prestasi tertinggi adalah 100.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang telah dilakukan ini adalah penelitian tindakan kelas. Terdapat empat tahap dalam penelitian ini yaitu perencanaan, tindakan, observasi, refleksi. Sebelum melakukan penelitian peneliti melakukan observasi terlebih dahulu sehingga mendapat rata-rata prasiklus yang masih belum memenuhi nilai ketuntasan (KKM)

Pra-siklus

Sebelum melakukan penelitian, peneliti mengumpulkan nilai pra-siklus. Nilai pra-siklus dilakukan dari hasil observasi guru dan siswa pada observasi pertama yang dilakukan sebelum penelitian. Dari hasil pra-siklus didapat rata-rata aktivitas persentase kemampuan siswa yaitu 40%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai rata-rata kemampuan siswa belum mencapai nilai indikator keberhasilan penelitian yaitu 75%. Hasil ini juga menyimpulkan bahwa kemampuan bermain basket masih rendah.

Siklus I

Terdapat empat langkah pada siklus ini yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Berikut adalah penjelasan mengenai siklus I.

Perencanaan

Ada beberapa perencanaan tindakan pertama yang dilakukan oleh peneliti sebagai guru yaitu : menyiapkan, RPP, bahan mengajar (buku), media mengajar, (bola), dan lembar observasi guru dan siswa. RPP atau rencana pelaksanaan pembelajaran memiliki peranan yang sangat penting diantaranya untuk refensi bagi guru dalam memberikan pembelajaran, berguna baik bagi guru dan bagi siswa. Penyusunan rencana pembelajaran juga dapat menyegarkan pendapat bagi guru, untuk meningkatkan hal-hal penting dalam proses belajar dari materi pembelajaran.

Buku memiliki fungsi yang sangat penting, karna sebelum guru memberikan materi pembelajaran siswa bisa membaca buku terlebih dahulu. Buku merupakan bahan ajar dan sumber belajar yang mudah ditemukan, dan digunakan.

Dengan adanya Buku peserta didik akan lebih memahami materi yang akan dijelaskan guru sehingga lebih mudah dalam prose pembelajaran. Bola merupakan media pembelajaran yang sangat penting sebab bola digunakan sebagai media mengajar oleh guru dengan adanya bola guru lebih mudah menjelaskan materi apa yang akan dipelajari peserta didik dan lebih mudah mempraktekan cara bermain dan teknik bola.

Observasi adalah suatu tindakan atau proses mengamati sesuatu tindakan atau proses. Observasi merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar peserta didik dan melihat perbandingan hasil nilai peserta didik.

Pelaksanaan Tindakan

Seluruh Siswa membuat lingkaran dengan guru berda di tengah lingkaran di tangan sambil Pembina melempar bola dengan cara *chest pass*. Pembina siap melempar bola kepada anggota baru atau regu secara acak, sambil melempar bola Pembina melontarkan pertanyaan. Regu yang mendapat bola sambil menjawab pertanyaan salah maka harus di beri hukuman contoh *push up*, bernyanyi, dll. Jika Pembina telah meniup *pluit*, artinya bola sudah harus kembali dan Pembina melontarkan pertanyaan berikutnya Selanjutnya dilakukan pertemuan dengan permainan *Estafet* lempar bola basket, Permainan ini sama saja dengan *estafet* yang sering kita lakukan akan tetapi tongkat yang digunakan di ganti dengan bola basket masing-masing kelompok yang berjumlah 3-4 kelompok yang terdiri dari 4-5 orang saling berbasis berbanjar dengan jarak 3 meter peserta didik yang paling depan bertugas untuk mengoper bola pada saat aba-aba dimulai peserta didik melempar bola dengan cara *Chest pass* bola dan mengoper pada barisan ke dua begitu seterusnya sampai ke barisan yang paling akhir yang penang akan di tentukan siapa yang terlebih dulu membawa bola ke garis finish.

Observasi Tindakan

Pelaksanaan siklus I terlihat kurang efektif sehingga didapat data dalam bentuk diagram sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil rata-rata nilai pada siklus I

No	Nilai	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1	80-100	A	0	0 %
2	70-79	B	12	33,3 %
3	60-69	C	22	61,1 %
4	50-59	D	2	5,5 %

Pada table 1 tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa yang mendapat nilai diatas KKM hanya 33,3 % atau sebanyak 12 siswa dan nilai dibawah KKM 66,6 % atau sebanyak 34 siswa. Dengan hasil pada siklus I ini dinyatakan belum berhasil/mencapai target penelitian yaitu sebesar 75% Siswa mendapat nilai diatas KKM, sehingga penelitian ini dilakukan ke siklus II.

