JURNAL

PENINGKATAN MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR *LAY-UP SHOOT* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET MELALUI PRINSIP URUTAN LATIHAN BAGI SISWA KELAS V MI. AL FALAH 1 KADUR KECAMATAN KADUR-KABUPATEN PAMEKASAN TAHUN PELAJARAN 2015/2016

IMPROVEMENT OF MOTIVATION AND LEARNING OUTCOMES IN LAY-UP SHOOT BASKETBALL GAME ON PRINCIPLES FOR THE SEQUENCE EXERCISE CLASS V MI. AL Falah 1 SUB Kadur Kadur Pamekasan LESSON YEAR 2015/2016

Oleh:

ABDUL HAMID
NPM :14.1.01.09.0330P

Dibimbing oleh :

1. **Wasis Himawanto, M.Or**
2. **Moh Nurkholis, M.Or**

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA

UNP KEDIRI

2016

Artikel Skripsi
Universitas Nusantara PGRI Kediri

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2016

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: ABDUL HAMID
NPM	: 14.1.01.09.0330P
Telepun/HP	: O82333069329
Alamat Surel (Email)	: -
Judul Artikel	: PENINGKATAN MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR *LAY-UP SHOOT* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET MELALUI PRINSIP URUTAN LATIHAN BAGI SISWA KELAS V MI. AL FALAH 1 KADUR KECAMATAN KADUR-KABUPATEN PAMEKASAN TAHUN PELAJARAN 2015/2016
Fakultas – Program Studi	: KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
Nama Perguruan Tinggi	: UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
Alamat Perguruan Tinggi	: Jl. K.H Achmad Dahlan No. 76, Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;

b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 25 Januari 2017
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Wasis Himawanto, M.Or	**Moh Nurkholis, M.Or**	**ABDUL HAMID**
NIDN : 0723128103	**NIDN : 0725048802**	**NPM :14.1.01.09.0330P**

PENINGKATAN MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR *LAY-UP SHOOT* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET MELALUI PRINSIP URUTAN LATIHAN BAGI SISWA KELAS V MI. AL FALAH 1 KADUR KECAMATAN KADUR-KABUPATEN PAMEKASAN TAHUN PELAJARAN 2015/2016

ABDUL HAMID
NPM :14.1.01.09.0330P
FKIP - Penjaskesrek

Wasis Himawanto,M.Or dan Moh Nurkholis,M.Or
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini berangkat dari hasil belajar siswa yang sangat rendah pada keterampilan bermain bola basket. Teknik dasar permainan bola basket yang harus dimiliki oleh siswa dalam penguasaan keterampilan antara lain meliputi : lempar tangkap bola (*passing*), memantulkan bola (*dribbling*), menembak bola ke ring basket (*shooting*), berputar badan (*pivot*), olah kaki (*foot work*), melompat atau meloncat (*jumping*), dan gerak tipu dengan bola atau tidak dengan bola (*fakes and faints*).

Hasil belajar yang sangat rendah tersebut disebabkan metode pembelajaran yang diterapkan oleh guru bidang studi pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan tidak berjalan dengan efektif. Hal ini disebabkan karena guru bidang studi tersebut kurang menguasai materi ajar pada pokok bahasan keterampilan bermain bola basket. Untuk meningkatkan hasil belajar siswa tersebut, penulis mencoba menerapkan metode duplikasi dalam proses pembelajaran di kelas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar efektivitas metode duplikasi dengan menggunakan multimedia didalam peningkatan keterampilan dalam permainan Bola basket.

Penelitian ini merupakan suatu bentuk penelitian berkaitan dengan hubungan sebab akibat. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen semu dengan menggunakan pre test dan pos test design. Sampel yang digunakan adalah siswa kelas V MI Al falah Kadur Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan yang berjumlah 11 orang siswa.

Setelah diuji dengan test diperoleh hasil tes keterampilan dasar permainan bola basket sebesar 62,18 pada siklus I,siklus II dengan Rata-rata sebesar 67,27 dan siklus II dengan Rata-rata sebesar 82,18. Dengan demikian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pembelajaran dengan menggunakan metode duplikasi terhadap peningkatan keterampilan dasar permainan bola basket pada siswa kelas V MI Al-Falah 1 Kadur Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan.Pendekatan metode duplikasi dengan menggunakan multimedia sangat efektif untuk meningkatkan keterampilan dasar permainan bola basket.

