

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permainan bola basket merupakan salah satu jenis cabang olahraga sebagai bagian dari materi pembelajaran penjasorkes disekolah. Permainan bola basket tergolong dalam permainan bola besar. Materi permainan bola basket tingkat SD hanya belajar pada kelas tinggi kelas(4,5,6) sedangkan untuk kelas rendah yaitu kelas (1,2,3) hanya gerak dasar cabang olahraga secara umum, artinya belum ada pengkhususan cabang olahraga.

Pembelajaran permainan bola basket di SD bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman konsep perseptual dan keterampilan motorik dasar permainan bola basket itu sendiri kepada siswa serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya, bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani, percaya diri, dan sportifitas. Untuk mewujudkan tujuan tersebut, diperlukan pembelajaran yang sifatnya dapat memberikan rangsangan kepada siswa untuk berpartisipasi aktif dalam melaksanakan tugas-tugas gerak dengan suasana keceriaan. Oleh karena itu, sedapat mungkin pembelajaran itu dikombinasikan dalam nuansa permainan. Dengan kondisi seperti ini memungkinkan siswa untuk dapat melakukan kegiatan bermain bola basket dan setiap gerak dasar dalam permainan tersebut akan dapat dikuasai siswa. Dengan demikian, para siswa akan menyenangi permainan bola basket dan menjadikannya sebagai media untuk menyalurkan kebutuhan bergerak dan keinginan untuk bermain.

Untuk dapat bermain bola basket, diperlukan penguasaan gerak dasar permainan bola basket itu sendiri. Salah satu gerak dasar permainan bola basket yang sangat vital adalah operan (*pass*) bola. Pelaksanaan operan bola dalam permainan bola basket dapat dilakukan dengan berbagai cara. Jenis operan yang menarik tetapi cukup rumit dilaksanakan bagi siswa SD adalah operan dada (*chest pass*), yakni operan yang dilakukan dengan kedua tangan dari depan dada dan lintasannya biasanya datar, namun dapat pula dilakukan dengan lemparan pantulan. Untuk mengembangkan kemampuan operan dada dapat dilakukan dengan berbagai strategi, metode, dan atau teknik dalam pembelajaran.

Kenyataan yang terjadi pada siswa kelas V SDN 7 Kabila terkait kemampuan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket sungguh memprihatinkan. Berdasarkan observasi awal, dari 14 siswa dikelas tersebut, hanya berkisar 35,73% (5siswa) dengan rata-rata nilai 75,64 yang mampu melakukan gerak dasar tersebut dengan “baik”, kemudian 7 orang atau 50,01% dengan rata-rata nilai 61,4 tergolong “cukup baik” dan 2 orang atau sebesar 14,28% dengan rata-rata nilai 57,25 dikatakan kurang mampu, sedangkan daya serap klasikal 65,89. Hasil refleksi menyatakan bahwa kondisi yang terjadi pada siswa di kelas ini dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang kurang tepat dalam menyajikan materi pelajaran.

Sebagaimana diketahui bahwa metode pembelajaran merupakan cara atau teknik guru dalam menyajikan materi pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran. Sehubungan dengan itu, ternyata metode pembelajaran guru, dalam teknik penyajian materi lebih berorientasi pada pelaksanaan aktifitas gerak siswa

secara individual dan kurang menyajikan aktifitas gerak tersebut yang melibatkan kelompok berpasangan. Padahal, siswa SD pada dasarnya lebih menyukai aktifitas-aktifitas didalam kelompok, seperti kelompok berpasangan. Belajar didalam kelompok berpasangan dapat merangsang keinginan siswa untuk melaksanakan tugas-tugas gerak, sebab karakteristik siswa Sekolah Dasar lebih suka belajar bersama temannya sehingga terjalin interaksi positif untuk saling mengisi kekurangan-kekurangan yang dimiliki. Dengan demikian, konsekuensi yang akan terjadi adalah terhambatnya peningkatan prestasi belajar siswa.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian tindakan kelas dalam upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar. Operan dada (chest pass) dalam permainan bola basket dengan menerapkan metode berpasangan dalam pembelajaran. Dengan demikian, maka judul dalam penelitian ini adalah “Meningkatkan Gerak Dasar Chest pass dalam permainan Bola Basket Melalui Metode Berpasangan pada siswa kelas V SDN 7 Kabila”.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut; Apakah gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket dapat ditingkatkan melalui metode berpasangan siswa kelas V SDN 7 Kabila?

C. Cara Pemecahan Masalah

Untuk menanggulangi permasalahan rendahnya kemampuan siswa kelas V SDN 7 Kabila terhadap gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket dapat dilakukan dengan menerapkan metode berpasangan dalam pembelajaran. Adapun langkah-langkah pembelajarannya meliputi pendahuluan, kegiatan inti, dan penutup. Namun, dibawah ini hanya akan menguraikan langkah-langkah pembelajaran inti, yakni sebagai berikut.

- 1) Siswa dibentuk dalam kelompok berpasangan;
- 2) Setiap kelompok berpasangan diberikan tugas gerak berupa teknik operan dada (*chest pass*).
- 3) Salah satu siswa akan melakukan operan dada (*chest pass*) yang akan di arahkan pada pasangannya, kemudian pasangannya tersebut menangkap bola untuk dikembalikan kepada temannya dengan teknik yang sama. Operan dada (*chest pass*) ini dapat dilakukan dengan arah mendatar dan arah memantul.
- 4) Variasi gerakan operan dada (*chest pass*) dilakukan ditempat, berjalan, dan berlari.
- 5) Guru mengamati pola gerak siswa dan segera melakukan koreksi bila ditemukan penyimpangan gerakan siswa atau kelompok berpasangan.
- 6) Guru memberikan kebebasan kepada siswa untuk saling berkomunikasi dalam masing-masing kelompok berpasangan, termasuk bertanya kepada guru apabila ada hal-hal yang perlu dipertanyakan.

D. Tujuan Penelitian

Pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk meningkatkan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket siswa kelas V SDN 7 Kabila melalui metode berpasangan.

E. Manfaat Penelitian

Pada dasarnya, setiap orang ataupun kelompok dalam melaksanakan suatu kegiatan, mengharapkan manfaat dari kegiatan itu, baik untuk diri sendiri, kelompok, orang lain, maupun pihak-pihak lain yang terkait. Demikian halnya penelitian tindakan kelas ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut.

- 1) Memberikan kemudahan bagi siswa dalam belajar. Dengan demikian akan dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket, khususnya pada siswa kelas V SDN 7 Kabila;
- 2) Memberikan kemudahan bagi guru dalam melaksanakan pembelajaran, khususnya pada materi permainan bola basket. Selain itu, sebagai bahan perbandingan dalam menerapkan strategi atau metode pembelajaran di sekolah. Disamping itu pula, dapat dijadikan sebagai bahan kajian dalam mencari format kegiatan pembelajaran yang efektif dalam pembelajaran.
- 3) Sebagai bahan formasi tentang upaya peningkatn atau pembelajaran Pendidikan Jasmani, olahraga kesehatan disekolah khususnya materi permainan bola basket. Selain itu, sebagai bahan masukan bagi SDN 7 Kabila untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

- 4) Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan informasi bagi peneliti lanjut untuk mendalami dan memperluas kajian tentang peta konsep dalam pembelajaran. Di samping itu, sebagai motivasi bagi peneliti dalam mengimplementasikan ilmu pengetahuan untuk meningkatkan prestasi belajar siswa di SDN 7 Kabila.

