

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan yang telah diungkapkan pada BAB IV, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. terdapat pengaruh penggunaan model pembelajaran Kooperatif (*Tipe Stad*) dalam meningkatkan keterampilan chest pass pada permainan bola basket siswa kelas VIII SMP Negeri I Talaga
2. penggunaan model pembelajaran Kooperatif (*Tipe Stad*) dalam pembelajaran bola basket dapat meningkatkan keterampilan chest pass pada permainan bola basket terutama siswa kelas VIII SMP Negeri I Talaga.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, saran-saran yang dapat dikemukakan kepada guru penpedidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya siswa kelas VIII SMP Negeri I Talaga sebagai berikut :

1. dalam meningkatkan keterampilan chest pass pada permainan bola basket yang opteamal, guru harus benar-benar memilih suatu metode atau model pembelajaran yang tepat dan disesuaikan dengan siswa itu sendiri, sehingga siswa mudah mengerti dan memahami apa yang diajarkan
2. untuk meningkatkan keterampilan chest pass pada permainan bola basket dapat diterapkan model pembelajaran Kooperatif (*Tipe Stad*). Dari hasil penelitian ini

menunjukkan, model pembelajaran Kooperatif (*Tipe Stad*) dapat meningkatkan teknik dasar chest pass dalam permainan bola basket siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Talaga.

3. dalam usaha menerapkan metode atau model pembelajaran yang baik, guru hendaknya mempersiapkan diri secara fisik maupun mental agar nantinya dalam pelaksanaannya benar-benar terarah dengan baik sehingga dapat mencapai hasil yang diharapkan.
4. dalam usaha meningkatkan keterampilan chest pass pada permainan bola basket, guru hendaknya kreatif dalam proses pembelajaran guna menghindari kejenuhan siswa selama proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
5. diharapkan kepada guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam meningkatkan keterampilan chest pass pada permainan bola basket khususnya siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Talaga.

## Daftar Pustaka

- Agus Suprijono. 2013. *Cooperative Learning/teori & aplikasi Paikem* . Jakarta : Pustaka Pelajar
- Budi Sutrisno & Mohamad Bazin. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pustaka Insan Madani
- Dini Rosdiani. 2012. *Model pembelajaran langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Alfabeta. Bandung
- Dwi sarjiyanto dan Sujarwadi. 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Intan pariwara. Jakarta.
- Ega Trisna Rahayu. 2013. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Alfabeta Jakarta.
- Farida Isnaini & Santoso Sabrini. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : Kementrian Pendidikan
- Faridha Isnaini dan Suranto. 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Karya mandiri nusa. Jakarta.
- Hanafiah Nanang & Suhana Cucu. 2012. *Konsep Strategi Pembelajaran*. PT Reflika Aditama
- Huda Miftahul. 2014. *Kooperatif Learning metode teknik struktur dan model penerapan*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Husdarta & Yudha M Saputra. 2013. *Belajar dan Pembelajaran Pendidkan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung : CV Alfabeta
- Huda Miftahul. 2014. *Model Model Pengajaran dan Pembelajaran*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Isjoni. 2014. *Kooperatif Lerning efektifitas belajar kelompok*. Bandung : Alfabeta
- Jaja Suharja Husdarta dan Eli Mariyani. 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Armico. Jakarta
- Komalasari Kokom. 2013. *Pembelajaran Kontekstual Konsep dan Aplikasi*. Bandung : PT. Refika Aditama

- Kurniadi, Deni dan Prapanca, Suro. 2010. *Penjas Orkes*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional
- Marlyn M.Buck Dkk. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Intan Pariwara. Jakarta
- Mia Kusumawati & Hilman Nurhuda. 2010. *ARENA Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : PT Sinergi Pustaka Indonesia
- Mohammad Ali Mashar & Dwinarhayu. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta : Swadayan Murni
- Mukrimaa Syifa. 2014. *Metode Belajar dan Pembelajaran*. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia.
- Nanang Hanafiah & Cucu suhana. 2012. *Konsep strategi pembelajaran* Bandung : PT Refika Aditama
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan jasmani Olahraga dan kesehatan*. jakarta : PT. Fajar Interpretama
- Sarjono dan Sumarjo. 2010. *Pendidikan jamani olahraga dan kesehatan*. Aneka ilmu. Jakarta
- Slavin E. Robert. 2005. *Coopertive Learning*. Nusa Media
- Sri Wahyuni dkk. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta : PT. Wangsa Jatra Lestari.
- Sumpeno, Joko & Santoso, Budi Dedi joko . 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SMA/MA Kelas XII*. CV Teguh Karya : Jakarta
- Syifa S. Mukrimaa. 2014. *Metode Belajar dan Pembelajaran*. Bumi Siliwangi. Bandung.
- Tukiran Taniredja Dkk. 2013. *Model-model Pembelajaran inovatif dan Efektif*. Alfabeta. Bandung

