



MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *SHOOTING* MELALUI  
PERMAINAN BOLA TEMBAK PADA SISWA KELAS V  
SD NEGERI JERUK AGUNG 2 KEC. SRUMBUNG  
KABUPATEN MAGELANG

**SKRIPSI**

Diajukan dalam rangka penyelesaian studi setara 1  
Untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
Pada Universitas Negeri Semarang

oleh  
TRI EDY SUYANTO  
6102914055  
UNNES  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

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

## ABSTRAK

Tri Edy Suyanto, 2016. Meningkatkan hasil belajar *shooting* melalui permainan bola tembak pada siswa kelas V SD Negeri Jerukagung 2 kec. Srumbung Kabupaten Magelang tahun 2015/2016. Penelitian Tindakan Kelas Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR / PGSD S1). Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang, Dosen Pembimbing 1 Dr. Rumini, S.Pd, M.Pd dan Dosen Pembimbing 2 Andry Akhiruyanto, S.Pd, M.Pd.

**Kata kunci :** *hasil belajar, shooting, dan permainan bola tembak.*

Hasil pembelajaran Penjasorkes pada *shooting* bola basket di SD Negeri Jerukagung 2 kurang efektif sehingga hasil yang diperoleh pada pembelajaran *shooting* bola basket belum bisa memenuhi Standar Ketuntasan Minimal. Standar Ketuntasan Minimal di SD Negeri Jerukagung 2 adalah 75. Dari hasil yang diperoleh dari pembelajaran sebelumnya dilaksanakan didapat hasil 46,2% atau 6 siswa dari 13 siswa kelas V yang belum memenuhi Standar Ketuntasan Minimal. Dan 7 siswa atau 53,8% yang sudah memenuhi Standar Ketuntasan Minimal (KKM). Permasalahan yang ada apakah penggunaan permainan bola tembak dapat meningkatkan hasil belajar *shooting* dalam permainan bola basket?. Adapun tujuan penelitian ini untuk meningkatkan hasil belajar *shooting* dalam permainan bola basket melalui permainan bola tembak pada siswa kelas V SD Negeri Jeruk Agung 2 Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2015/2016.

Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas, melalui permainan bola tembak yang berlangsung dua siklus, tiap siklus satu kali pertemuan yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan dan refleksi. Subyek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri Jerukagung 2, Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang yang berjumlah 13 siswa. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan tes unjuk kerja, pengolahan datanya menggunakan data pengamatan secara langsung terhadap proses pembelajaran di kelas. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan deskriptif prosentase.

Berdasarkan hasil penelitian pada siklus 1 rata-rata nilainya adalah 75,1. Pada aspek kognitif tuntas 69,3 % tidak tuntas 30,7 % , aspek afektif tuntas 61,5 % tidak tuntas 38,5 % , dan aspek psikomotor tuntas 76,9 % tidak tuntas 23,1 % . Dan secara keseluruhan pada siklus I tuntas 69,2 % dan belum tuntas 30,8 % . Pada hasil penelitian siklus II nilai rata-rata kelas adalah 80,1. Pada aspek kognitif tuntas 92,3 % tidak tuntas 7,7 % , aspek afektif tuntas 84,6 % tidak tuntas 15,4 % , dan aspek psikomotor tuntas 92,3 % tidak tuntas 7,7 % . Dan secara keseluruhan pada siklus I tuntas 92,3 % dan belum tuntas 7,7 % . Pada penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar sebesar 23,1%, dari siklus I hasilnya 69,2 % menjadi 92,3 % . Pada siklus II ini siswa yang tuntas adalah 12 siswa atau 92,3 % dan tidak tuntas adalah 1 siswa atau 7,7 % .

Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa permainan bola tembak dapat meningkatkan hasil pembelajaran *shooting* pada bola basket pada siswa kelas V SDN Jerukagung 2 kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang. Saran agar guru penjas mampu menggunakan model pembelajaran yang inovatif dan kreatif.

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya :

Nama : TRI EDY SUYANTO

NIM : 6102914055

Jurusan / Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi (PJKR)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Jurusan skripsi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi (PJKR)

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah di beri penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai dengan ketentuan yang berlaku di wilayah Negara Republik Indonesia.

**UNNES**  
Magelang,  
Peneliti,  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG



**Tri Edy Suyanto**  
NIM. 6102914055

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk diajukan ke sidang  
panitia skripsi pada :

Hari :

Tanggal :

Dosen Pembimbing I

**Drs. Rumini, S.Pd, M.Pd**  
NIP. 197002231995122001

Dosen Pembimbing II

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



**Drs. Mugiyo Hartono, M.Pd**  
NIP. 196109031988031002

## PENGESAHAN

Skripsi atas nama Tri Edy Suyanto NIM 6102914055 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi (PJKR / PGSD S1) Judul "Meningkatkan hasil belajar shooting melalui permainan bola tembak pada siswa kelas V SD Negeri Jeruk Agung 2 Kec. Srumbung Kabupaten Magelang". Telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Hari : Kamis

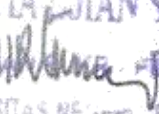
Tanggal : 02 Juni 2016

Panitia Ujian

  
Prof. Dr. Tandyo Rahayu, M.Pd  
NIP. 195105201984032001






Sekretaris

  
PANITIA UJIAN SKRIPSI  
JERUK AGUNG 2  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
Drs. Mugiy Hartono, M.Pd.  
NIP. 196109031988031002

# UNNES

Dewan Penguji

1. Dr. Tommy Soenyoto, S.Pd, M.Pd.  
NIP. 197703032006041003
2. Dr. Rumini, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 197002231995122001
3. Andry Akhiruyanto, S.Pd, M.Pd  
NIP. 198101292003121001

  
  
  
9/6/2016

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

*“Serahkanlah segala kekuatiranmu kepada-Nya sebab ia yang memelihara kamu”*

(Tri Edy Suyanto)

### PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

- 1 Kedua orang tua saya, terima kasih atas doanya.
- 2 Istri saya yangtercinta yang selalu memberi semangat , motivasi serta dukungannya untuk menyelesaikan Skripsi ini.
- 3 Untuk ke dua anakku Nita dan Diah yang selalu memberikan dorongan dan semangat.
- 4 Teman-teman PJKR / PGSD S1Semarang angkatan 2014.
- 5 Almamater UNNES.



