



**MODEL PENGEMBANGAN PERMAINAN *BLODBAS*
UNTUK PEMBELAJARAN BOLABASKET SISWA KELAS XI
SMA NEGERI DI KOTA TEGAL TAHUN AJARAN 2015/2016**

SKRIPSI

diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang

Oleh:
Bagus Dwi Minarno
6101411051
UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2016**

ABSTRAK

Bagus Dwi Minarno. 2016. *Model Pengembangan Permainan Blodbas untuk Pembelajaran Bolabasket Siswa Kelas XI SMA Negeri di Kota Tegal Tahun Ajaran 2015/2016*. Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Aris Mulyono, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci: Pengembangan Pembelajaran, Bolabasket, Permainan *Blodbas*.

Berdasarkan hasil observasi pada pembelajaran bolabasket di SMA Negeri 2 Tegal, SMA Negeri 3 Tegal, dan SMA Negeri 4 Tegal, ditemukan bahwa adanya motivasi siswa yang kurang terhadap pembelajaran pada materi bolabasket dikarenakan kemampuan guru dalam menyajikan materi bolabasket masih terkesan kurang variatif dengan menggunakan sistem komando yang berpusat pada guru dan kurang menarik minat siswa. Dengan melihat proses pembelajaran pada permainan bolabasket, untuk meningkatkan keaktifan siswa terhadap pembelajaran bolabasket maka dibutuhkan produk baru berupa pengembangan permainan bolabasket. Melalui modifikasi permainan *Blodbas* (*Blodor Basketball*), diharapkan dapat membuat proses pembelajaran menjadi lebih efektif dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan keaktifan siswa dalam pembelajaran bolabasket. Permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana pengembangan model pembelajaran bolabasket melalui modifikasi permainan *Blodbas* dalam penjasorkes pada Siswa Kelas XI SMA Negeri di Kota Tegal. Tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan produk berupa pengembangan model pembelajaran bolabasket melalui modifikasi permainan *Blodbas* dalam penjasorkes pada Siswa Kelas XI SMA Negeri di Kota Tegal.

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan. Adapun prosedur pengembangan produk yaitu; (1) melakukan analisis produk yang akan dikembangkan yang didapat dari hasil pengumpulan informasi, termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka, (2) mengembangkan bentuk produk awal (berupa model permainan *Blodbas*), (3) uji validasi ahli yaitu menggunakan satu ahli permainan bolabasket dan satu ahli pembelajaran penjasorkes sekolah menengah atas, serta uji coba skala kecil, dengan menggunakan kuesioner dan konsultasi yang kemudian dianalisis, (4) revisi produk pertama, revisi produk berdasarkan hasil dari evaluasi ahli dan uji coba skala kecil (55 siswa). Revisi ini digunakan untuk perbaikan terhadap produk awal yang dibuat oleh peneliti, (5) uji coba lapangan (22 siswa, 28 siswa dan 30 siswa), (6) revisi produk akhir yang dilakukan berdasarkan hasil uji coba lapangan, (7) hasil akhir model permainan *Blodbas* bagi siswa kelas XI yang dihasilkan melalui revisi uji coba lapangan

Berdasarkan hasil penelitian uji coba skala kecil diperoleh presentase 84,40% (Sangat Baik), dari hasil evaluasi ahli permainan diperoleh persentase 85,00% (Sangat Baik). Hasil penelitian uji coba skala besar yaitu 85,99% (Sangat Baik), dari hasil evaluasi ahli pembelajaran diperoleh persentase 86,00% (Sangat Baik). Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model *Blodbas* ini telah memenuhi kriteria yang baik untuk digunakan.

Simpulan dari penelitian ini adalah pengembangan model permainan *Blodbas* dapat digunakan sebagai alternatif pembelajaran penjasorkes bagi siswa kelas XI SMA Negeri di Kota Tegal. Saran bagi guru penjasorkes adalah permainan *Blodbas* dapat dijadikan sebagai alternatif model pembelajaran penjasorkes yang efektif dan menyenangkan.

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul Model Pengembangan Permainan Blodbas Untuk Pembelajaran Bolabasket Kelas XI di SMA Negeri se-Kota Tegal Tahun Ajaran 2015/1016, telah disetujui dan disahkan pada :

Hari :

Tanggal :

Mengetahui
Ketua Jurusan PJKR

Semarang,2016

Menyetujui,
Pembimbing,



23/2016
18
[Signature]
Drs. Mugiyo Hartono, M.Pd.
NIP. 19610903198031002

18/16
[Signature]
Aris Mulyono, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197609052008121001

PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini, saya:

Nama : Bagus Dwi Minarno
NIM : 6101411051
Jurusan/ Prodi : PJKR/ PJKR,S1
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Judul Skripsi : Model Pengembangan Permainan *Blodbas* untuk Pembelajaran Bolabasket Siswa Kelas XI SMA Negeri di Kota Tegal Tahun Ajaran 2015/2016.

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya ilmiah sendiri dan bukan hasil jiplakan (plagiat) karya tulis orang lain baik sebagian ataupun seluruhnya. Pada bagian dalam terdapat berbagai pendapat atau temuan dari orang lain yang telah dirujuk atau dikutip sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan yang saya buat ini tidak benar, saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai dengan aturan yang berlaku di Negara Republik Indonesia. Semoga karya tulis ini bermanfaat bagi kita semua.

Semarang, Agustus 2016

Peneliti



Bagus Dwi Minarno
NIM. 6101411051

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Bagus Dwi Minarno NIM 6101411051 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Judul "Model Pengembangan Permainan *Blodbas* Untuk Pembelajaran Bolabasket Siswa Kelas XI SMA Negeri di Kota Tegal Tahun Ajaran 2015/2016" telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Jumat, tanggal 16 September 2016

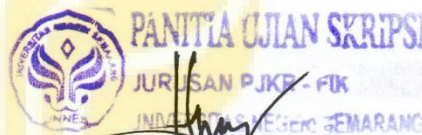
Panitia Ujian

Ketua



Dr. Tandiyono R., M.Pd.
NIP. 19810321984032001

Sekretaris



Andry Akhiruyanto, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198101292003121001

Dewan Penguji

1. Agus Pujianto, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197302022006041001

(Penguji I)

Dra. Anirotul Qorihah, M.Pd.
NIP. 196508211999032001

(Penguji II)

2. Aris Mulyono, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197609052008121001

(Penguji III)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

1. “Sebaik-baiknya manusia adalah yang paling bermanfaat bagi manusia”
(H.R Ahmad, ath-Thabrani, ad-Daruqutni. Dishahihkan Al Albani dalam As-Silsilah As-Shahihah).
2. Barang siapa ingin mutiara, harus berani terjun di lautan yang dalam
(Ir. Soekarno).

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Bapak dan Ibu saya tercinta, Drs. Eko Hadi Minarno dan Almh. Titi Saminingsih yang telah memberikan doa dan dukungan.
2. Kakak saya tercinta, Alm. Santoso Minarno.
3. Sahabat saya, Maretha Fitria.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Model Pengembangan Permainan *Blodbas* Untuk Pembelajaran Bolabasket Siswa Kelas XI SMA Negeri di Kota Tegal Tahun Ajaran 2015/2016” dengan baik.

Skripsi ini dapat tersusun berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti menjadi mahasiswa UNNES.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk menyelesaikan penulisan skripsi.
4. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan PJKR, FIK, UNNES, yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan kepada peneliti hingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini.
5. Aris Mulyono,S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, mendorong, membimbing, dan memberi motivasi dalam penulisan skripsi.

6. Christophorus M.W., selaku ahli permainan bolabasket yang selalu memberikan dorongan motivasi, petunjuk, kritik, dan saran sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
7. Yahya Syaefulah, S.Pd., Dede Rusdianto, S.Pd., dan Gandes Nuraningsih, S.Pd. selaku ahli pembelajaran penjas SMA Negeri 2 Tegal, SMA Negeri 3 Tegal, dan SMAN Negeri 4 Tegal yang dengan penuh kesabaran memberikan kritik, saran, dan kerjasamanya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
8. Siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tegal, SMA Negeri 3 Tegal, dan SMAN Negeri 4 Tegal yang telah bersedia menjadi sampel penelitian.
9. Teman-teman PJKR angkatan 2011 dan almamater FIK UNNES.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Semoga semua bantuan dan doa dari berbagai pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini mendapat karunia dari Allah SWT. Penulis menyadari keterbatasan pengetahuan dan pengalaman membuat penyusunan skripsi ini jauh dari sempurna. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Semarang, 19 Agustus 2016

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
PERNYATAAN	iv
PENGESAHAN.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Perumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Pengembangan.....	6
1.4 Manfaat Pengembangan.....	6
1.5 Spesifikasi Produk.....	7
1.6 Pentingnya pengembangan.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERFIKIR	
2.1 Kajian Pustaka.....	9
2.1.1 Pengertian Pendidikan Jasmani.....	9
2.1.1.1 Tujuan Pendidikan Jasmani	11
2.1.1.2 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani	12
2.1.1.3 Model Pembelajaran	13
2.1.2 Pengertian Gerak	14
2.1.2.1 Belajar Gerak.....	14
2.1.2.2 Karakteristik Anak Remaja (Adolesensi)	15
2.1.2.3 Perkembangan Gerak Anak Remaja (Adolesensi).....	17
2.1.3 Pengertian Bermain.....	19
2.1.4 Modifikasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani	20
2.1.5 Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani	21
2.1.6 Karakteristik Bolabasket.....	23
2.1.6.1 Pengertian Bolabasket	23
2.1.6.2 Fasilitas dan Perlengkapan.....	24
2.1.6.3 Teknik Dasar Permainan Bolabasket	27
2.1.7 Karakteristik Permainan Tradisional Gobak Sodor	41
2.1.7.1 Hakikat Permainan Gobak Sodor	41
2.1.8 Penelitian yang relevan.....	43
2.2 Kerangka Berpikir	45
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Model Pengembangan.....	47
3.2 Prosedur Pengembangan	48
3.2.1 Analisis Kebutuhan	49

3.2.2	Pengumpulan Data	50
3.2.3	Desain Produk.....	50
3.2.4	Pembuatan Produk Awal	50
3.2.4.1	Karakteristik Permainan <i>Blodbas</i>	51
3.2.4.2	Fasilitas dan Perlengkapan Permainan <i>Blodbas</i>	54
3.2.4.3	Peraturan Permainan <i>Blodbas</i>	55
3.2.5	Validasi Ahli.....	58
3.2.6	Uji Coba Skala Kecil.....	59
3.2.7	Revisi Produk Pertama	59
3.2.8	Uji Lapangan	59
3.2.9	Revisi Produk Akhir.....	60
3.2.10	Produk Akhir.....	60
3.3	Uji Coba Produk	60
3.3.1	Desain Uji Coba	60
3.3.2	Subyek Uji Coba	62
3.4	Jenis Data	62
3.5	Instrumen Pengumpulan Data.....	62
3.5.1	Angket	63
3.5.2	Validitas Ahli.....	64
3.6	Analisis Data	66
BAB IV HASIL PENGEMBANGAN		
4.1	Penyajian Data Hasil Uji Coba Skala Kecil	68
4.1.1	Data Analisi Kebutuhan	68
4.1.2	Deskripsi Draf Produk Awal	69
4.1.2.1	Sarana dan Prasarana Permainan <i>Blodbas</i>	72
4.1.2.2	Peraturan dan Cara Bermain Permainan <i>Blodbas</i>	73
4.1.3	Validasi Ahli.....	76
4.1.3.1	Validasi Draf Produk Awal	76
4.1.3.2	Revisi Draf Produk Awal Sebelum Uji Coba Skala Kecil	80
4.2	Hasil Analisis Data pada Uji Coba Skala Kecil.....	82
4.2.1	Pengukuran Kualitas Produk oleh Ahli Permainan dan Ahli Pembelajaran	88
4.3	Deskripsi Hasil Analisis Data Uji Coba Skala Kecil	93
4.4	Revisi Produk Setelah Uji Coba Skala Kecil	95
4.5	Hasil Analisis Data Uji Coba Lapangan	97
4.5.1	Pengukuran Kualitas Produk oleh Ahli Permainan dan Ahli Pembelajaran	102
4.6	Deskripsi Hasil Analisis Data Uji Coba Lapangan.....	107
4.6.1	Revisi Produk Akhir	109
4.7	Prototipe Produk	109
4.7.1	Sarana dan Prasarana.....	111
4.7.2	Peraturan Permainan <i>Blodbas</i>	113
4.7.3	Bentuk Permainan <i>Blodbas</i>	116
4.7.4	Aspek-Aspek dalam Permainan <i>Blodbas</i>	117
4.7.5	Kelebihan Produk.....	117
4.7.6	Kelemahan Produk.....	118
BAB V KAJIAN DAN SARAN		
5.1	Kajian Prototipe Produk.....	119

