



**MODIFIKASI PEMBELAJARAN SHOOTING BOLA BASKET
MELALUI PERMAINAN BOLA TEMBAK (BATEM) PADA
SISWA KELAS VI MI JATIBARANG KIDUL 01
KECAMATAN JATIBARANG
KABUPATEN BREBES
TAHUNPELAJARAN
2015/2016**

SKRIPSI

**Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
Untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan
Pada Universitas Negeri Semarang**

Oleh:
RAHMAT NURHIDAYANTO
NIM 6102914031

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

ABSTRAK

Rahmat Nurhidayanto, 2016 Modifikasi Pembelajaran Shooting Bola Basket Melalui Permainan Bola Tembak pada Siswa Kelas VI Semester II Pada MI Jatibarang Kidul 01

Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes. Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Drs. H. Tri Nurharsono, M.Pd dan Dr. Imam Santosa C, M.Si.

Kata Kunci: Permainan Bola Basket, Bola Tembak.

Latar belakang penelitian ini adalah tidak tercapainya hasil pembelajaran dalam Permainan Bola Basket. Masih banyak anak yang kurang memperhatikan materi yang diberikan oleh guru, anak masih bermalas-malasan, serta cepat merasa kecapaian dalam mengikuti pembelajaran. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah melalui permainan Bola Tembak dapat meningkatkan hasil belajar Permainan Bola Basket pada siswa kelas VI MI Jatibarang Kidul 01 Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar Permainan Bola Basket melalui Bola Tembak dalam aspek kognitif, afektif dan psikomotor.

Jenis penelitian ini adalah PTK pada siswa kelas VI MI Jatibarang Kidul 01 Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes yang berjumlah 30 siswa yang terdiri dari 15 siswa putra dan 15 Siswa Putri. Metode dalam penelitian tindakan kelas ini menggunakan data pengamatan secara langsung terhadap proses pembelajaran dengan teknik pengumpulan data, observasi, dokumentasi, serta tes tertulis dan praktek.

Berdasarkan hasil penilaian data awal yang diperoleh, terdapat peningkatan pada hasil belajar siswa pada siklus I dan siklus II. Analisis presentase 20% dengan jumlah 30 siswa yang tuntas sebanyak 6 siswa pada pra siklus, kemudian menuju siklus I meningkat dengan presentase 30% dengan jumlah siswa yang tuntas 9 anak dan siklus II meningkat dengan presentase 86%, dengan siswa yang tuntas 26 anak. Penelitian ini berhasil dari indikator keberhasilan yang ditargetkan 85%. Dan dalam pembelajaran siswa menjadi lebih bersemangat dan tidak bermalas-malasan dengan metode Bola Tembak sehingga dalam pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani melalui Bola Tembak mengalami ketuntasan.

Kesimpulan dari hasil belajar penelitian ini adalah Bola Tembak dapat meningkatkan hasil belajar aktivitas kebugaran pada siswa kelas VI MI Jatibarang Kidul 01 Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes. Penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif penyampaian pembelajaran dalam dunia pendidikan. Sebaliknya pembelajaran Bola Tembak dapat dilaksanakan seperti apa yang telah direncanakan dengan karakteristik siswa Sekolah Dasar, sehingga dapat tercapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Unnes dan sanksi hukum sesuai yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, Mei 2016

Penulis,



RAHMAT NURHIDAYANTO
NIM 6102914031

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini yang berjudul "Modifikasi pembelajaran shooting bola basket dengan menggunakan permainan bola tembak (batem) pada siswa kelas VI MI Jatibarang Kidul 01 Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes Semester II Tahun Pelajaran 2015/2016", telah disetujui pada:

Hari :

Tanggal :

Pembimbing I

Drs. Tri Nurharsono, M.Pd.
NIP. 19600429 198601 1 001

Pembimbing II

Dr. Imam Santosa, M.Si
NIP. 19690529 200112 1 001

UNNES
Mengetahui
Ketua Jurusan
Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

Drs. Mugyo Hartono, M.Pd.
NIP. 19610903 198803 1 002

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi atas nama Rahmat Nurhidayanto NIM 6102914031 Program Studi PJKR dengan judul Modifikasi Pembelajaran Shooting Bola Basket Menggunakan Permainan Bola Tembak (Batem) pada siswa kelas VI MI Jatibarang Kidul Kabupaten Brebes.

Telah disahkan dihadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada :

Hari : Jum'at
Tanggal : 3 Juli 2016

 Ketua
Prof. Dr. Tandiyu Rahayu, M.Pd
NIP. 19610320 198403 2 001

Panitia Ujian  PANITIA UJIAN SKRIPSI
Sekretaris
JURUSAN PJKR - FK
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
Drs. Mugiyo Hartono, M.Pd
NIP. 19610903 198803 1 001

Dewan Penguji

1. Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd
NIP. 19620425 198601 1 001

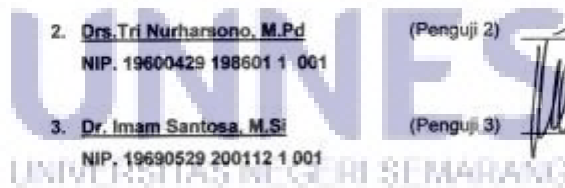
(Penguji 1)

2. Drs. Tri Nurhanono, M.Pd
NIP. 19600429 198601 1 001

(Penguji 2)

3. Dr. Imam Santosa, M.Si
NIP. 19690529 200112 1 001

(Penguji 3)



MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

1. Barang siapa yang bertaqwa kepada Allah SWT maka di mudahkan baginya jalan rejeji dari sesuatu yang tidak terduga (Q.S At Talaq : 2 - 3)



PERSEMBAHAN

1. Kedua Orang tua Kami Bapak Wardo dan ibu tercinta Tarisah terima kasih atas do'a dan ketulusan hatinya.
2. Istriku tercinta Leni Rosdiana, S.Pd yang senantiasa mendampingi dalam setiap gerak dan langkahku.
3. Anakku yang sangat aku sayangi (Alm) Balqis Kalista Maharani.
4. Semua Keluarga besarku tersayang
5. Teman-teman seperjuangan kelompok Kab. Tegal.
6. Teman-teman Guru MI Jatibarang Kidul 01

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan taufik, rahmat, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini tidak lain atas doa restu, bimbingan, bantuan, dan dorongan moril, materiil dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini, penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang
4. Ketua Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang
5. Drs. Tri Nurharsono, M.Pd Pembimbing Utama yang telah memberikan petunjuk, bimbingan, dan pengarahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.
6. Dr.Imam Santosa, M.Si Pembimbing Pendamping yang telah memberikan petunjuk, bimbingan, dan pengarahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.
7. Bapak/Ibu dosen yang telah memberikan ilmunya selama penulis menuntut ilmu di Universitas negeri Semarang.

8. Slamet Makmuri, S.Ag selaku Kepala Sekolah MI Jatibarang Kidul 01 yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
9. Siswa-siswi MI Jatibarang Kidul 01 yang saya banggakan.
10. Teman-teman PKG PJKR angkatan 2014 yang telah banyak membantu pelaksanaan penelitian ini
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang turut membantu dalam penelitian ini.

Atas segala bantuannya, semoga amal kebaikan bapak, ibu, dan saudara-saudara mendapat balasan yang tiada henti dari Allah SWT.

Akhirnya peneliti berharap semoga hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangsih yang berguna bagi perkembangan pendidikan khususnya pendidikan jasmani.