BAB II

KAJIAN TEORITIS DAN HIPOTESIS TINDAKAN

A. Kajian Teoritis

1. Hakikat Permainan Bola Basket

Permainan bola basket merupakan suatu permainan yang tergolong dalam kelompok permainan bola besar. Dalam permainan ini melibatkan dua regu yang saling bersaing untuk mencari sebuah kemenangan dengan mencetak angka yang sebanyak-banyaknya. Muhajir (2007: 32) mengatakan bahwa bola basket merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu, baik putra maupun peteri yang masing-masing regu terdiri dari lima orang pemain. Tujuannya adalah untuk mencari nilai atau angka sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke keranjang/ basket pada papan pantul lawan dan mencegah lawan untuk mendapatkan angka/nilai.

Pengertian diatas senada dengan yang diungkapkan oleh Sunarsih, dkk (2007: 5), yakni bola basket ialah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu yang setiap regu terdiri atas lima orang pamain. Tujuannya ialah untuk mencetak nilai sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke basket lawan dan mencegah lawan untuk mendapatkan nilai.

Berdasarkan dua pengertian di atas jelaslah permainan bola basket merupakan suatu permainan kompetitif yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu berjumlah lima orang dengan tujuan memperoleh kemenangan dengan cara memasukkan bola melalui kegiatan mencetak angka yang sebanyak-banyaknya.

2. Kekuatan Otot Lengan

Kekuatan otot adalah kemampuan otot atau kelompok otot untuk melakukan kerja, dengan menahan beban yang diangkatnya (Sajoto, 1988). Besar kecilnya otot sangat mempengaruhi besarnya tenaga yang dimiliki seseorang, suatu kenyataan bahwa pemain yang memiliki tulang panjang, tetapi tidak didukung otot yang besar tidak akan memiliki kekuatan yang besar, semakin besar otot seseorang makin kuat pula otot tersebut. Faktor ukuran ini, baik besar maupun panjangnya sangat dipengaruhi oleh pembawaan atau keturunan, walaupun ada bukti bahwa latihan kekuatan otot dapat menambah jumlah serat otot, namun ahli fisiologi berpendapat bahwa pembesaran otot disebabkan oleh bertambah luasnya serat otot akibat suatu latihan, (Sajoto, 1988). Latihan yang cocok untuk meningkatkan kekuatan adalah latihan tahanan (*resistance exercise*), dimana kita harus mengangkat, mendorong atau menarik suatu beban, beban itu bisa beban anggota tubuh kita sendiri ataupun bobot dari luar. Lengan yang panjang dan otot yang besar akan menunjang terhadap pencapaian prestasi yang maksimal dalam cabang olahraga bola basket. Seperti yang dijelaskan bahwa kekuatan merupakan kemampuan dasar kondisi fisik, khususnya kekuatan otot lengan, begitu juga sebaliknya, tanpa memiliki kekuatan otot lengan yang baik akan mempengaruhi jauhnya lemparan, lucuran serta mempengaruhi kecepatan lajunya bola sehingga memakan waktu yang cukup lama untuk sampai kepada rekan yang akan menerima bola dan cenderung bola tidak tepat pada sasaran atau dapat dihalangi atau ditangkap oleh lawan bermain.

Apabila kekuatan otot lengan yang dimiliki sebuah tim bola basket tidak bagus, maka hal ini dapat menjadikan halangan bagi tim tersebut untuk meraih prestasi yang maksimal. Seperti yang dijelaskan Ramer Masteris dalam bahan penataran dan penyegaran bagi pelatih tingkat dasar Perbasi (2005) bahwa, "Keindahan penyelesaian aktivitas penyerangan yang memperagakan kekuatan dengan kemampuan passing yang kuat dan cepat akan terus menjadi nilai plus bagi olahraga basket itu sendiri. Konsekuensi ini adalah penyesuaian terhadap kemampuan fisik yang sangat berpengaruh yaitu *speed endurance* yang mana diikuti kemampuan *power* terutama kekuatan otot lengan". Berdasarkan uraian di atas, maka sangat perlu diperhatikan dalam cabang olahraga bola basket, pemain harus memiliki kekuatan otot lengan karena merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang sangat dibutuhkan dalam melakukan *chest pass* pada saat bermain bola basket.

Berikut ini akan diuraikan lapangan dan peralatan dalam permainan bola basket.

a. Bentuk dan Ukuran Lapangan

Lapangan bola basket berbentuk persegi panjang yang dilengkapi dengan ring pada kedua sisi lebar lapangan.

b. Peralatan (*Equipment*)

Perlengkapan permainan bola basket lainnya yang menunjang dalam pertandingan yaitu;

- a. Perangkat papan pantul, terdiri atas;
 - 1. Papan pantul
 - 2. Keranjang yang terdiri dari ring (tahan tekanan) dan jaring
 - 3. Struktur penyangga papan pantul termasuk pelapisannya
- b. Bola basket
- c. Jam pertandingan
- d. Papan angka
- e. Peralatan dua puluh empat detik
- f. Stopwatch atau peralatan yang sesuai waktu time –out (bukan jam pertandingan)
- g. Dua sinyal suara terpecah, berbeda dengan jelas dan keras
- h. Scorsheet
- i. Petunjuk kesalahan pemain
- j. Petunjuk kesalahan regu
- k. Indicator alternating possession
- l. Lantai pemain
- m. Lapangan pemain
- n. Pencahayaan yang memadai

Hal ini di jelaskan dalam buku peraturan permainan bola basket (2006;7)

Permainan bola basket termasuk jenis permainan yang kompleks gerakannya. Artinya, gerakannya terdiri dari gabungan unsur-unsur gerak yang terkoordinasi dengan rapi, sehingga dapat dimainkan dengan baik. Agar dapat memainkan bola dengan efektif dan efisien, maka diperlukan teknik gerakan yang

sempurna. Teknik gerakan yang sempurna menimbulkan efisiensi bermain dan dengan latihan yang teratur didalam kelompok berpasangan akan mendapatkan epektifitas teknik gerak yang baik. Dengan demikian, penguasaan gerak atau gerak dasar dalam permainan ini sangat diperlukan. Cukup banyak gerak dalam permainan bola basket, namun dalam penulisan ini hanya akan menguraikan gerak dasar operan (*pass*) atau dapat disebut gerak melempar.

Istilah melempar mengandung pengertian mengoper bola. Operan merupakan gerak dasar yang pertama dan utama dalam permainan bola basket. Muhajir (2007: 34) mengatakan bahwa operan merupakan gerak dasar yang pertama, sebab dengan operan para pemain dapat melakukan gerakan mendekati ring (basket) untuk kemudian melakukan tembakan. Terkait dengan itu, maka Sunarsih, dkk. (2007: 8) menjelaskan bahwa melempar bola merupakan keterampilan dasar yang perlu dikuasai ketika bermain bola basket, sebab dengan melempar bola akan berguna dalam mengoper bola ke teman selegu atau untuk memasukkan bola ke keranjang lawan.

Pada umumnya, operan dapat dilakukan dengan cepat dan keras, tetapi tidak liar, sehingga bola dapat dikuasai oleh teman yang akan menerimanya. Operan juga dapat dilakukan secara lunak. Jenis operan yang dapat dilakukan tersebut akan bergantung pada situasi keseluruhan, yakni kedudukan teman, posisi teman, *timing*, dan taktik yang digunakan. Operan yang terlalu keras, mudah, atau tinggi akan menyulitkan teman yang menerima bola.

Sehubungan dengan itu, maka untuk dapat melakukan operan dengan baik dalam berbagai situasi, pemain harus menguasai bermacam-macam gerak

dasar melempar dengan baik. Adapun gerak dasar melempar/operan (*passing*) dalam permainan bola basket menurut Muhajir (2005: 34), sebagai berikut: (1) menggoper bola dengan dua tangan dari depan dada (*chest pass*), (2) lemparan bola dari atas kepala dengan dua tangan, (3) lemparan pantulan dengan dua tangan, (4) lemparan samping dengan satu tangan, (5) lemparan lengkung samping (kaitan), dan (6) lemparan bawah dengan dua tangan.

