

---

---

# PENINGKATAN HASIL BELAJAR *LAY UP SHOOT* DALAM PEMBELAJARAN BOLABASKET DENGAN PERMAINAN LOMPAT KIJANG PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII C SMP NEGERI GALUR TAHUN AJARAN 2015/2016

**Agung Indra Permana dan Rusdiyanto**

Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Kolombo No. 1, Karangmalang, Yogyakarta 55281<sup>2</sup>

email: agung\_boy288@yahoo.com

---

## Abstract

*This study aims to investigate the increase of Lay Up Shoot learning using the deer jump game on physical education lesson in class VIII C SMP Negeri 1 Galur. This research was a classroom action research which consists of two cycles. Each cycle consists of one meeting. The subjects of research were all students of class VIII C SMP Negeri 1 Galur (26 students, 12 boys and 14 girls). The instruments in this study were: (1) observation sheet, (2) interview guidance, and (3) field note. The data presented in the form of descriptive. The study concluded that the use of methods or the deer jump game can enhance the learning process and results of Lay Up Shoot on students of class VIII C SMP Negeri 1 Galur. Based on test data in the first cycles, the average mark of students increased to 75.8 than before given the action that was 60,8. In the second cycles the student's average mark increased to 83.08 learners. In the second cycles, 88.46% students can reach the minimum competence standard that is 75.*

*Keywords: Results of Study, Lay up Shoot, Deer Jump Game*

## Abstrak

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran Lay Up Shoot dengan permainan lompat kijang dalam pembelajaran Penjasorkes kelas VIII C SMP Negeri 1 Galur. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang terdiri dari 2 siklus. Setiap siklus terdiri dari 1 pertemuan. Subjek penelitian adalah seluruh peserta didik kelas VIII C SMP Negeri 1 Galur (26 siswa, 12 putra dan 14 putri). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah: (1) lembar observasi, (2) panduan wawancara, dan (3) catatan lapangan. Teknik analisis data yang dilakukan adalah analisis deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan metode bermain lompat kijang dapat meningkatkan proses dan hasil pembelajaran Lay Up Shoot pada peserta didik kelas VIII C SMP Negeri 1 Galur. Berdasarkan data hasil tes pada siklus I, rata-rata nilai siswa yaitu 75,8 yang meningkat dibandingkan sebelum diberikan tindakan yaitu 60,8. Pada siklus II rata-rata nilai peserta didik meningkat menjadi 83,08. Pada siklus II, 88,46% peserta didik dapat mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yaitu 75.*

*Kata kunci: Hasil Belajar, Lay Up Shoot, Permainan Lompat Kijang*

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang diberikan di sekolah dari tingkat dasar sampai menengah atas. Dalam pendidikan, kurang lengkap jika di dalamnya tidak menyertakan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Pelaksanaan pendidikan jasmani bukan melalui pengajaran konvensional di dalam

kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran (DEPDIKNAS, 2003: 5-6).

Permainan dan olahraga bolabasket termasuk ke dalam salah satu materi yang diajarkan pada

mata pelajaran pendidikan jasmani kelas VIII C SMP Negeri 1 Galur, dan yang menjadi materi tersebut adalah *lay-up shoot*. *Lay-up shoot* adalah salah satu bagian dari teknik *shooting* yang paling sering dilakukan pemain dalam mencetak angka dalam permainan bolabasket.

Permainan bolabasket pertama kali diciptakan oleh James Naismith. Permainan ini dilakukan oleh dua regu yaitu 5 lawan 5. Keterampilan perorangan seperti *shooting*, *passing*, *dribble*, dan *rebound*, serta kerja tim untuk menyerang atau bertahan, adalah persyaratan untuk berhasil dalam olahraga ini. Untuk menyerang, setiap pemain harus dapat melakukan *shooting* yang baik guna meraih angka, di mana teknik *shooting* yang paling sering dilakukan setiap pemain dalam meraih angka yaitu *lay up shoot*. Cara melakukan *lay up shooting* sulit untuk dipelajari karena peserta didik kesulitan dalam melakukan koordinasi langkah kaki dengan baik, melakukan *footwork*, dan saat melakukan *shooting*.

Konsep permainan bolabasket menurut PERBASI (1998: 5) adalah sebagai berikut, "Permainan bolabasket adalah bolabasket yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing terdiri atas 5 orang. Tiap-tiap regu berusaha memasukkan bola atau membuat angka/skor. Bola boleh dioper, digelindingkan, atau dipantulkan/*dribbling* ke segala arah sesuai dengan peraturan/ketentuan". Adapun beberapa keterampilan dasar (teknik dasar) bolabasket yang harus dikuasai oleh para pemain adalah sebagai berikut: Penguasaan bola, Mengoper bola, *Pivot*, Menggiring Bola (*dribbling*), Memasukkan Bola (*shooting*).