Semarang, Mei 2016



UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----|
| JUDUL..... | i |
| ABSTRAK..... | ii |
| LEMBAR PERNYATAAN..... | iii |
| LEMBAR PERSETUJUAN..... | iv |
| LEMBAR PENGESAHAN..... | v |
| MOTTO DAN PERSEMBAHAN..... | vi |
| KATA PENGANTAR..... | vii |
| DAFTAR ISI..... | ix |
| DAFTAR TABEL..... | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xii |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| 1.1. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| 1.2. Rumusan Masalah..... | 4 |
| 1.3. Tujuan Penelitian..... | 4 |
| 1.4. Manfaat Penelitian..... | 4 |
| 1.5. Sumber Pemecahan Masalah..... | 5 |
| | |
| BAB II LANDASAN TEORI | |
| 2.1. Landasan Teori..... | 7 |
| 2.1.1. Tujuan dan Fungsi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan..... | 8 |
| 2.2. Pengertian Belajar..... | 12 |
| 2.2.1. Pengertian Hasil Belajar..... | 13 |
| 2.2.2. Pengertian Belajar Gerak..... | 14 |
| 2.2.3. Gerak Dasar..... | 14 |
| 2.2.4. Pengertian Minat..... | 15 |
| 2.3. Pengertian Pembelajaran..... | 17 |
| 2.3.1. Ciri – ciri Pembelajaran..... | 18 |

| | |
|---|----|
| 2.3.2. Metode Pembelajaran | 20 |
| 2.2.4. Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani..... | 20 |
| 2.4. Pengertian Evaluasi..... | 21 |
| 2.4.1. Kegunaan Evaluasi..... | 22 |
| 2.2.4. Syarat dan Petunjuk Dalam Menyusun Alat Evaluasi | 23 |
| 2.5. Permainan Bola Basket | 24 |
| 2.5.1. Teknik Dasar Permainan Bola Basket | 25 |
| 2.5.2. Peraturan Permainan Bola Basket..... | 27 |
| 2.5.3. Gambar Lapangan dan Ring Bola Basket..... | 29 |
| 2.6. Model Permainan Bola Tembak..... | 30 |
| 2.6.1. Penerapan Model Permainan Bola Tembak | 31 |
| 2.6.2. Cara Permainan Bola Tembak | 32 |
| 2.6.3. Aturan Bermain | 34 |

BAB III METODE PENELITIAN

| | |
|---|----|
| 3.1. Subjek Penelitian..... | 36 |
| 3.2. Objek Penelitian..... | 37 |
| 3.3. Waktu Penelitian..... | 37 |
| 3.4. Lokasi Penelitian | 38 |
| 3.5. Metode Penelitian Tindakan Kelas | 38 |
| 3.5.1. Perencanaan | 39 |
| 3.5.2. Pelaksanaan Tindakan | 39 |
| 3.5.3. Pengamatan | 39 |
| 3.5.4. Dokumentasi | 40 |
| 3.5.5. Refleksi | 40 |
| 3.5.5.1. Siklus I | 41 |
| 3.5.5.2. Siklus II | 43 |
| 3.6. Teknik Pengumpulan Data | 44 |
| 3.7. Instrumen Evaluasi | 45 |

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

| | |
|---|----|
| 4.1. Siklus I..... | 48 |
| 4.1.1.Perencanaan | 48 |
| 4.1.2.Tindakan | 49 |
| 4.1.3.Observasi | 51 |
| 4.1.4.Refleksi | 53 |
| 4.2. Siklus II..... | 53 |
| 4.2.1.Perencanaan | 54 |
| 4.2.2.Tindakan | 54 |
| 4.2.3.Observasi | 56 |
| 4.2.4.Refleksi | 58 |
| 4.3. Pembahasan Hasil Penelitian | 58 |
| 4.4. Analisis Pembelajaran..... | 59 |
| 4.4. Simpulan Siklus Berdasarkan Hasil Belajar..... | 60 |
| 4.4. Ketuntasan Belajar..... | 60 |

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

| | |
|---------------------|----|
| 5.1. Simpulan | 61 |
| 5.2. Saran..... | 61 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 63 |

DAFTAR TABEL

| Tabel | Halaman |
|---|---------|
| 1. Rubrik penilaian gerak (psikomotor)..... | 45 |
| 2. Rubrik penilaian sikap (afektif) | 46 |
| 3. Rubrik penilaian pengetahuan (kognitif)..... | 46 |
| 4. Hasil Belajar Siklus I | 51 |
| 5. Hasil Belajar Siklus II | 56 |



DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran | Halaman |
|---|---------|
| 1. Surat Keputusan Pembimbing | |
| 2. Surat Keputusan Penguji | |
| 3. Surat Ijin ke Sekolah | |
| 4. Surat Keterangan dari Sekolah | |
| 5. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) | 65 |
| 6. Penilaian Aspek Psikomotor Siklus I | 73 |
| 7. Penilaian Aspek Psikomotor Siklus II | 74 |
| 8. Rubrik Penilaian Aspek Afektif Siklus I | 75 |
| 9. Rubrik Penilaian Aspek Afektif Siklus II | 76 |
| 10. Rubrik Penilaian Aspek Kognitif Siklus I | 77 |
| 11. Rubrik Penilaian Aspek Kognitif Siklus II | 78 |
| 12. Dokumentasi Penelitian | 79 |
| 13. Instrumen Penilaian | 84 |

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai sikap, mental, emosional, spiritual dan sosial, serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang.

Semua itu mengandung arti bahwa Pendidikan Jasmani (Penjas) adalah salah satu mata pelajaran yang berkepentingan dalam proses menumbuhkembangkan seluruh aspek dan potensi yang dimiliki peserta didik melalui proses pembelajarannya.

Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, guru diharapkan mengajar berbagai ketrampilan gerak dasar, teknik dan strategi berbagai cabang olahraga seperti bola basket. Permainan bola basket merupakan dasar yang memiliki karakteristik khusus dibandingkan dengan materi pembelajaran olahraga yang lainnya.

Madrasah Ibtidaiyah (MI) Jatibarang Kidul 01 adalah salah satu sekolah dasar di kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes yang terdiri dari 5 Madrasah Ibtidaiyah yang bernaung dibawah Yayasan Assyafiiyah Kecamatan Jatibarang. Letaknya sangat strategis didekat Jalan Raya Jatibarang Brebes dengan jumlah siswa terbanyak yaitu 452 Siswa.

Keterampilan dasar bermain bola basket didominasi oleh ketrampilan melempar, menangkap, menggiring bola, dan menembak (shooting). Pembelajaran keterampilan shooting bola basket dalam Pendidikan Jasmani merupakan suatu keterampilan yang harus dikuasai siswa khususnya siswa kelas VI MI Jatibarang Kidul Kabupaten Brebes Pada awal semester genap tahun 2015/2016.

Materi shooting bola basket pada kelas VI terdapat di SK 6. Mempraktikkan berbagai gerak dasar kedalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya KD 6.1 Mempraktikkan gerak dasar salah satu permainan bola besar dengan koordinasi dan kontrol yang baik dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama, sportifitas, dan kejujuran.

Pada materi pembelajaran shooting bola basket di kelas VI MI Jatibarang Kidul Kecamatan Jatibarang 30 siswa, yang terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 15 siswa perempuan hanya 6 siswa (20%) yang sudah mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM), sedang sisanya 24 siswa (80%) nilainya belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) yaitu 75.

Salah satu bentuk menyiasati pembelajaran dalam permainan bola basket adalah dengan melakukan berbagai macam permainan yang sesuai dengan karakteristik kemampuan siswa dengan tujuan yang akan dicapai dengan selalu mempertimbangkan faktor-faktor kesulitan yang dialami siswa.

Kesulitan dalam pembelajaran bola basket bukan hanya dipengaruhi oleh peralatan yang dipergunakan oleh siswa melainkan berhubungan dengan aspek kesiapan siswa (fisik, mental, serta kemampuan siswa) dalam mempelajari suatu gerakan shooting oleh karena perbedaan tersebut, akan terlihat sebagian siswa pada saat belajar gerakan shooting begitu bersemangat dan

menyenangkannya, sementara sebagian siswa yang terlihat bosan dan masih takut untuk mencobanya. Disinilah guru diuji kemampuannya seorang pemimpin, sebagai manajer, dan sebagai fasilitator dalam proses belajar mengajar.

Peran guru sebagai fasilitator tidak hanya sebatas hanya pada membimbing siswa meraih tujuan belajarnya, melainkan harus mampu mencari solusi yang tepat selama proses belajar mengajar seperti pembelajaran keterampilan shooting dalam permainan bola basket pada siswa sekolah dasar di MI 01 Jatibarang Kidul Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes.

Faktor-faktor yang menjadi penyebab kesulitan siswa dalam belajar shooting sangat beragam. Ada yang mudah bosan, ada yang ragu-ragu dan ada juga yang merasa takut dalam melakukan gerakan shooting tersebut.

Untuk meniasati kendala diatas diperlukan permainan yang sesuai sebagai sarana pendukung pembelajaran gerakan shooting. Permainan itu harus dapat merangsang minat siswa untuk melakukan tugas gerak sekaligus sebagai tantangan yang menyenangkan bagi setiap siswa.