Untuk membahas lebih detail tentang cara-cara melempar/operan bola tersebut diatas dan untuk keperluan dalam penelitian ini, maka penulis hanya akan menguraikan teknik operan dada (*chest pass*) saja. *chest pass* merupakan teknik lemparan/operan bola yang berguna untuk jarak pendek, karena pengoper bola dengan cara ini akan menghasilkan kecepatan, ketepatan, dan kecermatan terhadap teman yang diberi bola (tamat dan mirman, 2008: 4,45). Senada dikemukakan oleh Sunarsih,dkk. (2007: 8) bahwa lemparan atau operan dengan dua tangan setinggi dada bermanfaat untuk mengoper bola jarak pendek dengan kecepatan tinggi, dan lemparan ini dilakukan bila penerima tidak dijaga ketat oleh pemain lawan.

Uraian diatas memberikan suatu pemahaman bahwa *chest pass* dengan dua tangan merupakan operan yang dapat diandalkan dalam suatu pertandingan bola basket. Oleh karena itu, sangat perlu memahami cara melakukan teknik gerak *chest pass* tersebut. Oliver (2009: 36) menguraikan cara melakukan gerakan *chest pass* dengan dua tangan, yakni: (1) posisikan tubuh kira-kira tiga meter dari sasaran; (2) letakkan tangan di sisi bola dan lengan ditekuk sedikit demi sedikit hingga bola mendekat dada; (3) untuk mengoperkan bola, lengan dijulurkan ke

arah sasaran; (4) saat lengan sudah beber-bener tejjulur, bola dilejutkan sedikit demi sedikit hingga lepas dari telapak jari-jari; (5) di akhir gerakan, jari-jari harus menunjuk ke arah sasaran, dan ibu jari harus menunjuk kebawah. Gerak ibu jari ini akan membuat bola sedikit melintir saat melayang ke arah sasaran; (6) perhatikan gerak baik-baik mengikuti bola dengan mempertahankan dan mengarahkan lengan lurus ke arah sasaran setelah melepaskannya; (7) jika perlu, langkahkan salah satu kaki ke arah sasaran untuk menambah kekuatan lemparan/operan.

3. Hakekat Metode Berpasangan

a. Pengertian Metode Pembelajaran

Metode pembelajaran cara atau teknik yang digunakan guru untuk mencapai tujuan pembelajaran. Metode pembelajaran menurut Roestiyah NK. (2008: 1) adalah cara atau teknik yang digunakan guru dalam menyajikan materi pembelajaran untuk mencapai tujuan. Senada dengan Sumiati dan Asra (2009: 92) menyatakan bahwa metode adalah alat ntuk mencapai tujuan. Lebih jelas lagi dikemukakan bahwa metode pembelajaran didefinisikan sebagai cara yang dugunakan guru untuk menjalankan fungsinya dan merupakan alat untuk mencapai tujuan pembelajaran (Uno dan Mohamad, 2011: 7; Uno, 2010: 2). Demikian juga Djamarah dan Zain (2010: 74) mengungkapkan bahwa metode pembelajaran merupakan strategi pembelajaran dan sebagai alat untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat dipahami bahwa metode pembelajaran merupakan alat untuk mencapai tujuan pembelajaran. Metode

pembelajaran merupakan salah satu strategi yang digunakan guru untuk menyajikan materi pembelajaran. Penyajian materi pembelajaran melibatkan metode yang tepat. Ketepatan memilih dan menetapkan metode pembelajaran akan berpengaruh positif pada pencapaian tujuan pembelajaran.

b. Pemilihan dan Penentuan Metode

Metode pembelajaran yang digunakan guru dalam setiap kali pertemuan bukanlah asal pakai, tetapi setelah melalui seleksi yang berkesesuaian dengan perumusan tujuan kompetensi dasar. Pemilihan dan penentuan metode diperlukan proses penyesuaian terhadap berbagai hal guna pencapaian tujuan secara efektif dan efisien.

Pertimbangan untuk memilih metode pembelajaran di samping di dasarkan atas kepentingan pencapaian tujuan, juga kesesuaian dengan bentuk belajar tertentu. Dalam praktek seringkali suatu metode pembelajaran tidak berdiri sendiri, tetapi dipadukan dengan metode lainnya. Dengan demikian, metode pembelajaran harus benar-benar dipilih secara tepat. Ketepatan penggunaan metode pembelajaran tergantung pada kesesuaian metode pembelajaran dengan beberapa faktor. Sumiati dan Asra (2009: 92-96) mengemukakan faktor-faktor yang diperhatikan guna ketepatan (efektifitas) penggunaan metode, antara lain: (a) kesesuaian metode pembelajaran dengan tujuan pembelajaran, (b) kesesuaian metode pembelajaran dengan materi pembelajaran, (c) kesesuaian metode pembelajaran dengan kemampuan guru, (d) kesesuaian metode pembelajaran dengan kondisi siswa, (e) kesesuaian metode pembelajaran dengan sumber dan

fasilitas tersedia, (f) kesesuaian metode pembelajaran dengan situasi kondisi belajar mengajar, (g) kesesuaian metode pembelajaran dengan waktu yang tersedia, dan (h) kesesuaian metode pembelajaran dengan tempat belajar.

c. Konsep Metode Berpasangan

Metode merupakan cara yang digunakan guru dalam menyajikan materi pembelajaran, metode berpasangan melibatkan proses latihan secara berpasangan. Latihan adalah suatu proses belajar gerak secara berulang-ulang dengan tujuan memperoleh otomatisasi. Sedangkan, berpasangan merupakan teknik pengaturan kelompok belajar, yakni kelompok berpasangan dengan berhadapan. Agar pemahaman tentang latihan berpasangan tidak mengambang, berikut ini akan diuraikan satu per satu pengertian metode, latihan, dan teknik berpasangan.

Metode berpasangan yang dimaksudkan dalam penulisan ini adalah cara yang digunakan dalam menyajikan materi *ches pass* dalam permainan bola basket di SD melalui kegiatan-kegiatan latihan secara berpasangan. Oleh karena latihan secara berpasangan sebagai cara yang digunakan dalam menyajikan materi pembelajaran. Dengan demikian, secara tidak langsung di dalamnya mencakup dua jenis metode, yakni metode latihan (*drill*) dan metode berpasangan.

Terkait dengan proses belajar dalam pelaksanaan penelitian ini, maka orientasinya adalah proses latihan. Latihan adalah kegiatan sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang. Tujuannya ialah untuk mendapatkan otomatisasi. Menurut Harsono (1988: 323), latihan adalah proses kerja yang dilakukan secara sistematis, kontinyu di mana beban dan intensitas latihan makin hari makin

bertambah, yang pada akhirnya memberikan rangsangan secara menyeluruh terhadap tubuh dan bertujuan untuk meningkatkan fisik dan mental secara bersama-sama. Sehubungan dengan itu, Roestiyah NK. (2008: 127) memberikan solusi agar pelaksanaan latihan yang dilakukan siswa itu berhasil tanpa menggunakan pemikiran dan pertimbangan yang mendalam, tetapi dilakukan dengan cepat. Mengingat bahwa subjek (siswa) dalam penelitian ini tergolong anak usia dini, maka sidik (dalam <http://www.koni.or.id/pdf>), menjelaskan bahwa aspek latihan yang perlu dikembangkan pada anak usia dini adalah terutama keterampilan (teknik) gerak dasar yang benar dengan kemampuan fisik dasar yang baik.

Dari pendapat di atas dapat dipahami bahwa latihan (*training*) merupakan proses kerja yang sistematis, dan dilakukan secara berulang-ulang dengan beban latihan yang kian meningkat. Latihan yang sistematis adalah program latihan yang direncanakan secara matang, dan dilaksanakan sesuai jadwal menurut pola yang telah ditetapkan, serta dievaluasi sesuai dengan alat yang benar. Latihan tersebut diorientasikan pada keterampilan gerak dasar yang benar dengan kemampuan fisik dasar yang baik.