Kata Kunci : Kemampuan tolak peluru, media pembelajaran, onde-onde.

I. LATAR BELAKANG

Dalam proses pembelajaran penjasorkes terdapat berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan (olahraga), internalisasi nilai-nilai (sportivitas, kejujuran, kerja sama, disiplin, dan bertanggung jawab), dan pembiasaan pola hidup sehat. Proses pembelajaran penjasorkes yang dilakukan ini lebih dominan pada aktivitas unsurfisik untuk mencapai tujuan pembelajaran yang bersifat multidimensi (aspek psikomotorik, kognitif, dan apektif). Untuk itu kompetensi didaktik dan metodik mengajar merupakan syarat mutlak yang harus dimiliki oleh seorang guru. Ketika mengajar suatu bentuk keterampilan gerak, sudah selayaknya guru memperhatikan tingkat pertumbuhan dan perkembangan kemampuan gerak siswanya tidak semata-mata hanya pada tujuan yang harus dicapai karena merupakan tujuan yang termuat didalam kurikulum sekolah. Keterampilan dasar bermain bola basket diantaranya *Lay-up Shoot.*

Bagi sebagian besar siswa di kelas V MI Al-falah 1 Kadur keterampilan Lay-up Shoot masih belum menguasai. Ini terlihat saat siswa belajar materi bola basket kebanyakan siswa salah melakukan teknik lay-up shoot terutama dalam melakukan langkah kaki. Kekeliruan melakukan teknik lay-up shoot disebabkan faktor-faktor tertentu yaitu (1) motivasi yang tidak optimal dari peserta didik karena fostur tubuh yang relatif pendek. (2) akibat sering gagal saat berlatih, (3) kebiasaan yang dilakukan secara otodidak nampaknya membuat siswa banyak melakukan kesalahan dan sulit "diluruskan" dengan metode yang benar.

Dalam rangka meningkatkan kemampuan teknik lay-up shoot diperlukan adanya latihan yang menyampaikan serangkaian tugas gerak latihan secara sistematis yaitu tugas gerak dari yang sederhana menuju ke tugas gerak yang kompleks, dari yang mudah ke yang sulit agar siswa dapat belajar teknik lay-up yang baik kearah ring basket dengan benar. Berkaitan dengan hal di atas penulis tertarik untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam permainan bola basket melalui latihan dengan prinsip urutan latihan yang benar.

Berdasarkan uraian diatas, penulis melakukan penelitian dengan judul Peningkatan Motivasi dan Hasil Belajar *Lay Up Shoot* dalam Permainan Bola Basket melalui Prinsip Urutan Latihan bagi Siswa Kelas V MI Al-falah 1 Kadur Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan Tahun pelajaran 2015/2016.

Bola basket segera dikenal dan tersebar cepat ke seluruh dunia oleh perjalanan pada Kompetisi antar Universitas marak setelah abad kedua puluh. *The National Invitation Tournament*

(Tournament Profesional Nasional yang pertama) dilakukan pada tahun 1938, dan the National Basketball Association (NBA), liga bola basket profesional utama, dibentuk tahun 1946. Bola basket pertama kali diikutsertakan dalam olimpiade pada tahun 1936. Bola basket dimaenakan oleh dua tim dengan lima permain per tim. Tujuannya adalah mendapatkan nilai (Skor) dengan memasukkan bola kekeranjang dan tim mencegah tim lain melakukan hal serupa.