Permainan tersebut ialah Bola tembak dimana peralatan yang digunakan menggunakan Bola voli sebagai bola basket dan simpai yang terbuat dari rotan sebagai ring. Bola voli digunakan sebagai permainan bola tembak dikarenakan penggunaan bola basket yang sesungguhnya siswa terasa sulit karena berat dan ukurannya yang kurang sesuai untuk anak SD, sedangkan penggunaan simpai dari rotan adalah untuk memudahkan anak dalam memasukan bola. Ukuran simpai dibuat menjadi 2 yaitu diameter 40cm dan diameter 60cm dengan ketinggian antara 2 -3m.

Berdasarkan uraian diatas, maka sangatlah tepat jika penulis membahasnya dalam penelitian yang berjudul " *Modifikasi Pembelajaran*

Shooting Bola Basket Menggunakan Permainan Bola Tembak (Batem) pada siswa kelas VI MI Jatibarang Kidul Kabupaten Brebes”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembahasan di atas, maka yang menjadi pernyataan adalah “Bagaimanakah Meningkatkan Keterampilan Dasar Shooting dalam permainan bola basket melalui permainan bola tembak pada siswa kelas VI MI Jatibarang Kidul Kabupaten Brebes.

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan diatas, tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan dasar shooting dalam permainan bola basket melalui permainan bola tembak pada mata pelajaran pendidikan Jasmani di kelas VI MI Jatibarang Kidul Kabupaten Brebes.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan manfaat bagi Siswa, Guru, dan Sekolah. Manfaat tersebut antara lain sebagai berikut :

1.4.1. Manfaat Bagi Siswa

- a. Dapat memotivasi minat siswa agar lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran shooting
- b. Dapat meningkatkan gerak dasar pembelajaran shooting
- c. Memudahkan gerak dasar pembelajaran shooting
- d. Suasana belajar lebih menyenangkan

- e. Menumbuhkan kerjasama dan rasa kompetitif

1.4.2. Manfaat Bagi Guru

- a. Meningkatkan dan memperbaiki proses pembelajaran shooting dengan menciptakan model pembelajaran yang dikemas dalam bentuk permainan
- b. Dapat mengembangkan profesionalisme guru dalam melaksanakan pembelajaran di Madrasah Ibtidaiyah
- c. Memudahkan untuk menyampaikan materi pelajaran
- d. Menambah wawasan tentang berbagai media pembelajaran.

1.4.3. Manfaat Bagi Sekolah

- a. Hasil penelitian diharapkan dapat memberi konstruksi dalam rangka menunjang KTSP.
- b. Bagi kepala sekolah sebagai masukan dalam rangka mengefektifkan pembinaan pengolahan dan pemanfaatan sumber belajar dalam pelaksanaan pendidikan
- c. Mempertahankan dan meningkatkan aktivitas proses pembelajaran pendidikan jasmani guna menumbuhkembangkan seluruh potensi yang dimiliki oleh siswa.

1.5. Sumber Pemecahan Masalah

Melalui pendekatan permainan yang tepat diharapkan siswa tidak hanya dapat pengetahuan, namun juga memiliki kesan yang mendalam tentang materi pelajaran, sehingga dapat mendorong siswa untuk mengimplementasikan konsep nilai-nilai mata pelajaran dalam kehidupan sehari-hari. Kurang

lancarnya pelaksanaan pembelajaran strategi permainan yang disebabkan karena siswa kurang menguasai gerak dasar, dapat diatasi dengan cara pengalihan fokus perhatiannya ke pemahaman permainan, penguasaan gerak dasar. Pembelajaran permainan tidak harus cabang olahraga resmi, tetapi dapat berupa permainan-permainan yang memiliki dasar-dasar strategi yang diperlukan dalam cabang olahraga yang sebenarnya. Dasar-dasar strategi permainan harus diperkenalkan kepada siswa secara bertahap melalui permainan sederhana.

Melalui Model Permainan Bola Tembak diharapkan kegiatan pembelajaran akan tetap dapat dilaksanakan dengan berbagai keterbatasan sarana prasarana yang dimiliki sekolah maupun keterbatasan kondisi fisik siswa Sekolah Dasar. Selain itu diharapkan kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan dapat menjadi lebih menarik dan lebih memotivasi siswa untuk aktif terlibat dalam kegiatan pembelajaran yang pada akhirnya hasil belajar yang dicapai siswa dapat optimal.



BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan merupakan pendidikan yang menggunakan aktifitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan. Bentuk-bentuk aktifitas yang digunakan oleh anak sekolah adalah bentuk gerak olahraga sehingga kurikulum pendidikan jasmani di sekolah diajarkan menurut cabang-cabang olahraga. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan melalui aktifitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, intelektual dan emosional. Adang Suherman (2000:1)

Pendidikan jasmani sebagai 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)

Berdasarkan uraian tersebut di atas dapat dikatakan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai bagian pendidikan secara keseluruhan yang prosesnya menggunakan aktifitas jasmani/gerak sebagai alat-alat pendidikan maupun sebagai tujuan yang hendak dicapai adalah menanamkan sikap dan kebiasaan berhidup sehat dengan memanfaatkan pengetahuan dan pengalaman tentang kesehatan, baik yang diperoleh secara formal melalui program sekolah ataupun pengetahuan dan pengalaman yang diperoleh diluar sekolah. Pendidikan jasmani, mempunyai peran dalam pembinaan dan pengembangan individu maupun kelompok dalam pematapan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, serta emosional yang selaras dan seimbang.

2.1.1 Tujuan dan Fungsi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menurut Depdiknas (2003:2) ialah membantu siswa untuk peningkatan kesegaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif, serta kemampuan gerak dasar dan perkembangan jasmani, agar dapat :

- a) Tercapainya pertumbuhan dan perkembangan jasmani khususnya tinggi dan berat badan.
- b) Terbentuknya sikap dan perilaku : disiplin, kejujuran, kerjasama dalam mengikuti peraturan dan ketentuan yang berlaku.
- c) Menyenangi aktifitas jasmani yang dipakai dalam pengisian waktu luang serta kebiasaan hidup sehat.
- d) Mempunyai kemampuan untuk menjelaskan tentang manfaat pendidikan jasmani dan kesehatan, serta mempunyai kemampuan penampilan, keterampilan gerak yang benar dan efisien.
- e) Meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan, serta daya tahan tubuh terhadap penyakit.

Sedangkan fungsi dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah untuk mengembangkan berbagai aspek dalam diri siswa yang meliputi aspek organik, aspek neuromuskuler, aspek perseptual, aspek kognitif, aspek sosial, dan aspek emosional. Depdiknas (2003:4)

- 1) Aspek organik

Pengembangan aspek organik pada siswa melalui penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya adalah :

- a) Fungsi sistem tubuh menjadi lebih baik sehingga individual dapat memahami tuntutan lingkungannya
- b) Meningkatkan daya tahan yaitu kemampuan otot atau kelompok otot untuk menahan kerja dalam waktu yang lama.
- c) Meningkatkan kekuatan yaitu jumlah tenaga maksimal yang dikeluarkan oleh otot atau kelompok otot.
- d) Meningkatkan daya tahan kardiovaskuler, kapasitas individual untuk melakukan aktivitas yang berat secara terus menerus dalam waktu lama.
- e) Meningkatkan fleksibilitas, yaitu rentang gerak dalam persendian yang diperlukan untuk menghasilkan gerakan yang efisien dan mengulangi cedera.

2) Aspek neuromuskuler

Pengembangan aspek neuromuskuler pada siswa melalui penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya adalah :

- a) Meningkatkan keharmonisan antara fungsi saraf dan otot.
- b) Mengembangkan keterampilan lokomotor, seperti; memukul, berlari, menangkap dan yang lainnya.
- c) Mengembangkan keterampilan non-lokomotor, seperti; mengayun, melengkung, meliuk, bergoyang, meregang, menekuk, menggantung, membongkok.
- d) Mengembangkan faktor-faktor gerak, seperti; ketepatan, irama, rasa gerak, power, waktu reaksi, kelincahan.

- e) Mengembangkan keterampilan dasar manipulatif, seperti; memukul, menendang, menangkap, berhenti, melempar, mengubah arah, memantulkan.
- f) Mengembangkan keterampilan olahraga, seperti; bermain kasti, sepak bola, softball, bola voli, bola basket, baseball, atletik, tenis, beladiri, dan lain sebagainya.
- g) Mengembangkan keterampilan rekreasi, seperti; menjelajah, mendaki, berkemah, berenang.