Pada hakikatnya, pembelajaran melalui metode berpasangan merupakan pengelolaan kelas dengan menggunakan teknik berpasangan dalam belajar suatu gerak dasar cabang olahraga. Proses pembelajaran memerlukan keterlibatan guru dan siswa untuk saling berinteraksi dengan maksud agar tujuan yang diharapkan dalam pembelajaran dapat tercapai. Upaya yang harus dilakukan adalah dengan

melaksanakan apa yang menjadi tugas utama guru dan siswa dalam proses pembelajaran.

Suherman (dalam <http://educare.e-fkipunla.net>) menuliskan bahwa tugas utama guru adalah membelajarkan siswa, yaitu mengkondisikan siswa agar belajar aktif sehingga potensi dirinya (kognitif, afektif, dan psikomotor) dapat berkembang dengan maksimal. Dengan belajar aktif, melalui partisipasi dalam setiap kegiatan pembelajaran, akan terlatih dan terbentuk kompetensi yaitu kemampuan siswa untuk melakukan sesuatu yang sifatnya positif yang pada akhirnya akan membentuk kemampuan dasar sebagai bekal hidup dan penghidupannya. Agar hal tersebut di atas dapat terwujud, guru yang mengetahui bagaimana cara siswa belajar dan menguasai berbagai cara membelajarkan siswa.

Dalam belajar berpasangan, para siswa diharapkan dapat bergotong royong, saling membantu, saling mendiskusikan dan berargumentasi, untuk mengasah pengetahuan dan keterampilan yang mereka kuasai saat itu dan menutup kesenjangan dalam pemahaman masing-masing. Lie, (2007: 31) merumuskan lima unsur model pembelajaran gotong royong, yaitu: (1) saling ketergantungan positif, (2) tanggung jawab perseorangan, (3) tatap muka, (4) komunikasi antaranggota, dan (5) evaluasi proses kelompok.

Metode berpasangan merupakan salah satu teknik atau metode dari model pembelajaran kooperatif (pembelajaran kelompok), di mana tiap kelompok terdapat beberapa variasi jumlah anggota, yakni mulai dari 2 s.d 5 orang menurut kesukaan guru dan kepentingan tugas. Untuk kelompok yang berjumlah 2 orang

disebut kelompok berpasangan (Lie, 2007: 46). Tentu saja masing-masing mempunyai kelebihan dan kekurangannya.

Lie, (2007: 46) dan Fatirul (dalam trimanunipa@yahoo.com) sama-sama menguraikan kelebihan dan kekurangan dari kelompok berpasangan, yakni sebagai berikut: *Kelebihannya*: (1) meningkatkan partisipasi, (2) cocok untuk tugas sederhana, (3) lebih banyak kesempatan untuk kontribusi masing-masing anggota kelompok, (4) interaksi lebih mudah, dan (5) lebih mudah dan cepat membentuknya. *Kekurangannya*: (1) banyak kelompok yang akan melapor dan perlu dimonitor, (2) lebih sedikit ide yang muncul, dan (3) jika ada perselisihan maka tidak ada penengah.

Berdasarkan uraian-uraian di atas, dapat ditarik suatu simpulan bahwa metode bepasangan merupakan suatu cara atau metode yang digunakan guru dalam menyajikan materi pelajaran melalui proses latihan, yakni proses kerja yang sistematis, dan dilakukan secara berulang-ulang dengan beban latihan yang kian meningkat. Proses latihan ini dilakukan oleh dua orang (berpasangan) dan berhadapan yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar suatu cabang olahraga.

Pernyataan di atas sangat berhubungan erat dengan karakteristik metode latihan (*drill*). Metode latihan/*drill*/training merupakan suatu cara mengajar yang baik untuk menanamkan kebiasaan tertentu, juga sebagai sarana untuk memelihara kebiasaan-kebiasaan yang baik, selain itu dapat juga digunakan untuk memperoleh suatu ketangkasan, ketepatan, kesempatan, dan keterampilan

(Djamarah dan Zain, 2010:95; Roestiyah NK, 2008: 125). Dengan demikian, istilah latihan berpasangan dalam tulisan ini identik dengan metode berpasangan.

4. Pembelajaran *Chest Pass* Melalui Metode Berpasangan

Pembelajaran melalui metode berpasangan dimaksudkan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket bagi siswa SD. Adapun cara penyajiannya mengacu pada langkah-langkah pembelajaran metode latihan, namun kegiatan latihan dilakukan berpasangan, sebagai berikut.

a. Kegiatan Awal

- 1) Berbasis, berdoa, presensi,
- 2) Apersepsi
- 3) Penyampaian tujuan pembelajaran dan pemberian motivasi.
- 4) Pemanasan melalui permainan-permainan yang mengarah pada gerak dasar permainan bola basket.

b. Kegiatan Inti

- 1) Guru menjelaskan dan meragakan teknik operan dada (*chest pass*);
- 2) Siswa dibentuk dala kelompok berpasangan;
- 3) Setiap kelompok berpasangan diberikan tugas gerak berupa teknik operan dada (*chest pass*).
- 4) Salah satu siswa akan melakukan operan dada (*chest pass*) yang diarahkan pada pasangannya, kemudian pasangannya menangkap bola untuk dikembalikan kepada temannya dengan teknik yang sama.

Operan dada ini dapat dilakukan dengan menggunakan dua tangan dan lintasannya mendatar.

- 5) Variasi gerakan operan dada dilakukan ditempat, berjalan, dan berlari.
- 6) Guru mengamati pola gerak siswa dan segera melakukan koreksi bila ditemukan penyimpangan gerakan siswa atau kelompok pasangan.
- 7) Guru memberikan kebebasan pada siswa untuk saling berkomunikasi dalam masing-masing kelompok pasangan, termasuk bertanya pada guru apabila ada hal-hal yang perlu dipertanyakan.

c. Kegiatan Akhir

- 1) Guru dan siswa bersama merefleksi proses pembelajaran yang telah berlangsung;
- 2) Evaluasi
- 3) Pendinginan
- 4) Berbaris, berdoa, presensi, bubar.

B. Hipotesis Tindakan

Yang dimaksud dalam hipotesis tindakan dalam tulisan ini ialah jawaban atau anggapan meyakinkan terhadap ampuhnya suatu tindakan, sehingga perlu pembuktian secara ilmiah. Dengan demikian, maka hipotesis dalam PTK ini berbunyi “dengan metode berpasangan, kemampuan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket siswa kelas V SDN 7 KABILA akan meningkat”.

C. Indikator Kerja

Adapun indikator kinerja dalam penelitian ini adalah: jika kemampuan siswa kelas V SDN 7 KABILA terhadap gerak dasar *chest pass* dalam permainan

bola basket telah meningkat menjadi 80% ke atas pada klasifikasi baik, maka penelitian ini dinyatakan selesai.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Setting dan Karakteristik Subjek Penelitian

1. Setting Penelitian

Penelitian tindakan kelas ini akan dilaksanakan di SDN 7 KABILA pada siswa kelas V semester genap tahun pembelajaran 2011/2012.

2. Karakteristik Subjek Penelitian

Yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah siswa V, guru penjaskes, strategi dan metode pembelajaran yang digunakan, media atau sarana dan prasarana pembelajaran, materi pelajaran, sumber belajar lainnya, dan lingkungan belajar lainnya.

Siswa di kelas V SDN 7 Kabila ini berjumlah 14 orang yang terdiri dari 8 putra dan 6 putri. Secara kemampuan jasmani, para siswa memiliki perbedaan-perbedaan. Kebanyakan siswa putra yang lebih menonjol kemampuan motorik dibandingkan putri. Secara latar belakang ekonomi juga sebagian besar siswa tergolong ekonomi lemah, sedangkan motivasi belajar pun bervariasi.

