

## Peningkatan Hasil Belajar *Chest Pass* Dengan Menggunakan Metode Bermain *Triangle* Pada Siswa Kelas VIII MTsN Banyuwangi

Ryan Bintang Sanjaya Putra<sup>1</sup>, Dadang Mubin<sup>2</sup>, Arya T Candra<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Guru PJOK SDN 2 Tembokrejo Kabupaten Banyuwangi

<sup>2,3</sup> Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Banyuwangi

Email: donnysetiawaneva@gmail.com

### ABSTRAK

Model penelitian *action research* merupakan model penelitian tindakan kelas yang bertujuan memberikan solusi dalam proses pembelajaran oleh guru terhadap siswa. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (*action research*). Dalam penelitian ini terdapat empat tahapan penting yaitu: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Banyaknya siklus yang digunakan tergantung tindakan tersebut dianggap cukup atau belum pada permasalahan pembelajaran *chest pass* yang perlu dipecahkan. Dalam penelitian ini menggunakan 2 siklus. Pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan tiga aspek yaitu kognitif, afektif dan psikomotor. Variabel dalam penelitian ini adalah metode bermain *triangle* dan teknik dasar bola basket yaitu *chest pass*. Subyek penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII b MTsN 4 Banyuwangi tahun ajaran 2018/2019. Di awal pembelajaran menunjukkan bahwa nilai akhir 70% yang masih dibawah KKM yang sudah ditentukan, sedangkan pada siklus 1 mengalami peningkatan dengan hasil akhir 75,57% dan untuk siklus 2 mengalami peningkatan dengan hasil akhir 80,63%. Adanya perbedaan pada awal pembelajaran karena tidak diberikan tindakan oleh peneliti sedangkan siklus 1 dan siklus 2 diberikan tindakan dengan menggunakan metode bermain *triangle* agar siswa tidak mengalami bosan saat pembelajaran berlangsung serta dapat mengeluarkan kemampuannya secara maksimal.

**Kata kunci:** Metode bermain *triangle*, *Chest Pass*, Bola Basket

### PENDAHULUAN

Menurut Trianto (2010) pembelajaran merupakan aspek kegiatan manusia yang kompleks, secara simpel pembelajaran dapat diartikan sebagai produk interaksi antara pengembangan dan pengalaman hidup, pembelajaran dalam makna kompleks adalah usaha sadar dari seorang guru untuk membelajarkan siswanya (mengarahkan interaksi siswa dengan sumber lainnya) dalam rangka mencapai tujuan. Metode merupakan alat dasar dari strategi pembelajaran yang akan dilakukan, sehingga dapat mencapai tujuan yang diinginkan (Djamarah & Zain, 2010). Sedangkan Pupuh & Sobry (2010) memaparkan bahwa makin tepat pemilihan metode yang digunakan dalam pembelajaran, diharapkan semakin efektif untuk mencapai pembelajaran tersebut dengan maksimal.

Bola basket merupakan permainan tim dengan lima pemain, operan dan tangkapan yang baik bagi permainan tim, dan sehingga

dapat bermain dengan indah (Wissel, 2000). Dalam memainkan bola basket, pemain dapat menggiring bola ke segala penjuru lapangan permainan (Muhajir, 2007). Menurut Rohim (2008) ada beberapa tehnik dasar dalam bola basket sebagai berikut, memantulkan bola (*dribbling*), melepaskan bola (*shooting*), cara berputar (*pivot*), melompat (*jumping*), dan gerakan tipu (*fakes and faints*). Ahmadi (2007) berpendapat bahwa *passing* dibagi menjadi tiga bagian sebagai berikut, operan dada (*chest pass*), operan pantul (*bounce pass*) dan operan diatas kepala (*overhead pass*).

*Action Research* merupakan langkah preventif dalam menangani permasalahan-permasalahan suatu proses belajar mengajar. Permasalahan yang muncul bervariasi, bisa dari internal dan eksternal (Risky, 2017). Internal adalah dari guru, siswa, dan perangkat pembelajaran, sedangkan eksternal berupa faktor social. Model penelitian *action research* merupakan

model penelitian tindakan kelas yang bertujuan memberikan solusi dalam proses pembelajaran oleh guru terhadap siswa.

