

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *DRIBBLING* DENGAN MENGGUNAKAN *PROBLEM BASED LEARNING* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET PADA SISWA KELAS XI SMK SWASTA JAMBI MEDAN TAHUN AJARAN 2018/2019

Dewi Anggraini Hutabarat¹, Usman Nasution²

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar *dribbling* dalam permainan bola basket melalui model *problem based learning* pada siswa kelas XI SMK Swasta Jambi Medan Tahun Ajaran 2018/2019. Metode penelitian ini tindakan kelas dan subjek penelitian ini adalah kelas XI yang terdiri dari 28 siswa, objek dalam penelitian ini adalah menggunakan model *problem based learning*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar penilaian proses *dribbling* bola basket. Untuk memperoleh data dalam penelitian ini maka dilakukan tes siklus I yang berbentuk teknik *dribbling* bola basket. Setelah siklus I dilaksanakan maka diperoleh peningkatan hasil belajar siswa dari 28 orang siswa terdapat 18 siswa yang telah tuntas yaitu sebesar 64,28% dengan nilai rata-rata 7,42, dan terdapat 10 orang belum tuntas yaitu sebesar 35,72% . Ini berarti ketuntasan belajar klasikal (>85%) belum tercapai, untuk itu peneliti masih perlu melakukan beberapa perbaikan dalam pembelajaran, dan peneliti melanjutkan penelitiannya dengan dilakukannya tes siklus II yang sama perlakuannya di siklus I. Setelah siklus II dilaksanakan maka diperoleh peningkatan hasil belajar siswa dari 28 orang siswa terdapat 24 siswa yang telah tuntas yaitu sebesar 85,71% dengan nilai rata-rata 8,95, dan terdapat 4 orang siswa belum tuntas yaitu sebesar 14,29%. Ini berarti ketuntasan belajar secara klasikal(>85%) telah tercapai. Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa dengan melalui model *problem based learning* dapat meningkatkan hasil belajar *dribbling* dalam permainan bola basket pada siswa kelas XI SMK Swasta Jambi Medan Tahun Ajaran 2018/2019.

Kata Kunci : *Dribbling, Bola Basket, Problem Based Learning*

PENDAHULUAN

Permainan bola basket adalah salah satu jenis permainan beregu, prinsip utama dalam permainan beregu adalah kerjasama satu regu dengan tujuan mencapai kemenangan. Untuk mencapai tujuan yang dimaksudkan kepada setiap pemain lebih dulu menguasai teknik dasar dalam permainan bola basket.

Dribbling atau menggiring bola merupakan salah satu keterampilan yang sangat penting dan mendasar dalam permainan bola basket. Teknik ini wajib dikuasai dengan baik, karena satu tim tidak akan dapat mengembangkan permainan mereka apabila tidak mempunyai keterampilan menggiring bola dengan baik.

Salah satu yang sering terjadi dalam permainan bola basket dan sesuai dengan hasil pengamatan peneliti pada siswa kelas XI SMK Swasta Jambi Medan, dalam praktek olahraga bola basket. Kemampuan siswa dalam melakukan *dribbling* masih kurang, sehingga hasil *dribbling* yang sering dilakukan masih sering salah dan tidak terkontrol dengan telapak tangan. Kesalahan yang sering dilakukan adalah posisi saat akan memantulkan bola kelantai dengan cara memukul bola dan pergerakan tangan saat melaksanakannya, dan kurang memadainya fasilitas sekolah, sehingga peneliti mengambil tindakan latihan yang lebih

¹ Penulis adalah Guru Pendidikan Jasmani

² Penulis adalah Staf Edukatif Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED

efisien dengan menggunakan *Problem Based Learning* sebagai metode pengajaran untuk meningkatkan hasil belajar *dribbling* siswa.