Keberadaan guru penjaskes di sekolah ini sebagai pembimbing dan pendidik mata pelajaran penjaskes berlatar belakang pendidikan yang relevan dengan tugas yang diberikan, sehingga ketika nantinya metode pembelajaran berpasangan akan digunakan dalam membelajarkan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket dapat dipastikan mampu melaksanakannya.

Sumber belajar lainnya ikut dilibatkan sebagai sarana pendukung pembelajaran, sedangkan lingkungan belajar dianggap cukup menjamin

terlaksananya pembelajaran secara optimal. Keberadaan sarana dan prasarana terkait operan dada dapat dikatakan cukup memadai, meskipun belum memiliki secara standar, namun dapat diantisipasi dengan cara memodifikasinya.

B. Variabel Penelitian

Terdapat tiga variabel yang ditetapkan dalam PTK ini, yakni sebagai berikut.

- 1) Variabel input; terkait dengan perencanaan pembelajaran, mulai dari perumusan pokok dan subpokok bahasan, penentuan metode, penyediaan media, pengembangan alat observasi dan evaluasi, dan penilaian hasil belajar siswa.
- 2) Variabel proses; terkait dengan pelaksanaan pembelajaran. Artinya, pembelajaran dilaksanakan berdasarkan perencanaan sebelumnya, dan yang lebih penting adalah penerapan metode berpasangan dalam rangka meningkatkan kemampuan siswa terhadap gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket.
- 3) Variabel output; terkait dengan keluaran setelah proses pembelajaran dilaksanakan. Keluaran dimaksud adalah epektifitas pembelajaran dan peningkatan hasil belajar siswa dalam hal ini kemampuan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket.

C. Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus dilaksanakan sesuai perubahan yang terjadi setelah tindakan pembelajaran. Adapun prosedur penelitian adalah;

1. Perencanaan

Adapun yang dilakukan pada tahap ini adalah sebagai berikut.

- a. Meminta izin kepada kepala SDN 7 Kabila sekaligus mengkonsultasikan guru yang menjadi mitra peneliti.
- b. Menyusun indikator sebagai sasaran yang hendak dicapai sesuai dengan permasalahan yang diangkat oleh peneliti.
- c. Mengkaji kemungkinan masalah-masalah yang akan muncul selama proses pelaksanaan penelitian serta mendesain skenario sesuai dengan teknik yang telah direncanakan.
- d. Membuat lembar observasi ketika metode berpasangan diterapkan dalam pembelajaran.
- e. Merancang alat evaluasi yang bertujuan untuk mengukur peningkatan kemampuan siswa terhadap gerak dasar operan dada permainan bola basket.

2. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan mengacu pada kaidah-kaidah pembelajaran, yakni dibagi dalam tiga tahap kegiatan, dengan langkah-langkah sebagai berikut.

a. Kegiatan Awal

- 1) Berbaris, berdoa, presensi;
- 2) Aperepsi;
- 3) Penyampaian tujuan pembelajaran dan pemberian motivasi;
- 4) Pelaksanaan pemanasan melalui permainan-permainan.

b. Kegiatan Inti

- 1) Guru menjelaskan materi pelajaran dan meragakan gerak dasar *chest pass*, selanjutnya siswa memperhatikan penjelasan dan peragaan guru.
- 2) Siswa dibentuk dalam kelompok berpasangan.
- 3) Setiap kelompok berpasangan diberikan tugas gerak berupa teknik *chest pass*.
- 4) Salah satu siswa akan melakukan *chest pass* yang di arahkan pada pasangannya, kemudian pasangannya tersebut menangkap bola untuk dikembalikan kepada temannya dengan teknik yang sama. *Chest pass* ini dapat dilakukan dengan arah mendatar dan arah memantul.
- 5) Variasi gerakan *chest pass* dilakukan ditempat, berjalan, dan berlari.
- 6) Guru mengamati pola gerak siswa dan segera melakukan koreksi bila ditemukan penyimpangan gerakan siswa atau kelompok pasangan.
- 7) Guru memberikan kebebasan kepada siswa untuk saling berkomunikasidalam masing- masing kelompok pasangan, termasuk bertanya kepada guru apabila ada hal-hal yang perlu ditanyakan.

c. Kegiatan Akhir

- 1) Guru dan siswa bersama-sama merefleksi proses pembelajaran yang telah berlangsung;
- 2) Pelaksanaan evaluasi;
- 3) Berbaris untuk kegiatan pelepasan tubuh atau pendinginan melalui kegiatan yang menggembarakan, seperti bernyanyi bersama;
- 4) Presensi, berdoa, bubar.

3. Observasi dan Evaluasi

Kegiatan observasi yang dilakukan pada tahap ini mengamati proses pembelajaran mulai dari kegiatan awal hingga akhir dengan menggunakan lembar observasi yang telah disusun sebelumnya. Sasarannya adalah menyangkut kegiatan guru dan aktifitas siswa yang terjadi dikelas, sedangkan kegiatan evaluasi dimaksudkan untuk melakukan penilaian terhadap capaian hasil belajar siswa dalam hal ini kemampuan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket, dengan menggunakan format evaluasi yang telah dibuat.

4. Refleksi

Hasil dari kegiatan observasi dan evaluasi, peneliti bersama mitra melakukan refleksi atau pemantulan terhadap kegiatan pembelajaran yang telah berlangsung. Sasarannya adalah menemukan kendala-kendala yang kemudian didiskusikan untuk mencari solusi pemecahannya. Refleksi tersebut akan menjadi acuan untuk menyimpulkan apakah tindakan siklus dilanjutkan atau sudah berakhir.

5. Data dan Teknik Pengambilanya

Ada dua bentuk data dalam penelitian ini, yakni data proses pembelajaran (kegiatan guru dan aktifitas siswa) dan data kemampuan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket. Data proses pembelajaran diambil menggunakan lembar observasi dengan memberikan tanda *ceklis* (√) pada kolom terlaksanakan (“Ya” atau ”Tidak”); sedangkan data kemampuan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket diambil dengan cara memberikan tes untuk kerja, kemudian diamati disetiap indikator-indikator pengamatan yang dimaknai dengan skor/nilai dan predikat dan klasifikasi. Adapun indikator-indikator yang diamati apada gerak dasar *chest pass* adalah sebagai berikut: (1) sikap sedia, (2) cara meletakkan tangan pada bola atau cara memegang bola di depan dada, (3) posisi siku ketika ketika akan melecutkan bola ke depan, (4) sikap lengan saat melecutkan bola.

6. Teknik Analisa Data

Teknik analisis data bertujuan untuk mengolah data sehingga diperoleh makna dari data tersebut. Data proses pembelajaran dianalisis dalam bentuk persentase keterlaksanaan semua indikatorselanjutnya dideskripsikan; sedangkan data kemampuan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket dianalisis secara kualitatif dan kuantitatif. Artinya, hasil belajar siswa yang telah dimaknai dengan predikat/klasifikasi ditransfer ke dalam skor/nilai seperti tabel berikut.

Tabel 1. Pemaknaan Predikat/Klasifikasi Nilai

Predikat / Klasifikasi	Persentase
Sangat Mampu	85-100
Mampu	75-84
Cukup	60-74
Kurang	40-59
Tidak Mampu	0-39

Rumus yang digunakan adalah :

Daya serap perorangan = $\frac{\text{jumlah skor capaian setiap siswa} \times 100}{\text{Jumlah indikator tes}}$

Jumlah indikator tes

Daya serap klasikal = $\frac{\text{jumlah skor capaian semua siswa} \times 100}{\text{Jumlah semua siswa}}$

Jumlah semua siswa

Persentasi = $\frac{\text{jumlah siswa yang mencapai pada klasifikasi sama} \times 100}{\text{Jumlah semua siswa}}$

Jumlah semua siswa

7. Sistematika penulisan

Ukuran kertas A4 dengan jarak huruf penulisan 2.0 kemudian, jarak ukuran

kertas pada rata kiri, kanan dan rata atas bawah adalah (4.3.4.3).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang telah berlangsung dalam tiga siklus, tindakan dilaksanakan berdasarkan sistem yang berlaku dengan menghendaki adanya perubahan hingga mencapai kriteria yang ditetapkan, dan dipermasalahannya di fokuskan pada belajar menembak dalam permainan bola basket melalui pembelajaran modifikasi.