3) Aspek perceptual

Pengembangan aspek perceptual pada siswa melalui penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya adalah :

- a) Mengembangkan kemampuan menerima dan membedakan isyarat.
- b) Mengembangkan hubungan-hubungan yang berkaitan dengan tempat atau ruang, yaitu kemampuan mengenali obyek yang ada didepan, belakang, bawah, sebelah kanan, sebelah kiri.
- c) Mengembangkan koordinasi gerak visual, yaitu; kemampuan mengkoordinasikan pandangan dengan keterampilan gerak yang melibatkan tangan, tubuh dan kaki.
- d) Mengembangkan keseimbangan tubuh yaitu; kemampuan mempertahankan keseimbangan statis dan dinamis.
- e) Mengembangkan dominasi yaitu konsistensi dalam menggunakan tangan atau kaki kanan atau kaki kiri dalam melempar dan menendang.
- f) Mengembangkan lateralis, yaitu; kemampuan membedakan antara sisi kanan, atau sisi kiri tubuh diantara bagian dalam kanan atau kiri tubuhnya sendiri.

- g) Mengembangkan image tubuh, yaitu; kesadaran bagian tubuh atau seluruh tubuh dan hubungannya tempat atau ruang.

4) Aspek kognitif

Pengembangan aspek kognitif pada siswa melalui penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya adalah :

- a) Mengembangkan kemampuan menggali, menemukan sesuatu, memahami, memperoleh pengetahuan dan membuat keputusan.
- b) Meningkatkan pengetahuan peraturan permainan, keselamatan dan etika.
- c) Mengembangkan kemampuan penggunaan strategi dan teknik yang terlibat dalam aktivitas yang terorganisasi.
- d) Meningkatkan pengetahuan bagaimana fungsi tubuh dan hubungannya dengan aktivitas jasmani.
- e) Menghargai kinerja tubuh; penggunaan pertimbangan yang berhubungan dengan jarak, waktu, tempat, bentuk, kecepatan, dan arah yang digunakan dalam mengimplementasikan aktivitas dan dirinya.
- f) Meningkatkan pemahaman tentang memecahkan memecahkan problem-
problem perkembangan melalui gerak.

5) Aspek sosial

Pengembangan aspek sosial pada siswa melalui penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya adalah :

- a) Menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungan dimana berada.
- b) Mengembangkan kemampuan membuat pertimbangan dan keputusan dalam situasi kelompok.
- c) Belajar komunikasi dengan orang lain.

- d) Mengembangkan kemampuan bertukar pikiran dan mengevaluasi ide dalam kelompok.
 - e) Mengembangkan kepribadian, sikap dan nilai agar dapat berfungsi sebagai anggota masyarakat.
 - f) Mengembangkan rasa memiliki dan rasa diterima dimasyarakat.
 - g) Mengembangkan sifat-sifat kepribadian yang positif.
 - h) Belajar menggunakan waktu luang yang konstruktif.
 - i) Mengembangkan sikap yang mencerninkan karakter moral yang baik.
- 6) Aspek emosional

Pengembangan aspek emosional pada siswa melalui penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diantaranya adalah :

- a) Mengembangkan respon yang sehat terhadap aktivitas jasmani.
- b) Mengembangkan reaksi yang positif sebagai penonton.
- c) Melepas ketegangan melalui aktivitas fisik yang tepat.
- d) Memberikan saluran untuk mengekspresikan diri dan kreativitas.
- e) Menghargai pengalaman estetika dari berbagai aktivitas yang relevan.

2.2 Pengertian Belajar

Menurut pengertian secara psikologis, belajar merupakan suatu proses perubahan yaitu tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Perubahan-perubahan tersebut akan nyata dalam seluruh aspek tingkah laku, dan pengertian belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungan. (Sumiat 2009:38)

Belajar dalam suatu aktivitas mental atau psikis yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan, yang menghasilkan perubahan dalam pengetahuan pemahaman, keterampilan, dan nilai sikap.(Johnson, L. A 2009:198)

Berdasarkan pada pengertian di atas pada prinsipnya tujuan belajar yaitu perubahan tingkah laku, hanya yang berbeda dalam hal atau usaha pencapaiannya. Menurut (Slameto, 2003:4) Perubahan tingkah laku tersebut mempunyai ciri-ciri sebagai berikut :

1. Perubahan terjadi secara sadar
2. Perubahan dalam belajar bersifat kontinyu dan fungsional
3. Perubahan dalam belajar bersifat positif dan aktif
4. Perubahan dalam belajar bersifat sementara
5. Perubahan dalam belajar bertujuan atau terarah
6. Perubahan mencakup aspek tingkah laku.

2.2.1 Pengertian Hasil Belajar

Pengertian hasil belajar adalah terjadinya perubahan tingkah laku pada diri siswa, yang dapat diamati dan diukur dalam perubahan pengetahuan sikap dan keterampilan. Perubahan dapat diartikan terjadinya peningkatan dan pengembangan yang lebih baik dibandingkan dengan sebelumnya. (Hamalik 2002: 155)

Dari beberapa pengertian hasil belajar dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah suatu kemampuan atau keterampilan yang dimiliki oleh siswa setelah siswa tersebut mengalami aktivitas belajar.

2.2.2 Pengertian Belajar Gerak

Belajar gerak adalah suatu proses yang berhubungan dengan latihan atau pengalaman yang mengarah pada terjadinya perubahan-perubahan yang relative permanen dalam kemampuan seseorang untuk menampilkan gerakan-gerakan yang terampil.

belajar gerak adalah sebagai tingkah laku atau perubahan kecakapan yang mampu bertahan dalam waktu tertentu, dan bukan berasal dari proses pertumbuhan. (Conni R.Semiawan 2009:83)

Belajar gerak meliputi tiga tahap, pertama tahap orientasi, yakni penguasaan informasi. Kedua, tahap pemantapan gerak melalui latihan berdasarkan informasi yang diperoleh. Ketiga, tahap otomatisasi, yaitu keterampilan itu dapat dilakukan secara otomatis.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, dapat kita simpulkan bahwa belajar gerak merupakan suatu proses yang di dalamnya terjadi penyampaian informasi, pemberian latihan dan perubahan yang terjadi akibat latihan relatif permanen. Penyampaian informasi dalam belajar gerak dapat berupa penjelasan dan pemberian contoh gerakan.

2.2.3 Gerak Dasar

Pada dasarnya gerak dasar manusia adalah jalan, lari, lompat dan lempar Bentuk gerakan dasar tersebut telah dimiliki oleh murid-murid sekolah dasar. Gerak dasar lempar merupakan gerak dasar lokomotor yang perlu dikembangkan di sekolah dasar di samping gerak dasar yang lainnya. Gerak dasar lokomotor merupakan dasar macam-macam keterampilan yang sangat

perlu adanya bimbingan, latihan dan pengembangan agar anak-anak dapat melaksanakan dengan benar dan baik.

Sebagian besar gerak dasar lokomotor berkembang sebagai hasil dari beberapa tahap kematangan, namun yang menjadi permasalahannya sekarang adalah bagaimana cara menanamkan dan mengembangkan bentuk-bentuk gerak dasar yang telah dimilikinya itu, agar dapat dilakukan dengan benar dan baik.

kemampuan gerak dasar dapat diterapkan dalam aneka permainan, olahraga, dan aktivitas jasmani yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui aktivitas bermain, sangatlah tepat untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar anak di sekolah dasar, karena pada dasarnya dunia anak-anak adalah bermain.

Untuk itulah penulis pada kesempatan ini akan mencoba menyajikan pembelajaran shooting bola basket untuk anak – anak kelas VI di MI Jatibarang Kidul 01 menggunakan Permainan Bola Tembak.

2.2.4 Pengertian Minat

Minat merupakan masalah yang paling penting di dalam pendidikan. Apalagi bila dikaitkan dengan aktifitas seseorang didalam kehidupan sehari-hari. Minat yang ada pada diri seseorang akan memberi gambaran dalam aktifitas untuk mencapai suatu tujuan.