Refleksi Tindakan

Yang perlu diperbaiki pada siklus I adalah sebagai berikut: (1) Peneliti harus mampu mampu menarik motivasi siswa. (2) Peneliti harus lebih memberikan penjelasan terkait metode permainan yang akan digunakan. Hal-hal tersebut diatas akan lebih ditekankan dalam tindakan siklus berikutnya, guru mendapatkan hasil yang lebih baik pada penelitian ini.

Siklus 2

Terdapat empat langkah pada siklus ini yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Berikut adalah penjelasan mengenai siklus 2.

Perencanaan tindakan

Ada beberapa perencanaan tindakan pertama yang dilakukan oleh peneliti sebagai guru yaitu: jadwal, RPP, bahan mengajar, media mengajar, tes, dan lembar observasi guru dan siswa.

Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindak pada siklus pertama dilakukan 1 dan 2 kali pertemuan. Proses pembelajaran dilakukan sesuai dengan jadwal belajar PJOK kela X kegiatan belajar mengajar disesuaikan dengan rencana kegiatan yaitu: Peneliti

memberikan penjelasan terlebih dahulu tentang *Chest pass* bola basket. Setelah itu peneliti melakukan pembelajaran *Chest pass* menggunakan permainan Estafet lempar basket dan jaga kaleng. Peneliti kembali melakukan pembelajaran dengan metode bermain, namun pada pertemuan kedua ini digunakan permainan, Kucing dan tikus serta permainan bola menjawab tahap akhir pada pertemuan ini dilakukan evaluasi pembelajaran yaitu tes dengan rubrik penelitian.

Observasi Tindakan

Pelaksanaan siklus II terlihat kemajuan dalam segi nilai yang diperoleh siswa efektif sehingga didapat data dalam bentuk diagram sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil rata-rata nilai pada siklus II

No	Nilai	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1	80-100	A	7	19,4 %
2	70-79	B	22	61,1 %
3	60-69	C	7	19,4 %
4	50-59	D	0	0 %

Pada table 2 tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa yang mendapat nilai diatas KKM sebesar 80 % atau sebanyak 29 siswa dan nilai dibawah KKM 19,4% atau sebanyak 7 siswa. Dengan hasil pada siklus II ini dinyatakan tindakan pada siklus II ini berhasil. Ditunjukkan dari tercapainya 75% siswa mendapat nilai diatas KKM sehingga penelitian dihentikan sampai dengan siklus II.

Refleksi tindakan

Setelah pelaksanaan siklus II dilaksanakan, peneliti bersama guru olahraga SMKN 1 Sipirok

melakukan refleksi untuk mengevaluasi aktifitas atau hasil belajar *chest pass* bola basket melalui pendekatan bermain. Refleksi dilaksanakan pada nilai tes atau hasil belajar peserta didik. Dari hasil refleksi diketahui bahwa pada siklus I Penerapan pendekatan bermain memperlihatkan hasil yang kurang maksimal. Namun setelah dilakukan tindakan pada siklus II Siswa mendapat hasil yang memuaskan yaitu 80 % siswa mendapat nilai diatas KKM.

Tabel 3 Perbandingan siklus I dan Siklus II

	Jumlah Siswa	Persentase (%)	Kriteria
Siklus I	12	33,3	Tuntas
	24	66,9	Tidak Tuntas
Siklus II	26	80,5	Tuntas
	10	19,4	Tidak Tuntas

Berdasarkan data di atas dapat dilihat peserta didik yang mencapai KKM rata rata hasil belajar siswa pada siklus I yaitu 12 Siswa(33,3%) dan pada siklus II menjadi 29 Siswa(80,5%). Meskipun dalam data tersebut masih ada siswa yang belum tuntas dalam siklus I. Selanjutnya pada siklus II terjadi peningkatan hasil belajar siswa yaitu siswa yang memperoleh nilai ≥ 65 ada 12 siswa (33,3%) pada siklus II siswa memperoleh ≥ 65 ada 26 siswa (96,6%), Maka dapat disimpulkan Siklus II berhasil karna adanya peningkatan nilai Siswa.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan kajian hasil observasi dan refleksi pada setiap siklus yang telah dikemukakan pada bab terdahulu, dapat ditarik simpulan bahwa Pembelajaran *Chest pass* menggunakan pendekatan bermain. Dimana dapat dilihat dari siswa yang

mendapat nilai di atas KKM pada siklus I sebesar 33,3% atau 12 siswa, kemudian meningkat pada siklus II sebesar 96,6% atau 26 siswa.

V. DAFTAR PUSTAKA

- Alter J (2003). 300 Teknik Peregangan Olahraga. Jakarta:PT Raja Grafindo Persada
- Darmadi, Hamid. (2011). Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: ALFABETA
- Giriwijoyo, Santosa & Dikdik Zakar Sidik. 2013. Ilmu Faal Olahraga. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Hariono, Awan. (2005). Metode melatih fisik pencak silat: Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Harsono. (2018). Latihan Kondisi Fisik. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