Mata pelajaran bola basket tepatnya pada teknik dasar *chest pass* juga diberikan pada siswa kelas VIII a, b dan c di MTsN 4 Banyuwangi. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan, peneliti memandang terdapat permasalahan penting yang perlu diberikan solusi berupa tindakan pada kelas tersebut. Permasalahan tersebut yaitu terdapat kelas dengan rata-rata nilai masih dibawah standar KKM pada hasil belajar *chest pass*, yakni pada kelas VIII b. Dengan demikian peneliti berasumsi agar rata-rata nilai kelas tersebut sesuai dengan KKM yang telah ditentukan, peneliti akan menggunakan cara bermain agar dapat mengatasi permasalahan tersebut, sehingga hasil belajar akan dapat tercapai dengan baik. Maka peneliti ingin meningkatkan hasil belajar para siswa tersebut dengan menggunakan metode bermain *triangle* pada materi bola basket tepatnya teknik dasar *chest pass*. Berdasarkan pembahasan latar belakang diatas maka peneliti bermaksud melakukan Penelitian Tindakan Kelas dengan judul "Peningkatan Hasil Belajar *Chest Pass* Menggunakan Metode Bermain *Triangle* pada Siswa Kelas VIII MTsN 4 Banyuwangi".

## METODE

Penelitian tindakan kelas merupakan cara seseorang untuk mempelajari pengalaman tersebut agar dapat diakses oleh orang lain (Sukardi, 2003). Sedangkan menurut Kunandar (2008) Penelitian Tindakan Kelas merupakan tindakan yang dilakukan oleh guru sekaligus peneliti secara bersamaan untuk merancang, melaksanakan dan merefleksikan tindakan sehingga dapat memperbaiki serta meningkatkan kualitas pembelajaran. Menurut Arikunto (2010) ada empat tahap penting dalam penelitian tindakan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Keempat tahapan penelitian tindakan tersebut adalah membentuk sebuah siklus, jadi satu siklus adalah dimulai dari tahap perencanaan sampai dengan refleksi. Banyaknya siklus tergantung atau tidaknya tindakan tersebut dianggap cukup tergantung pada permasalahan pembelajaran *chest pass* yang

perlu dipecahkan. Lokasi dan waktu penelitian dilakukan di MTsN 4 Banyuwangi dengan siswa siswi kelas VIII. Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek/subyek dengan kualitas karakteristik tertentu sehingga peneliti dapat mempelajari dan menarik kesimpulan (Sugiyono, 2009). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII a, b, c MTsN 4 Banyuwangi tahun ajaran 2018/2019, yang terdiri dari kelas VIII. Subyek penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII b MTsN 4 Banyuwangi tahun ajaran 2018/2019. Penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan menentukan sampel penelitian dengan berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu (Arikunto, 2009). Kriteria yang dimaksud dalam penelitian ini adalah nilai KKM terendah, yaitu pada kelas VIII b. Pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan tiga aspek yaitu kognitif, afektif dan psikomotor. Afektif merupakan cara untuk mengetahui sikap pada siswa, kognitif merupakan kemampuan siswa untuk menjawab pertanyaan terhadap aktifitasnya sendiri, sedangkan psikomotor merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan atau aktifitas tertentu. Pada penelitian ini menggunakan data secara kuantitatif penyajian data secara kuantitatif perlu dilakukan agar memberikan kejelasan terhadap efektivitas tindakan. Efektivitas tindakan dapat diidentifikasi pada dua unsur yaitu: (1) adanya peningkatan hasil belajar atau kemampuan anak antar siklus dan, (2) adanya ketercapaian pada indikator penelitian penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran.

