

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORITIS, KERANGKA BERFIKIR, dan HIPOTESIS TINDAKAN**

#### **A. Tinjauan Teoritis**

##### **1. Konsep Dasar Pendidikan Jasmani**

###### **a. Pengertian Pendidikan Jasmani**

Pengertian pendidikan jasmani telah dikemukakan oleh beberapa ahli atau para tokoh yang berkecimpung dalam dunia pendidikan jasmani, diantaranya adalah sebagai berikut :

Mahendra (2009 : 3), mengemukakan :

pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk social, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

James A. Baley dan David A. Field (2001 dalam Abduljabar, 2011 : 82)

Pendidikan jasmani adalah suatu proses terjadinya adaptasi dan pembelajaran secara organik, neuromuscular, intelektual, sosial, kultural, emosional, dan estetika yang dihasilkan dari proses pemilihan berbagai aktivitas jasmani.

Cholik Mutohir (1992 dalam Samsudin, 2008 : 2)

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila.

Samsudin (2008 : 2) mengemukakan :

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan emosional

Riski Iskandar, 2014

*Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing dan Catching dalam Pembelajaran Permainan Bola basket Melalui Modifikasi Media Pembelajaran*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pada kenyataannya, pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sangat luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, penjas berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya, hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Pendekatan holistik tubuh-jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain kependidikan: psikomotor, kognitif, dan afektif.

Dari banyak pendapat tentang pengertian pendidikan jasmani, dapat disimpulkan pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis diarahkan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

#### **b. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani**

Berdasarkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP 2006 : 208) yang dikeluarkan oleh departemen Pendidikan Nasional Ditjen Dikdasmen, ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan meliputi aspek-aspek sebagai berikut :

- a. Permainan dan olahraga meliputi olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor, non lokomotor dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepakbola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulutangkis, dan bela diri, serta aktivitas lainnya.
- b. Aktivitas pengembangan meliputi mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
- c. Aktivitas senam meliputi ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
- d. Aktivitas ritmik meliputi gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
- e. Aktivitas air meliputi permainan di air, keselamatan di air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
- f. Pendidikan luar kelas meliputi piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, mendaki gunung.
- g. Kesehatan meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan

berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

Terkait dengan materi pembelajaran (bahan ajar), khususnya dalam bentuk permainan dan olahraga, banyak sekali jenis-jenis permainan yang harus diajarkan kepada siswa. Salah satunya adalah permainan bola basket yang termasuk ke dalam kelompok permainan bola besar. Materi permainan bola basket mulai diajarkan di kelas 5 sekolah dasar. 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 di kurikulum.

Bucher (1979, dalam Samsudin, 2008 : 7) mengemukakan bahwa tujuan pendidikan SD adalah :

(1) Anak harus dipandang sebagai individu dengan kebutuhan fisik, mental, emosional dan sosial yang berbeda, (2) Keterampilan gerak dan kognitif harus mendapat penekanan, (3) Anak harus meningkatkan kekuatan otot, daya tahan, kelenturan, kemampuan dan koordinasi serta harus belajar bagaimana faktor – faktor tersebut memainkan peran dalam meningkatkan kebugaran jasmani, (4) pertumbuhan sosial dalam olahraga harus menjadi bagian penting dari semua program.

Sedangkan fokus program pendidikan jasmani di SD kelas IV – VI, Bucher (1979, dalam Samsudin, 2008 : 7) mengemukakan :

(1) Program pendidikan jasmani harus memberikan kesempatan untuk memperoleh kesenangan, belajar keterampilan baru, dan belajar berbagai cabang olahraga, (2) Anak juga membutuhkan latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, (3) Pada tingkatan usia ini hampir pasti bahwa pendidikan jasmani dipandang sebagai tempat untuk membentuk persahabatan yang baru, (4) Anak juga menekankan bahwa program pendidikan jasmani memberikan kesempatan untuk “beraksi” (show off) dan anak juga mampu menghilangkan ketegangannya.