5.2	Saran Pemanfaatan, Diseminasi dan Pengembangan lebih Lanjut.....	120
	DAFTAR PUSTAKA.....	122
	LAMPIRAN.....	124



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Perbedaan Bolabasket, Blodor, dan <i>Blodbas</i>	53
2. Skor Jawaban Kuesioner Ahli	63
3. Butir Validitas Ahli Permainan Bolabasket	64
4. Butir Validitas Ahli Pembelajaran Penjasorkes	64
5. Skor Jawaban Pengamatan Gerak Siswa	65
6. Faktor, Indikator, dan Jumlah Butir Pengamatan Gerak Siswa	65
7. Faktor, Indikator, dan Jumlah Butir Kuesioner Siswa	66
8. Skor Jawaban Kuesioner “Benar” atau “Salah”	67
9. Konversi Penilaian Berdasarkan Persentase	71
10. Perbedaan Bolabasket, Blodor, dan <i>Blodbas</i>	77
11. Hasil Pengisian Kuesioner Ahli Pembelajaran	78
12. Hasil Pengisian Kuesioner Ahli Permainan	80
13. Saran Perbaikan Model oleh Ahli	83
14. Data Hasil Penilaian Aspek Keterampilan dan Aspek Sikap	84
15. Data Hasil Kuesioner Pengetahuan Siswa.....	89
16. Hasil Pengisian Kuesioner Ahli Pembelajaran	90
17. Hasil Pengisian Kuesioner Ahli Permainan.....	92
18. Saran Perbaikan Model oleh Ahli	98
19. Data Hasil Penilaian Aspek Keterampilan dan Aspek Sikap	99
20. Data Hasil Kuesioner Pengetahuan Siswa.....	95
21. Hasil Lembar Evaluasi Kualitas (Uji Coba Lapangan)	102
22. Hasil Pengisian Kuesioner ahli Permainan	105
23. Saran Perbaikan Model Permainan.....	106

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Lapangan Bolabasket	25
2. Papan Pantul.....	25
3. Bola	26
4. Keranjang Bolabasket.....	26
5. Gerakan <i>Chest Pass</i>	29
6. Gerakan <i>Bounce Pass</i>	30
7. Gerakan <i>Overhead Pass</i>	30
8. Gerakan <i>Catching</i> di Atas dan di Bawah Pinggang	32
9. Gerakan <i>Low Dribble</i>	33
10. Gerakan <i>Speed Dribble</i>	34
11. Gerakan <i>Crossover Dribble</i>	35
12. Gerakan <i>Behind the Back Dribble</i>	35
13. Gerakan <i>Between the Leg Dribble</i>	36
14. Gerakan <i>Set Shoot</i>	37
15. Gerakan <i>Lay Up Shoot</i>	38
16. Gerakan <i>Jump Shoot</i>	38
17. Gerakan <i>Hook Shoot</i>	39
18. Gerakan <i>Pivot</i>	40
19. Lapangan Permainan Gobak Sodor	43
20. Langkah-langkah Penggunaan Metode R&D.....	48
21. Lapangan <i>Blodbas</i>	54
22. Bola Permainan <i>Blodbas</i>	55

23. Lapangan <i>Blodbas</i>	72
24. Bola Permainan <i>Blodbas</i>	73
25. Lapangan Permainan <i>Blodbas</i>	81
26. Grafik Data Hasil Pengamatan Gerak (Keterampilan) Siswa	82
27. Grafik Hasil Pengamatan Sikap Siswa	83
28. Grafik Data Hasil Kuesioner Pengetahuan Siswa	86
29. Bola Permainan <i>Blodbas</i>	96
30. Nomor Punggung dan Nomor Dada Permainan <i>Blodbas</i>	97
31. Grafik Data Hasil Pengamatan Gerak (Keterampilan) Siswa	98
32. Grafik Hasil Pengamatan Sikap Siswa	98
33. Lapangan Permainan <i>Blodbas</i>	112
34. Bola Permainan <i>Blodbas</i>	112
35. Nomor Punggung dan Nomor Dada Permainan <i>Blodbas</i>	113



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Usulan Tema dan Judul.....	125
2. Surat Keterangan Dosen Pembimbing.....	126
3. Surat Observasi Skripsi	127
4. Surat Ijin Penelitian	130
5. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	135
6. Lembar Evaluasi Ahli Bolabasket (Prapenelitian)	138
7. Lembar Evaluasi Ahli Pembelajaran Penjasorkes (Prapenelitian)	141
8. Lembar Evaluasi Ahli Bolabasket (Skala Kecil)	144
9. Lembar Evaluasi Ahli Pembelajaran Penjasorkes (Skala Kecil).....	149
10. Lembar Evaluasi Ahli Bolabasket (Skala Besar).....	153
11. Lembar Evaluasi Ahli Pembelajaran Penjasorkes (Skala Besar)	158
12. Indikator Penilaian Siswa.....	172
13. Kuesioner Penelitian Untuk Siswa.....	176
14. Sampel Uji Coba Skala Kecil.....	178
15. Sampel Uji Coba Skala Besar	179
16. Lembar Penilaian Pengamatan Keterampilan Siswa.....	182
17. Hasil Pengamatan Keterampilan Uji Coba Skala Kecil.....	185
18. Hasil Pengamatan Keterampilan Uji Coba Skala Besar	187
19. Lembar Penilaian Pengamatan Sikap Siswa	193
20. Hasil Pengamatan Afektif Uji Coba Skala Kecil	195
21. Hasil Pengamatan Afektif Uji Coba Skala Besar.....	196
22. Jawaban Kuesioner Siswa.....	199

23. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	206
24. Pedoman Wawancara Guru Penjasorkes	212
25. Data Diri Ahli Permainan Bolabasket	213
26. Data Diri Ahli Pembelajaran Penjasorkes	214
27. Dokumentasi	216



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan investasi yang tak akan pernah lekang oleh waktu dan pondasi yang mendasar untuk pembangunan nasional. Pendidikan membentuk dasar dari setiap masyarakat. Hal ini berkaitan dalam pertumbuhan ekonomi, sosial, dan politik dan perkembangan masyarakat pada umumnya. Pendidikan menanamkan pengetahuan, dimana membuat penemuan dan menerapkannya untuk kemajuan masyarakat menjadi mungkin. Pertumbuhan masyarakat tergantung pada kualitas pendidikan yang disampaikan. Semakin baik kualitas, orang-orang yang lebih baik dapat belajar dan memanfaatkan bahwa pendidikan untuk membuat reformasi yang mengarah pada penelitian dan pengembangan.

Dalam proses belajar mengajar terdapat komponen-komponen penentu keberhasilan pendidikan seperti guru, siswa, metode, media, sarana prasarana, dan kurikulum. Hal ini menjadikan proses pembelajaran sebagai inti dari pendidikan karena menentukan keberhasilan dari sistem pendidikan. Guru dan siswa adalah bagian utama dari pembelajaran yang terkait satu sama lain baik interaksi langsung maupun tidak langsung. Metode pembelajaran yang digunakan, baik berupa media ataupun sarana dan prasarana akan berpengaruh terhadap hasil yang dicapai oleh siswa.

Dalam Undang-Undang No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, maka kewajiban seorang guru adalah menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dengan melibatkan siswa aktif dalam mengikuti proses

pembelajaran. Pembelajaran yang efektif misalnya dengan penggunaan metode dan media pembelajaran yang sesuai dan tepat dengan pokok bahasan.

Bolabasket merupakan olahraga yang menggunakan bola besar, dimainkan dengan tangan. Bola boleh dilempar (dilempar ke teman), boleh dipantulkan ke lantai (di tempat atau sambil berjalan) dan tujuannya adalah memasukkan bola ke basket (keranjang) lawan. Permainan dilakukan oleh dua regu masing-masing terdiri dari 5 (pemain), setiap regu berusaha memasukkan bola ke keranjang lawan dan menjaga (mencegah) keranjangnya sendiri kemasukkan sedikit mungkin. Lapangan terdiri dari tanah, atau lantai semen atau lantai papan, dibatasi oleh garis yang berbentuk empat persegi panjang berukuran 28 x 15 m (Sodikun, 1992:8).

Permainan bolabasket di Indonesia saat ini sangat berkembang pesat dan menjadi salah satu olahraga populer khususnya dikalangan anak-anak dan remaja. Untuk remaja permainan bolabasket sangat menarik untuk dimainkan. Banyak teknik dasar yang harus dikuasai agar dapat membantu mengembangkan aspek motorik dan prestasi siswa seperti; *dribble, shooting, dan passing*. Untuk anak usia 15-18 tahun, seharusnya sudah menerapkan permainan bolabasket secara keseluruhan layaknya sebuah permainan bolabasket yang sebenarnya. Namun pada dasarnya, permainan bolabasket diciptakan untuk ranah prestasi. Jumlah keterlibatan yang hanya 10 orang dalam permainan bolabasket tentu akan menjadi masalah jika diterapkan secara utuh pada pembelajaran penjasorkes karena hanya sedikit menyerap jumlah siswa yang terlibat dalam pembelajaran serta keterbatasan sarana dan prasarana bolabasket. Sehingga mengakibatkan keterbatasan melakukan teknik dasar yang baik dan benar, menjadikan anak-anak usia remaja tersebut masih kesulitan

dalam bermain. Maka dari itu diperlukan berbagai media modifikasi. Dengan media modifikasi dapat membuat anak lebih tertarik dengan olahraga bolabasket.

Menurut Danu Hudaya (2004:27), syarat untuk melakukan setiap teknik dasar dengan baik adalah keseimbangan badan, kecepatan pergerakan dan *footwork* yang baik, keseimbangan badan diartikan pengendalian setiap bagian tubuh yang berada dalam keadaan siap untuk bergerak cepat sedangkan kecepatan pergerakan mengacu pada kecepatan gerakan dalam melakukan keterampilan.

Berbagai macam teknik dasar dalam permainan bolabasket, yaitu; mengoper bola (*passing*), menangkap bola (*catching*), menggiring bola (*dribble*), menembak bola (*shooting*), memeros (*pivot*). Dari macam-macam teknik dasar tersebut diatas masih banyak macam-macam gerak didalamnya.

Pada penelitian ini yang dilakukan peneliti adalah melakukan observasi awal di Sekolah Menengah Atas Negeri yang memiliki karakteristik yang sama yaitu; Kurikulum yang dipakai adalah Kurikulum 2013, memiliki akreditasi A, memiliki prasarana lapangan bolabasket serta hanya terdapat 2 guru olahraga yang memiliki kewajiban mengajar total 24 kelas. Hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti di beberapa Sekolah Menengah Atas Negeri pada wilayah Kota Tegal yaitu; SMA Negeri 2 Tegal, SMA Negeri 3 Tegal, dan SMA Negeri 4 Tegal pada tanggal 13 Agustus hingga 18 Agustus 2015 melalui wawancara terstruktur terhadap guru penjasorkes dan siswa diperoleh informasi penting antara lain:

1. Guru

Guru masih menggunakan metode pengajaran latihan keterampilan (*drill method*) dan pembelajaran terpusat pada guru dengan sistem komando dimana

sebagian anak melakukan aktivitas pembelajaran sesuai dengan instruksi dan sebagian lain menunggu giliran dalam melakukan aktivitas. Pendekatan pembelajaran yang dilakukan adalah pembelajaran teknis dimana dalam menyajikan pengalaman belajar berbagai teknik dasar dengan tingkat kesulitan dari yang paling sederhana hingga teknik dasar yang lebih kompleks dan formal dalam olahraga dan meminimalisir aktivitas variasi bentuk permainan bolabasket. Guru menekankan siswa untuk dapat menguasai teknik dalam bolabasket dengan memberi sedikit variasi dalam bentuk pembagian kelompok dan permainan.

