

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Dalam dunia pendidikan khususnya tingkat SMP, terdapat mata pelajaran yang mendukung kesehatan dan kebugaran jasmani siswanya yaitu pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Pada mata pelajaran ini, siswa juga diajarkan tentang permainan bola basket. Tidak hanya sebagai mata pelajaran, olahraga permainan bola basket juga dijadikan ekstrakurikuler atau pelajaran di luar jam sekolah.

Kegiatan olahraga pendidikan dewasa ini telah menjadi salah satu pelajaran yang di maksud dalam kurikulum pendidikan, yang di laksanakan di semua jenjang pendidikan, termasuk pada siswa di sekolah menengah atas (SMA/SMK) dengan mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Mata pelajaran pendidikan olahraga dan kesehatan diarahkan untuk membekali siswa tentang dasar-dasar pendidikan olahraga dan kesehatan dalam rangka untuk menambah keterampilan dan pembendaharaan pengetahuan para guru pendidikan olahraga disekolah khususnya dalam menangani pendidikan olahraga disekolah yang menyenangkan, memberikan banyak kesempatan kepada siswa untuk melakukan aktivitas dan dapat ditinggikan efektifitas pembelajaran pendidikan olahraga dan kesehatan. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan terdiri dari beberapa macam cabang olahragayang mampu mengembangkan anak didik sesuai dengan tujuan yang ingin di capai. salah satu cabang olahraga yang di maksud adalah permainan bola basket.

*Jump shoot* adalah “ jenis tembakan yang menambahkan lompatan pada saat melakukan shooting, dimana bola dilepaskan pada saat titik tertinggi lompatan”. Dalam melakukan *jump shoot* diperlukan raihan dan kemampuan meloncat yang tinggi agar keberhasilan dapat

dicapai dengan gemilang. Selain itu, juga dibutuhkan berbagai unsur kondisi fisik seperti: 1) kekuatan: 2) kecepatan: 3) kelincahan: 4) kelentukan: 5) keseimbangan: 6) daya ledak (power) dan lainnya.

Namun kenyataannya siswa belum mampu melakukan *jump shoot* dengan baik dan benar, seharusnya siswa bisa melakukan *jump shoot* dengan baik dan benar, hal ini ditandai dengan rendahnya kemampuan siswa dalam menguasai cara *jump shoot* karna strategi atau metode yang kurang tepat, salah satu cara yang tepat adalah menggunakan strategi yang sesuai dengan materi yang di ajarkan. Strategi yang pas untuk pembelajaran yaitu melalui model pembelajaran *explicit instruction*, karena dengan model *explicit instruction* dalam pembelajaran materi bola basket, siswa dapat melakukan *jump shoot* dengan baik dan benar. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti terdorong untuk mengangkat masalah ini dalam sebuah penelitian dengan judul, **“Meningkatkan Keterampilan *Jump Shoot* Dalam Permainan Bola Basket melalui Model Pembelajaran *Explicit Instruction* pada siswa kelas VIII<sup>5</sup> SMP Negeri 1 Dungaliyo”**.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan suatu proses pendidikan yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan sesuai perubahan fisik dan mental. Dalam kegiatan proses belajar mengajar, termasuk pada pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan haruslah di berikan kesempatan seluas-luasnya untuk mengembangkan potensi yang ada.

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, spritual, dan sosial). serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan

kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Permainan bola basket adalah salah satu permainan yang dapat di mainkan di dalam ruangan tertutup maupun di ruangan terbuka. Dan olahraga ini di mainkan oleh dua tim, masing-masing tim lima orang. Kemajuan dan keberhasilan prestasi olahraga cabang permainan bola basket sangat di tentukan oleh keberadaan pembimbing olahraga disekolah. Oleh sebab itu, diharapkan permainan bola basket di sekolah perlu di laksanakan dengan sebaik-baiknya agar menghasilkan bibit-bibit yang mempunyai prestasi dalam permainan bola basket.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan permasalahan dari latar belakang diatas maka di identifikasikan permasalahan sebagai berikut :

Kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan *jump shoot* pada permainan bola basket dengan baik dan benar, kurang tepatnya metode yang digunakan oleh guru dalam proses pembelajaran penjaskes, kurangnya penguasaan keterampilan teknik dasar siswa dalam melakukan *jump shoot*, kurangnya konsentrasi siswa pada saat guru menjelaskan materi, kurangnya bentuk fisik yang dimiliki siswa, siswa tidak serius mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani, belum optimalnya pemahaman siswa dalam mengikuti proses pembelajaran penjaskes.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: Apakah dengan melalui model pembelajaran *explicit instruction* dapat meningkatkan keterampilan *jump shoot* di SMP Negeri 1 Dungaliyo?

#### **1.4 Cara Pemecahan Masalah**

Masalah yang paling mendasar dan menjadi fokus penelitian ini adalah rendahnya keberhasilan siswa dalam meningkatnya keterampilan *jump shoot*. Solusi yang dapat dilakukan yaitu melalui model pembelajaran *explicit instruction*, gurupun menjelaskan tentang keterampilan dasar *jump shoot*, guru memberikan contoh gerakan *jump shoot*, dan siswa melakukan gerakan *jump shoot* yang meliputi: (1) Berdiri diam di tempat dengan dengan salah satu kaki di depan atau kaki sejajar, (2) Bola dipegang di depan dada, (3) Bersamaan dengan gerakan melompat ke atas, maka bola diangkat ke atasdi depan kepala, (4) Pada saat mencapai titik tertinggi, maka dilakukan gerakan menembak ke ring basket, (5) Pada saat mendarat, kaki harus lentur ( tidak kaku), (6) Pandangan kearah ring basket.

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah: Berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan diatas, penelitian ini mempunyai tujuan meningkatkan keterampilan *jump shoot* pada permainan basket melalui model *explicit instruction* pada siswa kelas VIII<sup>5</sup> Di SMP Negeri 1 Dungaliyo.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat membuktikan secara ilmiah tentang pengaruh model pembelajaran *explicit instruction* untuk meningkatkan keterampilan *jump shoot* dalam permainan bola basket.

##### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak yaitu:

- a) Bagi guru. Untuk meningkatkan kualitas mengajar dan mencoba menerapkan model pembelajaran sebagai inovasi baru dalam proses pembelajaran.

- b) Bagi siswa. Dengan banyaknya model pembelajaran mereka mendapatkan banyak variasi dalam pembelajaran. Selain itu siswa dapat belajar sambil bermain.
- c) Bagi sekolah. Hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan bagi sekolah untuk mengembangkan model pembelajaran.
- d) Bagi Peneliti. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam melakukan penelitian-penelitian sejenis.