## HASIL Pelaksanaan Studi

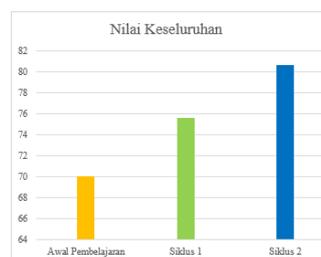


Diagram 1. Nilai Keseluruhan

Pada nilai keseluruhan menunjukkan bahwasanya kreatifitas guru sangat diperlukan agar siswa tidak mengalami bosan serta dapat mengeluarkan kemampuan yang maksimal pada saat berlangsungnya pembelajaran. Di awal pembelajaran menunjukkan bahwa nilai akhir 70 yang masih dibawah KKM yang sudah ditentukan, sedangkan pada siklus 1 mengalami peningkatan dengan hasil akhir 75,57 dan untuk siklus 2 mengalami peningkatan dengan hasil akhir 80,63. Adanya perbedaan pada awal pembelajaran karena tidak diberikan tindakan oleh peneliti sedangkan siklus 1 dan siklus 2 diberikan tindakan dengan menggunakan metode bermain *triangle* agar siswa tidak mengalami bosan saat pembelajaran berlangsung serta dapat mengeluarkan kemampuannya secara maksimal. Dalam siklus 1 diberikan instruksi untuk menjelaskan metode bermain *triangle* dengan waktu 10 menit, sedangkan untuk siklus 2 diberikan instruksi serta mendemonstrasikan metode bermain *triangle* dengan waktu 15 menit agar siswa dapat memahami dengan jelas.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini merupakan penelitian yang banyak disukai siswa. karena dengan metode bermain yang digunakan untuk penelitian siswa dapat lebih menikmati pembelajaran yang berlangsung, sehingga siswa dapat mengeluarkan kemampuan yang dimiliki secara maksimal dan pembelajaran tersebut tidak membuat siswa bosan. Di sisi lain yang tidak kalah penting, pada proses bermain *triangle* para siswa lebih sering melakukan lemparan bola kepada sesama siswa. Secara tidak langsung gerakan-gerakan tersebut akan lebih mengasah kemampuan akurasi tehnik *passing* para siswa. Penelitian ini juga didukung dari penelitian sebelumnya untuk meningkatkan hasil belajar yang dilakukan oleh Andi nur abadi dengan judul upaya peningkatan hasil belajar *chest pass* bola basket melalui variasi pembelajaran pada siswa kelas VIII SMP swasta dharma bakti kecamatan selesai kabupaten langkat tahun ajaran 2015/2016 dengan hasil penelitian peningkatan hasil belajar siswa dari awal sampai akhir yaitu, nilai akhir awal adalah 59,46 pada siklus I nilai

akhir meningkat menjadi 68,28 dan siklus II nilai akhir siswa telah mencapai 77,54. Sugiyono (2016) dengan judul peningkatan kemampuan permainan bola basket dengan metode simulasi siswa kelas VI SDN 2 sawahan panggul dengan hasil analisa didapatkan bahwa kemampuan permainan bola basket siswa mengalami peningkatan dari siklus I ke siklus II yaitu, siklus I nilai akhir 67 dan siklus II nilai akhir 77. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode simulasi dapat meningkatkan kemampuan permainan bola basket.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, peneliti memperoleh kesimpulan bahwasanya metode bermain *triangle* yang diterapkan pada siswa kelas VIII b MTsN 4 Banyuwangi dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam mata pelajaran pendidikan jasmani pada materi bola basket yaitu *chest pass*. Data observasi awal yang diperoleh peneliti menunjukkan bahwa rata-rata nilai sebelum diberikan tindakan adalah 70 dengan hanya 5 siswa yang dinyatakan tuntas atau nilainya diatas KKM yang telah ditentukan dan yang tidak tuntas 33 siswa. Kemudian setelah dilakukan tindakan pertama oleh peneliti pada siklus 1 nilai akhir yang diperoleh peserta didik meningkat menjadi 75,57 dengan 21 siswa yang tuntas dan hanya terdapat 17 siswa yang tidak tuntas. Kemudian dilanjutkan pada siklus 2 jumlah siswa yang mencapai ketuntasan menjadi 34 siswa dan yang tidak tuntas 4 siswa dengan nilai akhir 80,63. Dari hasil penelitian ini hasilnya menunjukkan bahwa pembelajaran tehnik dasar bola basket yaitu *chest pass* dengan metode bermain antar siswa di MTsN 4 Banyuwangi pada siswa kelas VIII yang mengalami peningkatan sehingga guru dapat meningkatkan kualitas proses pembelajaran yang diterapkan kepada siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

Abadi, A. N. (2015). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Chest Pass Bola Basket Melalui Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas VIII SMP Swasta Dharma Bakti Kecamatan Selesai Kabupaten

- Langkat Tahun Ajaran 2015/2016. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 1-16.
- Christianto, B. A. (2013). Peningkatan Hasil Belajar Lay Up Kiri Bola Basket Melalui Metode Latihan Bagian (Studi pada Siswa Kelas XI IPA I SMAN 2 Nganjuk Tahun Ajaran 2012-2013). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 311-313.
- Fauzi, M. K. (2015). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Chest Pass Bola Basket Melalui Media Audiovisual. *Jurnal Ilmu Olahraga*, 60-68.
- Fika, M. A. (2016). *Pengembangan Model Latihan Passing Chest Pass Bola Basket pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMP N 1 Cepiring*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Hadi, Q. (2015). *Pengaruh Lempar Tangkap Bola Terhadap Chest Pass Bola Basket di SMP Negeri 19 Pontianak*. Pontianak: Universitas Tanjungpura.
- Indarto, J. (2012). *Meningkatkan Hasil Belajar Chest Pass Bola Basket Melalui Penerapan Model Pembelajaran Student Teams Achievement Divisions pada Siswa Kelas VI SD Muhammadiyah 3 Kecamatan Banjarsari Kota Surakarta Tahun Pelajaran 2012/2013*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Insanisty, B. (2017). Meningkatkan Keterampilan Lay up Permainan Bola Basket dengan Penerapan Metode Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Achievements Divisions (STAD) Siswa Kelas X MIPA SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 28-34.
- Junaidi, I. A. (2018). Peningkatan Keterampilan Chest Pass Bola Basket Melalui Metode Peer Teaching Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga. *Jurnal Penjaskesrek*, 37-44.
- Muhamad, Y. D. (2017). Pengaruh Pendekatan Bermain Terhadap Aktivitas Gerak Siswa dalam Mengikuti Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 131-134.
- Nasution, M. K. (2017). Penggunaan Metode Pembelajaran dalam Peningkatan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Ilmiah Bidang Pendidikan*, 9-16.
- Paramitha, S. T. (2018). Revitalisasi Pendidikan Jasmani untuk Anak Usia Dini melalui Penerapan Model Bermain Edukatif Berbasis Alam. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 41-51.
- Prakoso, D. (2012). *Meningkatkan Hasil Belajar Chest Pass Bola Basket Melalui Penerapan Model Pembelajaran Student Teams Achievement Divisions pada Siswa Kelas VI SD Muhammadiyah3 Kecamatan Banjarsari Kota Surakarta Tahun Pelajaran 2012/2013*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Prakoso, T. A. (2014). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Bermain Bola Basket dengan PPS Melalui Metode Audiovisual pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kedungwungni Pekalongan Tahun Pelajaran 2014/2015*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Septiardi, P. (2012). *Model Pembelajaran Bola Basket Melalui Permainan Basket Drum dalam Pendidikan Jasmani pada Siswa Kelas VIII SMP N 1 Boja kecamatan Boja Kabupaten Kendal Tahun 2012/2013*. Semarang: universitas Negeri Semarang.
- Setiawan, R. (2017). *Penelitian Tindakan Kelas (Action Research)*. Prenggan Kotagede Yogyakarta: Nuha Medika.
- Siswani, D. (2016). PTK (Penelitian Tindakan Kelas) dengan Pembelajaran Berbasis Kearifan Lokal dan Penulisan Artikel Ilmiah Di SD Negeri Kalisube Banyumas. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*.
- Subowo, R. (2018). *Upaya Meningkatkan Gerak Dasar Menyundul Pada Sepak Bola Menggunakan Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas VIII SMPN 1 Baradatu Kabupaten Way Kanan*. Bandar Lampung: Universitas Lampung.

- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). Peningkatan Kemampuan Permainan Bola Basket dengan Metode Simulasi Siswa Kelas VI SDN 2 Sawahan Panggul. *Jurnal Penjaskesrek*, 62-69.
- Sunhanji. (2014). Konsep Manajemen Kelas dan Implikasinya dalam Pembelajaran . *Jurnal Kependidikan*, 30-46.