Kurikulum 2013 bertujuan untuk mempersiapkan manusia Indonesia agar memiliki kemampuan hidup sebagai pribadi dan warga negara yang beriman, produktif, kreatif, inovatif, dan afektif serta mampu berkontribusi pada kehidupan masyarakat, berbangsa, bernegara dan peradaban dunia. Agar pelaksanaan kurikulum 2013 dapat mengembangkan sikap dan pengetahuan, maka dibutuhkan metode/model pembelajaran yang dapat mengasah minat dan bakat peserta didik. Ada beberapa jenis model yang dapat digunakan salah satunya adalah model *Problem Based Learning (PBL)*. Model PBL adalah model pembelajaran yang memungkinkan siswa belajar secara aktif dan partisipatif. Model pembelajaran ini memaksimalkan kemampuan siswa dalam hal menganalisa masalah – masalah yang sering terjadi dalam proses pembelajaran dan bersama – sama mencari pemecahan masalah tersebut. Dengan melibatkan siswa dalam menganalisa masalah dan mencari pemecahan masalah tersebut maka perhatian siswa terhadap materi akan lebih terfokus dan juga meningkatkan proses pemahaman hingga mampu meningkatkan hasil belajar.

Pembelajaran dengan model *problem based learning* dapat meningkatkan kemampuan berfikir kritis, menumbuhkan inisiatif siswa, motivasi internal untuk belajar dan dapat mengembangkan hubungan interpersonal dalam belajar kelompok.

Dari latarbelakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Dribbling* dengan Menggunakan *Problem Based Learning* dalam Permainan Bola Basket pada Siswa Kelas XI SMK SWASTA JAMBI Medan Tahun Ajaran 2018/2019.”

Hakikat Permainan Bola Basket

Bola basket merupakan mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan untuk sekolah menengah keatas (SMA) atau madrasah aliyah (MA). Pembelajaran bola basket adalah merupakan suatu cabang olahraga yang banyak diminati oleh siswa dan siswi SMA/SMK/MA pada saat ini. Di SMK Swasta Jambi Medan khususnya banyak siswa yang kurang meminati olahraga ini baik siswa laki-laki maupun perempuan. Di SMA/SMK/MA ada beberapa materi bola basket yang diajarkan seperti *dribbling*, *passing*, *shooting*, dan *lay up*. Untuk dikelas XI SMK Swasta Jambi Medan materi yang diajarkan adalah *dribbling*.

Bola basket adalah suatu jenis cabang olahraga berkelompok yang terdiri dari atas dua tim yang beranggotakan masing – masing lima orang dalam satu tim. Setiap tim saling bersanding untuk memasukkan bola ke ring lawan. Tujuannya adalah untuk mendapatkan nilai (skor) dengan memasukkan bola keranjang lawan dan mencegah tim lawan melakukan hal serupa. Bola dapat diberikan hanya dengan *passing* (operan) dengan tangan atau dengan *dribbling*nya beberapa kali pada lantai tanpa menyentuhnya dengan dua tangan secara bersamaan. Teknik dasar bola basket mencakup *footwork* (gerakan kaki), *shooting* (menembak), *passing* (operan), dan *catcing* (menangkap), *rebound*, bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola, bertahan dan menyerang. Walaupun para pemain diperbolehkan bermain pada posisi apapun, posisi yang paling umum pada tim dengan 5 pemain adalah pemain 1 sebagai *point guard (best ball handler)*, pemain 2 sebagai *shooting guard (best outside shooting)*, pemain 3 sebagai *small forward (versatile inside and outside shooting)*, pemain 4 sebagai *power forward (rebounding forward)*, dan pemain 5 sebagai pemain tengah (*inside score, rebounding and shoot blocker*). (Ibrahim Sembiring, Rusdi L A, 2009:1)

Teknik Dribbling Permainan Bola Basket

Dribbling adalah suatu usaha untuk membawa bola kedepan. Menurut Ibrahim Sembiring, Rusdi L A (2009:28) mengemukakan *dribble* pada dasarnya adalah gerakan yang harus mengarah pada ring. Namun *dribble* juga dapat menjadi cara untuk membuka peluang bagi pemain lain agar mendapat ruang untuk mencetak *score*. Teknik *dribble* bola basket

sebagai berikut :*Dribble* dilakukan dengan kekuatan siku, pergelangan tangan, telapak tangan, jari – jari dan sedikit bantuan dari bahu. Jadi harus rileks namun tegas menekan bola. *Dribble* yang legal adalah selama posisi tangan tidak berada dibawah bola dan bola harus meninggalkan tangan sebelum kaki tumpuan (*pivot foot*). Saat berpindah melakukan *dribble*, posisi berhenti yang dianjurkan adalah *quick stop* dengan maksud untuk menghindari *traveling* (peraturan berjalan). Tangan yang lemah dalam *dribble* harus terus dilatih agar seimbang atau sama baiknya dengan tangan yang kuat. Gunakan tangan yang tidak melakukan *dribble* untuk melindungi bola dari *defender*. Ingatkan pemain untuk melakukan *dribble* dalam posisi *quick stance* dan rendah.

Dribbling pada prinsipnya membawa bola dengan dipantul-pantulkan dengan satu tangan yang dilakukan dengan berjalan atau berlari. Berkaitan dengan *dribbling* Arma Abdoellah (1981:109) menyatakan, ” *dribbling* atau menggiring bola adalah suatu usaha untuk membawa bola kedepan”. Menurut Ambler Vic (1990:10) “*dribbling* adalah membawa bola dengan cara memantul-mantulkannya”. Pendapat lain dikemukakan A. Sarumpaet Zulfar Djazet, Parno dan Imam Sadikun (1992:229) bahwa, ”*dribbling* bola diperbolehkan hanya dengan satu tangan kanan atau kiri saja dan secara bergantian antara tangan kanan dan kiri. Berdasarkan pengertian *dribbling* yang dikemukakan ketiga ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, *dribbling* merupakan suatu cara membawa bola kedepan dengan memantul-mantulkan bola kelantai dengan satu tangan atau secara bergantian baik dengan berjalan ataupun berlari.

Model Problem Based Learning (PBL)

Model pembelajaran merupakan suatu pendekatan pembelajaran yang digunakan untuk meningkatkan aktivitas, sikap, dan pengetahuan siswa. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Hanafiah (2009:41) yang mengungkapkan bahwa model pembelajaran merupakan salah satu pendekatan dalam rangka mensiasati perubahan perilaku peserta didik secara adaptif maupun generative.

Sedangkan Zubaidi (2011:185) mengungkapkan bahwa model pembelajaran adalah bentuk pembelajaran yang tergambar dari awal sampai akhir yang disajikan secara khas oleh guru dikelas. Selanjutnya, pada pengembangan model pembelajaran menurut pandangan konstruktivis harus memperhatikan dan mempertimbangkan pengetahuan awal siswa yang mungkin diperoleh diluar sekolah serta dalam pembelajarannya harus melibatkan siswa dalam kegiatan yang nyata (Rustaman:2-17)

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran merupakan suatu pendekatan yang digunakan guru pada proses pembelajaran didalam kelas yang memperhatikan pengetahuan awal siswa dan melibatkan siswa secara langsung berupa kegiatannya sehingga aktivitas, keterampilan, sikap, dan pengetahuan siswa meningkat.

Model PBL dikembangkan dengan berdasarkan konsep – konsep yang dicetuskan oleh Jerome Bruner. Konsep tersebut adalah belajar penemuan atau *discovery learning*. Konsep tersebut memberikan dukungan teoritis terhadap pengembangan model PBL yang berorientasi pada kecakapan memproses informasi.

Menurut Tan (dalam Rusman, 2010:229) PBL merupakan penggunaan berbagai macam kecerdasan yang diperlukan untuk melakukan konfrontasi terhadap tantangan dunia nyata, kemampuan untuk menghadapi segala sesuatu yang baru dan kompleksitas yang ada. Pendapat diatas diperjelas oleh Ibrahim dan Nur (dalam Rusman, 2010:241) bahwa PBL merupakan suatu pendekatan pembelajaran yang digunakan untuk merangsang berpikir tingkat tinggi siswa dalam situasi yang berorientasi pada masalah dunia nyata, termasuk didalamnya belajar bagaimana belajar. Seperti yang telah diungkapkan oleh pakar PBL Barrows (dalam gaya hidup alami.wordpress.com,2014) PBL merupakan sebuah model

pembelajaran yang didasarkan pada prinsip bahwa masalah (*problem*) dapat digunakan sebagai titik awal untuk mendapatkan atau mengintegrasikan pengetahuan (*knowledge*) baru.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, peneliti menyimpulkan PBL adalah suatu model pembelajaran yang berorientasi pada pemecahan masalah yang diintegrasikan dengan kehidupan nyata. Dalam PBL diharapkan siswa dapat membentuk pengetahuan atau konsep baru dari informasi yang didapatnya, sehingga kemampuan berfikir siswa benar-benar terlatih.

METODE

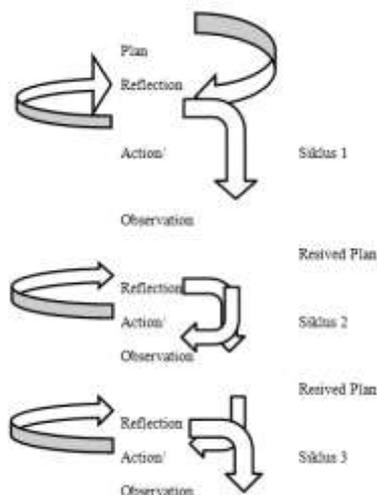
Pelaksanaan penelitian dilakukan di SMK Swasta Jambi Medan yang beralamat di Jalan Pertiwi No 116 Medan Tembung Bantan. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Januari 2019 jumlah pertemuan menurut RPP dan Kurikulum materi bola basket sebanyak 2 kali pertemuan, kalau sudah tercapai KKM yang ditentukan. Rencana jumlah siklus yang akan dilakukan adalah satu siklus, jika pada satu siklus belum tercapai KKM maka akan dilanjutkan kesiklus dua.

Adapun yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah seluruh Siswa/siswi kelas XI OTKP II SMK Swasta Jambi Medan TahunAjaran 2018/2019 terdiri dari berjumlah 28 siswa. Objek penelitian yang peneliti gunakan adalah Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL).

Sesuai dengan permasalahan dan tujuan yang dimaksud, untuk menentukan informasi tentang Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Dribbling* Bola Basket Melalui Model *Problem Based Learning* Pada Siswa Kelas XI SMK Swasta Jambi Medan TahunAjaran 2018/2019. Sehubungan dengan hal tersebut, maka penulis menggunakan metode yang dianggap sesuai dengan permasalahan yang hendak diteliti yaitu menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK).

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian tindakan kelas berupa refleksi awal dan observasi untuk mengidentifikasi permasalahan yang terjadi, dilanjutkan dengan pelaksanaan PTK selama satu siklus atau lebih sehingga tujuan PTK tercapai.

Untuk lebih jelasnya berikut ini dikemukakan penelitian tindakan kelas model Agus Kristiyanto yang dikemukakan secara sistematis seperti terlihat pada skema dibawah ini :



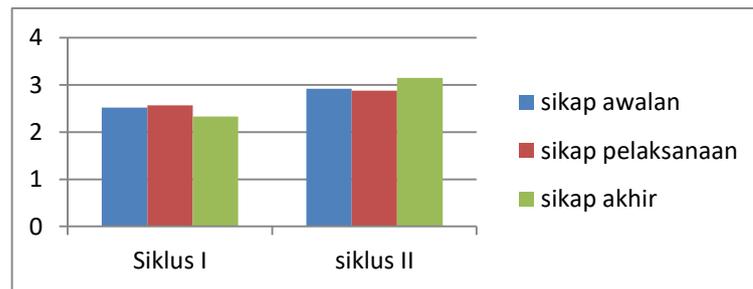
Gambar Skema Siklus Dalam Penelitian Tindakan Kelas
Sumber : Agus Kristiyanto, (2010:19)

HASIL

Tabel Perbandingan Skor Rata-Rata Indikator

Indikator	Siklus I	Siklus II
Sikap awalan	2,52	2,92
Pelaksanaan	2,57	2,88
Sikap akhir	2,33	3,15

Dari table diatas dapat dilihat setiap peningkatannya pada siklus I dan siklus II yaitu pada sikap awalan skor rata-rata 2,52 menjadi 2,92, pelaksanaan dari skor rata-rata 2,57 menjadi 2,88, sikap akhir dari skor rata-rata 2,33 menjadi 3,15.



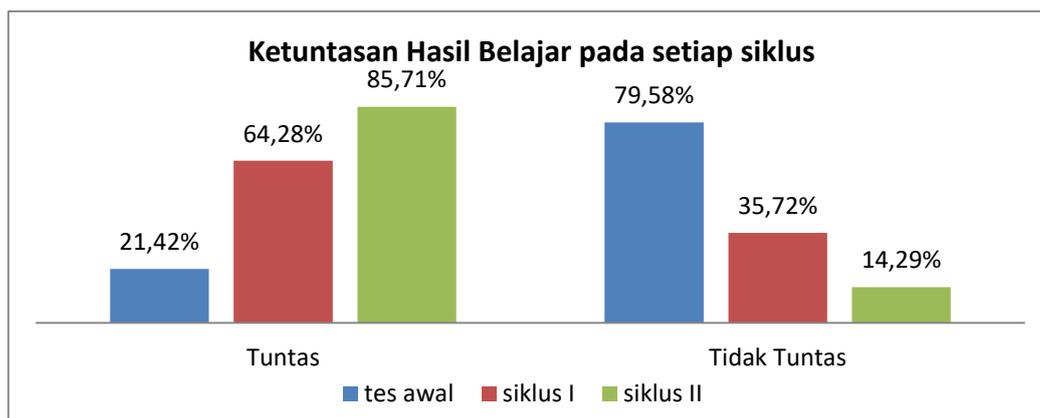
Gambar Perbandingan skor rata-rata indikator

Adapun perbandingan peningkatan hasil dari setiap siklus dapat dilihat pada table berikut:

Tabel Perbandingan Hasil Belajar Pada Setiap Siklus

No	Hasil Tes	Persentase	Keterangan	Rata-rata
1	Data Awal	21,42%	6 tuntas	6,6
		79,58%	22 tidak tuntas	
2	Siklus I	64,28%	18 tuntas	7,42
		35,72%	10 tidak tuntas	
3	Siklus II	85,71%	24 tuntas	8,95
		14,29%	4 tidak tuntas	

Dari table diatas menunjukkan bahwa perbandingan hasil belajar dari setiap siklus mengalami peningkatan mulai dari tes awal yaitu yang tuntas 21,42% (6 orang) dan tidak tuntas 79,58% (22 orang), tes siklus I yang tuntas 64,28% (18 orang) dan tidak tuntas 35,72% (10 orang), dan tes siklus II yang tuntas 85,71% (24) dan tidak tuntas 14,29% (4 orang).



Gambar Perbandingan Hasil Belajar Pada Setiap Siklus

PEMBAHASAN

Dari analisis data yang telah dilakukan dapat disimpulkan dengan penerapan *model problem based learning* dapat meningkatkan hasil belajar siswa, dari tes hasil belajar I yang masih rendah yaitu dengan nilai rata-rata sebesar 7,42 dengan ketuntasan 64,28%. Untuk selanjutnya perlu dilakukannya perbaikan tindakan pada siklus II. Pada siklus I peneliti menemukan kesulitan yang dialami dalam pembelajaran diantaranya:

1. Siswa kurang mengerti saat melakukan posisi tangan saat melakukan *dribbling*. Untuk mengatasinya peneliti dan guru pendidikan jasmani harus mencontohkan gerakan tangan yang benar pada saat melakukan teknik *dribbling*.
2. Siswa kelihatan bingung saat memperagakan posisi badan pada saat melakukan *dribbling* karena badan yang masih kaku dan tidak rileks. Untuk mengatasinya peneliti dan guru pendidikan jasmani melakukan gerakan bagaimana posisi badan dalam melakukan *dribbling*.
3. Agar memberikan pembelajaran kembali setelah melakukan tes akhir.

Kemudian pada siklus II dapat dilihat bahwa telah ada peningkatan aktifitas siswa dari siklus sebelumnya. Dari tes hasil analisis yang dilakukan disimpulkan bahwa telah terjadi peningkatan kemampuan siswa. Peningkatan ini terjadi setiap indikator dan terjadi secara signifikan pada indikator 1,2 dan 3, dimana siswa rileks melakukan *dribbling*,

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa “Melalui model *problem based learning* dapat meningkatkan hasil belajar *dribbling* bola basket pada siswa kelas XI SMK Sawasta Jambi Medan Tahun Ajaran 2018/2019”.

Saran

Dari hasil penelitian dari kesimpulan diatas maka penelitian mengajukan beberapa saran: 1) Model *problem based learning* dapat dijadikan alternative bagi guru untuk diterapkan dalam pembelajaran *dribbling* bola basket. 2) Disarankan kepada guru penjas agar dapat lebih memotivasi siswa untuk lebih semangat dalam belajar. 3) Agar guru penjas memberi perhatian khusus dalam proses pembelajaran pada siswa yang belum tuntas. 4) Dapat dijadikan sebagai bahan acuan bagi para peneliti berikutnya dengan tema dan permasalahan yang sama. 5) Dapat berguna bagi sekolah dan memberi keuntungan kepada siswa dalam melakukan pelajaran khususnya penjas.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin,A. 1999. *Bola Basket Kembar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Ahmadi, N. 2007. *Permainan Bola Basket*. Era Intermedia
- Arikunto, dkk. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Chirstianto & Tusikal. 2013. *Peningkatan hasil belajar dribbling bola basket melalui metode latihan bagian*. Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Vo.1. No.02.
- Imam Sodikun. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Basket*. Jakarta: Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan.
- Nanda. Yulingga. 2015. *Pengaruh Gaya Mengajar Terhadap Hasil Belajar dribbling Bola Basket Ditinjau Dari Koordinasi Mata dan Tangan*. Efektor Jurnal . UNP Kediri, 26, 2355-7621.
- Oliver, Jon. 2007. *Dasar-Dasar Bola Basket*. Bandung: PT. Intan Sejati.
- Rusmini. 2009. *Upaya Guru Meningkatkan Keterampilan Dasar Dribbling dalam Permainan Bola Basket pada Siswa Sekolah Dasar Kelas V*. Jurnal Pendidikan Jasmani, Vol 2, No 1
- Sirijudin, dkk. 1994. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: PT Grafindo Media Pratama.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta, RinekaCipta
- Sudjana,N. 2010.*Penilaian Hasil Proses Belajar rMengajar*. Bandung: PT Remaja Rosda karya Offset.
- Sukintaka. 1979. *Permainan*. Jakarta: P dan K
- Suryosubroto, B. 2009.*Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: PT. RinekaCipta.
- Sutrisno, Muhajir. 2014.*Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Pusat Kurikulum Dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud.
- Wissel, Hall. 1996. *Bola basket dengan Program Pemahiran Teknik dan Taktik*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.