Selengkapnya hasil penelitian dapat di uraikan sebagai berikut.

1. Hasil Observasi Awal

Observasi atau pengamatan dilakukan pada siswa dengan menggunakan indikator pengamatan yang terdiri dari: (1) sikap sedia, (2) cara meletakkan tangan pada bola, (3) posisi siku ketika akan melecutkan bola ke depan, (4) sikap lengan saat melecutkan bola. Berdasarkan hasil pengamatan, di peroleh data awal yang di sajikan pada lampiran 7 dan tabel berikut

Tabel 2. Klasifikasi Akhir Kemampuan Gerak Dasar Chest Pass

Kalsifikasi	Jumlah Siswa	Persentase	Rata-rata Nilai	Daya Serap Klasikal
Sangat baik	-	-	-	
Baik	5	35,71	75.64	
Cukup	7	50,01	61.4	65,89
Kurang	2	14,28	57.25	
Sangat Kurang	-	-	-	

Jumlah	14	100%		
--------	----	------	--	--

(Sumber : Dokumen Penelitian)

Berdasarkan hasil klasifikasi akhir pada observasi awal tentang kemampuan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket dengan berdasar pada empat indikator pengamatan dan dari 14 siswa yang di tes, seperti tampak pada tabel 2 di atas dapat di jelaskan: terdapat 5 orang atau sebesar 35,71% dengan rata-rata nilai 75,64 pada klasifikasi “mampu”, 7 orang atau sebesar 50,01% dengan rata-rata nilai 61,4 pada klasifikasi “cukup”, dan 2 orang atau sebesar 14,28% dengan rata-rata nilai 57,25 pada klasifikasi “kurang”, sedangkan daya serap secara klasikal hanya mencapai sebesar 65,89 termasuk klasifikasi “cukup”. Oleh karena itu, perlu adanya suatu tindakan yang memungkinkan terjadinya peningkatan hasil belajar siswa tersebut, yakni dengan melaksanakan tindakan atau pembelajaran pada siklus I dengan menerapkan metode berpasangan.

2. Hasil Siklus I

Kegiatan pembelajaran pada siklus I di laksanakan sesuai Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah di siapkan sebelumnya dengan alokasi waktu 4 jam pelajaran. Pelaksanaan tindakan pada siklus I ini diawali dengan pelaksanaan apersepsi, yakni penyampaian sesuatu hal yang mengarah kepada materi yang akan di pelajari (menggali pengetahuan awal siswa) sehingga siswa merasa terpancing untuk mencari tahu tentang materi yang akan di pelajarnya nanti, kemudian guru memberikan motivasi agar siswa semangat dalam belajar. Tahap selanjutnya guru mengatur barisan siswa menjadi beberapa

barisan. Kemudian, pelaksana pemanasan (*stretching*) sebagai upaya dalam menyiapkan siswa secara fisik dan mental untuk dapat melaksanakan kegiatan belajar. Selanjutnya guru menjelaskan materi secara lisan yang disertai dengan demonstrasi gerakan *chest pass*. Selanjutnya, pada kegiatan inti, terdapat kegiatan eksplorasi dan konfirmasi yang dilakukan guru. Untuk indikator kegiatan eksplorasi dan konfirmasi tersebut dapat dilihat pada lampiran lembar observasi pembelajaran. Terakhir, kegiatan penutup mencakup pemberian kesempatan kepada siswa untuk mengajukan pertanyaan bila terdapat hal-hal yang belum dipahaminya; pada akhir pembelajaran, guru bersama siswa merefleksikan proses pembelajaran yang telah berlangsung; evaluasi; dan *Cooling down*, berdoa, bubar.

Di samping kegiatan guru seperti dikemukakan di atas, ada pula aktivitas siswa yang akan diamati. Adapun indikator-indikator pengamatan terkait aktivitas siswa dalam proses pembelajaran adalah sebagai berikut: (1) melakukan gerakan operan dada di tempat; (2) melakukan operan dada dengan berjalan; (3) melakukan operan dada dengan berlari; (4) respon siswa terhadap pelajaran; (5) keaktifan dalam belajar; (6) kerjasama dengan pasangan; (7) hubungan interaksi antar-pasangan; (8) interaksi dengan guru; (9) disiplin dalam menerima pelajaran; (10) interaksi dengan sumber belajar; (11) tingkat keceriaan atau kesenangan terhadap kegiatan belajar; (12) bermain bola basket dengan peraturan yang sederhana.

a. Hasil Observasi Kegiatan Pembelajaran

Untuk mengetahui proses kegiatan pembelajaran melalui metode berpasangan, maka peneliti menggunakan lembar observasi pembelajaran berupa

kegiatan guru dan aktivitas siswa yang akan diisi oleh pengamat sesuai dengan keterangan maupun informasi yang di peroleh pada saat proses pembelajaran berlangsung. Berdasarkan hasil yang didapat pada pelaksanaan siklus I, maka dapat di jelaskan sebagai berikut.

Untuk kegiatan guru, dari 20 indikator yang diamati,terdapat 15 indikator atau 75% yang terlaksana dalam pembelajaran, sedangkan 6 indikator lainnya atau 25% tidak terlaksana dalam pembelajaran. Selengkapnya hasil tersebut dapat dilihat padatable di bawah ini.

Tabel 3. Klasifikasi Akhir Kegiatan Guru dalam Pembelajaran pada Siklus I

Keterlaksanaan	Jumlah Indikator	Persentase
Ya	15	75%
Tidak	5	25%
Jumlah	20	100%

(Sumber : Dokumen Penelitian)

Selanjutnya, untuk aktivitas siswa dari 20 indikator yang diamati, telah terdapat 14 indikator atau 75% yang terlaksana dalam pembelajaran, sedangkan 6 indikator lainnya atau sebesar 25% tidak terlaksana dalam pembelajaran (lampiran 11).

Selengkapnya dapat dilihat pada sajian tabel berikut.

Tabel 4. Klasifikasi Akhir Observasi Aktivitas Siswa Pada Siklus I

Keterlaksanaan	Jumlah Indikator	Persentase
Ya	7	58%
Tidak	5	42%
Jumlah	12	100%

(Sumber : Dokumen Penelitian)

b. Hasil Observasi kemampuan Gerak Dasar Chest Pass

Selain melakukan pengamatan terhadap kegiatan pembelajaran, pada siklus I peneliti juga melakukan analisis terhadap hasil observasi kemampuan gerak dasar *chest pass* yang dicapai siswa. Ada 4 (empat) indikator yang diamati sebagaimana telah diuraikan di muka.

Berdasarkan hasil pengamatan, diperoleh data siklus I yang di sajikan pada lampiran 4 dan tabel berikut ini.