**JADWAL PENELITIAN**

<b>SIKLUS 1</b>			
No.	HARI/TANGGAL	KEGIATAN	KET
1.	Sabtu, 16 Januari 2016	Observasi Awal	
2.	Rabu, 20 Januari 2016	Tindakan I	
3.	Jumat, 22 Januari 2016	Tindakan II	
4.	Sabtu, 23 Januari 2016	Tindakan III	
5.	Senin, 25 Agustus 2015	Evaluasi Siklus I	

<b>SIKLUS II</b>			
No.	Hari/Tanggal	Kegiatan	KET
6.	Selasa, 26 Januari 2016	Tindakan I	
7.	Kamis, 28 Januari 2016	Tindakan II	
8.	Jumat, 29 Januari 2016	Tindakan III	
9	Sabtu, 30 Januari 2016	Evaluasi Siklus II	

**HASIL PENGAMATAN KEGIATAN GURU  
(OBSERVASI AWAL)**

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 1 Talaga

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : VIII / Genab

Materi Pokok : Keterampilan Chest Pass dalam permainan bola basket

No.	Aspek Yang Diamati	Dilaksanakan		KET
		YA	TIDAK	
1.	<u>PENDAHULUAN</u>			
	a. Formasi barisan	✓		
	b. Berdoa	✓		
	c. Mengecek kehadiran	✓		
	d. Siswa melakukan pemanasan dibawah bimbingan guru	✓		
2.	<u>KEGIATAN INTI</u>			
	a. Guru memberikan motivasi dan penjelasan mengenai keterampilan Chest pass yang baik dan benar yang meliputi : Tahap persiapan, Tahap gerakan, Tahap akhir gerakan	✓		
	b. Mendemonstrasikan cara keterampilan Chest pass dalam permainan bola basket	✓		
	c. Memberikan tugas gerak pada siswa untuk mempraktekkan cara melakukan keterampilan Chest pass dalam permainan bola basket	✓		
	d. Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum dipahami atau diketahui oleh siswa	✓		
3.	<u>KEGIATAN PENUTUP</u>			
	a. Bersama siswa merefleksi proses pembelajaran yang telah berlangsung	✓		
	b. Memberikan tugas kepada siswa	✓		
	c. Pendinginan	✓		
	d. Berdoa dan Bubar barisan	✓		

### LEMBAR PENILAIAN KEGIATAN SISWA

Nama Siswa :  
 Kelas/ Semester :  
 Mata Pelajaran :

No.	ASPEK YANG DIAMATI	BUTIR SKOR				Jml Skor	Ket
		1	2	3	4		
1.	<u><b>TAHAP PERSIAPAN</b></u> 1) Berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu 2) Salah satu kaki di depan 3) Bola berada di depan dada 4) Posisi siku tidak terbuka lebar dan tidak juga dirapatkan ke badan.						
	<u><b>TAHAP GERAKAN</b></u> 1) Dorong bola lurus ke depan 2) Tangan lurus dan diakhiri dengan sentakan pergelangan tangan 3) Badan condong ke depan 4) Bersamaan dengan berpindahnya kaki belakang ke depan.						
3.	<u><b>TAHAP AKHIR</b></u> 1) Posisi kedua telapak tangan menjadi menghadap keluar. 2) Lecutkan kedua tangan untuk menghasilkan laju bola yang lebih cepat. 3) Bola dilemparkan, kemudian berat badan bergeser ke depan 4) Pandangan mata tetap ke arah bola yang akan dioper.						
Total Skor							
Rata-rata							

#### KRITERIA PENILAIAN

A = Tahap Persiapan	85-100	= SB ( Sangat baik )
B = Tahap Gerakan	75-84	= B ( Baik )
C = Akhir Gerakan	65-74	= C ( Cukup )
	0-64	= K ( Kurang )

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN 1

SATUAN PENDIDIKAN : SMP NEGERI 1 TALAGA  
Mata Pelajaran : Penjasorkos  
Kelas/smester : VIII/Genap4  
Jumlah Pertemuan : 4 Pertemuan

### 1. STANDAR KOMPOTENSI

- Mempraktikkan berbagai keterampilan dasar permainan olahraga dengan teknik dan taktik serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

### 2. KOMPOTENSI DASAR

- Mempraktikkan keterampilan bermain *salah satu* permainan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri\*\*).