UNNES  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Penelitian Tindakan Kelas dengan judul **“Meningkatkan hasil belajar *shooting* melalui permainan bola tembak pada siswa kelas V SD Negeri Jeruk Agung 2 Kec. Srumbung Kabupaten Magelang”**.

Penelitian Tindakan Kelas ini tidak akan dapat diselesaikan tanpa bantuan pihak-pihak terkait. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan banyak terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis menjadi mahasiswa UNNES.
2. Dekan Fakultas Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin dan kesempatan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIK UNNES yang telah memberikan dorongan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Dr Rumini, M.Pd dan Bp. Andry Akhiruyanto, S.Pd, M.Pd, selaku pembimbing yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi dengan penuh sabar, teliti, memotivasi dan memberikan petunjuk dengan jelas.

5. Seluruh Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan pada khususnya dan Dosen Universitas Negeri Semarang pada umumnya atas ilmu yang telah diajarkan.
6. Rekan- rekan mahasiswa PKG Semarang yang telah bekerjasama dan membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak Sutikna,S.Pd. selaku Kepala Sekolah Dasar Negeri Jeruk Agung 2 yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian di sekolah.
8. Bapak Widarta, S.Pd.SD dan Bapak Rochmad Efendi, S.Pd.SD sebagai kolaborator yang telah banyak memberikan saran dalam pelaksanaan penelitian.
9. Seluruh Guru Sekolah Dasar Negeri Jeruk Agung 2,Kecamatan Srumbung, Kabupaten Magelang yang telah membantu dan mendukung dalam pelaksanaan penelitian.
10. Siswa Kelas V SDN Jeruk Agung 2, Kecamatan Srumbung yang telah bersedia menjadi subjek penelitian
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu dan bekerjasama dalam penyusunan skripsi ini.

Atas segala bantuan dan dukungannya, penulis berdoa semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan dengan kebaikan yang melipat ganda, amin.

Magelang ,.....2016

Penulis



## DAFTAR ISI

JUDUL .....	i
ABSTRAK .....	ii
PERNYATAAN .....	iii
PERSETUJUAN .....	iv
PENGESAHAN .....	v
MOTO DAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR/GRAFIK/PETA .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
<b>BAB I</b>	<b>PENDAHULUAN</b>
1.1	Latar Belakang Masalah..... 1
1.2	Rumusan Masalah..... 5
1.3	Tujuan Masalah..... 5
1.4	Manfaat Penelitian ..... 5
1.5	Sumber pemecahan Masalah ..... 6
<b>BAB II</b>	<b>KAJIAN PUSTAKA</b>
2.1	Hakikat Pendidikan Jasmani..... 8
2.2	Fungsi Pendidikan Jasmani ..... 9
2.3	Tujuan Pendidikan Jasmani..... 10
2.4	Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani..... 11
2.5	Hakekat Pembelajaran ..... 12
2.6	Strategi Belajar Mengajar ..... 15
2.7	Karakteristik Permainan Bola Basket..... 17
2.8	Keterampilan Dasar Permainan Bola Basket..... 18
2.9	Bentuk Pembelajaran Keterampilan Dasar <i>Shooting</i> ... 22
2.10	Keterampilan Dasar <i>Shooting</i> Bola Basket ..... 23
2.11	Pembelajaran Permainan Bola Tembak ..... 24
2.12	Cara Bermain Bola Tembak ..... 24

<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN</b>	
3.1	Subyek Penelitian .....	21
3.2	Obyek Penelitian .....	21
3.3	Waktu Penelitian .....	21
3.4	Lokasi Penelitian .....	21
3.5	Metode Penelitian.....	21
3.6	Perencanaan Penelitian .....	22
3.7	Prosedur Penelitian Tindakan Kelas .....	24
3.8	Instrumen Pengumpulan Data .....	26
3.9	Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....	28
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN</b>	
4.1	Deskripsi data Hasil Penelitian .....	33
4.2	Hasil Penelitian .....	49
<b>BAB V</b>	<b>SIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1	Simpulan .....	51
5.2	Saran .....	51
DAFTAR PUSTAKA	.....	53
LAMPIRAN	.....	54

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Format Penilaian Kognitif .....	31
2. Format Penilaian Afektif .....	32
3. Format Penilaian Psikomotorik.....	33
4. Jadwal Pelaksanaan PTK.....	36
5. Hasil Aspek Kognitif Siklus 1.....	42
6. Hasil Aspek Afektif Siklus 1.....	42
7. Hasil Aspek Psikomotor Siklus 1.....	43
8. Hasil Belajar Siklus 1.....	44
9. Reflesi Siklus 1 .....	45
10. Hasil Aspek Kognitif Siklus 2.....	49
11. Hasil Aspek Afektif Siklus 2 .....	50
12. Hasil Aspek Psikomotor Siklus 2.....	50
13. Hasil Belajar Siklus 2.....	51

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Alur PTK.....	27
2. Diagram Ketuntasan Belajar.....	37
3. Kegiatan Apersepsi Siklus I.....	39
4. Kegiatan Pemansan Siklus I.....	39
5. Permainan Koordinasi Silus I.....	40
6. <i>Shooting</i> Kearah Ring Siklus I.....	41
7. <i>Shooting</i> Kearah Ring Siklus I.....	41
8. Tabel Perbandingan Nilai Siklus I.....	44
9. Gambar Apersepsi Siklus II.....	46
10. Siswa Mengamati Gambar Siklus II.....	47
11. Permainan Koordinasi Siklus II.....	48
12. <i>Shooting</i> Kearah Ring Siklus II.....	48
13. Diagram Perbandingan Hasil Belajar Siklus I dan Siklus II.....	52
14. Perbandingan Hasil Belajar Siswa.....	53