Menurut Wissel (2000:2) mengatakan bola dapat diberikan dengan passing (operan) dengan tangan atau mendriblenya (Banting, pushing, atau tapping) beberapa kali pada lantai tanpa menyentuhnya dengan dua tangan secara bersamaan. Teknik dasar mencakup gerakan kaki (footwork), menembak (shooting), operan (pussing) dan menangkap, Drible, rebound, bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola dan bertahan. Basket dianggap sebagai olahraga unik karena diciptakan secara tidak sengaja oleh seorang guru olahraga. Pada tahun 1891, Dr. James Naismith, seorang guru Olahraga asal Kanada yang mengajar di sebuah perguruan tinggi untuk para siswa profesional di YMCA (sebuah wadah pemuda umat Kristen) di Springfield, Massachusetts, harus membuat suatu permainan di ruang tertutup untuk mengisi waktu para siswa pada masa liburan musim dingin di New England. Terinspirasi dari permainan yang pernah ia mainkan saat kecil di Ontario, Naismith menciptakan permainan yang sekarang dikenal sebagai bola basket pada 15 Desember 1891.

1.1 Teknik Permainan Bola Basket

Cara memegang bola basket adalah sikap tangan membentuk mangkok besar. Bola berada di antara kedua telapak tangan. Telapak tangan melekat di samping bola agak ke belakang, jari-jari terentang melekat pada bola. Ibu jari terletak dekat dengan badan di bagian belakang bola yang menghadap ke arah tengah depan. Kedua kaki membentuk kuda-kuda dengan salah satu kaki di depan. Badan sedikit condong ke depan dan lutut rileks.

Dalam menangkap bola harus diperhatikan agar bola berada dalam penguasaan. Bola dijemput telapak tangan dengan jari-jari tangan terentang dan pergelangan tangan rileks. Saat bola masuk di antara kedua telapak tangan, jari tangan segera melekat ke bola dan ditarik ke belakang atau mengikuti arah datangnya bola. Menangkap bola (*catching ball*) terdiri dari dua macam cara yaitu menangkap bola di atas kepala dan menangkap bola di depan dada.

Mengoper atau melempar bola terdiri atas tiga cara yaitu melempar bola dari atas kepala (over head pass), melempar bola dari dari depan dada (chest pass) yang dilakukan dari dada ke dada dengan cepat

dalam permainan, serta melempar bola memantul ke tanah atau lantai (*bounce pass*).

Menggiring bola (*dribbling ball*) adalah suatu usaha membawa bola ke depan. Caranya yaitu dengan memantul-mantulkan bola ke lantai dengan satu tangan. Saat bola bergerak ke atas telapak tangan menempel pada bola dan mengikuti arah bola. Tekanlah bola saat mencapai titik tertinggi ke arah bawah dengan sedikit meluruskan siku tangan diikuti dengan kelenturan pergelangan tangan. Menggiring bola dalam permainan bola basket dapat dibagi menjadi dua cara, yaitu menggiring bola rendah dan menggiring bola tinggi. Menggiring bola rendah bertujuan untuk melindungi bola dari jangkauan lawan. Menggiring bola tinggi dilakukan untuk mengadakan serangan yang cepat ke daerah pertahanan lawan.

- ***Pivot*** atau memoros adalah suatu usaha menyelamatkan bola dari jangkauan lawan dengan salah satu kaki sebagai porosnya, sedangkan kaki yang lain dapat berputar 360 derajat.
- ***Shooting*** adalah usaha memasukkan bola ke dalam keranjang atau ring basket lawan untuk meraih poin. Dalam melakukan *shooting* ini dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan shooting dengan dua tangan serta shooting dengan satu tangan.
- ***Lay-up*** adalah usaha memasukkan bola ke ring atau keranjang basket dengan dua langkah dan meloncat agar dapat meraih poin. *Lay-up* disebut juga dengan tembakan melayang.

1.2 Pengertian Motivasi

Kata motivasi berasal dari bahasa latin “Movere” yang artinya menimbulkan pergerakan. Motivasi didefinisikan sebagai kekuatan psikologis yang menggerakkan seseorang kearah beberapa jenis tindakan.

Adapun pemotivasian dapat diartikan sebagai pemberian motif-motif sebagai pendorong agar orang bertindak, berusaha untuk mencapai tujuan organisasional (Silalahi, 2002).

Menurut Supriyono (2003), motivasi adalah kemampuan untuk berbuat sesuatu sedangkan motif adalah kebutuhan, keinginan, dorongan untuk berbuat sesuatu.

Motivasi merupakan sebuah predisposisi untuk bertindak dengan cara yang khusus dan terarah pada tujuan tertentu sekalipun rumusan tentang rumusan motivasi dibatasi hingga purposif atau yang diarahkan pada tujuan.