### 3. INDIKATOR

- Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolabasket melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (ber-pasangan dan ber-kelompok).
- Bermain bola basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

### 4. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Agar siswa dapat melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola basket melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan ber-kelompok) dengan koordinasi yang baik.
- Agar siswa dapat bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri.

Karakter yang dituju : Religius, disiplin, jujur, inovatif, kerja keras, tanggung jawab dan saling menghargai teman

## 5. MATERI PEMBELAJARAN

Permainan Bola Basket :

- a. Kombinasi teknik dasar permainan bola basket me-lempar, menangkap, meng-giring dan menembak bola (berpasangan dan ber-kelompok) dengan koordinasi yang baik.
- b. Bermain bola basket dengan menggunakan strategi bermain dengan pola pengerangan 1-3-1, 1-2-2 dan formasi 3-2, menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri

## 6. ALOKASI WAKTU

- 2 X 45 Menit

## 7. METODE PEMBELAJARAN

- Inclusive (Cakupan)
- Kooperati Tipe STAD
- Saling menilai sesama teman (Resiprocal)

## 8. KEGIATAN/LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Pertemuan 1 sampai 3

- Kegiatan awal. (+10 Menit)
  - Siswa berdoa berdasarkan keyakinannya masing – masing.  
**Dampak** : Berdoa adalah kegiatan komunikasi vertikal kepada Tuhan Yang Maha Esa. Dengan berdoa setiap hari guru dan siswa akan lebih dekat dengan Sang Pencipta dan bisa **mempunyai pola pikir bahwa segala sesuatu adalah karena pertolongan Tuhan.**  
**Karakter yang akan terbentuk : manusia yang percaya kepada Tuhan.**
  - Siswa diajak bertegur sapa dan ditanyakan kabar hari ini.

**dampak** : siswa akan merasa diperhatikan, sehingga mereka akan mendapat awalan yang nyaman untuk belajar.

**Karakter yang akan terbentuk : rasa hormat kepada guru.**

- Melakukan latihan kelenturan tubuh (warming up) yaitu mulai dari pemanasan statis dan dinamis.
- Memberikan informasi secara singkat tentang tujuan pembelajaran untuk tehnik permainan bola basket yaitu latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola basket me-lempar, menangkap, meng-giring dan menembak bola (berpasangan dan ber-kelompok) dengan koordinasi yang baik, dan dilakukan dengan rasa penuh tanggung jawab, kerja sama, disiplin, jujur.
- Kegiatan inti. (+60 Menit)
  - Siswa dibagi dalam beberapa kelompok, masing-masing kelompok saling berpasangan dengan kelompok lain, untuk melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar chest pass, bouce pass, overhead pass, dalam permainan bola basket dengan cara setiap kelompok yang berpasangan melakukan teknik dasar teknik dasar chest pass, bouce pass, overhead pass dengan langkah posisi step/step (melangkah sesamping dengan jarak yang ditentukan oleh pelatih atau guru. Dilakukan secara bergantian dan berpasangan.
  - Siswa dibagi beberapa kelompok, masing masing anggota menggiring (dribling) bola secara bergantian dengan menggunakan jarak dan fariasi latihan yang ditentukan oleh guru, setelah selesai melakukan, berlari kebelakang kelompoknya, dan dilakukan secara bergantian.
  - Untuk latihan menggiring (dribling) dibagi menjadi dua macam yaitu menggiring bola tinggi dan menggiring bola rendah, dengan cara salah satu kaki berada didepan posisi seperti melangkah, posisi kaki depan agak

ditekuk, badan sedikit condong kedepan, tangan kiri berada disamping badan dan tangan kiri memegang/mendribling bola.

- Siswa Bermain bola basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri.
- Kegiatan ahir (+20Menit)
  - Penilaian proses untuk mengetahui ketercapaian tujuan
  - Melakukan latihan pendinginan
  - Menginformasikan kegiatan pada tatap muka berikutnya.

## **9. ALAT DAN SUMBER BELAJAR**

- a. Alat pembelajaran :
  - Bola Basket atau sejenisnya
  - Lapangan permainan bola basket atau sejenisnya
  - Ring basket atau sejenisnya
  - Corong atau sejenisnya
  - Peluit
- b. Sumber Pembelajaran
  - Media cetak
    - Buku pegangan guru dan siswa SMP Kelas VIII, Muhajir pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan
    - Buku permainan bola basket
  - Media elektronik
    - Audio/Video visual teknik dasar dan strategi bermain permainan bola basket
    - Rekaman/cuplikan pertandingan

## **10. PENILAIAN**

Tehnik dan bentuk penilaian .