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Salinan Surat Keputusan Dekan Penetapan Pembimbing Skripsi ...	58
2. Salinan Surat Ijin Penelitian.....	59
3. Surat Keterangan Melaksanakan Penelitian Dari Kepala Sekolah.....	60
4. Surat Salinan Telah Melaksanakan Penelitian.....	61
5. Alat Penilaian Guru (APKG) siklus 1.....	62
6. Lembar Observasi Guru Terhadap Siswa Siklus I .....	73
7. Jadwal Pelajaran .....	75
8. Silabus .....	76
9. RPP Siklus 1 .....	77
10. Hasil Penilaian Siklus 1 .....	85
11. Alat Penilaian Guru (APKG) Siklus 2.....	89
12. Lembar Observasi Guru Terhadap Siswa Siklus 2 .....	100
13. RPP Siklus 2 .....	102
14. Hasil Penilaian Siklus 2 .....	110
15. Foto Profil Sekolah.....	114
16. Foto Kegiatan Siklus I.....	115
17. Foto Kegiatan Siklus II.....	123
18. Identitas Siswa .....	128
19. Daftar Nilai Pra Siklus.....	129

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Menurut Kurikulum Tingkat Satuan Pelajaran (KTSP) Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar tahun 2006 tentang standar untuk satuan Pendidikan Dasar dijelaskan bahwa “Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, spirituat, 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.

Seperti yang dikemukakan oleh Agus Mahendra (2003;21) Definisi Pendidikan Jasmani adalah “Proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Definisi tersebut mengukuhkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian tak terpisahkan dari pendidikan umum yaitu untuk membantu anak agar anak tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional yaitu menjadi manusia Indonesia seutuhnya”

Pendidikan merupakan suatu sistem yang salah satu komponennya yaitu tujuan pendidikan. Tentunya tujuan Pendidikan Jasmani di sekolah tidak terlepas dari tujuan pendidikan nasional. Tujuan Pendidikan Jasmani di sekolah

melalui selalu mencakup tiga aspek yaitu aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotor. Hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Rusli Lutan (2001:18) menjelaskan bahwa :

Tujuan utama pendidikan jasmani disekolah dasar adalah membantu peserta didik agar meningkatkan kemampuan gerak mereka, disamping agar mereka senang dan mau berpartisipasi dalam berbagai aktivitas.

Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, guru diharapkan mengajar berbagai keterampilan 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.

Keterampilan dasar bermain bola basket didominasi oleh keterampilan melempar, menangkap, menggiring bola, dan menembak (*shooting*). Pembelajaran keterampilan bola basket dalam Pendidikan Jasmani merupakan suatu keterampilan yang harus dikuasai siswa khususnya siswa kelas V SDNegeri Jeruk Agung 2 Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang Pada awal semester ganjil tahun 2015/2016. Penulis selaku guru Pendidikan Jasmani di SDNegeri Jeruk Agung 2 Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang telah menetapkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) untuk pembelajaran keterampilan dasar *shooting* (menembak) dalam permainan bola basket adalah 75. Diperoleh berdasarkan kompleksitas, inteks siswa dan daya dukung sarana prasaran sebesar 63,3 % namun berdasar hasil yang diperoleh pada proses pembelajaran belum memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM).

Berdasarkan hasil temuan diperoleh dari bahwa hasil belajar siswa pada Pra Siklus adalah 45% siswa kelas V SDNegeri Jeruk Agung 2 Kecamatan

Srumbung Kabupaten Magelang yaitu 6siswa atau 46,2% dari 13 siswa yang kurang memenuhi standar Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang ditetapkan dan hanya sebagian kecil yaitu sebanyak 7 siswa atau 53,8% yang sudah memenuhi Standar Ketuntasan Minimal (KKM).

Manfaat pembelajaran bola basket akan diperoleh apabila disajikan dalam proses belajar mengajar yaitu kondusif. Untuk itu perlu strategi yang tepat dalam mengemas pembelajaran bola basket tersebut, baik yang bersifat pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan suatu gerakan seperti gerakan menembak (*shooting*). Strategi pembelajaran adalah salah satu cara untuk menyesiasati pelaksanaan belajar mengajar dengan tujuan agar proses belajar mengajar itu berhasil.

Salah satu bentuk menyasati 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 oleh siswa terutama pada alat basket yaitu ring yang terbuat dari holahop yang ditempelkan pada dinding.

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 SD Negeri Jeruk Agung 2 kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang.

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 menyasiasi 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.

Dalam pembelajaran keterampilan *shooting* dalam permainan bola basket yang dapat dilakukan untuk menarik siswa adalah dengan melakukan permainan bola tembak dengan sasaran tembakan lingkaran yang dibuat di dinding dengan ukuran 70 cm. Sasaran basket tersebut tidaklah bersifat baku melainkan terus dimodifikasi ukurannya, khususnya secara lingkaran tersebut adalah : pertama sasaran lingkaran dibuat di dinding dengan diameter 70 cm dengan jarak tembakan 2 m, setelah pembelajaran yang pertama agak berhasil dilanjutkan sasaran lingkaran ukurannya berdiameter 60 cm dan jarak tembakan 3 m, dan selanjutnya sasaran lingkaran semakin diperkecil, berdiameter 40 cm dan jarak tembakan 4 m yang disesuaikan dengan tingkat kemajuan belajar siswa.

Selain menerapkan modifikasi secara tembakan, aktifitas belajar *shooting* bagi anak harus memiliki karakter yang sudah mengarah pada

keterampilan berolah raga bermain dalam situasi bertanding dengan peraturan yang sederhana, aktifitas dilakukan dalam situasi yang berulang-ulang. Ini dimaksudkan agar siswa dapat belajar sebagaimana mestinya sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka sangatlah tepat jika penulis membahasnya dalam penelitian yang berjudul "meningkatkan Keterampilan Dasar Shooting dalam permainan bola basket melalui permainan bola tembak pada siswa kelas V SD Negeri Jeruk Agung 2 Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang".