Tabel 5. Klasifikasi Akhir Kemampuan Gerak dasar chest pass pada siklus I

Kalsifikasi	Jumlah Siswa	Persentase	Rata-rata Nilai	Daya Serap Klasikal
Sangat baik	-	-	-	-
Baik	9	64,28	76,33	
Cukup	5	35,72	71	74,42
Kurang	-	-	-	
Sangat Kurang	-	-	-	

Jumlah	14	100%		
--------	----	------	--	--

(Sumber : Dokumen Penelitian)

Berdasarkan tabel klasifikasi di atas, dapat di jelaskan sebagai berikut: Pada klasifikasi “baik” sudah di capai sebanyak 9 orang atau sebesar 76,22% dengan rata-rata nilai 64,28; kemudian pada klasifikasi “cukup” sebanyak 5 orang atau sebesar 35,72 dengan rata-rata nilai 71; sedangkan daya serap secara klasikal meningkat hingga mencapai sebesar 74,42 namun masih termasuk dalam klasifikasi “cukup”.

c. Refleksi

Melihat hasil yang dicapai pada siklus I,tentang kegiatan pembelajaran (kegiatan guru dan aktivitas siswa) dan kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar *chest pass* pada permintaan bola basket,maka dapat diketahui kegiatan guru dalam pembelajaran masih kurang optimal dilakukan dan perlu ditingkatkan pada pelaksanaan siklus berikutnya. Di sisi lain, aktivitas siswa pun belum sesuai harapan. Oleh karena itu, perlu adanya suatu tindakan yang memungkinkan terjadinya peningkatan hasil belajar siswa tersebut, yakni dengan melaksanakan tindakan atau pembelajaran pada siklus II dengan tetap menerapkan metode berpasangan.

3. Hasil Siklus II

Mekanisme pelaksanaan tindakan pada siklus II ini sama halnya dengan pelaksanaan tindakan pada siklus I. Pelaksanaan tindakan siklus II ini dimaksudkan sebagai tindak lanjut dari siklus I mengingat hasil belajar siswa

dalam hal ini kemampuan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket belum menunjukkan hasil yg sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Termasuk kegiatan guru dan aktivitas siswa yang belum keseluruhan terlaksana dalam kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu, dilanjutkan pelaksanaan siklus II dengan memperbaiki kekurangan-kekurangan yang terjadi pada siklus I dengan diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa tersebut hingga mencapai kriteria yang ditentukan sebagaimana telah di tetapkan dalam indikator kinerja.

a. Hasil Observasi Kegiatan Pembelajaran

Untuk mengamati perkembangan kegiatan pembelajaran pada siklus II, maka di lakukan hal yang sama seperti siklus I,yakni dengan menggunakan lembar observasi. Namun, tindakan siklus II ini lebih diarahkan pada perbaikan aspek-aspek kegiatan pembelajaran, baik menyangkut kegiatan guru dan atau aktivitas siswa sesuai dengan pelaksanaan tindakan yang terlaksana pada siklus I.

Pengamatan pada siklus II terkait dengan kegiatan guru tampak terjadi perkembangan yang sangat signifikan dimana hasil pengamatan tersebut didapat bahwa dari 20 indikator yang di amati secara keseluruhan telah dilaksanakan.

Selengkapnya hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 6. Hasil Observasi Kegiatan Guru dalam Pembelajaran Siklus II

Keterlaksanaan	Jumlah Indikator	Persentase
Ya	20	100%
Tidak		
Jumlah	20	100%

(Sumber : Dokumen Penelitian)

Selanjutnya untuk aktivitas siswa juga menunjukkan perubahan secara positif. Dari 12 indikator yang diamati secara keseluruhan memperlihatkan sesuai harapan.

Selengkapnya dapat di lihat pada lampiran 9 atau tabel berikut ini.

Tabel 7. Klarifikasi Akhir Hasil Observasi Aktivitas Siswa pada Siklus II

Keterlaksanaan	Jumlah Indikator	Persentase
Ya	12	100%
Tidak		
Jumlah	12	100%

(Sumber : Dokumen Penelitian)

b. Hasil observasi kemampuan gerak dasar chest pass

Sesuai hasil pengamatan, diperoleh data siklus II yang disajikan pada lampiran 5 dan tabel berikut.

Tabel 8. Kalsifikasi Akhir Kemampuan Gerak Dasar Chest Pass pada Siklus II

Kalsifikasi	Jumlah Siswa	Persentase	Rata-rata Nilai	Daya Serap Klasikal
Sangat baik	-	-	-	
Baik	12	85,72	78.33	77,62
Cukup	2	14,28	73.62	
Kurang				
Sangat Kurang				

Jumlah	14	100%		
--------	----	------	--	--

(Sumber : Dokumen Penelitian)

Berdasarkan tabel klasifikasi di atas, dapat dijelaskan sebagai berikut: pada klasifikasi “baik” telah dicapai sebanyak 12 orang atau sebesar 85,72% dengan rata-rata nilai 78,33; dan 2 orang lainnya atau sebesar 14,28% dengan rata-rata nilai 73,62 termasuk klasifikasi “cukup”, sedangkan daya serap klasikal menjadi 77,66 termasuk klasifikasi “baik”.

c. Refleksi

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada siklus II tersebut secara keseluruhan kegiatan pembelajaran baik berupa kegiatan guru maupun aktivitas telah optimal dilaksanakan. Hal ini terbukti dengan tercapainya kriteria indikator kinerja. Meskipun terdapat 2 orang yang hanya mencapai klasifikasi “cukup”, namun tidak mempengaruhi kriteria hasil belajar siswa secara keseluruhan.

B. Pembahasan

Berdasarkan klasifikasi akhir, pada observasi awal bahwa hasil belajar siswa berupa kemampuan gerak dasar chest pass dalam permainan bola basket hanya tercapai sebanyak tercapai sebanyak 5 orang atau sebesar 35,71% dengan rata-rata nilai 75,64 pada klasifikasi “baik”, 7 orang atau sebesar 50,01% dengan rata-rata nilai 61,4 pada klasifikasi “cukup”, dan 2 orang atau sebesar 14,28% dengan rata-rata nilai 57,25 pada klasifikasi “kurang”, sedangkan daya seraf

secara klasikal hanya mencapai sebesar 65,89 termasuk klasifikasi “cukup”. Oleh karena itu, dilakukan penelitian tindakan kelas sebanyak dua siklus.

Tindakan siklus 1 dilaksanakan berdasarkan rencana yang telah dibuat. Perencanaan dimaksud, yakni penyusun RPP, menyediakan alat/sarana dan prasarana belajar, menyiapkan lembar pengamatan proses pembelajaran dan lembar evaluasi hasil belajar siswa serta kehadiran peneliti dan guru mitra. Pada tahap pelaksanaannya mengacu pada rencana yang telah disusun dan metode yang diterapkan adalah metode berpasangan. Ketika proses pembelajaran berlangsung, guru mitra melakukan pengamatan terhadap kegiatan pembelajaran, baik berupa kegiatan guru maupun aktifitas siswa. Pada akhir pembelajaran, peneliti dengan didampingi guru mitra melakukan evaluasi hasil belajar siswa dengan menggunakan lembar pengamatan tentang penampilan siswa terhadap gerak *chest pass* dalam permainan bola basket. Hasil yang diperoleh dari kegiatan pengamatan proses pembelajaran dan evaluasi hasil belajar siswa, peneliti dan guru mitra menganalisisnya dan menginterpretasikannya kemudian merefleksinya. Hasil dari refleksi tersebut dijadikan acuan untuk pelaksanaan tindakan siklus berikutnya.

Berdasarkan hasil observasi atau pengamatan, pelaksanaan tindakan pembelajaran pada siklus I membuahkan peningkatan hasil belajar siswa dengan klasifikasi sebagai berikut: pada klasifikasi “baik” sudah dicapai sebanyak 9 orang atau sebesar 64,28% dengan rata-rata 76,22; kemudian pada klasifikasi “cukup” sebanyak 5 orang atau sebesar 35,72% dengan rata-rata nilai 71; sedangkan daya serap secara klasikal meningkat hingga mencapai sebesar 74,42 namun masih

termasuk dalam klasikal “cukup”. Hal ini berarti, terjadi penambahan jumlah siswa yang mencapai kriteria ketuntasan belajar dari observasi awal ke siklus 1 sebanyak 4 orang atau sebesar 28,57% dan peningkatan daya serap klasikal sebesar 8,53.