Menurut Taufik (2002) secara umum dapat dikatakan bahwa tujuan motivasi adalah untuk menggerakkan atau meng-gugah seseorang agar timbul keinginan dan kemauannya untuk melakukan sesuatu sehingga dapat memperoleh hasil dan atau mencapai tujuan tertentu.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan pada hari rabu tanggal 4 Mei 2016 sampai dengan rabu tanggal 18 Mei 2016 bertempat di MI Al-falah 1 Kadur Pamekasan Kabupaten Pamekasan yang terletak di Desa Kadur Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan.

Subyek penelitian ini adalah siswa kelas V MI Al-falah 1 Kadur Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan, pada semester 2 tahun pelajaran 2015/2016 sebanyak 11 siswa.

2.1 Metode Pengumpulan Data

Kegiatan siklus I dan II meng-gunakan beberapa instrumen pengumpul data yang digunakan oleh teman sejawat dan guru (peneliti).

Prosedur:

1. Observasi oleh teman sejawat: digunakan untuk merekam cara guru melaksanakan pembelajaran dan aktivitas belajar siswa.
2. Analisis dokumen (hasil ulangan siswa).

Instrumen:

1. Lembar observasi kegiatan guru dalam pembelajaran.
2. Lembar observasi perilaku siswa dalam pembelajaran.
3. Lembar dokumen.

2.2 Metode Analisis Data

Pada penelitian tindakan kelas ini, data dianalisis sejak pembelajaran dilakukan dan dikembangkan selama proses refleksi sampai proses penyusunan laporan. Untuk kesinambungan dan kedalaman dalam pembelajaran, data dalam penelitian ini digunakan analisis interaktif. Data yang dianalisis secara diskriptif kualitatif dengan analisis interaktif, terdiri dari reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan dilakukan dalam bentuk interaktif dengan pengumpulan data sebagai suatu proses siklus.

Perencanaan tindakan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Membuat rencana pembelajaran dengan menerapkan variasi bentuk- bentuk tugas gerak yang sistematis dalam pembelajaran Lay-up Shoot bola basket.
2. Membuat lembar observasi yaitu untuk mencatat semua kejadian yang muncul selama proses pembelajaran.

Pelaksanaan tindakan ini yaitu: menerapkan variasi bentuk-bentuk tugas gerak yang sistematis dalam pembelajaran Lay-up Shoot bola basket yang telah dirancang dalam satuan pengajaran (skenario pembelajaran) dan mengajar langsung di lapangan sekaligus melakukan pengamatan terhadap seluruh siswa yang belajar.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Penelitian tindakan untuk mencapai taget tujuan perbaikan ditempuh dalam tiga siklus.

3.1 Siklus Pertama

Siklus 1 terdiri dari dua kali pertemuan dengan target capaiannya adalah siswa memiliki minat yang tinggi untuk bermain basket dan memahami gerakan dasar Lay-up Shoot, khususnya pada cara perkenaan telapak tangan dengan bola basket, koordinasi, dan *footwork* /langkah kaki.

Pada akhir pembelajaran peneliti mengadakan evaluasi hasil belajar untuk mengetahui tingkat keberhasilan. Hasil perbaikan pembelajaran siklus I disajikan dalam tabel sebagai berikut.

No	Nama Siswa	Nilai	Tuntas	Belum Tuntas
1	Kh	64		√
2	M I M	58		√
3	S A	70		√
4	D S	88	√	
5	F H	60		√
6	H	76	√	
7	M N W	52		√
8	M Z	76	√	
9	M M B	46		√
10	T M S	82	√	
11	M H	76	√	
	Jumlah	748	5	6
	Presentasi	68.00	-	-

Tabel Hasil Evaluasi Siklus I

3.2 Siklus Kedua

Berdasarkan catatan dan fakta di lapangan ternyata terungkap adanya beberapa kendala pembelajaran seperti: Sebagian siswa belum memahami pergerakan tanpa bola untuk menempatkan diri pada posisi yang tepat guna memper-oleh umpan dari temannya untuk melakukan Lay-up Shoot.