## a) Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan koordinasi teknik dasar menangkap, meng-giring dan menembak bola dalam permainan bola basket, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (Penilaian proses ), ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (Penilaian Produk/Prestasi)

Contoh penilaian proses teknik dasar permainan bola basket (penilaian keterampilan)

No.	Nama Siswa	Aspek Yang Dinilai															Jmlh	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		Sikap awal					Gerakan					Sikap Akhir								
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1																				
2																				
3																				
4																				
Dst																				
Jumlah Skor Maksimal (Nilai Proses)																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skro Maksimal}} \times \text{Jumlah skor maksimal (100)}$$

⇒ Contoh penilaian produk / prestasi teknik dasar (Operan Depan Dada) saling berpasangan dan berkelompok

Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
85 – 100	Sangat Baik
75 – 84	Baik
65 – 74	Cukup
0 – 64	Kurang

⇒ Contoh penilaian produk / prestasi teknik dasar (Menembak ke ring basket) selama 30 detik

- Tes Sikap (efektif)
- Tes Pengetahuan (Kognitif)

b) Petunjuk Penilaian

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan singkat dan tepat!

1. Butir Soal Pengetahuan

No	Butir Pertanyaan	Kriteria Pensekoran					Nilai Akhir
		1	2	3	4	5	
1.	Jelaskan cara memegang bola dalam teknik dasar chest pass						
2.	Jelaskan bagaimana posisi kaki saat melakukan chest pass dalam permainan bola basket						
3.	Jelaskan macam-macam teknik dasar dalam permainan bola basket						
4.	Jelaskan bagaimana posisi tangan saat melakukan chest pass dalam permainan bola basket						
5.	Jelaskan bagaimana posisi saat melakukan chest pass dalam permainan bola basket						
Jumlah Skor Maksimal = 25							

1) **Penilaian Keterampilan**

a. Petunjuk Penilaian

Penilaian aspek keterampilan diperoleh melalui penilaian proses, yaitu: sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir melakukan keterampilan chest pass dalam permainan bolabasket.

b. Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja)

Lakukan keterampilan chest pass dalam permainan bolabasket!

No	ASPEK YANG DIAMATI	BUTIR SKOR					Jml Skor
		1	2	3	4	5	
1.	<u>TAHAP PERSIAPAN</u>						
	a. Berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu						
	b. Salah satu kaki di depan						
	c. Bola berada di depan dada						
2.	d. Posisi siku tidak terbuka lebar dan tidak juga dirapatkan ke badan						
	<u>TAHAP GERAKAN</u>						
	a. Dorong bola lurus ke depan						
	b. Tangan lurus dan diakhiri dengan sentakan pergelangan tangan						
3.	c. Badan condong ke depan						
	d. Bersamaan dengan berpindahnya kaki belakang ke depan.						
	<u>TAHAP AKHIR</u>						
	a. Posisi kedua telapak tangan menjadi menghadap keluar.						
3.	b. Lecutkan kedua tangan untuk menghasilkan laju bola yang lebih cepat.						
	c. Bola dilemparkan, kemudian berat badan bergeser ke depan						
	d. Pandangan mata tetap ke arah bola yang akan dioper						

c. Rubrik Penilaian Sikap Spritual

No	Aspek Pengamatan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
1.	Berdoa sebelum dan sesudah melakukan sesuatu.					
2.	Mengucapkan rasa syukur atas karunia Tuhan					
3.	Memberi salam sebelum dan sesudah					

	menyampaikan pendapat/presentasi.					
4.	Mengungkapkan kekaguman secara lisan maupun tulisan terhadap Tuhan saat melihat kebesaran Tuhan .					
5.	Merasakan keberadaan dan kebesaran Tuhan saat mempelajari ilmu pengetahuan.					
	<b>Jumlah skor maksimal = 20</b>					

## CURRICULUM VITAE

**Dian musa**, lahir di Marisa 22 April beragama



islam dengan jenis kelamin

perempuan NIM 831 411 185. Mahasiswa

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan

sRekreasi Fakultas Olahraga Dan Kesehatan

Angkatan 2011. Merupakan anak ke 1 dari 3

bersaudara dari pasangan keluarga Bapak Dede

Musa dan ibu Nance Due

### **a. Riwayat Pendidikan**

1. SDN 2 Marisa selatan tahun 2003
2. MTS Al-mubaraq Marisa tahun 2005
3. SMK Negeri 1 Marisa Kab. Pohuwato tahun 2008

### **b. Pendidikan Non formal**

1. Peserta PPL I Dan II Di SMA N 1 LIMBOTO Kab.kota tahun 2013/2014
2. Peserta Kuliah Kerja Sibermas (KKS) Desa Bonedaa Kecamatan suwawa tengah Kab. Bone Bolango tahun 2015/2016