Selanjutnya, tindakan pada siklus II diselenggarakan berdasarkan rencana yang telah dibuat. Rencana tersebut disusun berdasarkan hasil refleksi dari kegiatan pembelajaran pada siklus I. Pelaksanaan pembelajaran pada siklus II berlangsung sebagaimana pelaksanaan pembelajaran pada siklus I, namun pada siklus II ini lebih berorientasi pada perbaikan-perbaikan atas kelemahan-kelemahan yang terjadi pada siklus I.

Mengacu pada hasil observasi atau pengamatan pada siklus II, kemampuan siswa pada gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket telah memenuhi indikator kinerja. Hasil klasifikasi data diperoleh sebagai berikut: pada klasifikasi “baik” telah dicapai sebanyak 12 orang atau sebesar 85,72% dengan rata-rata nilai 78,33; dan 2 orang lainnya atau sebesar 14,28% dengan rata-rata nilai 73,62 klasifikasi “cukup”, sedangkan daya serap klasikal menjadi 77,66 termasuk klasifikasi “baik”. Hal ini berarti, dari capaian saat observasi awal ke siklus II terjadi penambahan jumlah siswa yang mencapai kriteria ketuntasan belajar secara signifikan. Penambahan tersebut sebanyak 7 orang atau sebesar 50%; sedangkan peningkatan daya serap klasikal dari hasil observasi awal sampai ke siklus II sebesar 11,09.

Berdasarkan uraian diatas, dapat dikatakan bahwa pencapaian hasil pembelajaran melalui data hasil observasi belum memperlihatkan hasil seperti

yang diharapkan. Dengan pelaksanaan siklus I, diperoleh keberagaman capaian hasil belajar dengan variasi nilai yang cukup berbeda pada setiap klasifikasi. Bahkan capaian hasil belajar siswa secara klasikal tidak memenuhi standar nilai minimal.

Tindakan lanjutan dilakukan pada pelaksanaan Siklus II dengan format pembenahan dan peningkatan pada indikator-indikator yang belum terlaksana dengan baik. Oleh karena itu, guru memberikan muatan dan bimbingan yang lebih optimal dengan tujuan agar hasil belajar siswa meningkat hingga mencapai hasil yang memuaskan. Proses pembelajaran menunjukkan keberagaman penerimaan yang semakin optimal. Hampir seluruh siswa telah melewati standar ketuntasan belajar dan hanya ada tiga siswa yang bertahan pada capaian klasifikasi cukup.

Melalui serangkaian pelaksanaan siklus pembelajaran, kemampuan siswa menerima dan melaksanakan materi pembelajaran mengalami peningkatan yang sangat menggembirakan. Oleh karena itu, penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dimaksudkan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket pada siswa kelas V SDN 7 kabila melalui metode berpasangan telah terwujud dengan berbagai optimalisasi pembelajaran pada siklus I dan II.

Dengan demikian, hipotesis yang berbunyi “dengan metode berpasangan, kemampuan gerak dasar *chest pass* dalam permainan bola basket siswa kelas V SDN 7 kabila akan meningkat” dinyatakan diterima. Dan indikator kinerja yang berbunyi “jika kemampuan siswa kelas V SDN 7 kabila terhadap

gerak dasar *chestpass* dalam permainan bola basket telah meningkat menjadi 80% ke atas pada klasifikasi baik, maka penelitian ini dinyatakan selesai”, terpenuhi.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian dan pembahasan di atas, ada beberapa simpulan berikut ini.

- 1) Melalui metode pembelajaran berpasangan, hasil belajar siswa kelas V SDN 7 Kabila, dalam hal ini kemampuan gerak dasar chest pass dalam permainan bola basket dapat ditingkatkan. Peningkatan ini diketahui melalui observasi setiap siklus.
- 2) Hasil belajar siswa yang mencapai pada ketuntasan sebelum dilakukan tindakan siklus sebanyak 5 orang atau sebesar 35,75%, kemudian pada siklus I meningkat menjadi 9 orang atau sebesar 65,28% dan pada siklus II meningkat lagi menjadi 12 orang atau sebesar 85,72%. Dengan demikian, indikator kinerja terpenuhi pada siklus II, maka penelitian tindakan kelas berhenti pada siklus ini.
- 3) Kegiatan pembelajaran yang berlangsung dari siklus I sampai siklus II secara bertahap mengalami perkembangan yang cukup berarti. Optimalisasi kegiatan pembelajaran terjadi pada siklus II.
- 4) Hipotesis yang berbunyi “dengan metode berpasangan, kemampuan gerak dasar chest pass dalam permainan bola basket siswa kelas V SDN 7 Kabila akan meningkat” dinyatakan diterima.

B. Saran

Akhir penulisan skripsi ini, penulisan menyampaikan beberapa saran yang kiranya dapat bermanfaat bagi pembaca, sebagai berikut.

1. Metode pembelajaran berpasangan sangatlah tepat dalam meningkatkan hasil belajar mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada umumnya, materi permainan bola basket pada khususnya.
2. Dalam interaksi belajar mengajar, hendaknya guru harus mampu menciptakan kondisi belajar yang kondusif agar siswa merasa nyaman dalam belajar yang nantinya dapat meningkatkan hasil belajarnya. Oleh itu, pemilihan metode pembelajaran harus benar-benar diperhatikan relevansinya terhadap materi yang akan diajarkan.
3. Penelitian tindakan kelas merupakan sesuatu yang pasti dan harus dilakukan oleh seorang guru dalam rangka perbaikan kualitas pembelajarannya serta meningkatkan keprofesionalitasnya.

DAFTAR PUSTAKA

Djamarah, Saiful Bahri dan Aswan Zain. 2010 *Strategi Belajar Mengajar*.

(Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.

Roestiyah NK. 2008. *Strategi Belajar Mengajar*. (Cet. VII). Jakarta: Rineka cipta.

Sunarsih, dkk. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Kelas VI SD*. Semarang: PT Gelora Aksara Pratama.

Lie, Anita.2007. *Cooperting Learning di Ruang-Ruang Kelas (Cetakan V)*.

Jakarta: Grasindo

Suherman, Erman. *Model Belajar dan Pembelajaran Berorientasi kompetensi siswa*. <http://educare.e-fkipunla.net>

Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk kelas X*.

Bandung: Erlangga.

Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta:

CV. Tambak Kusuma.

Oliver, Jon. 2009. *Dasar-Dasar Bola Basket: Cara yang Baik Untuk*

Mempelajarinya. (Cet V). Ditejemahkan oleh wawan Eko Yulianto.

Bandung: Pakar Raya.

Sajoto. 1988. *Pembinaan kondisi fisik dalam olahraga*. Departement pendidikan dan kebudayaan. Direktorat jenderal pendidikan tinggi proyek pengembangan lembaga pendidikan tenaga kependidikan. Jakarta

Sidik, Dikdik Zafar. *Panduan Pelatihan Olahraga Untuk Usia Sekolah (6-18 Tahun;)* (Online), [http://www.koni.or.id/files/documents/I_Panduan-Pelatihan-Olahraga-Untuk-Usia-Sekolah-\(6-18Tahun\).pdf](http://www.koni.or.id/files/documents/I_Panduan-Pelatihan-Olahraga-Untuk-Usia-Sekolah-(6-18Tahun).pdf)), diakses tanggal 10 januari 2011.

Suherman, Erman. *Model Belajar dan Pembelajaran Berorientasi Kompetensi Siswa.*<http://educare.e-fkipunla.net>

Sumiati dan Asra. 2009. *Metode pembelajaran.* Bandung: CV Wacana Prima.

Sunarsih, dkk. 200an 7. *Pendidik an Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Untuk Kelas VI* Semarang: PT Gelora Aksara Pratama.

Uno dan Mohamad. 2011; 7. *Metode pembelajran*

Uno. 2011; 2. *Metode pembelajaran*

Buku peraturan permainan Bola Basket. 2006;7