*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 (Wikipedia, 2015). Menurut Taufik (2014) *lay up shoot* adalah melakukan tembakan sambil melompat pada permainan bolabasket. Jika dilihat, meskipun teknik *Lay Up Shoot* merupakan teknik dasar yang relatif mudah dilakukan akan tetapi masih banyak pemain bolabasket yang melenceng dalam memasukkan bola ke dalam basket. Mungkin banyak faktor yang mempengaruhinya, di antaranya posisi pemain, kecemasan pemain dalam mengeksekusi bola, *nervous*, atau bahkan belum bisa sama sekali.

Lari lompat kijang adalah kegiatan berlari dengan menirukan gaya berlari dari hewan kijang, yang cara pelaksanaannya pelari melakukan langkah jarak jauh dan menapakkan kakinya secara bergantian kanan dan kiri tetap dengan jarak yang lebar. Untuk permainan lompat kijangnya peserta didik di bagi menjadi 2 kelompok dan peserta didik bersiap di ujung lapangan sebelah barat kemudian peserta didik berlomba untuk membawa benda dengan berlari lompat kijang, dan meletakkan benda tersebut di ujung lapangan sebelah timur.

Dari hasil observasi dan wawancara dengan guru penjasorkes diketahui bahwa bolabasket merupakan suatu hal yang baru di sekolah. Guru tidak begitu menguasai keterampilan dasar bolabasket. Waktu pembelajaran yang dipersingkat dan penyampaian materi yang kurang menarik membuat siswa malas untuk belajar mempraktikkan apa yang diajarkan guru. Oleh karenanya, banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam mempraktikkan teknik dasar *lay up shoot* bolabasket. Selanjutnya, guru penjasorkes masih mengalami kesulitan dalam melakukan evaluasi atau mengoreksi dan memberikan *feedback* kepada siswa karena hanya melakukannya secara klasikal sehingga proses penilaian/ *feedback* belum optimal. Hal inilah yang menjadi salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya tingkat ketuntasan yang diperoleh peserta didik.

Penerapan evaluasi proses dengan permainan lompat kijang diharapkan akan dapat meningkatkan keterampilan dan pemahaman peserta didik pada materi *lay up shoot* bolabasket. Kesulitan yang dialami guru dalam melakukan evaluasi kepada setiap peserta didik dapat diatasi dan membantu peserta didik untuk memperbaiki gerakan-gerakan yang salah pada teknik dasar *lay up shoot* bolabasket di pertemuan sebelumnya. Setelah dilakukan evaluasi proses dengan permainan lompat kijang, hasil belajar peserta didik dapat diukur melalui serangkaian tes hasil belajar *lay up shoot* bolabasket.

Fokus utama dari penelitian ini adalah meningkatkan keterampilan dasar *lay up shoot* bolabasket melalui permainan lompat kijang di kelas VIII C SMP Negeri 1 Galur. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini berjudul "Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Lay Up Shoot* Peserta Didik Kelas VIII C

SMP Negeri 7 Yogyakarta tahun ajaran 2014/2015” yang telah diteliti oleh Ginanjar Dwi Saputro pada tahun 2014. Pada intinya penelitian tersebut memberi peningkatan yang positif terhadap keterampilan dasar *lay up shoot* bolabasket.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian Tindakan Kelas. Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah peserta didik kelas VIII C SMP Negeri 1 Galur Tahun Pelajaran 2015/2016 dengan jumlah keseluruhan peserta didik adalah sebanyak 26 peserta didik. Seluruh peserta didik diamati untuk mengetahui tingkat perkembangan hasil belajar.

Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan instrumen. Instrumen adalah alat bantu bagi peneliti dalam mengumpulkan data di dalam proses penelitian. Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Arikunto, 2010: 203). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah: (1) lembar observasi, (2) panduan wawancara, dan (3) catatan lapangan. Lembar observasi yang digunakan berupa kolom untuk memberikan penilaian dengan memberikan angka 1 untuk gerakan yang benar dan 0 untuk gerakan yang salah dan tidak dilakukan sehingga mempermudah dalam proses pengambilan data. Catatan di lapangan digunakan dalam penelitian untuk merekam semua kejadian yang tidak terekam di dalam lembar observasi yang berisi tentang aktivitas siswa dan guru pendidikan jasmani selama penelitian berlangsung. Teknik analisis data yang dilakukan adalah analisis deskriptif kuantitatif dan kualitatif.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Sebelum melaksanakan siklus I, peserta didik diberikan *pretest Lay Up Shoot* dengan hasil skor rata-rata kelas dari *pretest* keterampilan *Lay Up Shoot* adalah 60,8. Hal ini masih berada di bawah nilai kriteria ketuntasan minimal. Kriteria ketuntasan minimal yang ditetapkan untuk mata pelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 1 Galur adalah 75.

