



Journal Physical Health Recreation (JPHR)

Volume 4 Nomor 1 November 2023

<https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JPHR>

e-ISSN : 2747- 013X

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Chest-Pass Dalam Bola Basket Melalui Penerapan Metode Pembelajaran Resprokal Dan Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas IX MTS Swasta Islamiyah Belawan

Liwa'ul Hamdi¹, Suprayitno²

{liwaulhamdi@gmail.com¹, suprayitno@unimed.ac.id²}

Sekolah Tinggi Olahraga Dan Kesehatan Bina Guna Medan, Jl. Alumunium Raya No.77, Tj. Mulia Hilir, Kec. Medan Deli, Kota Medan, Sumatera Utara 20241¹, Universitas Negeri Medan, Jl. William Iskandar Ps. V, Kenangan Baru, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 20221²

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar passing chest-pass dalam bola basket melalui penerapan metode pembelajaran resprokal dan variasi pembelajaran pada siswa kelas IX MTS Swasta Islamiyah Belawan Tahun Ajaran 2021/2022. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX (8 orang putra dan 23 orang putri) karena nilai KKM-nya paling rendah yang diberikan tindakan berupa pembelajaran melalui penggunaan variasi pembelajaran terhadap perbaikan proses belajar passing Chest-pass bola basket. Metode penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (Classroom Action Research). Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif yang berguna untuk mengungkapkan kesulitan belajar siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani serta cara mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut sebagai upaya untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi tersebut. Untuk memperoleh data dalam penelitian ini dilakukan tes hasil belajar di akhir setiap siklus yang berbentuk aplikasi penilaian teknik dasar passing chest-pass bola basket khususnya kemampuan melakukan sikap permulaan, pelaksanaan dan gerakan lanjutan. Analisis data dilakukan dengan reduksi data dan paparan data. Banyaknya siswa yang mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) individu pada saat test siklus I adalah 14 orang, meningkat menjadi 27 orang siswa pada siklus II. Berdasarkan hasil penelitian, pada saat pemberian tindakan pada siswa melalui metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran yang dilakukan peneliti pada siklus I diperoleh nilai rata-rata kelas 63,41 dengan ketuntasan klasikal siswa dari 31 orang sebesar 45,16%. Hasil test pada siklus II diperoleh nilai rata-rata kelas meningkat menjadi 81,94 dengan ketuntasan klasikal meningkat sebesar 87,09%, maka dapat disimpulkan bahwa variasi pembelajaran yang dilakukan peneliti dapat memperbaiki proses belajar chest-pass pada bola basket.

Kata Kunci: pembelajaran, bola basket, chest past, variasi pembelajaran.

1 Pendahuluan

Pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya pembinaan mutu sumber daya manusia. Siswa MTS sebagai calon generasi penerus bangsa, perlu dibekali dengan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang memadai. Pembentukan sikap dan pembangkitan motivasi perlu dilakukan pada setiap jenjang pendidikan formal.

Kurikulum tingkat kesatuan pendidikan di sekolah, menuntut guru dan siswa untuk bersikap aktif, kreatif, inovatif, dan kompetitif dalam menanggapi setiap pembelajaran yang diajarkan. Setiap siswa dapat memanfaatkan ilmu yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari, untuk itu setiap pelajaran selalu dikaitkan dengan manfaatnya dalam lingkungan sosial masyarakat. Sikap aktif, kreatif, inovatif, dan kompetitif akan terwujud dengan menempatkan siswa sebagai subjek pendidikan. Peran guru adalah sebagai fasilitator dan bukan sumber utama pembelajaran.

Untuk membutuhkan sikap aktif, kreatif, inovatif, dan kompetitif dari siswa tidaklah mudah, fakta yang terjadi adalah guru dianggap sumber belajar yang paling benar. Proses pembelajaran yang terjadi memposisikan siswa sebagai pendengar ceramah guru. Akibatnya, proses belajar mengajar cenderung membosankan dan menjadikan siswa malas belajar. Sikap anak didik yang pasif ternyata tidak hanya terjadi pada mata pelajaran tertentu saja tetapi pada hampir semua mata pelajaran termasuk pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Sebenarnya banyak cara untuk meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa. Salah satunya dengan menerapkan gaya mengajar tertentu, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih interaktif dan tidak membosankan bagi siswa. Pada akhirnya diharapkan akan meningkatkan prestasi belajar siswa secara keseluruhan.