2. Sarana dan prasarana

Sarana dan prasarana sekolah termasuk pada kategori yang hampir sempurna. Sarana dan prasarana dalam pembelajaran bolabasket yang ada di sekolah memiliki beberapa bolabasket walaupun sudah berusia cukup tua serta belum seimbang dengan rasio perbandingan jumlah siswa namun diikuti dengan lapangan dan ring basket yang sesuai standar. Dalam observasi yang dilakukan peneliti, minimnya jumlah bolabasket yang ada di sekolah mengakibatkan siswa memiliki sedikit kesempatan dalam melakukan kegiatan pembelajaran bolabasket. Di sekolah yang telah di observasi walaupun sudah memiliki lapangan dan ring yang sudah sesuai standar, namun kemampuan memodifikasi pembelajaran bolabasket yang dimiliki oleh pendidik menyebabkan pembelajaran bolabasket di sekolah tidak berjalan secara menarik bagi peserta didik.

3. Siswa

Jumlah siswa di sekolah yang telah di observasi mencapai lebih dari 750 anak dengan rata-rata jumlah siswa per kelasnya adalah 32 anak. Dalam pembelajaran bolabasket di sekolah tersebut, siswa bergantian melakukan

aktivitas dan sebagian menunggu dalam beberapa menit dikarenakan jumlah bola tidak sebanding dengan jumlah murid yang ada. Hal ini mengakibatkan siswa kurang minat terhadap pembelajaran karena dalam pembelajaran bolabasket siswa diberi sedikit kesempatan dalam melakukan aktivitas. Belum lagi variasi pembelajaran melalui permainan masih sangat kurang sehingga motivasi belajar menurun.

Dari uraian di atas, disimpulkan bahwa proses pembelajaran penjasorkes di SMA Negeri Wilayah Kota Tegal sudah berjalan dengan baik. Guru telah melakukan beberapa usaha untuk memberi pemahaman mengenai permainan bolabasket. Selain itu guru memberikan teori dasar, serta memilih dan memberikan latihan belajar gerak. Tetapi proses pembelajaran penjasorkes masih belum tercapai tujuan pembelajaran, sebab minimnya variasi pembelajaran yang menyebabkan:

- 1) Tujuan penjas belum tercapai.
- 2) Motivasi siswa untuk belajar masih rendah.
- 3) Aktivitas siswa masih rendah.

Dengan melihat kondisi tersebut, guru memerlukan strategi penyampaian materi dan mendesain kegiatan belajar mengajar yang lebih menarik sehingga dapat merangsang hasil belajar yang efektif dan efisien sesuai dengan situasi dan kondisi siswa.

Upaya dalam menjawab permasalahan tersebut, peneliti tertarik mengadakan penelitian dengan tema Model Pengembangan Permainan *BLODBAS (Blodor Basketball)* untuk Pembelajaran Bolabasket Siswa Kelas XI SMA Negeri di Kota Tegal, sebagai media pembelajaran penjasorkes yang lebih kreatif dan inovatif untuk Sekolah Menengah Atas Negeri di wilayah

Kota Tegal dengan kriteria yang sesuai dengan observasi awal khususnya yaitu SMA Negeri 2 Tegal, SMA Negeri 3 Tegal dan SMA Negeri 4 Tegal. Serta dapat membantu siswa dalam perkembangan dan pertumbuhan gerak.

1.2 Perumusan Masalah

Sebuah penelitian pasti memiliki permasalahan yang perlu diteliti, dianalisis dan dipecahkan. Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan sebelumnya, maka permasalahan yang akan dikaji adalah “Bagaimana Model Pengembangan Permainan *BLODBAS* untuk Pembelajaran Bolabasket Siswa Kelas XI SMA Negeri di Kota Tegal?”

1.3 Tujuan Pengembangan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan dan menghasilkan produk permainan bolabasket melalui permainan blodor *basketball* (*BLODBAS*) untuk siswa kelas XI SMA Negeri di Kota Tegal.

1.4 Manfaat Pengembangan

1.4.1 Bagi Peneliti

Dijadikan sebagai modal dalam penyusunan skripsi untuk memperoleh gelar kesarjanaan program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi serta wahana untuk menerapkan ilmu yang selama ini telah diperoleh di bangku perkuliahan khususnya dalam hal pengembangan permainan bola besar yaitu bolabasket.

1.4.2 Bagi Guru Penjasorkes

Guru pendidikan jasmani dapat memperoleh dorongan dan motivasi untuk menciptakan terobosan-terobosan baru dan variasi mengajar dengan cara memodifikasi jenis permainan olahraga serta mendapatkan suatu strategi

pembelajaran dengan pendekatan modifikasi permainan sebagai upaya inovasi pembelajaran.

1.4.3 Bagi Pembaca

Memberikan inovasi pembelajaran bolabasket kepada pembaca tentang pengembangan model pembelajaran yang pernah diberikan di SMA Negeri di Kota Tegal.

1.5 Spesifikasi Produk

Produk yang dihasilkan melalui penelitian pengembangan ini berupa model permainan bolabasket yang dimodifikasi untuk pembelajaran teknik gerak dasar siswa kelas XI SMA Negeri di Kota Tegal yang diberi nama *blodor basketball* atau disingkat menjadi *BLODBAS*. Permainan *BLODBAS* atau *blodor basketball* merupakan permainan modifikasi dari *blodor* (atau pada umumnya disebut gobak sodor) yang dipadukan dengan salah satu permainan bola besar yaitu bolabasket (*basketball*). Permainan *BLODBAS* ini terdiri atas 2 tim dimana tiap tim terdiri dari 10 orang pemain. *BLODBAS* menggunakan lapangan *blodor* (Gobak Sodor) dimana berbentuk persegi panjang yang di dalamnya terdapat garis-garis horizontal dan 1 garis vertikal yang membagi dua lapangan kanan dan kiri. Sedangkan aturan mainnya secara umum seperti permainan gobak sodor namun dipadukan dengan peraturan bola basket serta berbagai teknik dasar bola basket seperti *dribbling* dan *passing*.

Permainan *BLODBAS* diharapkan dapat mengembangkan semua aspek pembelajaran yaitu aspek sikap, pengetahuan, dan keterampilan (*afektif, kognitif, dan psikomotor*) dan juga dapat meningkatkan intensitas aktivitas fisik yang merimbas meningkatnya derajat kesegaran jasmani, serta dapat mengatasi kesulitan dan hambatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan

kesehatan terutama dalam materi bolabasket. Dan yang terpenting adalah tercapainya tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan itu sendiri.

1.6 Pentingnya Pengembangan

1. Bagi Peneliti

Sebagai bekal pengalaman dalam perencanaan pembelajaran penjasorkes yang terarah dan inovatif.

2. Bagi Guru

Sebagai salah satu materi yang dipertimbangan dalam mengajar mata pelajaran penjasorkes serta motivasi guru untuk mengembangkan kreativitas dan inovasi dalam pembelajaran penjasorkes.

3. Bagi Pembaca

Sebagai dasar penelitian lebih lanjut dan pertimbangan untuk penelitian pengembangan model permainan bolabasket.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERFIKIR

2.1 Kajian Pustaka

Kajian pustaka dalam penelitian ini adalah sebagai acuan berfikir secara ilmiah dalam rangka untuk pemecahan permasalahan. Pada kajian pustaka ini dimuat beberapa pendapat para pakar dan ahli. Selanjutnya secara garis besar akan diterangkan tentang; pengertian pendidikan jasmani, tujuan pendidikan jasmani, pengertian gerak, perkembangan gerak, perkembangan gerak anak remaja, pengertian bermain, sarana dan prasarana pendidikan jasmani, modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani, modifikasi permainan, karakteristik permainan bolabasket, karakteristik permainan *blodor*, Karakteristik permainan *blodor basketball (Blodbas)*.

2.1.1 Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi (Samsudin, 2008:2).

Penjasorkes merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, sportivitas, spiritual, sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang lebih baik (Khomsin, 2010:12).

Pendidikan jasmani diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Hubungan antara tujuan umum

pendidikan, tujuan pendidikan jasmani, dan penyelenggaraannya harus terjalin dengan baik.

Dengan demikian akan nampak bahwa pendidikan jasmani sangat penting bagi pengembangan manusia secara utuh dan merupakan tujuan dari pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu, penjas tidak hanya berorientasi pada satu komponen saja akan tetapi berkontribusi terhadap perkembangan anak secara menyeluruh. Pandangan holistik ini, pada awalnya kurang banyak memasukkan aktivitas sport karena pengaruh pandangan sebelumnya, yaitu pada akhir abad 19, yang menganggap bahwa sport tidak sesuai di sekolah-sekolah. Namun tidak dipungkiri sport terus tumbuh dan berkembang menjadi aktivitas fisik yang merupakan bagian integral dari kehidupan manusia. Sport menjadi populer, siswa menyenangkannya, dan ingin mendapatkan kesempatan untuk berpartisipasi, sekolah-sekolah hingga para pendidik seolah-olah ditekan untuk menerima sport dalam kurikulum karena mengandung nilai-nilai pendidikan (Adang Suherman, 2000:19).

Menurut Ateng (1992), pendidikan jasmani merupakan bagian integrasi dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional dikutip dari (Ade Mardiana dkk; 2009:14).

Dari berbagai pengertian di atas dapat disimpulkan pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan yang menggunakan aktivitas jasmani (raga) dan di dalamnya terdapat nuansa pendidikan meliputi pengetahuan, sikap dan gerak. Pembelajaran penjasorkes merupakan perpaduan antara pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dengan persamaan pada tujuan yaitu dalam meningkatkan kualitas manusia melalui peningkatan aktivitas fisik.

2.1.1.1 Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan Pendidikan jasmani adalah sebagai berikut:

- 1) Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.
- 2) Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama.
- 3) Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani.
- 4) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerja sama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani.
- 5) Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknikserta strategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmis, akuatik (aktivitas air), dan pendidikan luar kelas (Outdoor Education).
- 6) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani.
- 7) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.
- 8) Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat.
- 9) Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif (Samsudin, 2008:3).

2.1.1.2 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani

Ruang lingkup pendidikan jasmani meliputi aspek-aspek sebagai berikut:

1. Permainan dan olahraga meliputi; olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bolabasket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya.
2. Aktivitas pengembangan meliputi; mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
3. Aktivitas senam meliputi; ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
4. Aktivitas ritmik meliputi; gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
5. Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
6. Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
7. Kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek (Rahayu, 2013:18).

2.1.1.3 Model Pembelajaran

Pembelajaran adalah suatu proses interaksi antara anak dengan anak, anak dengan sumber belajar, dan anak dengan pendidik. Pembelajaran akan bermakna bagi anak jika dilakukan dalam lingkungan yang nyaman dan memberikan rasa aman bagi anak (Samsudin, 2008:48).

Model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang menggambarkan prosedur sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar. Fungsi model pembelajaran adalah sebagai pedoman bagi perancang pengajaran dan para guru dalam melaksanakan pembelajaran. Pemilihan model pembelajaran sangat dipengaruhi oleh sifat dari materi yang akan diajarkan, tujuan yang akan dicapai dalam pembelajaran tersebut, serta tingkat kemampuan siswa (Trianto, 2010:52).

Menurut Joyce (dalam Rahman, 2013:27), model pembelajaran adalah suatu perencanaan atau suatu pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan pembelajaran di kelas atau pembelajaran tutorial dan untuk menentukan perangkat-perangkat pembelajaran termasuk di dalamnya buku-buku, film, komputer, kurikulum, dan lain-lain.

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran adalah kerangka konseptual atau suatu perencanaan dalam mengorganisasikan pengalaman belajar sehingga dijadikan sebagai pedoman untuk mencapai tujuan belajar. Model pembelajaran dalam penelitian ini merupakan suatu kerangka dalam merencanakan dan mengorganisasikan pembelajaran bolabasket sehingga dijadikan sebagai pedoman untuk mencapai tujuan belajar yaitu memahami gerak dasar dalam permainan bolabasket.

2.1.2 Pengertian Gerak

Menurut Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000:20), gerak (motor) sebagai istilah umum untuk berbagai bentuk perilaku gerak manusia. Psikomotor khusus digunakan pada domain mengenai perkembangan manusia yang mencakup gerak manusia. Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang biasa siswa lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Kemampuan gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori yaitu; 1) kemampuan lokomotor, digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau mengangkat tubuh ke atas seperti lompat dan loncat, 2) kemampuan non lokomotor, dilakukan di tempat, tanpa ada ruang gerak yang memadai yang terdiri dari menekuk, meregang, dan lain-lain, 3) kemampuan manipulatif, lebih banyak melibatkan tangan dan kaki.

