



MODEL PEMBELAJARAN *MANIPULATIF* BERBASIS *SHOOTING* BOLABASKET (*MelDes*) BAGI SISWA SEKOLAH DASAR

Meli Destiana Mulyani

Pendidikan Keperawatan Olahraga, FKIP, Universitas Mitra Karya, Kota Bekasi, Jawa Barat, 17113
melidestiana@gmail.com

Abstrak

Penelitian dan pengembangan ini memiliki tujuan untuk dapat menghasilkan model pembelajaran teknik dasar *shooting* pada permainan bolabasket bagi siswa Sekolah dasar. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif serta menggunakan metode penelitian Research & Development (R&D). Subyek dalam penelitian dan pengembangan ini merupakan siswa Sekolah dasar dengan jumlah 80 orang siswa. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian dan pengembangan ini berupa angket, kuisisioner, dan instrumen psikomotorik *shooting* bolabasket. Tahapan yang dilakukan pada penelitian ini adalah: (1) analisis kebutuhan; (2) evaluasi ahli; (3) ujicoba terbatas (kelompok kecil); dan (4) ujicoba utama (*field testing*). Uji efektifitas model menggunakan tes psikomotorik *shooting* bolabasket, sedangkan untuk melihat hasil efektifitas model digunakan uji statistik dengan menggunakan rumus *before-after* (*pre-test* dan *post-test*). Hasil perhitungan *pre-test* didapatkan hasil 451 dengan rata-rata 11,27 sedangkan *post-test* didapatkan hasil 681 dengan rata-rata 17,03 hal ini berarti model pembelajaran *shooting* bolabasket lebih baik dari model pembelajaran konvensional. Dengan model pembelajaran *shooting* bolabasket yang telah peneliti kembangkan, siswa dapat meningkatkan kemampuan gerak pada proses pembelajaran.

Kata Kunci: pembelajaran, manipulatif, *shooting*, bolabasket,

Abstract

This research and development aims to be able produce a learning model of basic shooting techniques in basketball games for elementary school students. This research uses a qualitative approach and uses the Research & Development (R & D) research method. The subjects in this research and development are elementary school students with a total of 80 students. The instruments used for data collection in this research and development were questionnaires, questionnaires, and psychomotor instruments for basketball shooting. The stages carried out in this research are: (1) needs analysis; (2) expert evaluation; (3) limited trials (small group); and (4) main testing (field testing). The model effectiveness test used a basketball shooting psychomotor test, while to see the results of the model effectiveness, a statistical test was used using the before-after formula (pre-test and post-test). The results of the pre-test calculation obtained 451 results with an average of 11.27 while the post-test results obtained 681 with an average of 17.03 this means that the basketball shooting learning model is better than the conventional learning model. Based on the results of the development, it can be concluded that. With the basketball shooting learning model that the researcher has developed, students can improve their mobility in the learning process.

Keywords: learning, manipulative, shooting, basketball.



PENDAHULUAN

Proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan disekolah guru memiliki peranan yang sangat penting dalam hal terlaksananya proses pembelajaran. Guru diharuskan untuk dapat memperhatikan banyak hal yang berkenaan dengan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, seperti aspek pertumbuhan dan perkembangan anak, dan karakteristik psikologi anak. Kekurangan pada proses pembelajaran akan sangat berpengaruh negatif pada pencapaian hasil yang membuat peserta didik merasa tidak tertarik, bosan, dan tidak antusias saat guru memberikan materi pembelajaran berupa teknik dasar, peserta didik kurang memiliki kesempatan untuk menumbuh kembangkan keterampilan dasar (*lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif*), dan peserta didik tidak memahami gerakan dan tujuan latihan tersebut. usia sekolah dasar merupakan masa perkembangan yang pesat pada motorik anak (Mahfud & Yuliandra, 2020)

Berdasarkan pengamatan survei lapangan siswa mengalami rendahnya motivasi pembelajaran penjas, ditambah materi cabang bolabasket khususnya menembak (*shooting*) siswa mengalami kejenuhan terhadap materi pembelajaran penjas tersebut. Peran guru dalam memberikan materi bolabasket masih terlalu pasif. Kompetensi Inti (KI) kelas VI Sekolah dasar adalah memahami pengetahuan faktual melalui pengamatan dan menanya yang berdasarkan rasa keingintahuan tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, benda-benda yang dijumpainya di lingkungannya. Sedangkan kompetensi dasar kelas VI sekolah dasar pada butir ketiga, memahami variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar. Samsudin (2008) perpaduan dari urutan kegiatan, cara mengorganisasikan materi pelajaran kepada peserta didik, sarana dan prasarana, dan waktu yang digunakan dalam proses pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditentukan.

Pada saat peneliti melakukan observasi pada sekolah dasar di Kota Bekasi terdapat ketidak sesuaian pada hasil belajar *shooting* bolabasket. Berdasarkan pengamatan survey lapangan pada pelaksanaan pembelajaran gerak dasar bolabasket guru masih kurang memahami karena tidak semua guru pendidikan jasmani memiliki keahlian pada olahraga bolabasket. Pada proses pembelajaran guru hanya memberikan bola kepada peserta didik untuk bermain bolabasket tanpa memberikan instruksi bagaimana cara melakukan gerak dasar tembakan (*shooting*), mengoper (*passing*) dan menggiring (*dribbling*) yang baik dan benar. Padahal di dalam proses pembelajaran seorang guru harus memberikan materi terlebih dahulu serta memberikan arahan atau memberikan contoh kepada siswa agar siswa lebih memahami materi yang akan diajarkan. Guru masih menganggap bahwa pembelajaran penjas tidak harus mengacu pada rencana pembelajaran penjas yang sudah dibuat. Media yang



digunakan oleh seorang guru juga terbatas. Sarana dan prasarana pada saat itu kurang sesuai untuk dilaksanakan oleh siswa sekolah dasar. Dilihat pada saat pembelajaran bolabasket, siswa melakukan permainan bolabasket dengan ukuran bola GG 7, padahal yang seharusnya digunakan oleh siswa sekolah dasar yaitu ukuran GG 5.

Selain itu, siswa mengalami penurunan motivasi dalam pembelajaran penjas, ditambah materi cabang bolabasket khususnya di teknik menembak (*shooting*) siswa mengalami kejenuhan terhadap materi pembelajaran penjas tersebut. Peran guru dalam memberikan materi bolabasket masih terlalu pasif. Sebaiknya seorang guru pendidikan jasmani harus lebih kreatif dalam memberikan materi pembelajaran khususnya dalam pembelajaran bolabasket di materi *shooting* bolabasket agar setiap materi yang diberikan dapat membuat anak tertarik dan senang melakukannya. Seorang guru pendidikan jasmani dituntut untuk lebih kreatif dalam memberikan materi pembelajaran tak terkecuali dalam pembelajaran menembak (*shooting*) bolabasket. Tingkat kreatifitas ini dilakukan dengan memberikan beberapa bentuk variasi atau model pembelajaran yang baru agar setiap materi yang diberikan. Hal ini agar merasa anak tertarik dan senang dalam melakukannya.

Berdasarkan uraian di atas, maka dianggap perlu adanya model pembelajaran yang memanfaatkan media pembelajaran yang bisa menunjang kreativitas dan inovasi guru dalam mengajarkan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan khususnya pada permainan bolabasket. Pada dasarnya pembelajaran pada sekolah dasar mengacu pada keterampilan gerak dasar akan tetapi pembelajaran tersebut akan terlaksana dengan bagus apabila dikemas dengan berbagai model-model pembelajaran yang aman, efektif dan menyenangkan bagi peserta didik.

Bolabasket merupakan olahraga permainan bola yang dilakukan atau dimainkan oleh dua dua tim yang beranggotakan lima orang untuk tiap tim yang saling bertanding dengan tujuan mencetak poin dengan memasukan bola ke dalam keranjang lawan (Oktara, 2010). Usaha yang dilakukan untuk memasukan bola ke dalam keranjang disebut dengan menembak yang dapat dilakukan dengan menggunakan satu tangan, dua tangan dan *lay-up* (Ahmadi, 2007).

Tembakan satu tangan (*One Hand Shoot*) menurut Muhyi Faruq (2008) dalam melakukan tembakan dengan satu tangan dapat dilakukan dengan posisi berdiri tegak dalam keseimbangan yang cukup baik. Sikap badan saat akan melakukan tembakan bola dengan berdiri tegak, kaki sejajar atau kaki tumpuan didepan sementara lutut di tekuk. Kemudian bola ditembakkan ke keranjang basket dengan gerakan dari siku, badan, serta lutut diluruskan secara bersamaan. Pada saat tangan lurus, bola *release* atau dilepaskan dengan jari-jari dan



pergelangan tangan diaktifkan. Tembakan dua tangan (*Two Hand Shoot*) untuk mengembangkan kemampuan menembakan bolabasket ke ring harus didukung dengan latihan yang cukup baik dan penuh kedisiplinan tinggi karena dengan kedisiplinan yang tinggi akan memberikan hasil yang lebih optimal. *Lay-up* adalah cara melakukan *shooting* paling mudah diantara yang lainnya. Teknik ini sebaiknya menjadi teknik *shooting* pertama yang harus dipelajari. Tembakan *lay-up* dilakukan dengan jarak yang dekat sekali dengan ring basket, sehingga bola itu seperti diletakan ke dalam keranjang basket.

Permainan bolabasket membutuhkan koordinasi yang baik dalam setiap teknik dasar yang dipelajari khususnya teknik dasar *shooting*. Widiastuti (2014) koordinasi adalah kemampuan gerak tubuh pada saat bekerja. Koordinasi mata dan tangan yang baik akan menghasilkan teknik yang baik juga serta arah bola untuk ditempatkan diposisi yang tepat. Tangkudung (2006) koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dengan berbagai kesukaran dengan cepat dan efisien dan penih ketepatan. Latihan koordinasi dapat dikembangkan dari usia dini antara umur 8-13 tahun karena di usia ini anak mempunyai karakteristik, yaitu kecepatan belajar yang diartikan luar biasa. Asthana (2009) *Shooting is the act of attempting to score points by throwing the ball through the basket*. Dapat bahwa tindakan untuk mencoba mencetak poin dengan melemparkan bola melalui keranjang atau ring.

Menembak merupakan sasaran akhir setiap permainan bolabasket, unsur yang menentukan kemenangan dalam pertandingan bola basket. Hal ini dikarenakan kemenangan akan ditentukan oleh banyaknya bola yang masuk dalam. Azka (2010) dasar-dasar teknik menembak sama halnya dengan teknik operan disamping. Selain itu juga berhubungan dengan tepat tidaknya mekanika gerakan dalam menembak menentukan baik buruknya tembakan. Teknik menembakan bola ke ring basket bisa dengan satu tangan, atau bisa dua tangan. Permainan dan olahraga bolabasket dalam penentuan berapa skor yang diperoleh, siapa yang menjadi pemenang ditentukan dengan cara seberapa banyak bola yang dimasukan ke dalam ring lawan maka semakin banyak pula suatu tim untuk memenangkan pertandingan. Ahmadi (2008) usaha dalam memasukan bola ke dalam keranjang disebut dengan menembak yang dapat dilakukan dengan satu tangan, dua tangan, atau dengan *lay up*. Menembak dalam bola basket dilakukan sesering mungkin untuk melatih anak merasakan gerakannya dengan benar serta dapat terlatih ketepatannya karena proses pembiasaan dalam latihan. Untuk melakukan *shooting* yang baik adalah dengan memegang bolabasket pas mengenai seluruh permukaan tangan (berusaha memegang senyaman mungkin dengan kedua tangan). Fokuskan arah bola kepada ring, ambil posisi kaki yang menekuk 15 derajat, ayunkan tangan yang sudah memegang bola berada di atas kepala dan lemparlah bola bersamaan dengan posisi kaki yang menekuk tadi berubah menjadi tegap berdiri dan melompat.



METODE PENELITIAN

Penelitian dan pengembangan dalam pembelajaran ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan secara kuantitatif dan menggunakan model pengembangan *Research & Development* (R & D) dari Borg dan Gall. Pengembangan model ini telah dievaluasi oleh ahli berdasarkan dari hasil ujicoba kelompok kecil dengan jumlah 20 orang siswa sekolah dasar. Berdasarkan hasil evaluasi ujicoba kelompok kecil yang dilaksanakan dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Seluruh variasi model pembelajaran *shooting* bolabasket bagi siswa Sekolah Dasar dapat dilakukan oleh siswa, yang perlu diperhatikan adalah model pembelajaran dimulai dari tingkatan mudah sampai sulit agar model keterampilan anak meningkat.
- b. Perlu adanya contoh gerakan terlebih dahulu pada tiap model pembelajaran supaya mudah untuk memahami rangkaian gerakan.
- c. Pada saat diterapkan model pembelajaran di lapangan siswa kurang memperhatikan jadi tugas guru harus sering memantau agar tujuan pembelajaran dan target pembelajaran tercapai.
- d. Penggunaan sarana dan prasarana yang memadai aman dan nyaman dapat mempengaruhi kualitas pembelajaran.

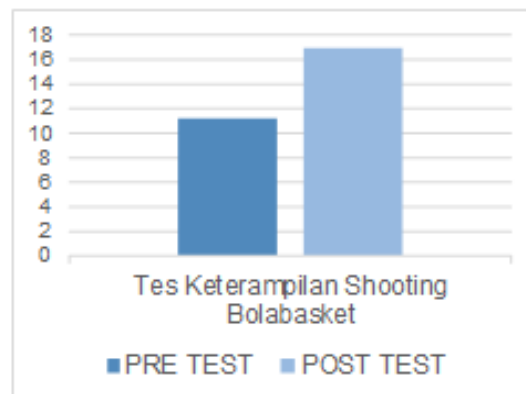
Setelah hasil pengembangan produk ini diujicobakan dalam skala kecil dan telah direvisi berdasarkan hasil evaluasi ahli, tahap selanjutnya adalah melaksanakan ujicoba dengan kelompok yang lebih besar. Langkah selanjutnya setelah model mengalami revisi tahap II dari ahli maka dilanjutkan dengan melakukan ujicoba produk kepada kelompok besar dengan menggunakan subyek penelitian sebanyak 80 siswa yang terdiri dari 3 Sekolah dasar, yaitu SDIT Global Insani, SDK Imanuel Victori, dan SDN Jatikramat 01.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah terdapat hasil pengembangan berupa produk model pembelajaran *shooting* bolabasket yang ditujukan bagi siswa sekolah dasar. Produk ini diujicobakan (*Pre Test* dan *Post Test*). Berdasarkan hasil *output Uji-t* dengan bantuan aplikasi SPSS 23 didapatkan bahwa rerata nilai sebelum diberikan perlakuan adalah 11.277 dan setelah diberikan perlakuan dengan model pembelajaran *shooting* bolabasket menjadi 17.031. hal ini berarti bahwa terdapat peningkatan nilai rata-rata siswa. Berdasarkan hasil *ouput* bahwa koefisien model pembelajaran sebelum dan sesudah diberikan model pembelajaran adalah 0.633 dengan *p-value* $0.00 < 0.05$ dengan kesimpulannya adalah signifikan.

Dalam uji signifikansi perbedaan dengan SPSS 23 dapat hasil t -hitung = -41.24 dengan $df = 39$ serta p -value = $0.00 < 0.05$ yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan penerapan model pembelajaran sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa model pembelajaran yang dikembangkan efektif dalam penggunaannya dan meningkatkan hasil pembelajaran.

Berikut ini hasil penelitian yang digambarkan menggunakan diagram batang pada model pembelajaran bisa dilihat sebagai berikut :



Gambar 1. Hasil Tes Keterampilan Bola Basket

SIMPULAN

Berdasarkan data hasil ujicoba serta pembahasan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Dengan pengembangan model pembelajaran teknik *shooting* bolabasket ini siswa dapat meningkatkan kemampuan gerak pada siswa Sekolah Dasar.
2. Melalui pengembangan model pembelajaran ini, dapat membantu para guru pendidikan jasmani bisa memberikan pembelajaran *shooting* bolabasket secara efektif dan efisien pada siswa Sekolah Dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, Abu Azka Ibn. 2010. *Teknik Dasar Bola Basket*. Bandung: Trans Mandiri Abadi.
- Ahmadi, Nuril. 2007. *Permainan Bola Basket*. Solo: Era Intermedia.
- Asthana, Vijay. 2009. *Know All About Games & Sports*. Delhi: Holiday Book Store.
- Faruq, M. Muhyi. 2008. *Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan dan Olahraga Bolabasket*. Jakarta: Grasindo.



- Lieberman, Nancy and Robert, Robin. 2011. *Panduan Lengkap BOLA BASKET untuk Wanita*. Jakarta: Divisi Buku Sport.
- Mahfud, I., & Yuliandra, R. (2020). Pengembangan Model Gerak dasar Keterampilan Motorik Untuk Kelompok Usia 6-8 Tahun. *Jurnal Sport-Mu*, 1(1), 54–66
- Oktara, Bebbi. 2010. *Permainan Bola Besar*. Depok: Bina Muda.
- Oliver, Jon. 2007. *Dasar-dasar Bolabasket*. Bandung: Pakar Raya.
- Samsudin. 2008. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA/MA*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Tangkudung, James. 2006. *Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: Cerdas Jaya
- Widiastuti. 2014. *Belajar Keterampilan Gerak*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.