Keberhasilan proses belajar mengajar pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat diukur dari keberhasilan siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Keberhasilan itu dapat dilihat dari pemahaman, penguasaan materi, dan hasil belajar maka semakin tinggi pemahaman, penguasaan materi maka semakin tinggi pula tingkat keberhasilan pembelajaran.

Gaya mengajar merupakan strategi yang diharapkan guru dalam menyampaikan materi pembelajaran. Gaya mengajar yang tepat akan memberi pengaruh yang cukup besar dalam kegiatan belajar mengajar, karena penggunaan gaya mengajar yang tepat dan sesuai tentu akan menghasilkan suatu kegiatan belajar mengajar yang efektif dan efisien, dan diharapkan mencapai tujuan sesuai dengan yang ditetapkan, selain itu dengan melakukan variasi pembelajaran dalam gaya mengajar yang diyakini akan meningkatkan motivasi maupun semangat belajar siswa.

Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti pada 18 febuari s.d 20 febuari 2022, ternyata siswa belum mampu melakukan passing chest-pass dengan benar. Saat melakukan chest-pass, siswa masih belum memfokuskan pandangan ke arah target yang akan dipassing, siswa masih lebih banyak melihat ke kanan, ke kiri, tidak melakukan gerakan yang benar dan cara memegang bola juga masih salah. Faktor-faktor tersebut sangat menentukan keberhasilan seorang siswa dalam melakukan chest-pass. Guru pendidikan jasmani perlu meningkatkan/memperbaiki kekurangan-kekurangan ini dengan menambah variasi pembelajaran atau gaya mengajar yang sesuai, serta dapat memotivasi siswa lebih baik lagi. Menurut peneliti, permasalahan-permasalahan yang dipaparkan di atas, dapat disebabkan karena masih kurangnya

kemampuan guru dalam menerapkan variasi dalam tehnik dan strategi pembelajaran. Selama ini guru pendidikan jasmani hanya menggunakan gaya mengajar komando dan ceramah. Penggunaan gaya mengajar yang tepat akan membantu guru dalam menyampaikan materi pelajaran. Aktifitas yang diberikan dalam pembelajaran harus bermanfaat dari segi psikologis, sehingga aktifitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran, dalam hal ini diperlukannya variasi pembelajaran atau strategi mengajar yang sesuai dengan topik atau materi yang diajarkan pada siswa.

Gaya mengajar resiprokal menekankan pada siswa untuk bekerja di dalam suatu kelompok yang dibentuk sedemikian hingga agar setiap anggotanya dapat berkomunikasi dengan nyaman dalam menyampaikan pendapat ataupun bertanya dalam rangka bertukar pengalaman keberhasilan belajar satu dengan yang lainnya. Pada awalnya, guru menjadi leader atau contoh dalam mempraktekkan strategi yang sesuai. Kemudian siswa diminta untuk melakukannya bersama teman-teman dalam suatu kelompok sehingga jelas dalam pelaksanaannya model ini tidak lepas dari pendekatan pembelajaran koperatif. Selain itu, yang perlu ditekankan adalah pendekatan dialogis dalam pembelajaran baik antara guru dengan siswa maupun antara siswa dengan siswa. Guru dituntut untuk memiliki kemampuan, teliti, dan peka dalam mengamati pembelajaran. Pada perosesnya, mungkin saja siswa memiliki kecendrungan tidak aktif, tidak terlibat dalam megikuti proses pembelajaran dan menunggu guru harus melakukan berbagai cara untuk membangkitkan kreatifitas siswa.