Dari pengertian di atas dapat diartikan bahwa kemampuan gerak dasar adalah kemampuan dan kesanggupan untuk dapat melakukan tugas-tugas jalan, lompat, lempar, memutar dan melipat secara efektif dan efisien.

2.1.2.1 Belajar Gerak

Belajar gerak merupakan sebagian dari belajar secara umum. Tujuannya adalah untuk menguasai berbagai keterampilan gerak dan mengembangkannya, agar keterampilan gerak yang dikuasai bisa dilakukan untuk menyelesaikan tugas-tugas gerak untuk mencapai sasaran tertentu.

Misalnya di dalam belajar gerak keolahragaan, pelajar berusaha menguasai keterampilan gerak yang sesuai dengan cabang olahraganya, dan kemudian memanfaatkannya agar keterampilan gerak tersebut bisa diterapkan dalam bermain, berlomba atau bertanding olahraga (Sugiyanto, 2008:9.3).

Ada tiga tahap dalam belajar gerak (*motor learning*), yaitu:

1. Tahapan Verbal-Kognitif

Maksudnya kognitif dan proses membuat keputusan lebih menonjol. Pada tahapan ini, tugasnya adalah memberikan pemahaman secara lengkap mengenai bentuk gerak baru kepada siswa. Sebagai pemula, mereka belum tahu mengenai apa, kapan dan bagaimana gerak itu dilakukan. Oleh karena itu, kemampuan verbal-kognitif sangat mendominasi pada tahapan ini.

2. Tahapan Gerak (*Motorik*)

Memiliki makna sebagai pola gerak yang dikembangkan sebaik mungkin agar siswa atau atlet lebih terampil. Pada tahap ini, fokusnya adalah membentuk organisasi pola gerak yang lebih efektif dalam menghasilkan gerakan. Biasanya yang harus dikuasai siswa pertama kali dalam belajar motorik adalah kontrol dan konsistensi sikap berdiri serta rasa percaya diri.

3. Tahapan Otomatisasi

Memperhalus gerakan agar performa siswa atau atlet menjadi lebih padu dalam melakukan gerakannya. Pada tahapan ini, setelah siswa banyak melakukan latihan secara berangsur-angsur memasuki tahapan otomatisasi. Disini motor program sudah berkembang dengan baik dan dapat mengontrol gerak dalam waktu singkat. Siswa sudah menjadi lebih terampil dan setiap gerakan yang dilakukan lebih efektif dan efisien (Ma'mun dan Yudha M. Saputra, 2000:3).

2.1.2.2 Karakteristik Anak Remaja (Adolesensi)

Menurut Sugiyanto (2008:5.2-5.7) masa adolesensi atau remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke masa dewasa. Masa ini berlangsung dari umur 10 sampai 20 tahun. Masa adolesensi anak laki-laki dan perempuan mengalami perbedaan. Pada anak laki-laki masa adolesensi berlangsung antara

umur 12-20 tahun, sedangkan pada anak perempuan mengalami masa adolesensi antara umur 10-18 tahun. Dilihat dari umur pada masa adolesensi, anak perempuan mengalami usia remaja atau masa adolesensi lebih cepat 2 tahun dibandingkan anak laki-laki.

Pada masa adolesensi terjadi perkembangan biologis yang kompleks, yang meliputi percepatan pertumbuhan, pertumbuhan proporsi bentuk tubuh, perubahan dalam komposisi tubuh, kematangan ciri-ciri seks primer dan sekunder, perkembangan pada sistem pernapasan dan kerja jantung, perkembangan sistem syaraf dan endokrin yang memprakarsai dan mengkoordinasi perubahan-perubahan tubuh, seksual dan fisiologis.

Perbedaan ukuran badan untuk anak laki-laki dan perempuan pada masa sebelum adolesensi adalah kecil, meskipun ada kecenderungan anak laki-laki sedikit lebih tinggi dan lebih berat dibandingkan dengan anak perempuan. Sedangkan pada awal masa adolesensi antara anak laki-laki dengan perempuan makin jelas perbedaan ukuran dan bentuk tubuhnya. Pertumbuhan yang cepat pada masa adolesensi menimbulkan terjadinya perbedaan-perbedaan morfologi antara anak laki-laki dengan perempuan yang makin jelas. Ciri-ciri yang menonjol adalah bertambahnya lebar bahu anak laki-laki lebih cepat dibandingkan dengan perkembangan pinggulnya, sebaliknya terjadi pada anak perempuan yang mengalami pertumbuhan cepat pada pelebaran pinggulnya dibandingkan dengan perkembangan pada bagian pinggang dan bahu. Selain itu perubahan fisik selama anak mengalami masa adolesensi menunjukkan beberapa indikasi dalam komposisi tubuh. Perubahan komposisi terutama bervariasi pada kegemukan dan kekurusannya. Pada anak laki-laki meningkat ke arah otot terutama pada bagian badan, sedangkan untuk anak perempuan meningkat ke arah bentuk ramping

dan gemuk atau makin berlemak. Peningkatan tersebut untuk anak laki-laki berlangsung dengan cepat terutama menjelang dewasa, sedangkan untuk anak perempuan berlangsung secara bertahap.

Perbedaan bentuk tubuh antara anak laki-laki dengan perempuan terjadi tampak jelas sesudah masa pubertas. Kedua jenis kelamin memiliki ukuran skeletal yang berbeda. Anak laki-laki menjadi seorang yang dewasa dengan tungkai dan lengan yang lebih panjang dan bahunya yang lebar, sedangkan pada anak perempuan dewasa akan nampak lebih besar pinggulnya.

Sesuai dengan karakteristik masa adolesensi yang sudah dijelaskan oleh Sugianto di atas, yakni usia remaja atau masa adolesensi mempunyai rentangan usia antara 10 sampai 20 tahun. Sedangkan usia anak SMA yakni antara 16 sampai 18 tahun. Jadi berdasarkan penjelasan di atas maka dapat dikatakan bahwa usia anak SMA sudah memasuki usia remaja atau masa adolesensi.

2.1.2.3 Perkembangan Gerak Anak Remaja (Adolesensi)

Perubahan-perubahan penampilan gerak pada masa adolesensi cenderung mengikuti perubahan-perubahan dalam ukuran badan, kekuatan, dan fungsi fisiologis. Perbedaan-perbedaan dalam penampilan keterampilan gerak dasar antara anak laki-laki dan perempuan semakin meningkat, anak laki-laki menunjukkan terus peningkatan, sedangkan anak perempuan menunjukkan terus mengalami peningkatan yang tidak berarti bahkan menurun setelah umur menstruasi. Hal tersebut dapat dilihat dalam berbagai gerakan, seperti lari, lompat jauh tanpa awalan dan melempar jarak jauh. Menurut Esendchade (1960) dalam Sugiyanto (2008:5.14) berpendapat anak perempuan mencapai

hasil maksimal dalam lari pada usia 13 tahun, dan menunjukkan sedikit perubahan dalam melempar dan melompat sesudah umur tersebut.

Umumnya penampilan gerak anak perempuan dalam keterampilan dasar cenderung menurun sebelum mencapai kematangan biologis, kira-kira 3 tahun sebelum kematangan skeletal. Sebaliknya anak laki-laki terus mengalami peningkatan penampilan geraknya dengan bertambahnya kematangan skeletal. Kecepatan matang secara biologis anak laki-laki adanya hubungan dengan penampilan gerak. Umumnya anak laki-laki masa puber meningkat secara terus-menerus dan teratur dalam lari dan melompat, akan tetapi sedikit melambat dalam lemparan. Hal ini berhubungan dengan serangkaian pertumbuhan fisik, seperti tungkai yang memanjang, pinggul yang melebar sebelum pengembangan bagian pundak.

Dalam pengembangan koordinasi gerak, laki-laki pada awal pubertas mengalami perkembangan sedikit sekali, tetapi setelah masa itu perkembangan makin cepat. Sedangkan mengenai keseimbangan dinamis selama adolesensi menunjukkan adanya penurunan untuk anak laki-laki dan perempuan. Peningkatan yang mendatar atau stabil (*plateu*) dialami oleh perempuan pada umur 12 sampai 14 tahun, sedangkan untuk anak laki-laki pada umur 14 sampai 16 tahun.

Masa kanak-kanak merupakan waktu yang tepat dalam usaha peningkatan keterampilan, sebagai langkah awal pembentukan pola-pola gerak yang baik. Periode ini merupakan peningkatan yang besar dalam penampilan keterampilan dasar dan pola gerak, yang kurang efisien bila dilakukan pada masa adolesensi atau dewasa. Pada masa adolesensi tingkat keterampilan gerak setiap individu makin bervariasi. Penampilan gerak dan kesegaran jasmani

makin nyata perbedaannya antara anak laki-laki dan perempuan (Sugiyanto, 2008:5.14-5.23).

Sesuai dengan penjelasan Sugiyanto mengenai perkembangan motorik anak adolesensi, dikatakan bahwa pada masa adolesensi untuk anak laki-laki dan perempuan mengalami perbedaan dalam perkembangan motoriknya. Perbedaan ini disebabkan karena perubahan fisiologis yang dialami oleh anak laki-laki dan perempuan. Penampilan gerak dan kesegaran jasmani mengalami perbedaan pada setiap individunya. Peningkatan keterampilan pada masa adolesensi dapat ditentukan oleh perilaku pada masa anak-anak. Hal ini disebabkan karena pada masa anak-anak merupakan waktu yang tepat untuk meningkatkan keterampilan anak.

2.1.3 Pengertian Bermain

Permainan atau bermain mempunyai tugas dan tujuan yang sama dengan tujuan pendidikan jasmani. Meningkatkan kualitas manusia atau membentuk manusia Indonesia seutuhnya dengan sasaran segala aspek pribadi manusia adalah tujuan pendidikan jasmani yang ingin dicapai. Bermain dapat memberikan perasaan senang kepada setiap manusia. Anak-anak senang bermain di sepanjang hari, bahkan sepanjang masa. Setiap anak yang bermain akan menimbulkan perasaan senang sehingga dapat mengungkapkan kepribadiannya baik watak asli maupun kebiasaan yang membentuk kepribadiannya (Sukintaka,1992:11).

Menurut (Sukintaka, 1992:7) menyatakan bahwa sifat bermain adalah sebagai berikut:

- 1) Bermain merupakan aktivitas yang dilakukan dengan sukarela atas dasar rasa senang.

- 2) Bermain dengan rasa senang akan menimbulkan aktivitas yang dilakukan secara spontan.

Bermain dengan rasa senang untuk memperoleh kesenangan menimbulkan kesadaran agar bermain dengan baik dan perlu berlatih, kadang-kadang memerlukan kerjasama dengan teman, menghormati lawan, mengetahui kemampuan teman, patuh pada peraturan, dan mengetahui kemampuan pada dirinya sendiri.

2.1.4 Modifikasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Penyelenggaraan program pendidikan jasmani hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, *Developmentally Appropriate Practice (DAP)*. Artinya adalah tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan anak didik yang sedang belajar. Tugas ajar yang sesuai ini harus mampu mengakomodasi setiap perubahan dan perbedaan karakteristik setiap individu serta mendorongnya ke arah perubahan yang lebih baik.

Modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran mencerminkan DPA (*Developmentally Appropriate Practice*). Artinya, bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang diajar. Perkembangan atau kematangan dimaksudkan mencakup fisik, psikis, maupun keterampilan (Samsudin, 2008:58).

Modifikasi sebenarnya hanya istilah saja, modifikasi bukan model juga bukan metode, tetapi mengacu pada berbagai keterampilan mengajar yang diadaptasikan secara tepat selama proses pengajaran. Modifikasi adalah pendekatan yang didesain dan disesuaikan dengan kondisi kelas yang menekankan kepada kegembiraan dan pengayaan perbendaharaan gerak, agar sukses dalam mengembangkan keterampilan.

Modifikasi artinya adalah merencanakan sesuatu agar lebih sederhana, lebih mudah, lebih efektif dan lebih efisien dalam pelaksanaannya. Berbagai hal yang dapat dimodifikasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani di antaranya, aturan mainnya, waktu mainnya, gerakannya, jumlah pemainnya, sarana dan prasarananya. Memodifikasi sarana prasarana merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan guru pendidikan jasmani agar pembelajaran pendidikan jasmani dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan siswa (Safariatun, 2007:4.15).

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa modifikasi merupakan suatu langkah menganalisa dan mengembangkan materi pelajaran dengan cara merencanakan pembelajaran agar disesuaikan dengan kondisi kelas yang menekankan pada kegembiraan dan pengayaan perbendaharaan gerak, sehingga lebih sederhana, lebih mudah, lebih efektif dan lebih efisien dalam pelaksanaannya tanpa harus takut kehilangan makna dan apa yang akan diberikan.