Minat dapat diartikan sebagai rasa senang atau tidak senang dalam menghadapi suatu objek. Minat berkaitan dengan perasaan suka atau senang dari seseorang terhadap suatu objek. Minat sangat besar pengaruhnya dalam mencapai prestasi dalam suatu pekerjaan, jabatan atau karir. Tidak akan

mungkin orang yang tidak berminat akan suatu pekerjaan akan dapat menyelesaikan pekerjaan tersebut dengan baik. (Mohamad Surya, 2004:100)

Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu diluar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minat. suatu minat dapat diekspresikan melalui suatu pernyataan yang menunjukkan bahwa siswa lebih menyukai suatu hal daripada hal lainnya, dapat pula dimanifestasikan melalui partisipasi dalam suatu aktifitas. Siswa yang memiliki minat terhadap subjek tertentu cenderung untuk memberikan perhatian yang lebih besar terhadap subjek tersebut. Minat tidak dibawa sejak lahir. (Slameto 2003:180)

Seseorang yang berminat terhadap suatu aktivitas akan memperhatikan aktivitas itu secara konsisten dan rasa senang. Selain itu dapat juga diimplementasikan melalui partisipasi aktif dalam suatu kegiatan dan memberikan perhatian yang lebih besar terhadap sesuatu yang diminati tanpa menghiraukan sesuatu yang lain. Saiful Bahri Djamarah (2002:132-133)

Beberapa hal yang mempengaruhi minat anak pada sekolah yaitu :

- 1) Pengalaman dini sekolah,
- 2) Pengaruh orang tua,
- 3) Sikap saudara kandung,
- 4) Sikap teman sebaya,
- 5) Penerimaan oleh kelompok teman sebaya,
- 6) Keberhasilan akademik,
- 7) Sikap terhadap pekerjaan.

Berdasarkan uraian di atas maka faktor-faktor yang mempengaruhi adanya minat sebagai berikut:

Faktor intrinsik atau faktor dari dalam yaitu minat dipengaruhi oleh kekuatan –kekuatan yang mendorong dari dalam diri seseorang yang terdiri dari rasa tertarik, rasa senang, adanya perhatian dan ada kemauan untuk melakukan suatu kegiatan.

Faktor ekstrinsik atau faktor dari luar diri seseorang. Dalam pembelajaran penjasorkes pengaruh dari luar tersebut adalah guru penjasorkes, alat dan fasilitas, metode yang digunakan guru dan materi yang diberikan guru kepada anak didik.

2.3 Pengertian Pembelajaran

Secara umum, pembelajaran adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru sedemikian rupa sehingga tingkah laku siswa berubah ke arah yang lebih baik. Pembelajaran yang bersifat pasif dan verbalitis yaitu suatu usaha guna memberikan materi pelajaran sedemikian rupa sehingga siswa hanya diberi atau menerima. (Sumiati 2009:1)

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah kegiatan belajar dan mengajar yang mana keduanya saling berhubungan. Dalam proses pembelajaran terjadi interaksi antara siswa dan guru yang mana terjadi perubahan tingkah laku yang bersifat pengetahuan, keterampilan, nilai dan sikap. Pada hakekatnya pembelajaran merupakan kegiatan yang dilakukan oleh pendidik secara terprogram agar siswa mampu belajar secara aktif. Proses pembelajaran dilakukan untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan, dan kreativitas siswa.

2.3.1 Ciri–Ciri Pembelajaran

Adapun ciri-ciri pembelajaran yang menganut unsur-unsur dinamis dalam proses belajar siswa sebagai berikut :

1) Motivasi belajar

Motivasi dapat dikatakan sebagai serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang itu mau dan ingin melakukan sesuatu, dan bila ia tidak suka, maka ia akan berusaha mengelakkan perasaan tidak suka itu. Jadi, motivasi dapat dirangsang dari luar, tetapi motivasi itu tumbuh di dalam diri seseorang.

2) Bahan belajar

Yakni segala informasi yang berupa fakta, prinsip dan konsep yang diperlukan untuk mencapai tujuan pembelajaran. Selain bahan yang berupa informasi, maka perlu diusahakan isi pengajaran dapat merangsang daya cipta agar menumbuhkan dorongan pada diri siswa untuk memecahkannya sehingga kelas menjadi hidup.

3) Alat Bantu belajar

Semua alat yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran, dengan maksud untuk menyampaikan pesan (informasi) dari sumber (guru maupun sumber lain) kepada penerima (siswa). Informasi yang disampaikan melalui media harus dapat diterima oleh siswa, dengan menggunakan salah satu ataupun gabungan beberapa alat indera mereka. Sehingga, apabila pengajaran disampaikan dengan bantuan gambar-gambar, foto, grafik, dan sebagainya, dan siswa diberi kesempatan untuk melihat, memegang, meraba, atau mengerjakan sendiri maka memudahkan siswa untuk mengerti pengajaran tersebut.

4) Suasana belajar

Suasana yang dapat menimbulkan aktivitas atau gairah pada siswa adalah apabila terjadi :

- a. Adanya komunikasi dua arah (antara guru-siswa maupun sebaliknya) yang intim dan hangat, sehingga hubungan guru-siswa yang secara hakiki setara dan dapat berbuat bersama.
- b. Adanya kegairahan dan kegembiraan belajar. Hal ini dapat terjadi apabila isi pelajaran yang disediakan berkesesuaian dengan karakteristik siswa.
- c. Kegairahan dan kegembiraan belajar juga dapat ditimbulkan dari media, selain isi pelajaran yang disesuaikan dengan karakteristik siswa, juga didukung oleh faktor internal siswa yang belajar yaitu sehat jasmani, ada minat, perhatian, motivasi, dan lain sebagainya.
- d. Kondisi siswa yang belajar

Mengenai kondisi siswa, adapat dikemukakan di sini sebagai berikut : Siswa memiliki sifat yang unik, artinya antara anak yang satu dengan yang lainnya berbeda dan Kesamaan siwa, yaitu memiliki langkah-langkah perkembangan, dan memiliki potensi yang perlu diaktualisasikan melalui pembelajaran. Kondisi siswa sendiri sangat dipengaruhi oleh faktor intern dan juga faktor luar, yaitu segala sesuatu yang ada di luar diri siswa, termasuk situasi pembelajaran yang diciptakan guru. Oleh Karena itu kegiatan pembelajaran lebih menekankan pada peranan dan partisipasi siswa, bukan peran guru yang dominan, tetapi lebih berperan sebagai fasilitator, motivator, dan pembimbing.

2.3.2 Metode Pembelajaran

Model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar tertentu serta berfungsi sebagai pedoman para perancang pembelajaran dan para pengajar dalam merencanakan dan melakukan aktivitas pembelajaran. Kegiatan belajar yang telah dirancang dan dilaksanakan dengan penuh keahlian guru dapat menghasilkan suasana dan pembelajaran yang efektif.

2.3.3 Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani

Strategi Pengajaran sebagai Sistem Penyajian. Fungsi guru yang utama dan penting untuk membedakan strategi pengajaran adalah dalam hal pemilihan materi, penyajian tugas, penyusunan tahapan pembelajaran, pemberian umpan balik dan penilaian.

Macam-macam Strategi Pengajaran (Ada 7 strategi), yaitu:

- 1) Pengajaran interaktif (interactive teaching) maksudnya guru dominan dalam proses belajar mengajar atau gaya komando guru menyuruh-siswa melakukan, guru bertanya-siswa menjawab.
- 2) Pengajaran berpangkalan/berpos (station teaching), gaya latihan prosesnya seperti circuit training.
- 3) Pengajaran sesama teman (peer teaching) gaya resiprokal
- 4) Pembelajaran (cooperative learning), dalam prosesnya siswa diberi tugas untuk menyelesaikannya secara berkelompok.

- 5) Strategi pengajaran diri (self instructional strategies), dalam prosesnya siswa diberi tugas/masalah yang harus diselesaikan sendiri dalam jangka waktu tertentu dan sistem tutorial berlaku.
- 6) Strategi kognitif (cognitive strategies), strategi yang memerlukan fungsi kognitif seperti pemecahan masalah, yang dapat dilakukan dengan konvergen dan divergen.
- 7) Pengajaran beregu (team teaching), melibatkan lebih dari 1 guru untuk mengajar pada kelompok-kelompok

2.4 Pengertian Evaluasi

Evaluasi merupakan subsistem yang sangat penting dan sangat dibutuhkan dalam sistem pendidikan, karena evaluasi dapat mencerminkan seberapa jauh perkembangan atau kemajuan hasil pendidikan. Dengan evaluasi, maka maju dan mundurnya kualitas pendidikan dapat diketahui dan dengan evaluasi kita dapat mengetahui titik kelemahan dan jalan keluar untuk berubah menjadi lebih baik. Secara umum evaluasi diartikan suatu proses sistemik untuk mengetahui tingkat keberhasilan suatu program fungsi dan prosedur evaluasi pembelajaran. Asra (2009:12)

Evaluasi dapat diartikan sebagai suatu kegiatan yang terencana untuk mengetahui keadaan suatu objek dengan menggunakan instrument dan hasilnya dibandingkan dengan suatu tolak ukur untuk memperoleh suatu kesimpulan.