Variasi pembelajaran merupakan suatu bentuk pemecahan masalah. Dalam proses pembelajaran ini siswa memperoleh kesempatan untuk mengembangkan kreatifitasnya, semangat dalam mengikuti proses pembelajaran maupun melihatkan bakatnya dalam pembelajaran ini. Metode ini memungkinkan jawaban-jawaban yang beranekaragam akan memberikan ransangan kepada siswa untuk bertanya melakukan gerakan passing chest-pass secara benar. Sasaran resiprokal dan variasi pembelajaran adalah mendorong siswa untuk meningkatkan dan memelihara perhatian siswa terhadap relevansi dalam proses belajar mengajar dan memberi kesempatan untuk pegulangan terhadap materi yang diajarkan dengan seorang pengamat. Dari latar belakang tersebut, peneliti merasa tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai “Upaya meningkatkan hasil belajar passing chest-pass dalam bola basket melalui penerapan metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran pada siswa kelas IX MTS Swasta Islamiyah Belawan Tahun Ajaran 2021/2022”.

2 Metode Penelitian

Sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian yang bermaksud untuk menemukan informasi tentang “Upaya Perbaikan Proses Belajar Passing Chest-pass Dalam Bola Basket melalui Penerapan Metode Pembelajaran Resiprokal Dan Variasi pembelajaran Pada Siswa Kelas IX MTS Swasta Islamiyah Belawan Tahun Ajaran 2021/2022”. Metode yang digunakan adalah Metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK).

Metode penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (classroom action research). Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif yang berguna untuk mengungkapkan kesulitan belajar siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani serta cara mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut sebagai upaya untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi tersebut. Menurut Arikunto (2008:16) menyatakan bahwa secara garis besar dalam tiap siklus itu terhadap empat tahap yang dilalui dalam melaksanakan penelitian tindakan kelas, yaitu perencanaan (planning), tindakan (acting), observasi (observing) dan refleksi (refleking). Pada

setiap penelitian dalam ilmu pengetahuan umumnya bertujuan untuk menemukan dan mengembangkan serta menguji kebenaran dari suatu ilmu pengetahuan. Metode penelitian adalah cara yang dilakukan peneliti untuk mencapai maksud dan tujuan tertentu. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research).

Lokasi penelitian dilaksanakan di MTS Swasta Islamiyah Belawan tahun ajaran 2021/2022. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2022 dilaksanakan selama 2 minggu dengan 1 kali pertemuan tiap minggunya. Peneliti memilih siswa kelas IX yang berjumlah 31 orang (8 orang putra dan 23 orang putri) karena nilai KKM-nya paling rendah.

3 Hasil

Dari analisis data yang telah dilakukan, penggunaan metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran dalam memperbaiki proses belajar dan meningkatkan hasil belajar passing chest-pass pada permainan bola basket yang dilaksanakan peneliti telah terlaksana dengan optimal. Walaupun dalam pelaksanaannya masih ada siswa yang belum mampu menguasai keseluruhan teknik passing chest-pass bola basket tersebut yang terlihat dari setiap hasil tes keterampilan siswa.