2.1.5 Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani

Prasarana berarti segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses (usaha atau pembangunan). Dalam olahraga prasarana didefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau

memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen. Sedangkan sarana olahraga adalah terjemahan dari "*facilities*", yaitu sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani (Soepartono, 2000:5-6).

Sarana pendidikan jasmani ialah segala sesuatu yang dapat digunakan atau dimanfaatkan di dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Termasuk di dalamnya peralatan (*aparatus*), yaitu segala sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan para siswa untuk melakukan kegiatan di atasnya, di dalamnya atau di bawahnya. Perlengkapan (*device*) segala sesuatu yang melengkapi kebutuhan prasarana. Sebenarnya untuk pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan guru dapat berbuat banyak dan lebih leluasa dalam menggunakan, memanfaatkan bahkan mengembangkan atau memodifikasi sarana yang akan digunakan.

Pengembangan sarana pendidikan jasmani artinya melengkapi yang sudah ada dengan jalan mengadakan, memperbanyak dan membuat alat-alat yang sederhana atau memodifikasi. Tujuannya adalah untuk memberdayakan anak, agar dapat lebih banyak bergerak dalam situasi yang menarik dan gembira tanpa adanya kehilangan esensi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan itu sendiri (Samsudin, 2008:65-66).

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa sarana dan prasarana pendidikan jasmani merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes), salah satunya pembelajaran bolabasket agar mempermudah dalam proses pembelajaran dan memiliki sifat yang relatif permanen.

2.1.6 Karakteristik Bolabasket

2.1.6.1 Pengertian Bolabasket

Berdasarkan peraturan resmi bolabasket (PERBASI) tahun 2012, permainan bolabasket adalah permainan yang dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing terdiri dari 5 pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka.

Menurut Wissel Hal (2000:3) permainan bolabasket adalah permainan yang dimainkan oleh 2 tim dengan 5 pemain setiap tim. Tujuannya adalah mendapatkan nilai (skor) dengan memasukkan bola ke keranjang dan mencegah tim lain melakukan hal serupa. Bola dapat diberikan hanya dengan *passing* (operan) dengan tangan atau dengan *mendribblenya* (*battling*, *pushing*, atau *tapping*) beberapa kali pada lantai tanpa menyentuhnya dengan dua tangan secara bersamaan dan diakhiri dengan *shooting* (menembak) bola ke ring.

Bolabasket merupakan olahraga yang menggunakan bola besar, dimainkan dengan tangan. Bola boleh dilempar (dilempar ke teman), boleh dipantulkan ke lantai (di tempat atau sambil berjalan) dan tujuannya adalah memasukkan bola ke basket (keranjang) lawan. Permainan dilakukan oleh dua regu masing-masing terdiri dari 5 (pemain), setiap regu berusaha memasukkan bola ke keranjang lawan dan menjaga (mencegah) keranjangnya sendiri kemasukkan sedikit mungkin. Lapangan terdiri dari tanah, atau lantai semen atau lantai papan, dibatasi oleh garis yang berbentuk empat persegi panjang berukuran 28 x 15 m (Sodikun, 1992:8).

2.1.6.2 Fasilitas dan Perlengkapan

Setiap cabang olahraga secara khusus mempunyai fasilitas, alat-alat dan perlengkapan tertentu. Oleh karena itu perlu disajikan macam-macam alat dan perlengkapan yang telah diatur dalam peraturan permainan bolabasket. Uraian berikut berisi mengenai fasilitas, alat-alat dan perlengkapan yang digunakan dalam permainan bolabasket:

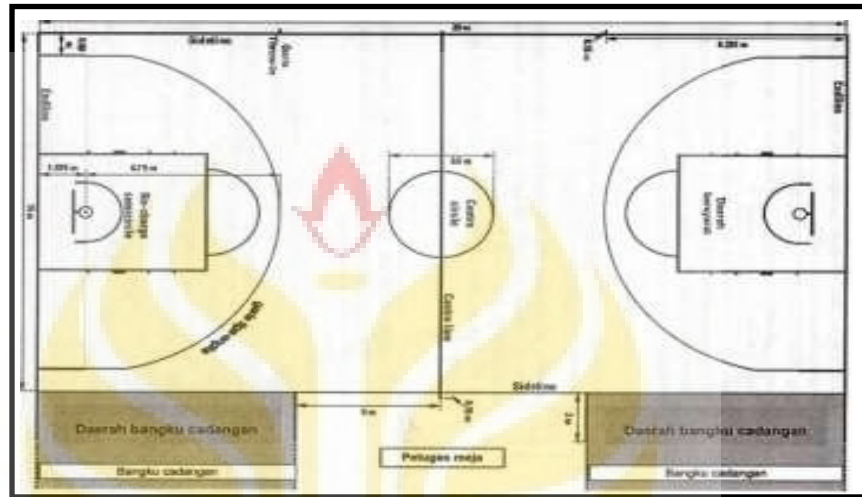
1) Lapangan

Lapangan bolabasket memiliki permukaan keras, rata yang bebas dari segala sesuatu yang menghalangi dengan ukuran panjang 28 m dan lebar 15 m yang diukur dari sisi dalam garis batas. Lapangan permainan akan dibatasi dengan garis batas, yang terdiri dari *endline* dan *side line*. Garis-garis ini bukan termasuk bagian dari lapangan permainan.

Garis tengah dibuat sejajar dengan *endline* dari titik tengah kedua *side line*. Garis ini akan diperpanjang 0,15 m dari masing-masing *side line*. Garis tengah adalah bagian dari *backcourt*. Lingkaran tengah dibuat di tengah-tengah lapangan permainan dan mempunyai jari-jari 1,80 m diukur dari sisi luar keliling lingkaran. Jika bagian dalam lingkaran diberi warna maka warnanya harus sama dengan daerah bersyarat. Garis *freethrow* dibuat sejajar dengan masing-masing *endline*. Sisi terjauh garis ini 5,80 m dari sisi dalam *endline* dan panjangnya 3,60 m. Titik tengahnya akan berada pada garis khayal yang menghubungkan dua titik tengah *endline*.

Daerah bersyarat merupakan daerah lapangan yang berbentuk persegi panjang di lapangan permainan, dibatasi oleh *endline*, perpanjangan garis *freethrow* dan garis-garis yang berasal dari *endline*,

sisi luarnya akan berjarak 2,45 m dari titik tengah *endline* dan berakhir pada sisi luar perpanjangan garis *freethrow*. Garis-garis tersebut, kecuali *endline* adalah bagian dari daerah bersyarat. Bagian dalam daerah bersyarat harus diberi warna.

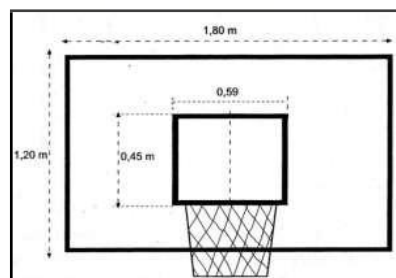


Gambar 2.1 Lapangan Bolabasket

Sumber: Peraturan Resmi PERBASI. 2012. 3

2) Papan pantul

Papan pantul berbentuk persegi panjang dengan permukaan datar, berukuran horisontal 6 kaki (1,828 m) dan vertikal 3,5 kaki (1,0668 m) atau 4 kaki (1,2192 m). Suatu kotak persegi panjang berukuran 24 inci (0,6096 m) horisontal dan 18 inci (0,4572 m) vertikal diletakkan di belakang ring dengan garis bawahnya sejajar dengan ring.



Gambar 2.2 Papan Pantul

Sumber: Peraturan Resmi PERBASI. 2012. 6

3) Bolabasket

Bola terbuat dari kulit, karet atau bahan sintesis lainnya dan berwarna oranye. Bola ukuran 7 untuk putra mempunyai keliling lingkaran 749-780 mm dan berat 567 – 650 gram. Sedangkan bola ukuran 6 untuk putri mempunyai keliling lingkaran 724-737 mm dan berat 510-567 gram.

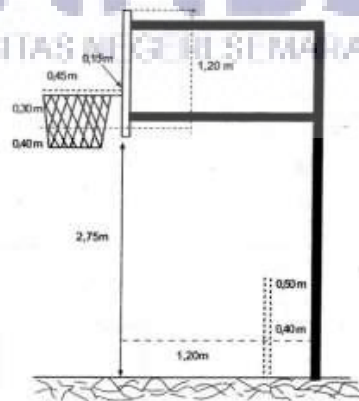


Gambar 2.3 Bola

Sumber: Nuril Ahmadi. 2007. 1

4) Keranjang (*Ring Basket*)

Tiap keranjang dalam permainan bolabasket yang terbuat dari besi yang mempunyai garis tengah 20 mm dan jalanya mempunyai panjang 40 cm. Keranjang (*ring*) mempunyai diameter 18 inci (45,72 cm) dengan sisi permukaan 10 kaki (3,048 m) di atas lantai dan sisi dalam terdekat berjarak 6 kaki (1,828 m) dari papan ring.



Gambar 2.4 Keranjang Bola Basket

Sumber: Peraturan Resmi PERBAS. 2012. 6

2.1.6.3 Teknik Dasar Permainan Bolabasket

Menurut Imam Sodikun (1992:47-68), permainan bolabasket merupakan jenis olahraga yang kompleks gerakannya. Oleh karena itu diperlukan beberapa unsur gerakan yang harus dikuasai. Unsur-unsur gerakan tersebut digolongkan sebagai teknik-teknik permainan pokok atau dasar. Teknik-teknik dasar tersebut meliputi teknik mengoper bola (*passing*), menangkap bola (*catching*), menggiring bola (*dribbling*), menembak (*shooting*), gerakan berporos (*pivot*).

1. Teknik mengoper bola (*passing*)

Menurut Hal Wissel (2007:71-73) mengoper adalah suatu teknik dasar yang paling penting dalam permainan tim, dan keahlian seperti itulah yang membuat bolabasket menjadi permainan yang indah. Selain itu pentingnya mengoper adalah pertama, punya kesempatan mengolah bola sehingga terbuka kesempatan melakukan tembakan artinya operan taktis tepat waktunya dan akurat akan menciptakan peluang skor bagi tim. Kedua menjaga bola tetap berada di pihak sendiri sehingga selama permainan dapat dikendalikan tim artinya sebuah tim yang mampu mengontrol bola dengan operan yang baik punya kesempatan luas mencetak skor dan mengendalikan permainan. Kegunaan khusus operan adalah mengalihkan bola dari daerah padat pemain, menggerakkan bola dengan cepat pada *fast break*, membangun permainan yang *offensive*, mengoper ke rekan yang sedang terbuka untuk melakukan tembakan, serta mengoper dan memotong untuk melakukan tembakan sendiri. Gerakan dasar operan ada beberapa, antara lain; operan dada (*chest pass*), operan bawah (*bounce pass*), operan sisi tangan (*side arm*),

operan bisbol (*baseball pass*), operan atas kepala (*overhead pass*), operan punggung belakang (*behind-the back pass*).

Menurut Jon Oliver (2007:35) menyatakan bahwa *passing* (mengumpan) yang tepat adalah salah satu kunci keberhasilan serangan sebuah tim dan sebuah unsur penentu tembakan-tembakan yang berpeluang besar mencetak angka. Ketepatan umpan yang hebat tidak boleh diremehkan. Ini bisa memotivasi rekan-rekan tim, menghibur penonton, dan menghasilkan permainan yang tidak individualis. Seorang pengumpan yang terampil mampu melihat seluruh lapangan, mengantisipasi perkembangan dalam pertandingan yang penuh serangan, dan memberikan bola kepada rekan tim saat yang tepat.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa *passing* (mengoper) adalah sebuah teknik dasar bolabasket yang bertujuan menghasilkan operan untuk dapat dikonversikan menjadi peluang, membongkar pertahanan lawan, dan membuat serangan dengan cara melakukan operan ke sesama rekan satu timnya. Saat mendapat operan pemain dapat memilih dua pilihan antara *shooting* atau *dribble* bahkan *passing* kembali untuk membuka ruang. Jadi, *passing* ini sesuai dengan KI dan KD pada Kurikulum 2013 kelas XI adalah teknik dasar yang paling utama membangun kerjasama dan berpengaruh pada permainan bolabasket yang dilakukan dengan cara mengoper ke sesama temannya.

Mengoper atau mengumpan secara sederhana pada permainan bolabasket pada umumnya terdiri atas tiga jenis, yakni:

a. *Two Handed Chest Pass* (Operan Dada)

Operan dada adalah operan yang paling umum dan akurat dilakukan bila tidak ada pemain bertahan diantara pengoper dan teman setimnya. Cara melakukan operan ini adalah memegang bola setinggi dada dan dekat dengan badan. Siku ditekuk dan jari-jari terbuka memegang bola. Saat bola dilepaskan, lengan dan tangan diluruskan dengan telapak menghadap keluar. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan operan dada adalah posisi tangan menggenggam bola, posisi kaki melangkah pada arah operan, posisi bola berada di depan dada, dan pandangan mata mengarah pada target.



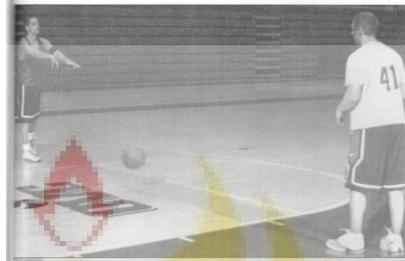
Gambar 2.5 Gerakan *Chest Pass*

Sumber: Jon Oliver. 2007. 36

b. *Two Handed Bounce Pass* (Operan Memantul)

Gerakan dasar operan memantul sama dengan operan dada, meskipun situasi saat dilakukannya berbeda. Operan memantul sering dilakukan pada permainan *pivot* ketika pengoper mengoper ke teman setimnya yang dijaga dari belakang, atau dalam situasi di mana operan dada tidak mungkin

dilakukan. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan operan memantul adalah posisi tangan menggenggam bola, posisi kaki melangkah pada arah operan, posisi bola berada di pinggang, dan pandangan mata mengarah pada target.

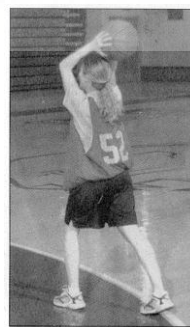


Gambar 2.6 Gerakan *Bounce Pass*

Sumber: Jon Oliver. 2007. 37

c. *Overhead Pass* (Operan di Atas Kepala)

Operan ini biasanya dilakukan untuk melempar bola ke daerah *post* tinggi dan rendah, atau sebagai lemparan yang mengawali serangan cepat setelah bola memantul atau saat lemparan ke dalam. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan operan di atas kepala adalah posisi tangan menggenggam bola, posisi kaki selebar bahu dan sejajar, posisi bola berada di atas dahi, dan pandangan mata mengarah pada target (PERBASI, 2004:21).



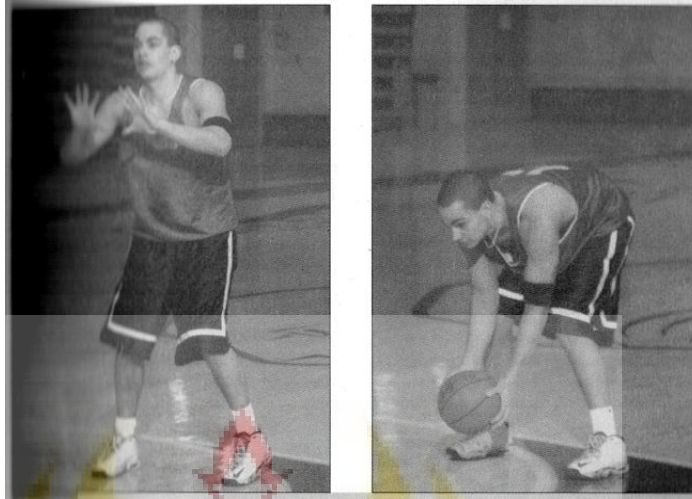
Gambar 2.7 Gerakan *Overhead Pass*

Sumber: Jon Oliver. 2007. 38

2. Teknik Menangkap Bola (*Catching*)

Menangkap bola merupakan salah satu unsur dasar dalam permainan bolabasket karena setiap ada gerakan mengumpan (*passing*) pasti disertai dengan gerakan menangkap (*catching*). Gerakan menangkap (*catching*) yang baik akan meningkatkan efektifitas penyerangan. Hal ini sependapat dengan pendapat yang diungkapkan oleh Jon Oliver. Menurut Jon Oliver (2007:41) *catching* dengan baik sama pentingnya dengan memberi umpan yang baik. Penangkap bola harus selalu tanggap dimana bola berada dan harus siap menerima umpan setiap saat. Teknik *catching* dapat dilakukan dengan satu atau dua tangan, satu tangan biasanya dilakukan ketika pemain menangkap bola di dekat ring basket.

Cara melakukan gerakan *catching* pada ketinggian di atas pinggang dengan dua tangan yaitu posisikan kedua tangan saling berdekatan dengan ibu jari dan jari telunjuk nyaris bersentuhan, dengan kedua tangan saling berdekatan sebagai sasaran, kecil kemungkinan bola meleset dari jemari atau keluar lapangan. Gunakan telapak jari-jari tangan bukan telapak tangan untuk menangkap bola. Sedangkan untuk menangkap bola di bawah ketinggian pinggang dengan dua tangan dengan cara menekuk lutut sehingga badan merendah. Posisikan kedua tangan agar saling berdekatan dengan jari-jari mengarah ke lantai lapangan dan telapak tangan mengarah ke atas. Gunakan telapak jari, bukan telapak tangan untuk menangkap (*catching*) bola.



Gambar 2.8 Gerakan *Catching* di Atas dan di Bawah Pinggang

Sumber: Jon Oliver. 2007. 41

3. Teknik Menggiring Bola (*Dribbling*)

Seperti teknik operan dalam permainan bolabasket, *dribble* adalah salah satu cara membawa bola sambil bergerak yaitu dengan cara memantulkan bola pada lantai. *Dribble* dapat membantu pemain memindahkan bola di lapangan dan menjauhkan diri dari penjagaan (Hal Wissel, 2000:95).

Cara untuk melakukan gerakan *dribble* bola dijelaskan oleh Jon Oliver (2007:51), posisi tubuh tidak boleh menunduk. Gunakan mata dan pandangan sekeliling untuk memperhatikan lapangan dan rekan-rekan tim. Usahakan untuk dapat merasakan bola, pandangan tidak mengarah ke bola dan gunakan telapak jari. Bola harus bersentuhan dengan telapak jari setiap kali memantul. *Dribble* bola kira-kira setinggi pinggang. Lindungan bola dengan lengan dan tangan satunya (lengan yang tidak memantulkan bola), pantulan bola berada di depan samping tubuh.

Berikut tipe *dribble* menurut PERBASI yang umum dilakukan oleh pemain adalah sebagai berikut:

a. *Low Dribble*

Dribble dilakukan setiap pemain dijaga dengan ketat. Tipe *dribbling* ini hanyalah menjaga bola agar tetap rendah dan terkontrol. Bola di-*dribble* di sisi tubuh jauh dari pemain bertahan. Telapak tangan yang men-*dribble* dijaga tetap di atas bola. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan *low dribble* adalah angkat kepala, *dribble* bola dekat badan sebatas lutut, posisi jari membuka dan men-*dribble* dengan ujung jari, kaki dibuka selebar bahu, dan dapat melewati lawan.



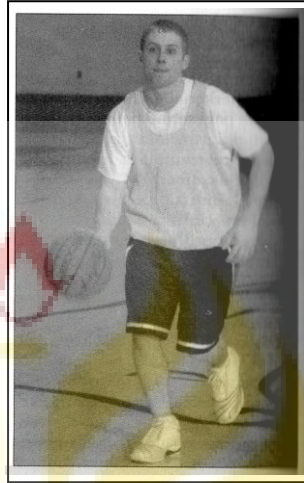
Gambar 2.9 Gerakan *Low Dribble*

Sumber: Jon Oliver. 2007. 52

b. *Speed Dribble*

Ketika pemain berada di lapangan terbuka dan harus bergerak secepatnya dengan bola, maka ia akan menggunakan *dribble* ini. Ketika berlari dengan cepat, pemain akan mendorong bola di depannya dan membiarkannya melambung ke atas sampai setinggi pinggulnya. Tangan yang men-*dribble* tidak berada tepat di atas bola, melainkan di belakangnya. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan *speed dribble* adalah angkat

kepala, *dribble* bola ke depan sebatas pinggang, posisi jari membuka dan *mendribble* dengan ujung jari, kaki dibuka selebar bahu, dan dapat melewati lawan.

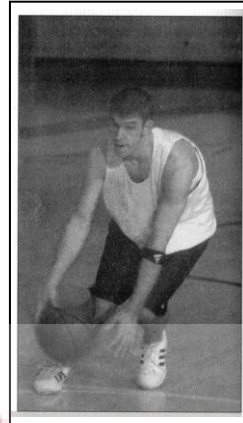


Gambar 2.10 Gerakan Speed Dribble

Sumber: Jon Oliver. 2007. 51

c. *Crossover Dribble*

Dribble dengan satu tangan yang kemudian saat mendekati pemain bertahan akan mendorong bola melewati tubuhnya ke arah tangannya yang lain. Gerakan ini sangat bagus untuk memperdaya pemain bertahan, namun bola bisa dicuri bila tidak dilakukan dengan baik karena bola tidak dijaga. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan *crossover dribble* adalah angkat kepala, *dribble* bola dekat badan dengan tangan lainnya melindungi bola, posisi jari membuka dan disilangkan ke depan, dan dapat melewati lawan.



Gambar 2.11 Gerakan Crossover Dribble

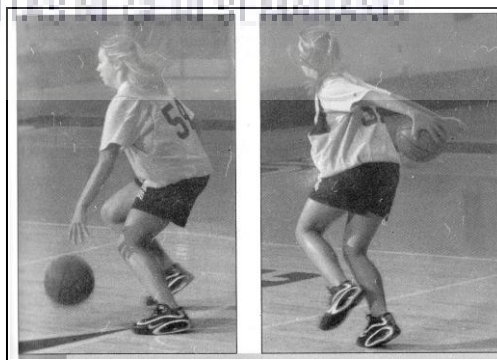
Sumber: Jon Oliver. 2007. 52

d. *Reverse/Spin Dribble*

Salah satu jenis *dribble* yang dilakukan untuk mengganti arah dan memantulkan bola dari tangan satu ke tangan lain ketika dijaga dengan ketat. Supaya efektif, *dribble* ini harus dilakukan dengan cepat saat pen-*dribble* mendorong bola ke lantai dan berputar mengelilingi pemain bertahan.

e. *Behind the Back Dribble*

Dribble ini digunakan ketika pemain mengganti arah supaya terbebas dari pemain bertahan. Bola digerakkan dari satu sisi tubuh ke sisi lain dengan mengayunkannya di belakang tubuh.

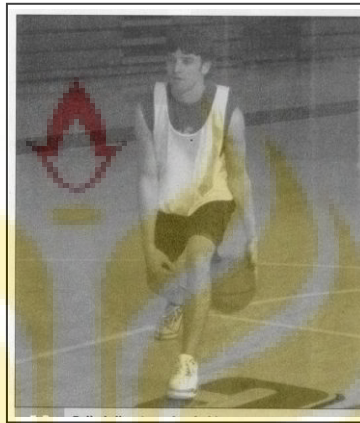


Gambar 2.12 Gerakan Behind the Back Dribble

Sumber : Jon Oliver. 2007. 55

f. *Beetwen the leg dribble*

Dribble ini dilakukan dengan cara cepat untuk memindahkan bola dari tangan satu ke tangan lain melewati sela kaki. Dilakukan ketika pen-*dribble* dijaga dengan ketat atau ingin mengganti arah (PERBASI, 2004:18).



Gambar 2.13 Gerakan *Between the Leg Dribble*

Sumber: Jon Oliver. 2007. 53

4. Teknik Menembak Bola (*Shooting*)

Menembak adalah gerakan paling akhir untuk mendapatkan angka. Umumnya dalam permainan bolabasket, tembakan dilakukan setiap 15-20 detik dan hampir setengahnya berhasil masuk ke dalam keranjang. Teknik dasar menembak bola (*shooting*) dalam bolabasket adalah sebagai berikut:

a. *Set Shoot*

Tembakan ini jarang dilakukan pada permainan biasa. Karena bila penembak tidak melompat, maka tembakannya akan mudah dihalangi. Umumnya tembakan ini dilakukan saat lemparan bebas (*free throw*) atau bila memungkinkan untuk menembak tanpa rintangan. Beberapa hal yang perlu

diperhatikan dalam melakukan *set shoot* adalah posisi kedua tangan berada di belakang bola, jari-jari kedua tangan memegang erat bola, posisi kaki terentang selebar bahu, siku masuk ke dalam sebelum menembak, lengan terentang, telapak tangan mengarah ke bawah saat menembak dan pandangan mata mengarah pada target.

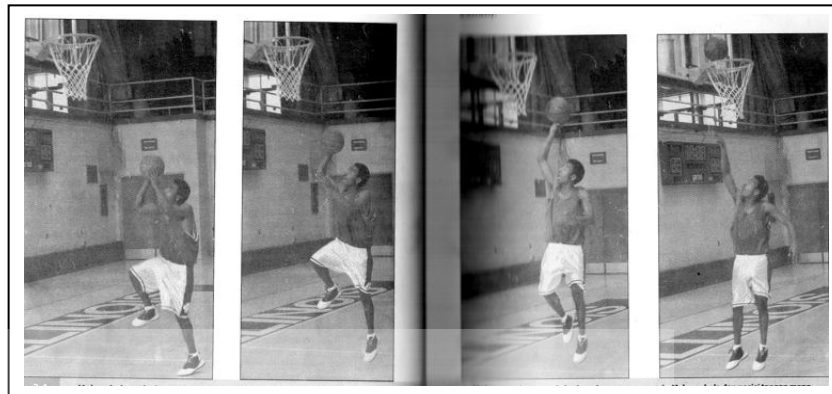


Gambar 2.14 Gerakan Set Shoot

Sumber: Jon Oliver. 2007. 31

b. Lay Up Shoot

Tembakan *lay up* adalah hal yang harus dipelajari dalam permainan bolabasket. Dalam situasi persaingan, jenis tembakan ini harus dilakukan pemain baik dengan tangan kanan maupun kiri. *Lay up* dilakukan di akhir *dribble*. Pada jarak beberapa langkah dari ring, pen-*dribble* secara serentak mengangkat tangan dan lutut ke atas ketika melompat ke arah keranjang.

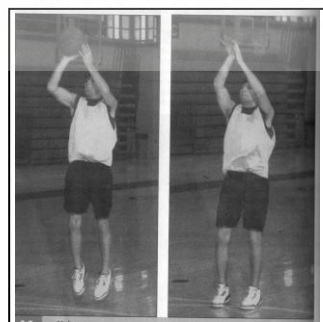


Gambar 2.15 Gerakan Lay Up Shoot

Sumber: Jon Oliver. 2007. 14

c. *Jump Shoot*

Jump shoot adalah jenis tembakan dengan menambahkan lompatan saat melakukan *shooting*, bola dilepaskan saat berada pada titik tertinggi lompatan. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan *jump shoot* adalah posisi tangan untuk menembak berada di belakang bola, jari-jari kedua tangan memegang erat bola, posisi kaki terentang selebar bahu, lutut ditekuk, siku masuk ke dalam sebelum menembak, menembak dengan melompat dan kaki lurus, rentangkan siku, telapak tangan menghadap bawah saat menembak dan pandangan mata mengarah pada target.



Gambar 2.16 Gerakan Jump Shoot

Sumber: Jon Oliver. 2007. 31

d. *Under Hand Shoot*

Tembakan ini adalah jenis tembakan *lay up* ketika penembak setelah melompat ke arah keranjang, penembak mengangkat lengan dan mengangkat tangannya ke atas untuk menjatuhkan bola dari pemain bertahan.

e. *Hook Shoot*

Hook shoot adalah tembakan lemah dan akurat serta merupakan gerakan *low-post* yang baik. Bila dilakukan dengan benar maka tembakan ini sulit dihalangi, karena tangan yang menembak berada jauh dari pemain bertahan. Bahkan ketika dijaga oleh pemain yang tinggi.



Gambar 2.17 Gerakan *Hook Shoot*

Sumber: Jon Oliver. 2007. 18

f. *Dunking*

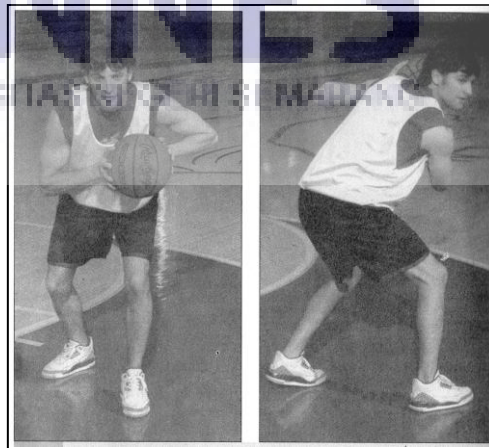
Tembakan *dunk* dulunya dianggap suatu atraksi istimewa yang dilakukan pemain-pemain tinggi. Saat ini, tersebut sudah umum. Keuntungannya adalah tembakan ini dilakukan tanpa lompatan jauh sehingga sulit dihalangi. Tembakan *dunk* adalah gerakan menyerang yang mengagumkan dan dapat mengobarkan semangat tim serta menjatuhkan moral lawan

dengan cepat. Tembakan ini dapat dilakukan menggunakan dua tangan maupun satu tangan dari depan atau belakang (PERBASI, 2004:23).

5. Teknik Gerakan Berporos (*pivot*)

Pivot merupakan salah satu unsur dasar dalam permainan bolabasket dengan menggerakkan salah satu kaki ke segala arah dengan kaki yang lainnya tetap di tempat sebagai poros. Tujuan memutar adalah mengadakan gerakan tipu atau menghindari lawan yang berusaha merebut bola (Nuril Ahmadi, 2007:20). Hal tersebut sependapat dengan Jon Oliver (2007:8) *pivot* digunakan untuk memungkinkan para pemain penyerang berbelok ke kiri atau kanan untuk mendapatkan sudut pandang serangan yang berbeda ke arah ring basket.

Cara melakukan kaki *pivot* pertama-tama gunakan *jump stop* (sebuah gerakan berhenti mendadak yang kuat, terkendali dan menggunakan dua kaki sejajar) untuk mendapatkan posisi berdiri kokoh pada kedua kaki. Selanjutnya, pilihlah salah satu kaki yang digunakan sebagai poros (boleh kaki kanan atau kiri).



Gambar 2.18 Gerakan *Pivot*
Sumber: Jon Oliver. 2007. 8

2.1.7 Karakteristik Permainan Tradisional Gobak Sodor

2.1.7.1 Hakikat Permainan Gobak Sodor

Sebagai salah satu permainan tradisional, permainan gobak sodor memiliki beberapa nama di beberapa daerah. Di Jakarta permainan tradisional gobak sodor disebut permainan galasin, di Sumatera Utara disebut margalah, dan di daerah pesisir barat Jawa Tengah terutama di daerah Kota Tegal permainan gobak sodor dikenal dengan permainan *BLODOR*.

Menurut Sri Mulyani (2013:59), gobak sodor adalah permainan tradisional yang merupakan jenis permainan grup yang terdiri dari dua regu, dimana masing-masing regu terdiri dari 3-5 orang. Permainan ini memerlukan tempat yang cukup luas karena digunakan untuk berkejaran.

Sedangkan menurut Husna (2009:3), permainan ini terdiri dari 2 grup, yaitu grup jaga membuat penjagaan berlapis dengan cara berbaris ke belakang sambil merentangkan tangan agar tidak dapat dilalui oleh lawan. Satu orang penjaga lagi bertugas di garis tengah yang bergerak tegak lurus dari penjaga lainnya.

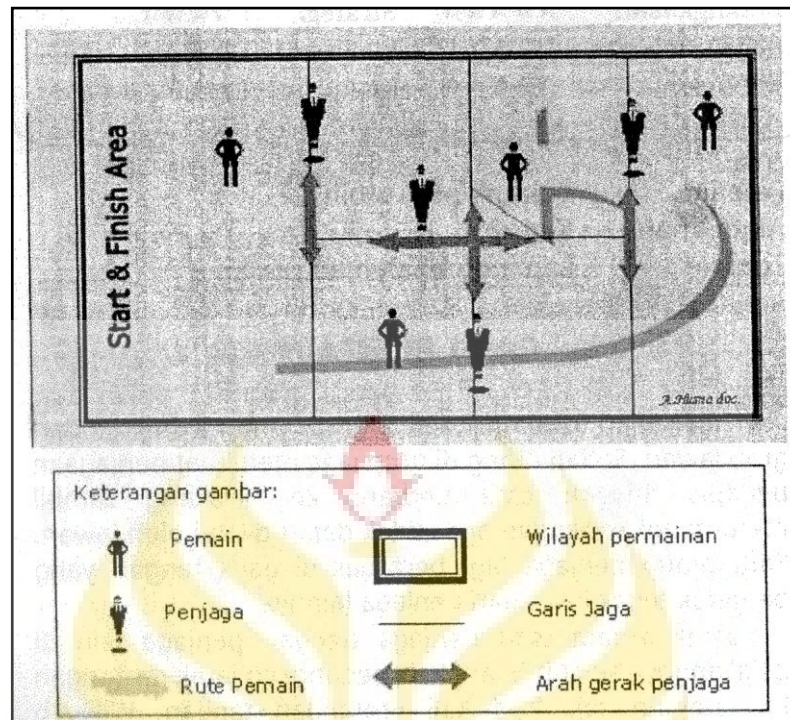
Dari berbagai pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa permainan gobak sodor merupakan permainan tradisional tanpa alat dan membutuhkan aktivitas tinggi yang dimainkan oleh dua regu. Tujuan dari permainan gobak sodor adalah pemain harus melewati area permainan yang dijaga pemain lain. Dalam perkembangan permainan ini dapat dimainkan di ruangan tertutup maupun di luar ruangan. Permainan tradisional gobak sodor termasuk jenis permainan yang membutuhkan aktivitas tinggi sehingga cocok dimainkan anak usia remaja. Dalam permainan ini anak harus memiliki kelincahan dan reaksi yang baik.

Cara bermain permainan gobak sodor yaitu pertama dengan membuat garis-garis penjagaan dengan kapur seperti lapangan bulu tangkis, bedanya tidak ada garis rangkap. Dua ketua regu melakukan *sut* untuk menentukan yang menang dan yang kalah. Regu yang kalah akan bertugas sebagai penjaga garis dan menghalangi agar regu yang menang tidak dapat lolos ke garis terakhir secara bola-balik. Untuk menentukan siapa yang juara adalah seluruh anggota tim harus secara lengkap melakukan proses bolak-balik dalam area lapangan yang telah ditentukan.

Anggota regu yang berjaga akan menjaga lapangan. Yang dijaga garis horizontal dan ada juga yang menjaga garis batas vertikal. Penjaga garis horizontal tugasnya menghalangi lawan mereka yang jaga berusaha untuk melewati garis batas yang sudah ditentukan sebagai garis batas bebas. Penjaga garis vertikal menjaga keseluruhan garis batas vertikal yang terletak di tengah lapangan (Sri Mulyani, 2013:58-59).

Jarak antara satu penjaga dengan penjaga lain di belakangnya sejauh 5 langkah, sedangkan jarak rentangan ke samping sejauh 4 kali rentangan tangan. Wilayah permainan dan garis jaga ditandai oleh kapur. Selama permainan berlangsung, salah satu kaki penjaga harus tetap di atas garis jaga. Jadi, pemain jaga tidak bisa bergerak bebas untuk menghalangi pemain lawan melaluinya.

Jika pemain lawan tersentuh oleh penjaga maka pemain pun gugur. Kemenangan akan diperoleh grup jaga jika berhasil mengenai seluruh pemain lawan (A. Husna M., 2009:3-4).



Gambar 2.17 Lapangan Permainan Gobak Sodor

Sumber: A. Husna M. 2009. 4

2.1.8 Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Wahyu Yulianti yang berjudul “Model Pembelajaran Permainan Tradisional Gobak Sodor di Lingkungan Persawahan pada Siswa Kelas V SD Negeri Karangmanyar Kecamatan Kalimanah Kabupaten Purbalingga Tahun 2011”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan (R&D) dari Borg & Gall yang telah dimodifikasi dengan tujuan untuk menghasilkan produk berupa model permainan Gosorbol (gobak sodor dengan bola) yang sudah tervalidasi. Sehingga produk ini dapat dijadikan sumber belajar di sekolah, khususnya di SD N Karangmanyar Kecamatan Kalimanah Kabupaten Purbalingga.

Produk ini dihasilkan melalui tahap pengembangan yakni; (1) Melakukan pendahuluan dan pengumpulan informasi termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka. (2) Mengembangkan bentuk produk awal (berupa model permainan gobak sodor dengan bola). (3) Evaluasi ahli dengan menggunakan satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil, dengan menggunakan kuesioner yang kemudian dianalisis. (4) Revisi produk pertama, revisi produk berdasarkan hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil (10 siswa), revisi ini digunakan untuk perbaikan terhadap produk awal yang dibuat untuk peneliti. (5) Uji lapangan (26 siswa). (6) Revisi produk yang dilakukan berdasarkan uji lapangan. (7) Hasil model pembelajaran permainan gobak sodor pada siswa kelas V SD Negeri Karangmanyar yang dihasilkan melalui revisi uji lapangan. Pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang diperoleh dari evaluasi ahli (satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran), uji coba kelompok kecil (10 siswa kelas V SD Negeri Karangmanyar), dan uji lapangan (26 siswa kelas V SD Negeri Karangmanyar).

Data evaluasi ahli (satu ahli penjas dan dua guru penjasorkes SD) diperoleh jawaban untuk kategori tidak baik 0%, kurang baik 0%, cukup baik 13,33%, baik 57,78%, dan sangat baik 28,89%. Data uji lapangan kuesioner siswa diperoleh jawaban untuk kategori tidak baik 0%, kurang baik 0%, cukup baik 26,67%, baik 23,33%, dan sangat baik 50%.

Dari hasil tersebut dapat disimpulkan pengembangan model pembelajaran penjasorkes melalui permainan gobak sodor dengan bola baik, mencapai nilai rata-rata 85,51%. Sehingga hasil pengembangan efektif untuk pembelajaran penjasorkes kelas V SD Negeri Karangmanyar. Dapat disarankan bagi guru penjasorkes SD Negeri Karangmanyar dapat memanfaatkan model

pengembangan model pembelajaran ini dan dapat menambahkan variasi-variasi yang lebih atau inovatif dalam pembelajaran penjasorkes.

2.2 Kerangka Berpikir

Permainan atau bermain mempunyai tugas dan tujuan yang sama dengan tujuan pendidikan jasmani. Meningkatkan kualitas manusia atau membentuk manusia Indonesia seutuhnya dengan sasaran segala aspek pribadi manusia adalah tujuan pendidikan jasmani yang ingin dicapai. Bermain dapat memberikan perasaan senang kepada setiap manusia. Anak-anak senang bermain di sepanjang hari, bahkan sepanjang masa. Setiap anak yang bermain akan menimbulkan perasaan senang sehingga dapat mengungkapkan kepribadiannya baik watak asli maupun kebiasaan yang membentuk kepribadiannya (Sukintaka,1992:11).

Pembelajaran bolabasket melalui pendekatan permainan yang dimodifikasi merupakan salah satu bentuk kegiatan pembelajaran bolabasket melalui permainan bolabasket yang secara kreatif disusun dan direncanakan oleh guru agar kegiatan pembelajaran tersebut tetap dilaksanakan dengan berbagai keterbatasan yang ada seperti adanya jumlah siswa yang tidak memenuhi untuk dijadikan dua tim secara penuh maupun keterbatasan waktu maupun sarana prasarana yang ada.

Permainan *Blodbas (Blodor Basketball)* adalah modifikasi permainan bolabasket (*basketball*) yang dipadukan dengan salah satu permainan tradisional *blodor* (atau pada umumnya disebut gobak sodor). Permainan *Blodbas* ini terdiri atas 2 tim dimana tiap tim terdiri dari 10 orang pemain. *Blodbas* menggunakan lapangan *blodor* (Gobak Sodor) dimana berbentuk persegi panjang yang di dalamnya terdapat garis-garis horizontal dan 1 garis vertikal yang membagi dua

lapangan kanan dan kiri. Sedangkan aturannya secara umum seperti permainan gobak sodor namun dipadukan dengan peraturan bola basket serta berbagai teknik dasar bola basket seperti *dribbling* dan *passing*.

Melalui modifikasi permainan *Blodbas* ini diharapkan kegiatan pembelajaran dapat menarik minat dan motivasi siswa untuk belajar. Dalam aspek pengetahuan (kognitif) permainan *Blodbas* ini dapat membantu siswa untuk mengetahui dan mempelajari tentang permainan bolabasket dan dapat mengetahui bagaimana aturan permainan *Blodbas*. Dalam aspek sikap (afektif) melalui permainan *Blodbas* siswa dapat mengembangkan sikap positif guna untuk pembentukan karakter pada dirinya, diantaranya disiplin, kerjasama, kejujuran, dan sportivitas karena permainan *Blodbas* sangat menekankan siswa untuk memiliki karakter tersebut melalui penerapan peraturan permainan *Blodbas*. Aspek keterampilan (psikomotor) melalui permainan *Blodbas* siswa akan lebih cepat menguasai teknik dasar bolabasket karena kesempatan setiap siswa saat pembelajaran lebih besar sehingga memungkinkan siswa untuk dapat secara aktif belajar teknik dasar *Blodbas* dari awal sampai akhir kegiatan pembelajaran secara maksimal.

BAB V

KAJIAN DAN SARAN

5.1 Kajian Prototipe Produk

Kajian akhir dari kegiatan penelitian pengembangan ini adalah model pengembangan permainan *Blodbas* yang merupakan produk baru dari pengembangan permainan bolabasket untuk materi ajar pendidikan jasmani SMA kelas XI. Hasil ini diperoleh dari hasil uji skala kecil pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tegal (N=55) dan uji skala besar pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tegal (N=22), SMA Negeri 3 Tegal (N=28) dan SMA Negeri 4 Tegal (N=30).

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam skripsi ini, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Produk model permainan *Blodbas* dapat dan layak digunakan dalam proses pembelajaran penjasorkes. Hal itu berdasarkan analisis data pada uji coba skala kecil diperoleh dari evaluasi penilaian ahli pembelajaran dan evaluasi penilaian ahli permainan didapat rata-rata persentase 76,14%. Dan analisis data pada uji skala besar diperoleh dari evaluasi ahli pembelajaran dan evaluasi penilaian ahli permainan didapat rata-rata persentase 93,43%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk permainan *Blodbas* ini telah memenuhi kriteria yang baik dan layak digunakan.
- 2) Produk model permainan *Blodbas* sudah dapat digunakan dalam proses pembelajaran penjasorkes. Hal itu berdasarkan hasil analisis data uji coba skala kecil didapat rata-rata persentase 84,40% dengan kriteria sangat baik dan hasil analisis data uji coba skala besar didapat rata-rata

persentase 85,99.% dengan kriteria sangat baik. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka permainan *Blodbas* ini telah memenuhi kriteria, sehingga dapat digunakan untuk siswa

- 3) Faktor yang menjadikan model permainan *Blodbas* dapat diterima oleh siswa SMA adalah dari semua aspek uji coba yang ada, lebih dari 85% siswa dapat memptaktekkan dengan baik. Baik dari pemahaman terhadap peraturan permainan, penerapan sikap dalam permainan dan aktivitas gerak siswa yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan. Secara keseluruhan model permainan *Blodbas* dapat diterima siswa dengan baik dan dapat digunakan bagi siswa kelas XI SMA Negeri di Kota Tegal.
- 4) Produk model permainan *Blodbas* dapat meningkatkan aspek sikap (afektif) siswa, apabila dilihat dari hasil analisis data pada aspek sikap menunjukkan rata-rata persentase lebih tinggi daripada aspek pembelajaran yang lain yaitu sebesar 88,83% serta mengalami peningkatan yang paling besar sebesar 3,13% dari uji coba sebelumnya. Berdasarkan peningkatan tersebut maka model permainan *Blodbas* ini dapat meningkatkan aspek sikap siswa kelas XI SMA Negeri di Kota Tegal.

5.2 Saran Pemanfaatan, Diseminasi dan Pengembangan lebih Lanjut

5.2.1 Saran Pemanfaatan

Bagi guru penjasorkes di Sekolah Menengah Atas, penggunaan model ini dapat dilaksanakan sesuai dengan perencanaan sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan sesuai dengan tujuan dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

5.2.2 Diseminasi

Diseminasi dari produk permainan *Blodbas* dapat dilakukan kepada para pengguna melalui beberapa cara yaitu melalui forum pertemuan, penulisan dalam jurnal maupun dalam bentuk buku atau *handbook*.

5.2.3 Pengembangan Lebih Lanjut

Penggunaan model permainan *Blodbas* ini dapat diterapkan dimana saja dengan ukuran lapangan yang dapat disesuaikan dengan kondisi lapangan, tidak harus mutlak sesuai dengan ukuran lapangan yang ada pada permainan *Blodbas* tersebut.

Bagi pembaca, diharapkan penelitian ini bisa dijadikan referensi untuk mengembangkan model-model untuk penelitian selanjutnya. Permainan *Blodbas* ini dapat dikembangkan lebih lanjut sesuai dengan kebutuhan dengan kondisi dan kebutuhan yang akan dilaksanakan. Bentuk pengembangannya antara lain:

a.) Aturan Permainan

Aturan permainan pada permainan *Blodbas* dapat dikembangkan atau dimodifikasi lagi dengan pertimbangan untuk menyesuaikan jumlah siswa dan kondisi lingkungan sekitar.

b.) Sarana dan Prasarana

Sarana dan Prasarana yang digunakan pada permainan *Blodbas* ini bisa dirubah dengan menambah jumlah bola dalam permainan dan mengubah ukuran lapangan disesuaikan dengan kondisi lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. 2007. *Permainan Bola Basket*. Solo: Era Intermedia.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Bahagia, Yoyo dan Adang Suherman. 2000. *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Depdiknas
- Hoedaya, Danu. 2004. *Pendekatan Keterampilan dalam Pembelajaran Bolabasket*. Jakarta: Depdiknas
- Husna. 2009. *100+ Permainan Tradisional Indonesia untuk Kreativitas, Ketangkasan, dan Keakraban*. Yogyakarta: Andi Offset
- Khomsin. 2010. *Penjaskes Sebagai Media Pembentukan Karir*. Makalah Seminar Nasional Semarang FIK UNNES.
- Mardiana, Ade. Purwadi. Wira Indra Satya. 2009. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Ma'mun, Amung dan Yudha M. Saputra. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdiknas.
- Mohamad Ali. 2013. *Penelitian Kependidikan Prosedur & Strategi*. Bandung: Angkasa
- Mulyani, Sri. 2013. *45 Permainan Tradisional Anak Indonesia*. Yogyakarta: Langensari Publishing.
- Oliver, Jon. 2007. *Dasar-Dasar Bola Basket*. Bandung: Pakar Raya
- PERBASI. 2004. *Bola Basket Untuk Semua*. Jakarta: Perbasi.
- PERBASI. 2012. *Peraturan Resmi Bola Basket 2012*. Jakarta: Pengurus Pusat PERBASI.
- Rahayu, Ega Trisna. 2013. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Rahman, Muhammad. 2013. *Strategi dan Desain Pengembangan Sistem Pembelajaran*. Jakarta: Prestasi Pusta Karya.
- Riduwan. 2011. *Cara Mudah Menggunakan dan Memaknai Path Analysis (Analisis Jalur)*. Bandung: Alfabeta.

- Safariatun, Siti. 2007. *Asas dan Falsafah Pendidikan jasmani*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Litera.
- Soepartono. 2000. *Sarana Dan Prasarana Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- Sodikun, 1992. *Olahraga pilihan: Bolabasket*. Jakarta: Depdikbud.
- Sugiyanto. 2008. *Perkembangan dan Belajar Motorik*, Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sugiyono. 2010. *Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, Adang. 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta : Depdikbud.
- Sukintaka. 1992. *Teori Bermain Penjaskes*, Jakarta: Depdiknas.
- Sukmadinata, Nana Syaodih. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Tim Penyusun. 2014. *Panduan Penulisan Skripsi*. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang.
- Trianto. 2010. *Model Pembelajaran Terpadu*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wahyu Yulianti. 2011. "Model Pembelajaran Permainan Tradisional Gobak Sodor di Lingkungan Persawahan pada Siswa Kelas V SD Negeri Karangmanyar Kecamatan Kalimanah Kabupaten Purbalingga Tahun 2011". *Skripsi*. Program Sarjana Universitas Negeri Semarang
- Wissel, Hal. 2000. *Bola Basket*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.