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan pembahasan diatas, maka rumusan masalah yang diteliti adalah " Apakah permainan bola tembak dapat meningkatkan hasil belajar *shooting* dalam permainan bola basket pada siswa kelas V SD Negeri Jeruk Agung 2 Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2015/2016".

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar *shooting* dalam permainan bola basket melalui permainan bola tembak pada siswa kelas V SD Negeri Jeruk Agung 2 Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2015/2016".

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, maka manfaat dari penelitian ini adalah:

#### 1.4.1 Bagi Siswa

1. Dapat memotivasi minat siswa agar lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran *shooting*
2. Dapat meningkatkan gerak dasar pembelajaran *shooting*
3. Memudahkan gerak dasar pembelajaran *shooting*
4. Suasana belajar lebih menyenangkan
5. Menumbuhkan kerjasama dan rasa kompetitif.

#### 1.4.2 Bagi Guru

Meningkatkan dan memperbaiki proses pembelajaran *shooting* dengan menggunakan model pembelajaran yang dikemas dalam bentuk bermain bola tembak.

#### 1.4.3 Bagi Sekolah

memberikan sumbangan yang berarti dalam rangka mempertahankan dan meningkatkan aktivitas proses pembelajaran pendidikan jasmani guna menumbuhkembangkan seluruh potensi yang dimiliki oleh siswa.

### 1.5 Sumber Pemecahan Masalah

Menyikapi berbagai masalah dalam pembelajaran dapat diatasi dengan pendekatan permainan. Pemilihan permainan yang tepat akan sangat menentukan minat dan partisipasi siswa dalam pembelajaran. Dengan pendekatan permainan bola tembak dapat meningkatkan hasil belajar siswa, hal ini karena model permainan bola tembak lebih disenangi dan dapat berupa latihan gerakan awal sehingga anak lebih mudah dan senang dalam mengikuti pembelajaran.

Melalui pendekatan permainan “bola tembak” diharapkan kegiatan pembelajaran akan dapat dilaksanakan lebih menarik dan variatif terutama dalam materi *shooting* bola basket melalui permainan bola tembak.



## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### 2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani di Indonesia pada masa kini sangatlah kompleks, mulai dari penyediaan sarana dan prasarana pendidikan hingga kualifikasi guru pendidikan jasmani sendiri. Karena kompleksnya persoalan tersebut, maka perlu adanya upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dan pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan. Agar upaya peningkatan pendidikan jasmani terwujud maka salah satu hal yang penting dilakukan adalah pengembangan metode pembelajaran praktik pendidikan jasmani yang sesuai dengan karakteristik dari siswa SD dan bahan ajar. Untuk itu diperlukan pemahaman yang baik terhadap pengertian pendidikan jasmani, sehingga dalam penerapan proses belajar mengajar selalu mengacu pada prinsip-prinsip yang sudah menjadi ketentuan dalam pendidikan baku, yaitu kurikulum pendidikan jasmani.

Berbicara masalah pendidikan jasmani, adalah pendidikan yang membedakan pengertian *liberal* dengan pendidikan umum. Bahwa pendidikan *liberal* lebih berorientasi pada bidang *study* dan menekankan penguasaan materi. Tujuan utamanya adalah penguasaan materi pembelajaran secara mendalam dan bahkan sampai tuntas.

Sementara itu pendidikan umum lebih bersifat memperhatikan pelakunya daripada bidang studi atau materinya. Tujuan utamanya adalah mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Pendidikan jasmani

melalui aktifitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Namun perolehan keterampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmani itu juga sebagai tujuannya.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian pokok dari pendidikan secara keseluruhan yang menunjang perkembangan siswa melalui kegiatan fisik atau gerakan insani. Hal ini kemudian disusun secara sistematis dalam bentuk kegiatan belajar mengajar untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental dan sosial siswa.

Berdasarkan pengertian diatas, penulis berpendapat bahwa, dalam melaksanakan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, yang menjadi sasaran bukanlah prestasi anak, akan tetapi perkembangan anak. Oleh karena itu guru jangan mengajarkan teknik-teknik cabang olahraga tertentu, tetapi lebih mengutamakan keterampilan proses yang mengarah pada penguasaan keterampilan gerak dasar.

## 2.2 Fungsi Pendidikan Jasmani

Fungsi pendidikan jasmani adalah merupakan upaya untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan fisik dan mental. Hal ini diungkapkan Furqon (1997:33) bahwa : "Pendidikan jasmani untuk awal masa anak-anak dan SD dapat diidentifikasi sebagai belajar untuk bergerak, bergerak untuk belajar dan belajar tentang gerak.

Dari uraian diatas dapat dikatakan bahwa fungsi pendidikan jasmani bagi siswa SD merupakan sarana dan prasarana yang tepat untuk mengembangkan potensi-potensi kemampuan dasar siswa baik secara *fisik, psikis, moral* dan *sosial*. Dalam penerepanya para siswa terlibat langsung

secara praktis yang kegiatannya sudah disusun sedemikian rupa oleh guru pendidikan jasmani secara sistematis, sehingga proses belajar mengajar dapat berjalan secara lancar dan sesuai dengan kemampuan perkembangan siswa SD. Dengan demikian perkembangan potensi kemampuan dasar siswa SD, dapat bertumbuh kembang secara *maksimal* sesuai dengan usianya.

### **2.3 Tujuan Pendidikan Jasmani**

Tujuan Pendidikan Jasmani merupakan penunjang tercapainya tujuan pendidikan nasional. Secara umum tujuan pendidikan jasmani dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu (Adang Suherman, 22-23):

#### **2.3.1 Perkembangan Fisik**

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*).

#### **2.3.2 Perkembangan Gerak**

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan untuk melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna (*skillfull*).

#### **2.3.3 Perkembangan Mental**

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani ke dalam lingkungannya sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap, dan tanggung jawab siswa.

#### **2.3.4 Perkembangan Sosial**

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

## 2.4 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani

Berdasarkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP 2006) yang dikeluarkan oleh Departemen Pendidikan Nasional Ditjen Dikdasmen, ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan meliputi aspek-aspek berikut:

1. Permainan olahraga meliputi olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor, non lokomotor dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepakbola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan.
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 air, keselamatan di air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
6. Pendidikan luar kelas meliputi piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, 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 kedalam semua aspek.

Untuk dapat mencapai ketujuh aspek diatas, langkah dan upaya penting yang harus dilakukan oleh guru penjas adalah kemampuan untuk menyajikan bahan ajar yang mampu mengarahkan dan membimbing setiap siswa dalam mencapai tujuan belajarnya yang sesuai dengan tingkat perkembangan, kesemua ini bisa terlaksana apabila guru penjas memahami betul konsep-konsep pembelajaran penjas di tingkat sekolah dasar.

## **2.5 Hakekat Pembelajaran**

Istilah pembelajaran terkait erat dengan proses belajar mengajar. Menurut Abin Syamsudin Makmun (2004:156) Proses belajar mengajar dapat diartikan suatu rangkaian-rangkaian interaksi antara siswa dan guru dalam rangka mencapai tujuannya". Ini mengandung makna bahwa dalam proses pembelajaran selalu terkait dengan aktivitas belajar mengajar.

Meski proses belajar dan mengajar merupakan dua aspek yang berbeda, namun keduanya selalu berkaitan dan tidak dapat dipisahkan antara satu dengan yang lainnya. Kegiatan belajar lebih menekankan pada aktivitas apa yang harus dilakukan oleh seorang sebagai subyeknya yang menerima pelajaran. Sedangkan kegiatan mengajar menunjukkan pada apa yang harus dilakukan oleh seseorang sebagai pemberi pelajaran. Supandi (1991:1) menjelaskan tentang hal-hal yang terkandung dalam belajar yaitu mengandung makna perubahan yang berurusan dengan pribadi yang relatif bertahan lama serta adanya upaya atau pengalaman yang disusun secara sengaja dalam situasi dan tujuan tertentu.

Pendapat serupa juga dikemukakan oleh Nasution (1997:39) yang menyatakan bahwa "belajar merupakan perubahan kelakuan berkat pengalaman dan latihan".

Berdasarkan definisi dan ciri khas belajar, Suparyanti (1992:3) menjelaskan bahwa :

1. Belajar adalah aktivitas yang menghasilkan perubahan pada individu yang belajar baik aktual maupun potensial.
2. Perubahan itu pada dasarnya berupa kemampuan baru, yang berlaku dalam waktu yang relatif lama.
3. Perubahan itu terjadi karena usaha.

Mengajar dianggap seperangkat kegiatan sengaja oleh seseorang yang memiliki pengetahuan atau keterampilan yang lebih daripada orang yang diajar atau dilatihnya sebagai pertautan antara stimulus dan respon (Rusli Lutan. 1988:381). pengajar setidaknya adalah orang yang memiliki kelebihan (ilmu dan atau pengetahuan) dibandingkan mereka yang diajarinya.

Pembelajaran mengandung pengertian bagaimana mengajarkan sesuatu kepada anak didik tetapi juga mengandung suatu pengertian bagaimana anak didik mempelajarinya (Sukinta, 1992:70). Hal ini menunjukkan adanya satu pihak yang memberi sedangkan pihak lainnya menerima atau disebut juga proses interaksi "edukasi". Adapun ciri-ciri dan proses interaksi edukasi (Surachmad, 1976 dalam Sukintaka, 1992:20) yaitu:

1. Ada bahan yang menjadi isi proses
2. Ada tujuan yang jelas yang akan dicapai
3. Ada pelajaran yang aktif mengalami
4. Ada guru yang melaksanakan
5. Ada metode tertentu untuk mencapai tujuan

#### 6. Proses interaksi tersebut berlangsung dalam ikatan situasional

Dalam pelaksanaan proses belajar mengajar sangat dipengaruhi oleh unsur-unsur materi, metode, tujuan dan evaluasi. Pada dasarnya penerapan keempat unsur dilakukan melalui berbagai pendekatan mengajar adalah untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam mempelajari dan mempraktikkan tugas gerak yang diajarkan untuk pada akhirnya mampu diterapkan dalam situasi permainan.

Bentuk pendekatan mengajar yang ditetapkan akan menentukan tercapai atau tidaknya tujuan pembelajaran yang ditetapkan. Dan sebaliknya bahwa penetapan suatu pendekatan mengajar sangat ditentukan oleh konteks proses pembelajaran itu sendiri.

Maksud dipilihnya pendekatan mengajar dalam suatu proses pembelajaran pada intinya adalah penciptaan lingkungan belajar yang harmonis antara guru dengan murid agar proses pembelajaran yang lebih baik dan bervariasi, menimbulkan rasa senang, kepuasan, dan jumlah waktu aktif berlatih siswa menjadi lebih lama dan efektif. Dengan pendekatan mengajar yang tidak tepat tidak akan ladi ditemukan kasus-kasus yang merugikan siswa misalnya dalam hal penguasaan suatu keterampilan bermain olahraga seperti dikemukakan oleh Amung, Ma'mun, dan Toto Subroto (2001:5) bahwa "Pengamatan terhadap pelaksanaan proses pembelajaran permainan di beberapa sekolah, menunjukkan bahwa banyak ditemukan masalah yakni ketidakseimbangan antara menguasai keterampilan teknik dengan proses pembelajaran yang menekankan peningkatan performa pemainan.

Berkaitan dengan proses pembelajaran yang masih dihadapkan pada berbagai permasalahan maka sudah selayaknya para guru penjas harus kembali

memahami metode-metode mengajar yang ada dalam konsep pembelajaran penjas. Salah satunya dikemukakan oleh Toho Cholik dan Rusli Lutan (1196/1997:27) yang bersumber dari kajian beberapa literatur di antaranya Muston.

Muston mengklasifikasikan model pengajaran berdasarkan hasil analisa siapa yang membuat keputusan. Klasifikasinya adalah sebagai berikut:

1. *Command Style* (model komando)
2. *Task Teaching* (pengajaran tugas)
3. *Reciprocal Teaching* (pengajaran berpasangan)
4. *Small Group Teaching* (pengajaran kelompok)
5. *Individual Programs* (pengajaran penemuan terbimbing)
6. *Problem Solving* (pemecahan masalah)

## 2.6 Strategi Belajar Mengajar

Dalam proses belajar mengajar suatu pendekatan yang sudah dipilih dalam suatu proses pembelajaran diperlukan adanya pemilihan strategi belajar dan mengajar yang tepat pula. Yang dimaksud strategi secara umum dapat didefinisikan sebagai suatu garis besar haluan yang bertindak untuk mencapai sasaran yang telah ditetapkan.

Rusli Lutan (1988:411-412) mengemukakan bahwa “strategi pengajaran didesain untuk menata lingkungan pengajaran, sehingga individu memperoleh kesempatan maksimal untuk belajar”. Strategi pengajaran dalam penjas (olahraga) erat dengan kegiatan mengorganisasi kelompok sehingga fungsi pengejaran bersifat dinamis, berbeda-beda dari waktu ke waktu. Dinamika dimaksud dipengaruhi oleh unsur:

1. Pemilihan isi
2. Tugas mengkomunikasikan isi

3. Kemajuan isi
4. Penyampaian umpan balik dan evaluasi kepada siswa

Sedangkan yang menjadi strategi pokok dalam pengajaran terdiri dari empat bentuk yaitu sebagai berikut:

1. Pelajaran interaktif, yakni guru menyesuaikan kegiatan mengajar dengan respon siswa
2. Pengajaran pada beberapa pos, yakni beberapa kegiatan berlatih dilangsungkan pada beberapa tempat menjadi serempak
3. Pelajaran antara sesama kawan, yakni tanggung jawab guru dalam penyampaian bahkan dialihkan kepada siswa.
4. *Self-instruction*, yakni belajar sendiri strategi yang lebih menekankan fungsi guru sebagai tutor dan siswa belajar sendiri dengan mempergunakan beberapa sumber seperti buku teks, buku petunjuk, rekaman video, dan sebagainya.

Dalam konteks pembelajaran penjas dikenal dengan adanya pengajaran keterampilan motorik yang memiliki kekhasan bila dibandingkan dengan proses pembelajaran pada bidang studi yang lain. Pembelajaran atau pengajaran keterampilan motorik dalam olahraga terdiri dari beberapa tahap:

1. Pengembangan koordinasi yang masih kasar dari keterampilan motorik
2. Pengembangan koordinasi yang halus atau penyempurnaan penampilan
3. Pemantapan atau stabilisasi penguasaan keterampilan hingga menjadi gerak otomatis (Lutan, 1998:396)

Ketiga aspek ini harus menjadi pusat perhatian dan bahan pertimbangan pokok pada saat akan menyelenggarakan pengajaran

keterampilan motorik dasar apalagi keterampilan yang kompleks atau keterampilan manipulatif (menggunakan benda atau alat) misalnya teknik shooting bola baik dalam permainan sepak bola maupun bola basket.

## **2.7 Karakteristik Permainan Bola Basket**

Seiring dengan perkembangan zaman permainan bola basket pun mengalami perubahan dalam beberapa hal khususnya perubahan dalam hal peraturan permainan. Selain tentunya dengan perkembangan yang melahirkan trend baru dalam memainkan bola basket seperti free style atau street ball yang sedang digandrungi oleh kawula muda. Tetapi pada intinya secara umum dan prinsip baik peraturan maupun teknik permainan bola basket masih sama dengan permainan bola basket pada umumnya.

Konsep permainan bola basket menurut PERBASI (1998:5) adalah sebagai berikut :”Permainan bola basket adalah bola basket yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing terdiri atas lima orang. Tiap-tiap regu berusaha memasukkan bola atau membuat angka/skor. Bola boleh dioper, digelindingkan, atau dipantulkan/dribling ke segala arah sesuai dengan peraturan/ketentuan”.

Permainan bola basket dapat dimainkan secara kreatif maupun kompetitif dari mulai anak-anak sampai orang dewasa, baik laki-laki maupun perempuan. Selain permainannya yang sangat menarik, peraturan bermain bola basket dapat dimodifikasi untuk kepentingan pembelajaran pendidikan jasmani.

Permainan basket yang sangat dinamis baik secara perseorangan, dalam arti para pemain bola basket dapat mengekspresikan kemampuan penguasaan tekniknya secara leluasa tanpa melanggar aturan teknik dan peraturan permainan, karenan peraturan permainan bola basket tidak

mengekang keterampilan seorang pemain. Secara kelompok para pemain basket pun dapat mempertunjukkan manuver-manuver yang bersifat demonstratif sehingga sangat enak untuk ditonton.

Kesemua kejadian tersebut dapat berlangsung apabila para pemain memiliki keterampilan teknik tinggi, tentunya hal tersebut hanya mungkin dimiliki apabila cara pemain mau berlatih dengan keras, disiplin, kontinyu dan dalam frekuensi latihan yang tinggi.

Di dalam dunia pendidikan khususnya di Sekolah Dasar, permainan bola basket dapat dimanfaatkan sebagai sarana pendidikan jasmani. Selain karena karakter permainannya yang dapat membuat para siswa yang dapat mengembangkan kemampuan fisik dan psikomotor, permainan bola basket juga sangat efektif untuk dijadikan sebagai wahana dalam pendidikan kepribadian tentang kedisiplinan, tanggungjawab dan sportifitas.

## 2.8 Keterampilan Dasar Permainan Bola Basket

Adapun beberapa keterampilan dasar (teknik dasar) bola basket yang harus dikuasai oleh para pemain adalah sebagai berikut:

### 1. Penguasaan bola

Penguasaan bola yang baik akan menyulitkan lawan untuk merebut bola ada beberapa bentuk ball handling, yaitu :

- 1) *Tapping*: teknik penguasaan bola dengan cara menepuk-nepuk bola dengan kedua telapak tangan ke kiri dan ke kanan secara bergantian.
- 2) *Circle*: penguasaan bola dengan cara memutar-mutar bola diantara anggota tubuh.
- 3) *Eight Form*: cara penguasaan bola dengan cara memutar bola dengan formasi angka delapan menyilangi kedua kaki.

4) *Dropping*: teknik penguasaan bola dengan cara dipantul-pantul ke lantai.

## 2. Mengoper Bola

Keterampilan mengoper bola diawali dengan kemampuan melempar dan menangkap bola dengan baik. Maksud dan tujuan passing adalah agar peralihan bola menjadi lancar sebagai salah satu penentu proses penyerangan guna mencetak angka.

Mengoper bola dapat dilakukan dengan berbagai cara diantaranya adalah:

### 1) Mengoper bola dengan satu tangan

- (1) *Push Pass*: Mengoper bola dengan cara mendorong bola dengan satu tangan.
- (2) *Javeline pass*: Mengoper bola dari atas belakang kepala (seperti melempar lembing)
- (3) *Side pass*: Mengoper bola dari arah samping badan, baik samping kiri ataupun samping kanan dengan posisi badan menghadap ke arah lemparan.
- (4) *Reverse pass*: Mengoper bola dari arah samping dengan posisi badan membelakangi arah lemparan bola.

### 2) Mengoper bola dengan kedua tangan

- (1) *Chest pass*: Mengoper bola setinggi dada.
- (2) *Overhead pass*: Mengoper bola dari atas kepala.
- (3) *Underhand pass*: Mengoper bola dengan cara menggunakan ayunan lengan dari bawah.
- (4) *Bounce pass*: Mengoper bola dengan cara dipantulkan terlebih dahulu ke lantai.



### 3. Pivot

Pivot merupakan cara memutar badan dengan salah satu kaki sebagai tumpuan/poros putaran stealth pemain menerima bola.

#### 1) Menggiring Bola (*dribbling*)

Menggiring bola yang baik akan mempermudah dalam melewati hadangan lawan menerobos pertahanan lawan sehingga mempermudah dalam melakukan penyerang ke daerah lawan. Menggiring bola dapat dilakukan sambil bergerak di tempat, berjalan, maupun berlari. Pelaksanaan mendribel dapat dilakukan dengan tangan kanan atau tangan kiri baik dengan mendribel bola rendah, tinggi, lambat maupun cepat.

Kegunaan *dribbling* menurut Ridwan Haris (2000:3) adalah sebagai berikut:

- (1) Memindahkan bola ketika penerima tidak bebas dari daerah padat penjagaan dan tidak mungkin dapat melakukan *passing*.
- (2) Memindahkan bola ketika penerima tidak bebas dari penjagaan lawan.
- (3) Memindahkan bola pada *staf fasbreak*, karena kawan seregu dijaga lawan.
- (4) Menerobos pertahanan lawan dan mendekati ring.
- (5) Menarik perhatian satuan bola merupakan salah satu penjaga untuk mendekat sehingga dapat membebaskan kawan seregu.
- (6) Menyiapkan pemain menyerang
- (7) Memperbaiki posisi atau sudut sebelum mengoper ke kawan seregu.

## 2) Memasukan Bola (*shooting*)

Memasukkan bola merupakan salah satu bagian penting dalam permainan bola basket. Dapat dibayangkan, jika pemain bola basket tidak mampu melakukan *shooting*, kemungkinan besar tim yang bersangkutan tidak akan memenangkan pertandingan.

Pada intinya cara memasukkan bola bisa dilakukan langsung ke ring atau dipantulkan ke papan terlebih dahulu. Adapun beberapa teknik memasukkan bola atau tembakan ke ring diantaranya :

### (1) *One head overhead shot*

Terbagi lagi ke dalam beberapa jenis yaitu:

#### a. *Lay up shot*

Menurut Ridwan Haris (2000:29) Lay up shot adalah melakukan tembakan atau shooting dengan cara penembak melakukan awalan dua langkah (kaki kanan-kiri atau kiri-kanan) yang dilanjutkan dengan gerakan lompat ke atas depan mendekati ring sambil memasukkan bola dengan satu tangan.

#### b. *Clear shot*

Memasukan bola tanda terlebih dahulu mengenai papan basket

#### c. *Bank shot*

Memasukan bola dengan cara dipantul terlebih dahulu ke papan basket

#### d. *Jump shot*

Memasukan bola dengan cara melompat

#### e. *Hook shot*

Tembakan ini biasanya dilakukan dari samping kanan/kiri tepat diatas telinga kanan/kiri, biasanya merupakan tembakan melalui terobosan dari arah samping kanan atau kiri.

f. *Slam dunk*

Memasukan bola dengan cara penembak melakukan lompatan atas, lalu bola langsung dimasukan ke ring basket dengan baik dengan cara menghadap ring, membelakngi ring maupun sambil memutar badan pada saat melompat dan pada saat memasukan bola tangan menyentuh ring.

g. *Tip in*

Memasukan bola dengan carr ditepis.

h. *Standing shot*

Memasukan bola dengan sikap berdiri.

Perlu latihan yang sistematis dan bervariasi agar keterampilan *shooting* bola dapat dikuasai oleh setiap siswa sedang melakukan aktivitas belajar. Untuk itu dituntut pada peran guru penjas yang harus mampu menyajikan materi *shooting* dengan baik sehingga seluruh siswa menyenangi dan memiliki motivasi tinggi untuk melakukan tugas gerak dan mencoba menyelesaikan tantangan belajar gerak yang ditugaskan oleh guru.

## 2.9 Bentuk Pembelajaran Keterampilan Dasar *Shooting* (Menembak)

Bentuk pembelajaran gerak dasar menembak/memasukan bola ke keranjang:

1. Melambungkan bola sendiri dari atas kepala dan ditangkap lagi. Bisa dilakukan dengan dua tangan atau satu tangan.

2. Melambungkan bola dengan dua tangan atau satu tangan ke arah temannya secara bergantian (arah bola membentuk parabola)
3. Sambil melompat/meloncat melambungkan bola ke arah teman dengan satu tangan atau dua tangan secara bergantian.

## 2.10 Keterampilan Dasar *Shooting* Bola Basket

Memasukan bola ke keranjang sering juga dikatakan dengan teknik menembakkan bola ke keranjang. (*shooting*) Teknik menembak bola ke keranjang dapat dilakukan dengan satu atau dua tangan, cara melakukannya antara lain sebagai berikut:

### 1. Sikap permulaan

Berdiri tegak, kedua kaki agak dibuka atau salah satu kaki agak ke depan, kedua tangan memegang bola di dekat dada disikut dibengkokkan, atau kedua tangan memegang bola di atas kepala di depan dahi dengan sikut dibengkokkan, pandangan ditujukan ke keranjang.

### 2. Gerakan

Bersama dengan membengkokkan kedua lutu bola dibawa ke atas kepala di depan dahi, dengan sikut dibengkokkan serong ke depan ke samping (jika bola pada waktu akan menembak ke keranjang berada dekat dada). Pandangan tetap ditujukan pada keranjang. Kemudian bersamaan dengan satu atau dua tangan mendorong bola ke depan ke atas keranjang (tepat di atas keranjang), tumit diangkat hingga kedua lutut lurus. Dan pada saat satu atau dua tangan lurus (menembak dengan satu tangan atau dua tangan), jari-jari tangan mendorong bagian belakang bola dan pergelangan tangan digerakan aktif ke depan ke bawah atau ke dalam. Dengan demikian jalannya bola dari atas akan menuju ke keranjang (jalannya parabola).

### 2.11 Pembelajaran Permainan Bola Tembak

1. Permainan bola tembak dengan sasaran tembakan Lingkaran di Dinding 1
2. Permainan bola tembakan dengan sasaran tembakan Lingkaran di Dinding 2
3. Permainan bola tembakan dengan sasaran tembakan Lingkaran di Dinding 3

### 2.12 Cara bermain 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:

1. Apabila menembak ke lingkaran yang besar berdiameter 70 cm dengan jarak 2 meter mendapat nilai 1.
2. Apabila menembak ke lingkaran berdiameter 60 cm dengan jarak tembakan 2 meter mendapat nilai 2.
3. Apabila menembak ke lingkaran berdiameter 40 cm dengan jarak tembakan 4 meter mendapatkan nilai 3.

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa *efektifitas* belajar untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada pembelajaran *shooting* bola basket dengan permainan bola tembak pada siswa kelas V SD Negeri Jerukagung 2, Srumbung, Magelang, menunjukkan hasil sebagai berikut sebanyak 13 siswa dengan rata-rata 80,1 nilai *Minimal* adalah 70,0 dan nilai *Maksimal* adalah 87,0. Dan nilai siswa dengan kategori tinggi ada 6 siswa, nilai dengan kategori sedang ada 7 siswa sedangkan nilai kategori dibawah KKM ada 0 siswa. Maka dari hasil tersebut jika dilihat data dan diambil nilai KKM adalah 75,0. Pada penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar sebesar 23,1%, dari siklus I hasilnya 69,2 % menjadi 92,3 %. Pada siklus II ini siswa yang tuntas adalah 12 siswa atau 92,3 % dan tidak tuntas adalah 1 siswa atau 7,7 %.

Dari uraian dan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa Permainan bola tembak dapat meningkatkan hasil pembelajaran *shooting* bola basket pada jenjang usia 10 s.d. 11 tahun. Terutama pada siswa kelas V SD Negeri Jerukagung 2. Sudah mengalami peningkatan dan sudah bisa menguasai keterampilan teknik dasar *shooting* bola basket dengan baik dan benar.

#### 5.2. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian mengenai peningkatan hasil belajar *shooting* bola basket melalui permainan bola tembak pada siswa kelas V

SDNegeriJerukagung 2 Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang maka penulis dapat mengemukakan beberapa saran yang sekiranya nanti dapat dijadikan masukan / pertimbangan :

1. Untuk guru, agar mengaplikasikan model pembelajarannya dan sebaiknya lebih *kreatif* dan *inovatif*. Sehingga pembelajaran yang dilakukan bisa menyenangkan siswa. Serta mampu menumbuhkan rasa percaya diri siswa dan tentunya tujuan pembelajaran itu sendiri bisa tercapai.
2. Perlunya dilakukan penelitian dengan menggunakan metode pembelajaran, modifikasi media dan pengemasan pembelajaran yang lebih beragam dalam setiap materi ajar agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik.
3. Kepada sekolah agar memfasilitasi dengan cukup agar kegiatan tersebut bisa tercapai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Kadir Ateng. 1992a. *Azas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Depdiknas
- Adang Suherman. 2000a. *Dasar- Dasar Penjaskes*. Jakarta : Depdiknas
- Bidang III PB Perbasi, 2007, *Peraturan Bola Basket Resmi 2006*. Jakarta : PB Perbasi
- BNSP. 2006. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Jakarta : Depdikbud
- Depdiknas, (2006), *Model Silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD / MI*, Jakarta: BSNP Depdiknas.
- Hendi Djumadi. 2008. *Olahraga Bola*. Jakarta : CV Sahabat
- Sodikin Candra. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*
- Suharsimi,. Arikunto, 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sukintoko, (1992). *Teori Bermain*. Jakarta : Depdikbud.
- Suwarso.ESO, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SD/MI Kelas V*. Jakarta : CV. Arya Duta