Sehingga dapat disimpulkan evaluasi adalah proses mendiskripsikan, mengumpulkan, dan menyajikan suatu informasi yang bermanfaat untuk pertimbangan dan pengambilan keputusan.

Evaluasi merupakan suatu proses yang berkelanjutan yang mendasari keseluruhan kegiatan pembelajaran yang baik. Dan bertujuan untuk mengetahui sampai sejauhmana efisiensi proses pembelajaran yang dilaksanakan dan efektifitas pencapaian tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dalam hal ini yang dievaluasi adalah karakteristik siswa dengan menggunakan suatu tolak ukur tertentu. Karakteristik–karakteristik tersebut dalam ruang lingkup kegiatan belajar–mengajar adalah tampilan siswa dalam bidang kognitif (pengetahuan dan intelektual), afektif (sikap, minat, dan motivasi), psikomotor (ketrerampilan, gerak, dan tindakan) dan tampilan itu dapat dievaluasi secara lisan, tertulis, maupun perbuatan. Mohammad Asrori (2009:112)

2.4.1 Kegunaan Evaluasi

Secara umum tujuan evaluasi pembelajaran adalah untuk mengetahui efektivitas proses pembelajaran yang telah dilaksanakan.

Tujuan evaluasi adalah untuk :

- a) Mengetahui tingkat penguasaan peserta didik terhadap kompetensi yang telah ditetapkan
- b) Mengetahui kesulitan–kesulitan yang dialami peserta didik dalam proses belajar, sehingga dapat dilakukan diagnosis dan kemungkinan memberikan remedial teaching
- c) Mengetahui efisiensi dan efektifitas strategi pembelajaran yang digunakan guru, baik yang menyangkut metode, media maupun sumber–sumber belajar.
- d) Menentukan angka kemajuan atau hasil belajar pada siswa yang berfungsi sebagai :

- 1) Laporan kepada orang tua / wali siswa
- 2) Penentuan kenaikan kelas
- 3) Penentuan kelulusan siswa
- e) Penempatan siswa ke dalam situasi belajar–mengajar yang tepat dan serasi dengan tingkat kemampuan, minat, dan berbagai karakteristik yang dimiliki.
- f) Mengenal latar belakang siswa (psikologis, fisik, dan lingkungan) yang berguna baik bagi penempatan maupun penentuan sebab–sebab kesulitan belajar para siswa.
- g) Sebagai umpan balik bagi guru, yang pada gilirannya dapat digunakan untuk memperbaiki proses belajar–mengajar dan program remedial bagi siswa.

2.4.2 Syarat Dan Petunjuk Dalam Menyusun Alat Evaluasi

Dalam penyusunan alat evaluasi, ada beberapa syarat dan petunjuk yang perlu diperhatikan yakni:

- a) Pendidik harus menetapkan dulu segi–segi apa yang akan dinilai sehingga benar–benar terbatas serta dapat member petunjuk bagaimana dan dengan alat apa dari segi tersebut dapat kita nilai
- b) Pendidik harus menetapkan alat evaluasi yang betul–betul *valid* dan *relibel* yang berarti taraf ketepatan dan ketetapan tes dengan aspek yang akan dinilai
- c) Penilaian harus objektif yang artinya menilai prestasi peserta didik sebagaimana adanya
- d) Hasil penilaian tersebut harus betul–betul diolah dengan teliti sehingga dapat ditafsirkan berdasarkan kriteria yang berlaku dan

- e) Alat evaluasi yang dibuat hendaknya mengandung unsur diagnosis yang artinya dapat dijadikan bahan untuk mencari kelemahan peserta didik dan pendidik.

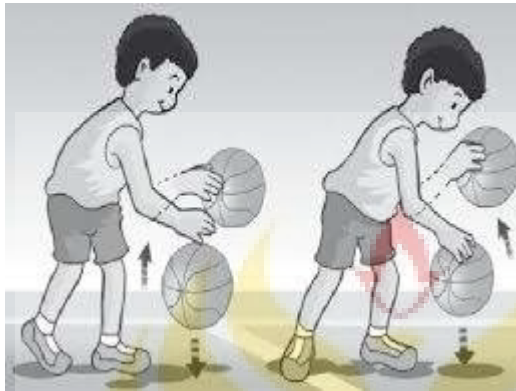
2.5 Permainan Bola Basket

Bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Bola basket sangat cocok untuk ditonton karena biasa dimainkan di ruang olahraga tertutup dan hanya memerlukan lapangan yang relatif kecil. Selain itu, permainan bola basket juga lebih kompetitif karena tempo permainan cenderung lebih cepat jika dibandingkan dengan olahraga bola yang lain, seperti voli dan sepak bola. Ada 3 posisi utama dalam bermain basket, yaitu : 1) Forward, pemain yang tugas utamanya adalah mencetak poin dengan memasukkan bola ke keranjang lawan, 2) Defense, pemain yang tugas utamanya adalah menjaga pemain lawan agar pemain lawan kesulitan memasukkan bola, dan 3) Playmaker, pemain yang menjadi tokoh kunci permainan dengan mengatur alur bola dan strategi yang dimainkan oleh rekan-rekan setimnya.

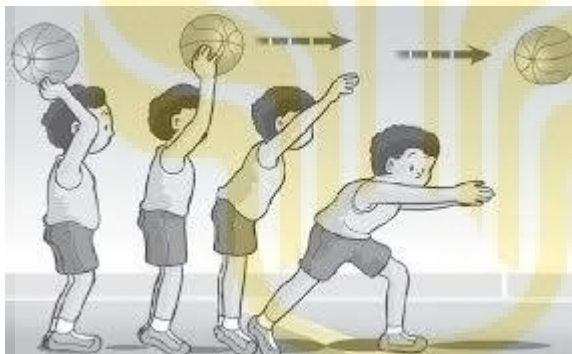
Bola basket adalah salah satu olahraga yang paling digemari oleh penduduk Amerika Serikat dan penduduk di belahan bumi lainnya, antara lain di Amerika Selatan, Eropa Selatan, Lithuania, dan juga di Indonesia. Banyak kompetisi bola basket yang diselenggarakan setiap tahun, seperti British Basketball League (BBL) di Inggris, National Basketball Association (NBA) di Amerika, dan National Basketball League (NBL) di Indonesia.

2.5.1. Teknik Dasar Permainan Bola Basket

1. Dribling adalah suatu usaha membawa bola ke depan. Caranya yaitu dengan memantul-mantulkan bola ke lantai dengan satu tangan.



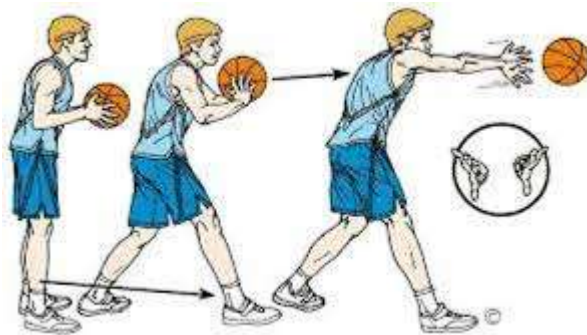
2. Overhead Pass yaitu umpan bola dari atas kepala.



3. Bounce Pass yaitu umpan bola dengan memantulkan bola ke lantai.



4. Chest pass yaitu umpan bola dengan posisi bola didepan dada.



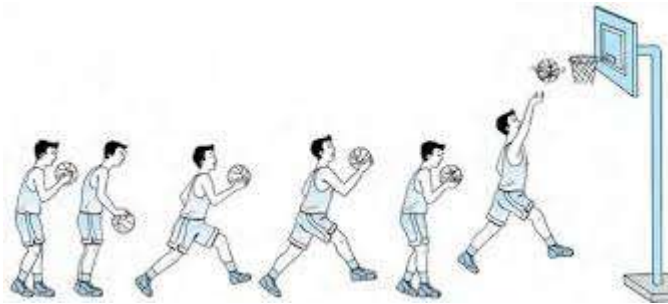
5. Pivot yaitu usaha melindungi bola dengan salah satu kaki sebagai porosnya.