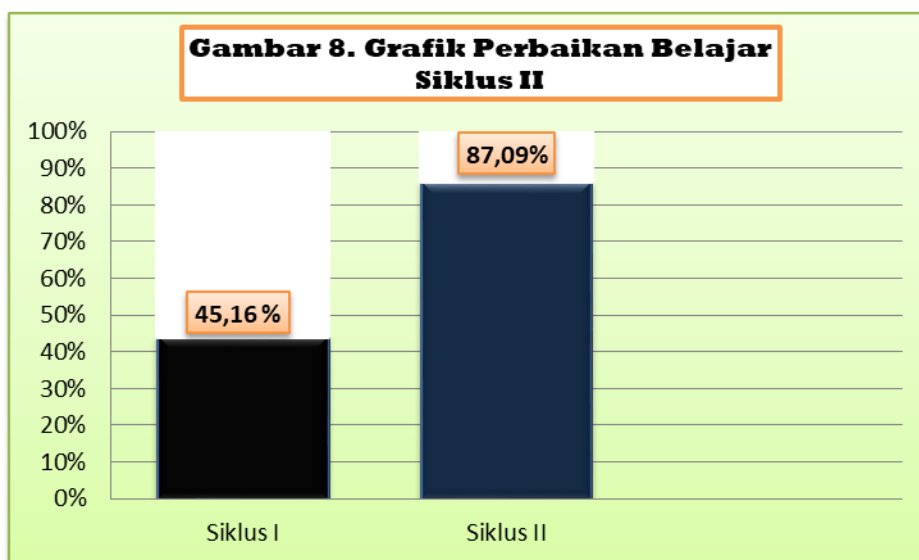
Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar siswa yang diterapkan melalui metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran mengalami peningkatan dan dapat dibuktikan dari nilai rata-rata siswa kelas IX MTS Swasta Islamiyah Belawan. Pada saat dilakukan tes awal, banyak siswa yang mendapat nilai kurang maksimal bahkan dibawah rata-rata dan tidak mencapai kriteria ketuntasan minimum. Hal ini disebabkan oleh karena tidak adanya modal dasar pemahaman siswa tentang materi bola basket khususnya passing chest-pass. Siswa melakukan gerakan dengan karakter atau teknik dasar yang mereka miliki masing-masing tanpa adanya teknik atau metode yang diberikan oleh guru. Setelah diberikan tindakan pada siklus I ternyata penggunaan metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran dapat mengoptimalkan proses belajar passing chest-pass siswa. Beberapa aspek yang mempengaruhi peningkatan hasil belajar ialah metode atau model pembelajaran yang diberikan, model permainan yang dimodifikasi dan cuaca yang baik membuat siswa semangat dalam melakukan pembelajaran chest-pass dengan baik. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes belajar siklus I diperoleh ketuntasan klasikal dari 31 siswa sebesar 45,16% sebanyak 14 orang dengan rata-rata nilai 63,4 dan 17 orang yang tidak tuntas. Namun hasil ini belum memenuhi kriteria ketuntasan klasikal yang diharapkan, hal ini disebabkan masih ditemukannya permasalahannya pada siklus I yaitu, (a) masih banyak siswa yang belum dapat melakukan teknik chest-pass dikarenakan siswa belum memahami materi pelajaran dan belum serius serta percaya diri dalam melaksanakannya, (b) hasil belajar juga belum memenuhi ketuntasan belajar secara klasikal. Untuk itu perlu dilakukan tindakan pada siklus II guna mencapai target yang diharapkan.

Pada tindakan Siklus II, merupakan perbaikan pembelajaran yang dilaksanakan pada siklus I. penggunaan metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran pada siklus ini, peneliti lebih menekankan pada pemberian motivasi dan mengawasi, serta mengarahkan siswa pada titik sasaran yang ingin dicapai berdasarkan kemampuan dirinya sendiri. Guru juga menjelaskan lebih tentang fase pelaksanaan, yaitu teknik melakukan rentakan kaki, punggung dan bahu pada saat pelaksanaan chest-pass, di mana pada fase pelaksanaan aspek ini menjadi perhatian khusus karena pada saat proses pembelajaran berlangsung banyak siswa yang tidak

mampu melakukan gerakan ini, pada hasil test sebelumnya aspek ini tergolong pada salah satu perolehan nilai nilai siswa yang paling rendah.

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

No.	Skor terendah	Skor tertinggi	Nilai terendah	Nilai tertinggi	Nilai rata-rata	Ketuntasan Klasikal
1. Tes awal	4	10	33,3	83,3	57,49	22,58%
2. Siklus I	5	11	41,6	91,6	63,41	45 16%
3. Siklus II	7	11	58,3	91,6	81,94	87,09 %