Siklus I, dilaksanakan pada hari Rabu, 12 Oktober 2015, dilaksanakan oleh peserta didik kelas VIII C menggunakan jam pelajaran 120 menit. Pada siklus pertama pembelajaran *Lay Up Shoot* dengan permainan lompat kijang ada peningkatan tetapi belum berhasil dengan baik. Kemampuan keterampilan peserta didik dalam melakukan proses pembelajaran *Lay Up Shoot* pada siklus I sudah mengalami peningkatan nilai rata-rata peserta didik sebelum diberikan tindakan 60,8 meningkat menjadi 75,8 pada siklus pertama.

Siklus ke II dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 19 November 2015, dilaksanakan oleh kelas VIII C menggunakan jam pelajaran 120 menit. Hasil prestasi keterampilan *Lay Up Shoot* pada siklus II rata-rata kelas yang dicapai adalah 83,03 sedangkan pada siklus I adalah 75,8. Hal ini berarti terjadi peningkatan sebesar 7,23 seiring dengan peningkatan penguasaan teknik *Lay Up Shoot*.

Persentase ketuntasan keterampilan *Lay Up Shoot* siswa dapat dinyatakan sebagai berikut: (1) saat *pretest* sejumlah 19,23 %, (2) siklus I sejumlah 50%, dan (3) siklus II sejumlah 88,46%. Hasil *pre test* menunjukkan baru terdapat 5 orang peserta didik yang telah memiliki keterampilan *Lay Up Shoot* di atas KKM, pada siklus I terjadi penambahan jumlah peserta didik yang memiliki keterampilan di atas KKM menjadi yaitu 13 orang peserta didik, dan pada siklus II jumlah peserta didik yang memiliki keterampilan di atas KKM sebanyak 23 orang peserta didik dari semua anggota kelas yang berjumlah 26 orang peserta didik. Hal ini membuktikan bahwa metode pembelajaran *Lay Up Shoot* dengan permainan lompat kijang sangat efektif untuk pencapaian hasil belajar.

Hasil *posttest* cenderung lebih baik dibanding dengan hasil *pretest* maka dapat dimaknai bahwa pembelajaran *Lay Up Shoot* dengan permainan lompat kijang mempunyai kesan yang baik di hati para peserta didik. Penggunaan model pembelajaran *Lay Up Shoot* dengan permainan lompat kijang dapat meningkatkan minat dan daya tarik peserta didik terhadap proses pembelajaran *Lay Up Shoot*, lebih baik dibandingkan dengan sebelum melakukan permainan lompat kijang.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Hasil penelitian mengenai upaya peningkatan hasil belajar *lay up shoot* dalam pembelajaran permainan Bolabasket melalui permainan lompat kijang pada peserta didik kelas VIII C SMP Negeri 1 Galur menunjukkan adanya peningkatan yang cukup signifikan. Peningkatan penguasaan keterampilan peserta didik ini terlihat dari peningkatan rata-rata nilai kelas dari 60,8 saat pretest; 75,8 pada siklus pertama; dan 83,03 pada siklus kedua. Selanjutnya, persentase ketuntasan minimal siswa meningkat dari mulai *pretest* sejumlah 19,23%, siklus I sejumlah 50%, kemudian siklus II mencapai 88,46%.

### Saran

1. Guru hendaknya lebih inovatif dalam menerapkan metode untuk menyampaikan materi pembelajaran.
2. Sekolah hendaknya berusaha menyediakan fasilitas yang dapat mendukung kelancaran kegiatan belajar mengajar.

3. Penelitian ini dapat diterapkan di kelas lain maupun di sekolah lain. Namun tentu saja dalam penerapannya harus diikuti oleh penyesuaian dan modifikasi seperlunya sesuai dengan konteks kelas ataupun sekolah masing-masing.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2003. *Standar Kompetensi Pendidikan Jasmani Sekolah Menengah Atas dan Madrasah Aliyah*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- <http://www.anneahira.com/teknik-lay-up-shoot.htm>. Diakses 28 April 2015.
- PB. PERBASI. (1999). *Peraturan Permainan Bola Basket*. Jakarta : Direktorat Keolahragaan Dirjen PLS Pemuda dan Olahraga.
- Wikipedia. 2015. *Bola basket*. [http://id.wikipedia.org/wiki/Bola\\_basket](http://id.wikipedia.org/wiki/Bola_basket). (diakses 28 April 2015).