Pada akhir pembelajaran peneliti mengadakan evaluasi hasil belajar untuk mengetahui tingkat keberhasilan. Hasil perbaikan pembelajaran siklus II disajikan dalam tabel sebagai berikut.

No	Nama Siswa	Nilai	Tuntas	Belum Tuntas
1	Kh	64		√
2	M I M	58		√
3	S A	76	√	
4	D S	88	√	
5	F H	76	√	
6	H	76	√	
7	M N W	52		√
8	M Z	76	√	
9	M M B	46		√
10	T M S	52		√
11	M H	76	√	
	Jumlah	740	6	5
	Presentasi	67,27	-	-

Tabel Hasil Evaluasi Perbaikan Siklus II

3.3 Siklus Ketiga

Pada akhir pembelajaran peneliti mengadakan evaluasi hasil belajar untuk mengetahui tingkat keberhasilan. Hasil perbaikan pembelajaran siklus III disajikan dalam tabel sebagai berikut.

No	Nama Siswa	Nilai	Tuntas	Belum Tuntas
1	Kh	88	√	
2	M I M	76	√	
3	S A	94	√	
4	D S	100	√	
5	F H	94	√	
6	H	100	√	
7	M N W	82	√	
8	M Z	100	√	
9	M M B	70	√	
10	T M S	100	√	
11	M H	94	√	
	Jumlah	904	11	-
	Presentasi	82.18	-	-

Tabel Hasil Evaluasi Perbaikan Siklus III

3.4 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Setelah diuji dengan test diperoleh hasil tes keterampilan dasar permainan bola basket sebesar 62,18 pada siklus I,siklus II dengan Rata-rata sebesar 67,27 dan siklus II dengan Rata-rata sebesar 82,18. Dengan demikian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pembelajaran dengan menggunakan metode duplikasi terhadap peningkatan keterampilan dasar permainan bola basket pada siswa kelas V MI Al-falah 1 Kadur Kecamatan Kadur Kabupaten Pamekasan.
2. Pendekatan metode duplikasi dengan menggunakan multimedia sangat efektif untuk meningkatkan keterampilan dasar permainan bola basket.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi (2002). ***Prosedur Penelitian.*** Jakarta: Rineka Cipta

Ateng, H. Abdulkadir, (1992), ***Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani***, Depdikbud Dirjen Dikti Proyek

Abidin, A (1999), ***Bola basket Kembar***, PT Rajagrafindo Persada, Jakarta.

Al-Khalili, A (2005), ***Mengembangkan Kreativitas Anak***, Pustaka Al-Kautsar, Jakarta.

Arikunto, S (1991), ***Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis***, PT Rineka Cipta, Jakarta.

Arsyad, A (2005), ***Media Pembelajaran***, PT Rajagrafindo Persada, Jakarta.

Cholik M., Toho dan Lutan, Rusli ,(1996/1997), ***Pendidikan Jasmani dan Kesehatan***, Jakarta : Depdiknas"

Depdikbud, (1987). ***Tes Keterampilan Bermain Bola Basket untuk SLTA Putra***. Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.

Depdiknas, (2007), ***Naskah Pengembangan Model-Model Pembelajaran Bola Basket*** : Diklat Instruktur Tingkat Lanjutan Guru Penjasorkes SMA.

Dinata, M (2003), ***Dasar-dasar Mengajar Bola Basket***, Cerdas Jaya, Bandar Lampung.

Dwijowinoto, K (1993), ***Dasar-dasar Ilmiah Kepelatihan***, IKIP Semarang Press, Semarang.

Faisal, S ((1982), ***Metodologi Penelitian Pendidikan***, Usaha Nasional, Surabaya.

Harsono (1988), ***Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching***, Dekdibud P2LPTK, Jakarta.

Harun, Jamaluddin (2003), ***Multimedia Dalam Pendidikan***, www.jz-media.com. Internet.

Hoedaya, Danu. (2001). ***Pendekatan Keterampilan Taktis Dalam Pembelajaran Bola Basket***. Jakarta

Supardi., Suharjono, (2012), ***Strategi Menyusun Penelitian Tindakan Kelas***. Semarang

Wahjoedi (2001), ***Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani***, PT. Rajagrafindo Persada, Jakarta