6. Shooting yaitu menembak bola bola dengan satu tangan sambil kaki melompat.



7. Lay Up yaitu memasukan bola kedalam keranjang lawan dengan dua langkah satu lompatan.



2.5.2. Peraturan Permainan Bola Basket

Aturan dasar pada permainan Bola Basket adalah sebagai berikut:

1. Bola dapat dilemparkan ke segala arah dengan menggunakan salah satu atau kedua tangan.
2. Bola dapat dipukul ke segala arah dengan menggunakan salah satu atau kedua tangan, tetapi tidak boleh dipukul menggunakan kepalan tangan (meninju).
3. Pemain tidak diperbolehkan berlari sambil memegang bola. Pemain harus melemparkan bola tersebut dari titik tempat menerima bola, tetapi diperbolehkan apabila pemain tersebut berlari pada kecepatan biasa.
4. Bola harus dipegang di dalam atau di antara telapak tangan. Lengan atau anggota tubuh lainnya tidak diperbolehkan memegang bola.
5. Pemain tidak diperbolehkan menyeruduk, menahan, mendorong, memukul, atau menjegal pemain lawan dengan cara bagaimanapun. Pelanggaran pertama terhadap peraturan ini akan dihitung sebagai kesalahan, pelanggaran kedua akan diberi sanksi berupa diskualifikasi pemain pelanggar hingga keranjang timnya dimasuki oleh bola lawan, dan apabila pelanggaran tersebut dilakukan dengan tujuan untuk mencederai lawan, maka pemain

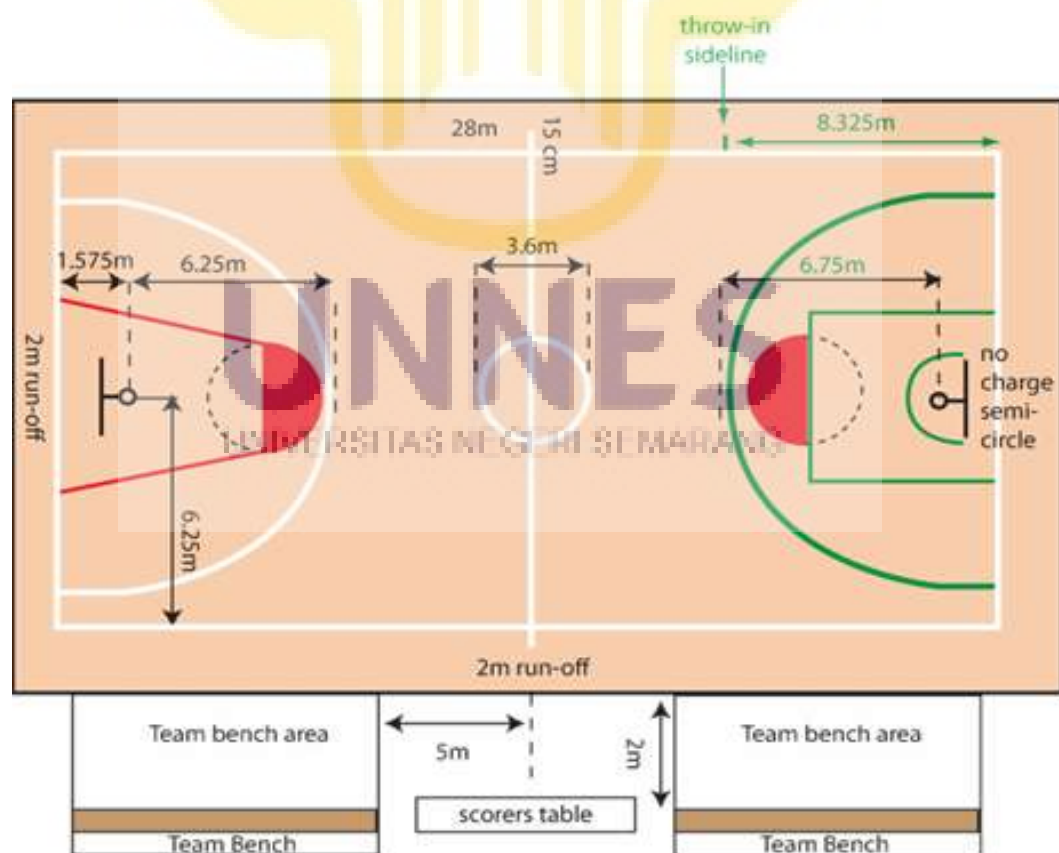
pelanggar akan dikenai hukuman tidak boleh ikut bermain sepanjang pertandingan. Pada masa ini, pergantian pemain tidak diperbolehkan.

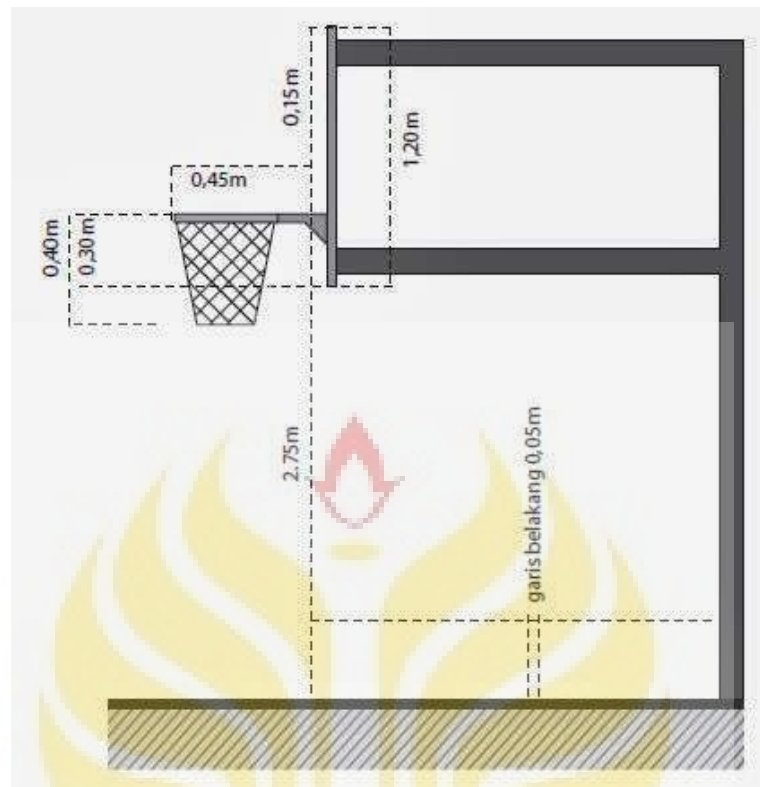
6. Sebuah kesalahan dibuat pemain apabila memukul bola dengan kepala tangan (meninju), melakukan pelanggaran terhadap aturan 3 dan 4, serta melanggar hal-hal yang disebutkan pada aturan 5.
7. Apabila salah satu pihak melakukan tiga kesalahan berturut-turut, maka kesalahan itu akan dihitung sebagai gol untuk lawannya (berturut-turut berarti tanpa adanya pelanggaran balik oleh lawan).
8. Gol terjadi apabila bola yang dilemparkan atau dipukul dari lapangan masuk ke dalam keranjang, dalam hal ini pemain yang menjaga keranjang tidak menyentuh atau mengganggu gol tersebut. Apabila bola terhenti di pinggir keranjang atau pemain lawan menggerakkan keranjang, maka hal tersebut tidak akan dihitung sebagai sebuah gol.
9. Apabila bola keluar lapangan pertandingan, bola akan dilemparkan kembali ke dalam dan dimainkan oleh pemain pertama yang menyentuhnya. Apabila terjadi perbedaan pendapat tentang kepemilikan bola, maka wasitlah yang akan melemparkannya ke dalam lapangan. Pelempar bola diberi waktu 5 detik untuk melemparkan bola dalam genggamannya. Apabila ia memegang lebih lama dari waktu tersebut, maka kepemilikan bola akan berpindah. Apabila salah satu pihak melakukan hal yang dapat menunda pertandingan, maka wasit dapat memberi mereka sebuah peringatan pelanggaran.
10. Wasit berhak untuk memperhatikan permainan para pemain dan mencatat jumlah pelanggaran dan memberi tahu wasit pembantu apabila terjadi pelanggaran berturut-turut. Wasit memiliki hak penuh untuk memberikan

diskualifikasi pemain yang melakukan pelanggaran sesuai dengan yang tercantum dalam aturan 5.

11. Wasit pembantu memperhatikan bola dan mengambil keputusan apabila bola dianggap telah keluar lapangan, pergantian kepemilikan bola, serta menghitung waktu. Wasit pembantu berhak menentukan sah tidaknya suatu gol dan menghitung jumlah gol yang terjadi.
12. Waktu pertandingan adalah 4 quarter masing-masing 10 menit
13. Pihak yang berhasil memasukkan bola ke ring terbanyak akan dinyatakan sebagai pemenang

2.5.3 Gambar Lapangan dan ring Bola Basket





Gambar 2.5.3 ukuran lapangan dan ring bola basket
(www.aturanpermainan.blogspot.co.id)

2.6. Model Permainan Bola Tembak

Model pembelajaran merupakan salah satu komponen utama dalam menciptakan suasana belajar yang aktif, inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan.

Proses permainan Bola Tembak bisa mengadaptasi model pembelajaran yang menyenangkan. Fokus merupakan kunci yang diterapkan dalam permainan bola Tembak.

Membuat atau membangun metode permainan bola tembak sendiri bisa dilakukan dengan berbagai cara diantaranya mengakomodir setiap karakteristik diri siswa. Artinya mengukur daya kemampuan serap ilmu masing-masing siswa.

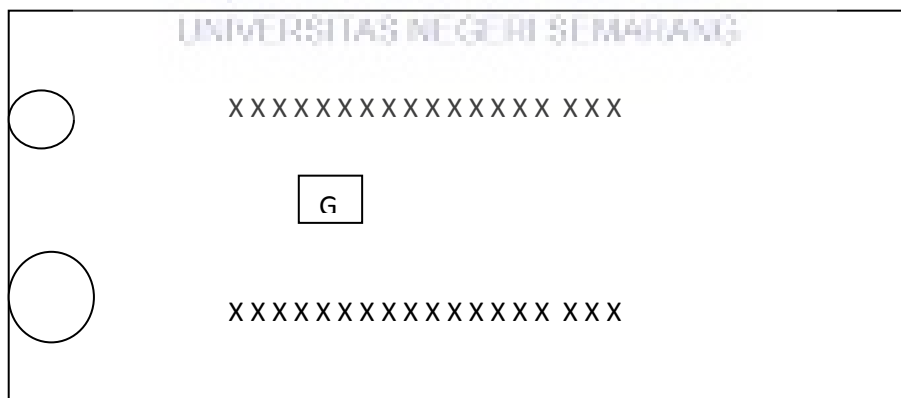
Proses kreatif dimaksudkan agar guru menciptakan kegiatan belajar yang beragam sehingga memenuhi berbagai tingkat kemampuan siswa.

Keadaan yang aktif dan menyenangkan tidaklah cukup jika proses pembelajaran tidak efektif, yaitu tidak menghasilkan apa yang harus dikuasai siswa setelah proses pembelajaran berlangsung, sebab pembelajaran memiliki sejumlah tujuan pembelajaran yang harus dicapai. Jika pembelajaran hanya aktif dan menyenangkan tetapi tidak efektif, maka pembelajaran tersebut tak ubahnya seperti bermain biasa, maka keefektifan dalam proses pembelajaran harus diutamakan.

2.6.1 Penerapan Permainan Bola Tembak

Dalam pembelajaran shooting dalam permainan bola basket yang dapat dilakukan untuk menarik minat siswa adalah dengan melakukan permainan bola tembak dengan ketentuan antara lain :

- a. Bola yang digunakan ialah bola voli yang ukuran dan beratnya lebih ringan yang disesuaikan dengan karakteristik anak SD.
- b. Ring/keranjang terbuat dari bambo/rotan yang ditempelkan pada dinding dengan diameter lingkaran pertama ialah 40cm dengan jarak tembak 3m, sedangkan lingkaran kedua ialah 60cm dengan jarak tembak 2m.
- c. Ukuran lapangan persegi panjang yaitu panjang 25m dan lebar 15m.



Keterangan Gambar :

○ : Ring/keranjang Basket

X : Siswa dan siswi

G : Guru

2.6.2 Cara Permainan Bola Tembak

Siswa bergiliran melakukan tembakan ke sasaran dinding dengan cara memilih sendiri sasaran dengan tepat sesuai dengan kemampuan siswa itu sendiri dalam melakukan tembakan dengan ketentuan tembakan sebagai berikut:

- a. Apabila menembak ke lingkaran yang pertama berdiameter 40 cm dengan ketinggian 2,5m dan jarak 3 meter mendapat nilai 2
- b. Apabila menembak ke lingkaran yang kedua berdiameter 60 cm dengan ketinggian 2m dan jarak tembakan 2 meter mendapat nilai 1







2.6.3 Aturan Permainan Bola Tembak

Aturan permainan bola tembak tersebut tidak baku, peraturan ini dapat dibuat sesuai dengan keinginan guru. Peraturan-peraturan ini antara lain sebagai berikut:

- 1) Pemain dibagi menjadi dua kelompok yang masing-masing kelompok terdiri dari 5 anak.
- 2) Semua siswa wajib mengikuti kecuali siswa yang sedang sakit.
- 3) Regu yang paling banyak memasukan bola kedalam ring/simpai dianggap sebagai pemenang

Pada model permainan Bola tembak ini dapat meningkatkan teknik gerak dasar permainan Bola Basket seperti shooting/menembak dan passing/mengumpan karena permainan ini mengandung teknik gerak dasar permainan bola basket, yaitu:

- 1) Cara memegang bola dengan benar
- 2) Posisi lengan tangan ketika akan menembak bola
- 3) Arah lambungan bola di udara
- 4) Perkenaan bola diatas ring/simpai basket



BAB V

PENUTUP

5.1.1 SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasannya dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Melalui pembelajaran penjasorkes menggunakan pendekatan model Permainan Bola Tembak pada permainan Bola Basket dapat meningkatkan hasil belajar siswa mencapai ketuntasan belajar untuk semua aspek yaitu aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor pada Siswa Kelas VI MI 01 Jatibarang Kidul Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes.

SARAN

Atas dasar simpulan tersebut disarankan:

- 1) Guru penjasorkes Sekolah Dasar kelas VI hendaknya mempertimbangkan penggunaan pendekatan pembelajaran Permainan Bola Tembak karena telah terbukti mampu meningkatkan hasil belajar siswa mencapai ketuntasan belajar dalam pembelajaran Bola Basket.
- 2) Dalam penerapan pembelajaran penjasorkes menggunakan pendekatan Permainan Bola Tembak, agar mencapai hasil yang optimal guru perlu merencanakan skenario pembelajaran yang memprioritaskan pada keterlibatan secara aktif dari seluruh siswa dalam kegiatan pembelajaran. Penerapan pembelajaran penjasorkes menggunakan pendekatan pembelajaran Permainan Bola Tembak perlu dikembangkan lebih lanjut pada populasi yang lebih luas guna memperkuat efektifitas

pembelajaran ini dalam meningkatkan hasil belajar siswa.

5.1.2 Bagi Siswa

Aktivitas pembelajaran dapat berlangsung dengan *efisien* dan *efektif* serta memberikan semangat siswa dalam proses belajar mengajar dengan menggunakan Permainan Bola Tembak.

5.2.3 Bagi Guru

Bagi guru penjasorkes di Sekolah Dasar diharapkan dapat lebih *inovatif* dan *kreatif* dalam menggunakan model latihan khususnya untuk meningkatkan pembelajaran Shooting Bola Basket karena mudah dilakukan tanpa membutuhkan alat yang banyak dan terbukti efektif.

5.2.4 Bagi Lembaga Pendidikan

Dapat digunakan sebagai bahan diskusi dalam kegiatan Kelompok Kerja Guru (KKG), serta dapat dijadikan *referensi*.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Budhi Juli Hari, Pariman dan Nuryono. 2010. *Penjasorkes*. Jakarta: Pusat Pembukuan Kementrian Pendidikan Nasional.
- Arikunto, Suharsimi dkk. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara
- Adang, Suherman, 2000. *prinsip – prinsip perkembangan dan modifikasi*
- Asrori, Muhammad. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: CV Wacana Prima
- Buku Panduan penulisan skripsi fakultas ilmu keolahragaan. 2014. Universitas Negeri Semarang
- Johson, LouAnne. *Pengajaran Yang Kreatif Dan Menarik*. Jakarta: PT Macanan Jaya Cemerlang.
- Kurniadi Deni dan Prapanca Suro. *Penjas Orkes*. Jakarta: Pusat Pembukuan Kementrian Pendidikan Nasional.
- Nana Syaodih Sukmadinata, 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. PT Remaja Rosdakarya.
- Sumiati dan Asra, 2009. *Metode Pembelajaran*. Bandung: CV Wacana Prima
- Semiawan, Conny R. *Penerapan Pembelajaran Pada Anak*. Jakarta: PT Macanan Jaya Cemerlang.
- Suharsimi A, Suhardjono dan Supardi. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Bumi Aksara.