Beberapa aspek telah terlihat dalam peningkatan hasil belajar pada siklus II, diantaranya ialah rasa percaya diri pada siswa meningkat, motivasi, penampilan bermain siswa, serta rasa kerjasama dan semangat dalam melakukan chest-pass telah dilakukan dengan maksimal dalam proses pembelajaran di siklus II. Dari hasil test belajar diperoleh nilai rata-rata kelas mengalami perbaikan menjadi 81,94 dengan ketuntasan belajar meningkat sebesar 87,09% dengan jumlah siswa 31 orang dan yang tidak tuntas 4 orang. Berdasarkan hasil test belajar melalui penggunaan metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran yang dilakukan peneliti dapat memperbaiki proses belajar siswa pada materi chest-pass pada permainan bola basket. Dari hasil test belajar siswa siklus II, dapat ditarik kesimpulan dan data analisis bahwa hasil belajar sudah mencapai ketuntasan klasikal. Maka tidak dilanjutkan pada siklus berikutnya. Hal ini dikarenakan bahwa hasil belajar siswa pada materi chest-pass pada

permainan bola basket telah mencapai target ketuntasan klasikal untuk siswa kelas IX MTS Swasta Islamiyah Belawan. Oleh sebab itu penelitian dicukupkan dan diakhiri hanya pada siklus II.

4 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka diperoleh kesimpulan bahwa penggunaan metode pembelajaran resiproka dan variasi pembelajaran dapat memperbaiki proses belajar siswa pada materi chest-pass pada permainan bola basket di MTS Swasta Islamiyah Belawan tahun ajaran 2021/2022, hal ini terbukti dari banyaknya siswa yang mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) individu pada saat test siklus I adalah 14 orang, meningkat menjadi 27 orang siswa pada siklus II, berdasarkan hasil penelitian, pada saat pemberian tindakan pada siswa melalui metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran yang dilakukan peneliti pada siklus I diperoleh nilai rata-rata kelas 63,41 dengan ketuntasan klasikal siswa dari 31 orang sebesar 45,16% dan hasil test pada siklus II diperoleh nilai rata-rata kelas meningkat menjadi 81,94 dengan ketuntasan klasikal meningkat sebesar 87,09%, maka dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaranyang dilakukan peneliti dapat memperbaiki proses belajar chest-pass pada bola basket.

Daftar Pustaka

- Abidin, Akros. 1999. Bola basket kembar. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Ahmadi, Nuril Drs. 2007. Permainan Bola Basket. Jakarta: Era Intermedia.
- Arikunto. S., Suhardjono, Supriadi. 2010. Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta: Bumi Aksara.
- Djamarah, dan Aswan Zain. 2002. Strategi Belajar Mengajar. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hasibuan, J.J. 1986. Bermain, Mainan, dan Permainan. Bandung: PT Remaja Rosda.
- Ibrahim S. 2009. Bola Basket Dasar. Diktat. Universitas Negeri Medan (UNIMED).
- Karo, A. A. P. K., Sari, I. E. P., Hidayat, D. A., & Sari, L. P. (2021). Development of Teaching Materials Growth of Motion Learning Development Based on Android Applications. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 5(4), 685-693.
- Kristianto, Agus. 2010. Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta: Bumi Aksara.
- Muhajir. 2002. Pendidikan Jasmani, Teori, dan Praktek. Jakarta: Erlangga.
- Oliver, Jon. 2007. Dasar-Dasar Bola Basket. Jakarta: Pakar Raya.
- Prusak, A. Keven. 2005. Permainan Bola basket. Jakarta.
- Rahayu, Ega Trisna. 2013. Satrategi Pembelajaran Pendidikan jasmani. Bandung: Alfabeta.

- Sadirman. 2006. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sodikun. 1998. *Peraturan dan Pertandingan Bola Basket*. Jakarta: Erlangga.
- Supandi. 1992. *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Suparno, SP. 1992. *Pendidikan Kesegaran Jasmani*. DEPDEIKBUD Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan.
- Sutikno, Sobry. 2007. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Prospect.
- Tantri, A., & Simangunsong, B. A. Perbedaan pengaruh gaya mengajar dan koordinasi mata tangan kaki terhadap hasil belajar groundstrokes tenis lapangan. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 20(3), 253-265.
- Tantri, A., Siregar, A. H., & Hasibuan, N. (2023). Development of interactive sport measurement test learning media. *Jurnal Keolahragaan*, 11(2).
- Wissel, Hal. 1996. *Bola Basket*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada