PEMBELAJARAN *DRIBBLE* MENGGUNAKAN VARIASI BOLA TERHADAP HASIL *DRIBBLE* DALAM PERMAINAN BOLABASKET PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI TAHUN 2016

SKRIPSI

Diajuakan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Jurusan PENJASKESREK

Oleh :

SULISTYORINI

11.1.01.09.1407

PROGRAM STUDI PENJASKESREK

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2016

Skripsi oleh :

SULISTYORINI.

NPM : 11.1.01.09.1407

Judul :

PEMBELAJARAN *DRIBBLE* MENGGUNAKAN VARIASI BOLA TERHADAP HASIL DRIBBLE DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA KELAS X NEGERI 7 KOTA KEDIRI TAHUN 2016

Telah disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Skripsi jurusan PENJASKESREK
FKIP UNP Kediri

Tanggal :_____

Menyetujui,

Pembimbing I	Pembimbing II
RURUH ANDAYANI BEKTI, M.Pd	Drs. SETYO HARMONO, M.Pd

ii

Skripsi Oleh :

SULISTYORINI.

NPM : 11.1.01.09.1407

Judul

PEMBELAJARAN *DRIBBLE* MENGGUNAKAN VARIASI BOLA TERHADAP HASIL DRIBBLE DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA KELAS X NEGERI 7 KOTA KEDIRI TAHUN 2016

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan PENJASKESREK FKIP UNP Kediri
Pada Tanggal :_____

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji :

1. Ketua : (Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.)_____
2. Penguji I : (Abdian Asgi Sukmana, M.Or.) _____
3. Penguji II : (Drs. Setyo Harmono, M.Pd.) _____

Mengetahui

Dekan FKIP

Dr.Hj. SRI PANCA SETYAWATI, M.Pd
NIDN. 0716046202

iii

ABSTRAK

SULISTYORINI. 2016. Pembelajaran *Dribble* Menggunakan Variasi Bola Terhadap Hasil *Dribble* Dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa Kelas X SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI 2016. Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Rekreasi. Pembimbing I Ruruh Andayani Bekti, M.Pd. Pembimbing II Drs. Setyo Harmono, M.Pd

Pendidikan jasmani harus diutamakan mengingat mempunyai tujuan yang penting dalam pengembangan pembelajaran. Model pembelajaran seringkali dirasa monoton, tidak ada kreativitas. Sebagai contoh pada pembelajaran bolabasket, dalam pembelajaran masih menggunakan bola yang sebenarnya. Padahal tidak semua anak dapat melakukan gerakan yang efisien dengan menggunakan bola yang terlalu berat untuk melakukan *dribble*, passing, dan shooting. Hal tersebut membuat anak cenderung menjadi malas bergerak.

Rumusan masalah dalam peneltian ini adalah "Bagaimana penerapan pembelajaran penjas melalui pendekatan variasi bola dalam dribble bolabasket untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas X Sma Negeri 7 Kota Kediri?"

Metode penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Prosedur penelitian tindakan kelas meliputi tahap perencanaan (*planning*), tahap pelaksanaan (action), tahap observasi (observation), dan tahap refleksi (*reflecting*). Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara melakukan pengamatan, kuesioner, lembar tes praktik, dan RPP. Analisis data yang digunakan adalah kuantitatif dan deskriptif kualitatif.

Ketuntasan belajar klasikal yang harus dicapai pada mata pelajaran Penjas di Sma Negeri 7 Kota Kediri yaitu 85%. Nilai rata-rata kelas pada siklus pertama ranah afeksi mencapai 87,29% (sangat baik), kognitif mencapai 70,69% (baik), psikomotor mencapai 86,07% (sangat baik), psikomotor mencapai 80% (baik), ketuntasan belajar klasikalnya mencapai 85,71% (tercapai). Peningkatan hasil belajar siswa setelah diadakan siklus pertama (gain) sebesar 0,4 dengan kriteria sedang, sedangkan hasil belajar siswa setelah diadakan siklus kedua (gain) sebesar 0,7 dengan kriteria sedang.

Bagi guru Penjas untuk memanfaatkan penelitian ini diharapkan memperhatikan kondisi lapangan yang memenuhi standarisasi karena pada penelitian ini menggunakan lapangan yang memenuhi standarisasi karena pada penelitian ini menggunakan lapangan yang tidak standar misalnya lapangan yang berpasir dan berlubang, sehingga sebagian besar peserta didik masih mengalami ketidaknyamanan dan kurang maksimal dalam melakukan dribble meskipun teknik dasar yang sudah diajarkan sudah mampu mereka praktikkan dengan baik dan benar.

Kata Kunci : Pembelajaran, Penjas, Bolabasket, *Dribble*, Variasi

I. LATAR BELAKANG

Olahraga adalah setiap kegiatan fisik yang mengandung sifat permainan dan berisi perjuangan dengan diri sendiri maupun dengan orang lain, atau konfrontasi dengan unsur-unsur alam (Adang Suherman, 2000: 25). Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Kegiatan olahraga mencakup berbagai macam cabang seperti atletik, permainan olahraga air, dan olahraga beladiri. Olahraga permainan yang dilakukan dalam proses pendidikan salah satunya adalah olahraga Bolabasket.

Bola basket adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dengan 5 pemain per tim. Tujuannya adalah mendapatkan nilai (skor) dengan memasukkan bola sebanyak mungkin kekeranjang dan mencegah tim lain melakukan hal serupa. Bola dapat diberikan hanya dengan passing dengan tangan atau dribble. Teknik dasar mencakup footwork (gerakan kaki), shooting (menembak), passing (operan) dan menangkap, dribble (memantulkan bola), rebound, bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola, dan bertahan (Wissel, H., 2000: 02).

Menurut Pangrazi dan Dauer mengungkapkan bahwa, pendidikan jasmani merupakan bagian dari program pendidikan umum yang memberikan kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan gerak dan pendidikan melalui gerak, dan harus dilaksanakan dengan cara-cara yang sesuai dengan konsepnya (Adang Suherman, 2000:20).

Pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan ansional. Pendidikan jasmani tidak terfokus pada aspek motorik saja namun terdapat aspek kognitif (pengetahuan) dan afektif (sikap). Pendidikan jasmani sangat penting mengingat mempunyai tujuan yang penting dalam pengembangan pembelajaran. Sebagian besar siswa beranggapan bahwa mata pelajaran pendidikan jasmani kurang penting. Anggapan tersebut muncul dikarenakan siswa belum mengerti peran dan fungsi pendidikan jasmani. Hal tersebut disebabkan karena masih kurangnya kreatifitas guru dalam mengajar, namun disisi lain juga dapat disebabkan karena terbatasnya kelengkapan sarana dan prasarana di sekolah sebagai contoh lapangan yang kurang luas dan peralatan yang kurang memadai. Guru yang kurang

kreatif akan menimbulkan model pembelajaran yang monoton. Siswa akan merasa bosan dan tidak antusias dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. Sebagai contoh salah satu permainan dalam bolabasket banyak teknik dasar yang harus dilakukan, seperti shooting, passing dan dribble. Kebanyakan guru dalam proses pembelajarannya masih menggunakan bola yang sebenarnya yaitu menggunakan bola ukuran 7. Bola yang berat dan besar akan membuat anak kesulitan untuk bergerak. Dan menurut pengamatan anak yang sudah mencoba melakukan namun selalu gagal karena kesulitan dengan bola yang berat dan besar mereka akan down dan tidak mau melakukannya lagi. Sehingga anak akan menjadi malas mencoba. Oleh sebab itu guru harus dapat memvariasi alat pembelajaran agar pembelajarannya tidak monoton dan tidak membuat anak menjadi bosan dan malas mencoba.

Ide kreatif seorang pengajar penjas agar tercipta suasana yang menyenangkan sangat penting sekali karena siswa akan lebih aktif bergerak terutama olahraga yang sangat di gemari oleh kalangan pelajar pada umumnya seperti olahraga bolabasket. Olahraga bolabasket sangat diminati peserta didik kerena ini sangat menyenangkan dan banyak tantangan. Peminat olahraga bolabasket tidak hanya peserta didik putra saja namun sekarang banyak juga peserta didik putri yang meminatinya. Di dalam permainan bolabasket terdapat teknik dasar seperti shooting, passing, dan dribble. Teknik dasar tersebut sangat penting diajarkan agar siswa dapat melakukan gerakan-gerakan yang efektif dan efisien.

Berdasarkan hasil observasi pra penelitian yang dilakukan di SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI, kelas X diperoleh data saat penilaian (dribble) lebih dari 60% siswa tidak tuntas dengan KKM 7,5. Dikarenakan saat pembelajaran bolabasket sebelumnya mereka tidak mengikutinya dengan baik. Mereka kurang antusias dan merasa malas mencoba. Hal tersebut dilihat dari masih banyaknya siswa lebih senang mengobrol daripada mengikuti pembelajaran pada saat proses pembelajaran berlangsung. Penyebab dari permasalahan tersebut bersumber dari masing-masing individu sendiri dan dari lingkungan sekitar. Lingkungan sekitar seperti media, lingkungan, materi, guru, dan metode yang digunakan guru. Pada dasarnya sekolah SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI adalah sekolah yang lebih mengkhususkan siswanya untuk mengasah keterampilan dalam setiap jurusan yang diambil oleh tiap-tiap siswa. Sehingga siswa beranggapan bahwa pembelajaran penjas tidak

penting. Peran guru penjas untuk mengatasi permasalahan tersebut harus diperlukan suatu tindakan yang mampu mengubah pola pikir siswanya guna mencapai tujuan pembelajaran tersebut.

Peneliti dan guru penjas di SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI menyadari bahwa sarana dan prasarana di SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI terbilang kurang lengkap. Sebagai contoh yang digunakan dalam pembelajaran bolabasket hanya ada bola ukuran 7 padahal ukuran bola untuk perempuan dan laki-laki berbeda, yaitu untuk perempuan ukuran 6 sedangkan laki-laki ukuran 7. Sehingga pada saat penilaian dribble khususnya kelas X banyak siswa yang tidak tuntas. Sehingga ketuntasan klasikal guru dalam mengajar materi dribble tidak berhasil atau tidak tercapai.

Alasan peneliti ingin melakukan penelitian tindakan kelas di SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI adalah selain permasalahan yang sudah dibahas di atas karena tempat peneliti melakukan PPL (Praktek Pengalaman Lapangan). Selain itu sekolah tersebut merupakan sekolah favorit di kota Kediri terbukti dengan jumlah siswa yang begitu banyak disekolah tersebut terutama siswa putri. Sehingga peneliti tertarik agar dengan adanya penerapan pembelajarn permainan bolabasket (dribble) dengan menggunakan variasi bola diharapkan khususnya siswa kelas X meningkatkan hasil pembelajaran dribble baik dari ranah efektif, kognitif dan psikomotor.

Dari permasalahan yang sering dihadapi guru penjas dan peneliti pada saat melakukan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) dalam menyampaikan materi teknik dribble, siswa merasa tidak nyaman pada saat menggunakan bola. Bola yang berat dan besar menjadikan siswa kurang bisa melakukan gerakan yang efektif. Di SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI belum pernah diadakan metode pembelajaran dengan menggunakan variasi bola. Sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) pada siswa kelas X SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI dengan judul “Pembelajaran Dribble Menggunakan Variasi Bola Terhadap Hasil Dribble Dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa Kelas X SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI Tahun 2016.

II. METODE

1.1 Subjek Penelitian

Subjek Penelitian Tidakan Kelas (PTK) ini di kelas X IA (Ilmu Alam) 3 dengan jumlah 35 siswa dengan komposisi perempuan 18 orang dan laki-laki 17 orang. Peneliti memilih kelas X IA 3 sebagai subjek penelitian dengan berdasarkan pada kurang berhasilnya pembelajaran dribble dalam cabang olahraga bolabasket dan hasil pengamatan yang peneliti lakukan menunjukkan bahwa siswa kurang termotivasi dalam belajar dribble.

1.2 Objek Penelitian

Objek Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini adalah kemampuan melakukan dribble dalam pembelajaran bolabasket siswa kelas X IA 3 SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI.

1.3 Waktu Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini akan dilaksanakan pada semester genap tahun 2015/2016. Penentuan waktu penelitian mengacu pada kalender sekolah, karena PTK memerlukan beberapa siklus yang membutuhkan proses belajar yang efektif.

1.4 Lokasi Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilaksanakan di SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI dilapangan basket yang terdapat di sekolah tersebut.

1.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data diperoleh dengan cara :

1.5.1 Teknik Observasi

Observasi adalah cara pengumpulan data dengan mengadakan pengamatan. Observasi dilakukan untuk mengetahui pembelajaran dribble bolabasket selain itu juga pengamatan pada sarana dan prasarana maupun metode yang digunakan dalam pembelajaran pada siswa kelas X IA 3 (Ilmu Alam) 3 SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI.

1.5.2 Teknik Komunikasi

Teknik komunikasi adalah teknik pengumpulan data melalui kontak atau hubungan pribadi antara pengumpul data dengan sumber data, antara lain: Wawancara, kuesioner atau angket. Wawancara tersebut dilakukan dengan guru penjas kelas X.

1.5.3 Dokumentasi

Dokumentasi digunakan untuk memperkuat data yang sudah diperoleh saat observasi. Dokumen berupa foto, data dan video wawancara.

1.6 Instrumen Pengumpulan Data

Instrument penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Suharsimi Arikunto, 2010:203).

III. HASIL DAN KESIMPULAN

1.1 Hasil penelitian

Adapun deskripsi hasil penelitian tindakan kelas yang berupaya meningkatkan hasil belajar siswa kelas X SMA NEGERI 7 KOTA KEDIRI tahun 2015/2016 melalui pembelajaran penjasorkes menggunakan pendekatan variasi bola ini dilakukan dalam 2 siklus. Hasil penelitian ini terdiri dari hasil tes yang meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotor.

1.1.1 Hasil Penelitian Siklus 1

Adapun hasil yang dicapai pada siklus I terdiri dari hasil belajar siswa pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotor terhadap pembelajaran dapat disajikan sebagai berikut ini :

1.1.1.1 Perencanaan pada Siklus I

Siklus I dilaksanakan dalam satu kali pertemuan yaitu pada tanggal 14 Maret 2015 dengan alokasi waktu 2x45 menit.

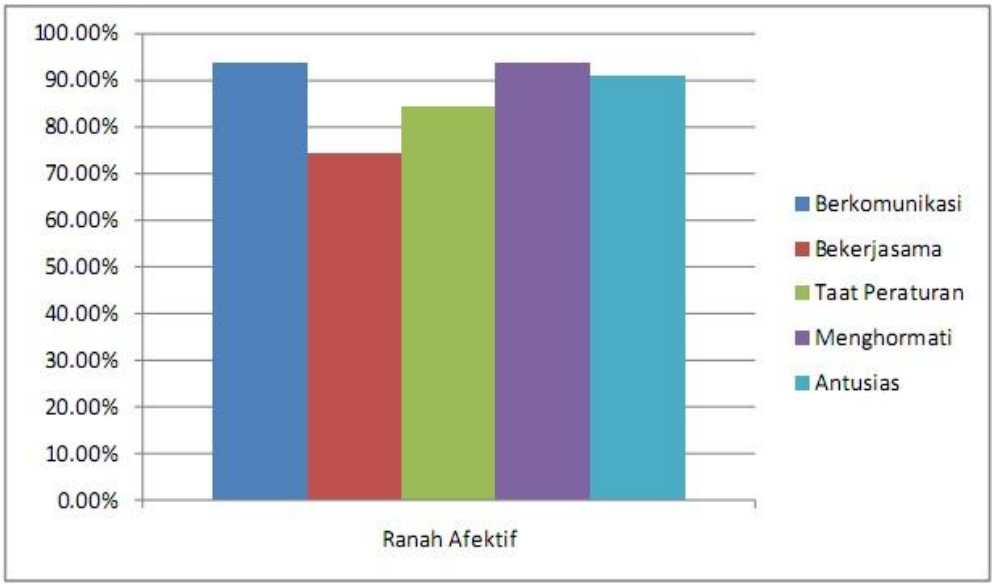
1.1.1.2 Hasil Belajar Siswa pada siklus I

Setelah melakukan dan menyelesaikan siklus I, peneliti bersama rekan guru yang bertindak sebagai kolabolator, melakukan refleksi dari pembelajaran yang telah berlangsung.

Untuk nilai rata-rata ranah afeksi, kognitif dan psikomotor dengan penilaian yang telah diamati selama pembelajaran pada siklus I berlangsung, menunjukkan penilaian sebagai berikut :

1. Pengamatan Ranah Psikomotor

Grafik 1. Hasil Pengamatan ranah afeksi siklus I

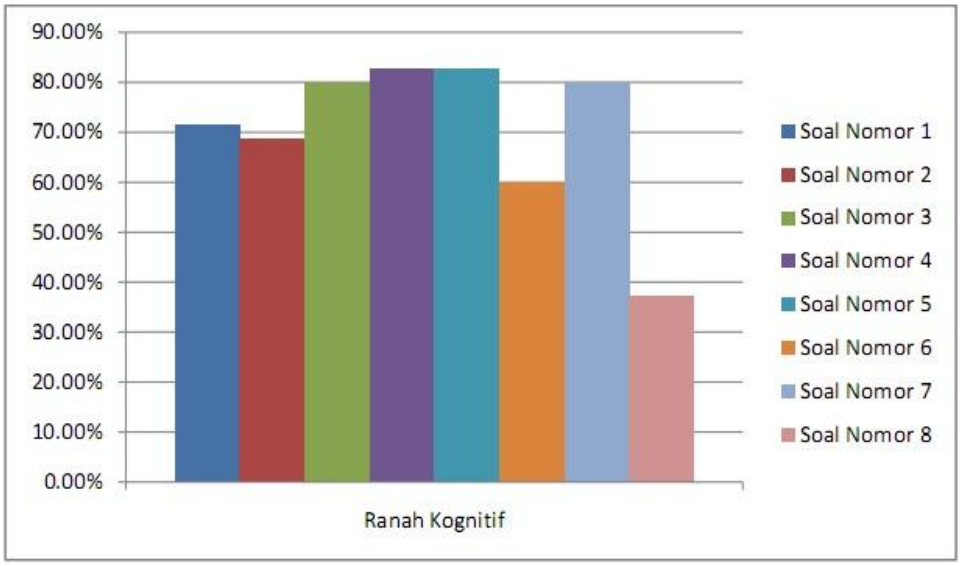


Pada grafik diatas menunjukkan bahwa penilaian berkomunikasi memperoleh rata-rata presentase sebanyak 93,57%, bekerjasama memperoleh rata-rata presentase sebanyak 74,29%, taat peraturan memperoleh rata-rat presentase sebanyak 84,29%, menghormati memperoleh rata-rata persentase sebanyak 93,57%,

antusias memperoleh rata-rata persentase sebanyak 90,71%, sehingga rata-rata kelas mencapai 87,29% (sangat baik).

2. Pengamatan Ranah Kogntif

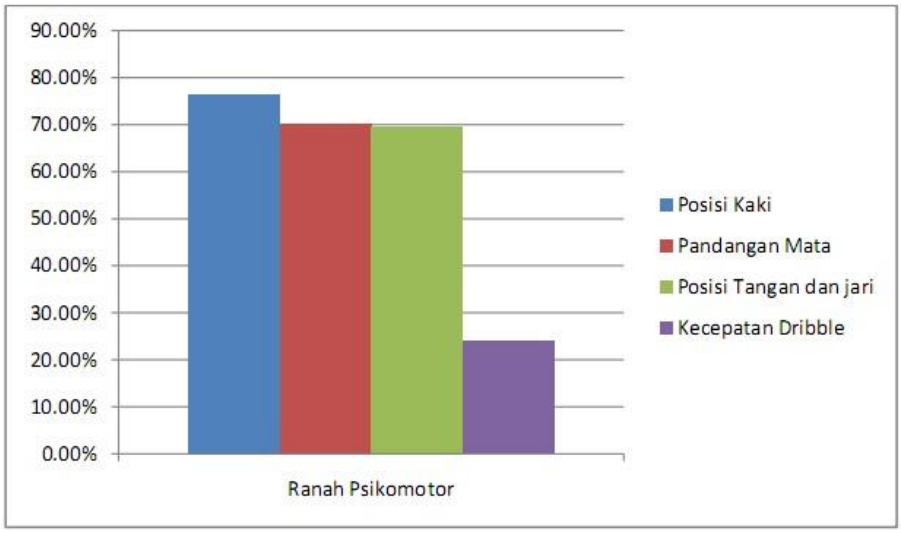
Grafik 2. Hasil Pengamatan ranah kognitif siklus I



Untuk rata-rata nilai ranah kognitif dengan beberapa pertanyaan berkaitan dengan pemahaman pembelajaran dribble yang telah diberikan pada siklus pertama, memperoleh rata-rata soal nomor satu sebanyak 71,43%, rata-rata soal nomor dua sebanyak 68,86%, rata-rata soal nomor tiga sebanyak 80,00%, rata-rata soal nomor empat sebanyak 82,86%, rata-rata soal nomor lima sebanyak 82,86%, rata-rata soal nomor enam sebanyak 60,00%, rata-rata soal nomor tujuh sebanyak 80,00%, rata-rata soal nomor delapan sebanyak 37,14%, sehingga jumlah rata-rata pemahaman siswa terhadap pembelajaran dribble melalui kuesioner yang diberikan adalah 70,71% (baik).

3. Pengamatan Ranah Psikomotor

Grafik 3. Hasil Pengamatan ranah psikomotor siklus I



Untuk nilai rata-rata ranah psikomotor dengan penilaian yang berkaitan dengan praktik dribble yang telah diberikan pada siklus pertama, menunjukkan penilaian posisi kaki sebesar 76,57%, penilaian pandangan mata sebesar 70,29%, penilaian posisi tangan dan jari sebesar 69,71%, kecepatan dribble sebesar 24%, sehingga jumlah rata-rata praktik dribble adalah 60,14% (cukup baik).

1.2. Kesimpulan

Penelitian Tindakan Kelas yang berjudul "Pembelajaran Dribble menggunakan Variasi Bola Terhadap Hasil Dribble Dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 7 Kediri Tahun 2015", menghasilkan kesimpulan sebagai berikut :

1.1.1 Aktivitas siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas melalui pendekatan variasi bola dalam dribble zig-zag pada siklus pertama mencapai tingkat pencapaian 87,29%, sedangkan pada siklus kedua mencapai 92,57%. Ini berarti ada kenaikan sebesar 5,28%.

1.1.2 Kemampuan praktik siswa dalam pembelajaran dribble zig-zag dengan pendekatan variasi bola pada siklus mencapai 72%. Ini berarti ada kenaikan sebesar 11,86%.

1.1.3 Pemahaman siswa dalam pembelajaran dribble zig-zag dengan pendekatan variasi bola pada siklus pertama mencapai 70,71%, sedangkan pada siklus kedua mencapai 86,07%. Ini berarti ada kenaikan sebesar 15,36%.

1.1.4 Peningkatan hasil belajar dilihat dari ketuntasan klasikal dari data awal yang diperoleh siklus I, dan siklus II selalu ada peningkatan, yaitu :

1. Data awal = 31%
2. Siklus I = 57,14% (meningkat sebanyak 27,14% = 0,4 dengan kriteria sedang)
3. Siklus II = 85,71% (meningkat sebanyak 28,57% = 0,7 dengan kriteria sedang)

Dari hasil data yang diperoleh melalui lembar pengamatan siswa, kuesioner, dan lembar tes praktik, penelitian tindakan kelas ini dinyatakan sudah mencapai ketuntasan klasikal, sebesar 85,71%.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Abdul Kadir Ateng. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Rekreasi*. Jakarta : Depdikbud.

Amri Muttaqiin. 2008. *Pengaruh Latihan Menggiring Crossover Terhadap Peningkatan Kecepatan Menggiring Bola Dalam Permainan Bolabasket Siswa Putri SMA N 11 Yogyakarta*. Skripsi. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga.

Andang Suherman. 2000. *Dasar-Dasar Penjaskes*. Jakarta : Depdikbud.

Danny Kosasih. 2008. *Fundamental Basketball,First Step To Win*. Semarang : Karangturi

Media, Yayasan Pendidikan Nasional Karangturi.

Hartyani, Zsolt. 1994. *Basketball for Everyone*. Fourth Edition. Geneva, Switzerland; FIBA.

http://rismancikgu.blogspot.com. (accesed 14/05/13)

Imam Sodikun. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Basket*. Jakarta : Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Max Darsono, dkk. 2000. *Belajar dan Pembelajaran*. Semarang : CV. IKIP Semarang Press.

Mulyasa. 2010. *Menjadi Guru Profesional*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.

Mulyasa. 2011. *Praktik Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.

Nuril Ahmadi. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta : Era Pustaka Utama.

Oliver, Jon. 2007. *Dasar-Dasar Bolabasket*. Bandung : Pakar Raya.

PB. PERBASI. 2010. *Peraturan Resmi Bola Basket*. Jakarta : Perbasi.

Siti Nurrochmah, Supriayadi dan I Nengah Sudjana. 2009. *Pengembangan Instrumen Tes Bolabasket Bagi Pemula*. Jakarta : Asisten Deputi IPTEK Olahraga, Deputi Peningkatan Prestasi dan IPTEK Olahraga, Kemenpora R.I.

Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta. Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.

Suharsimi Arikunto, Suhardjono dan Supardi. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : PT. Bumi Aksara

Tim Penyusun. (2007). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Cetakan . Jakarta : Balai Pustaka.

Wissel, Hall. 2000. *Basket Ball Step to Succes*. Amerika : Raja Grafindo. aZainal Aqib, dkk. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung : Yrama Widya