Pada dasarnya penyelenggaraan program pengajaran penjas hendaknya mencerminkan karakteristik program penjas itu sendiri yaitu “Developmentally Appropriate Practice” atau disingkat DAP. Adapun prinsip DAP Menurut R. Ibrahim dan Komarudin (2008 : 24)

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan pelatihan olahraga, sesuai dengan prinsip “Developmentally Appropriate Practice” (DAP), atau praktik pembelajaran penjas dan pelatihan olahraga yang disesuaikan dengan taraf perkembangan siswa/atlet, hendaknya dipertimbangkan aspek pertumbuhan, perkembangan, dan kematangan siswa/atlet yang bersangkutan.

Modifikasi merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh para guru penjas agar pembelajaran mencerminkan DAP. Aspek yang dapat dimodifikasi yang dikaitkan dengan karakteristik keterampilan bermain bola basket, sudah selayaknya apabila karakteristik bola basket yang memiliki kompleksitas teknik yang cukup tinggi yang diterapkan pada siswa SD perlu melibatkan upaya-upaya memodifikasi dalam proses pembelajaran penjas. Selain karena akan adanya kesesuaian tugas gerak dengan tingkat perkembangan siswa, secara psikologis (mental dan emosional) akan menumbuhkan sikap positif dan kecintaan terhadap permainan bola basket bahwa bermain bola basket itu tidak terlalu sulit dan menyenangkan, selain sudah tentu dikuasainya keterampilan dasar bermain bola basket.

## **2. Hakikat Bola Basket**

### **a. Pengertian Bola Basket**

Pengertian bola basket telah dikemukakan oleh beberapa ahli dan tokoh, diantaranya :

Aridho Prahasti (2013) mengemukakan :

bola basket adalah olahraga yang dimainkan oleh dua regu yang saling memasukkan bola ke keranjang lawan dengan tangan. Dalam permainan bola basket tidak diperkenankan menggunakan kaki untuk menendang bola dan menggiring bola. Regu yang memperoleh angka terbanyak dinyatakan sebagai pemenang. Permainan bola basket dimainkan oleh dua regu putra maupun putri yang tiap-tiap regu terdiri dari 5 orang pemain. Permainan ini

bertujuan mencari nilai atau angka sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke keranjang lawan dan mencegah lawan untuk mendapatkan nilai. Dalam memainkan bola, pemain dapat mendorong bola, memukul bola, dengan telapak terbuka, melempaar atau menggiring bola ke segala penjuru dalam lapangan permainan.

Warsidi (2010 : 20) mengemukakan :

bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Bola basket sangat cocok untuk ditonton karena bisa dimainkan di ruang olahraga tertutup dan hanya memerlukan lapangan yang relatif kecil. Selain itu, bola basket mudah dipelajari karena bentuk bolanya yang besar, sehingga tidak menyulitkan pemain ketika memantulkan atau melempar bola tersebut.

Muhajir (2013) mengungkapkan :

bola basket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing – masing regu terdiri atas lima orang pemain. Jenis permainan ini bertujuan untuk mencari nilai atau angka sebanyak – banyaknya dengan memasukkan bola ke basket lawan dan mencegah lawan mendapatkan nilai. Dalam memainkan bola, pemain dapat mendorong bola, memukul bola dengan telapak tangan terbuka, melemparkan atau menggiring bola ke segala penjuru dalam lapangan permainan

Dari beberapa uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa Bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Bola basket sangat cocok untuk ditonton karena biasa dimainkan di ruang olahraga tertutup dan hanya memerlukan lapangan yang relatif kecil. Selain itu, bola basket mudah dipelajari karena bentuk bolanya yang besar, sehingga tidak menyulitkan pemain ketika memantulkan atau melempar bola tersebut.

#### **b. Teknik dasar permainan bola basket**

Dalam pembelajaran permainan bola basket, ada beberapa keterampilan dasar yang harus dipelajari, yaitu : keterampilan mengoper, menggiring dan menembak.

## 1. Mengoper (*Passing*)

*Passing* berguna untuk operan jarak dekat atau jarak jauh dan teknik yang paling banyak digunakan dalam permainan bola basket. Menurut Ibrahim (2012). “*Passing* atau operan adalah teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan bola basket selain *dribble*, *shooting* dan *Lay up*. Fungsi *Passing* adalah untuk mengoper bola kepada teman saat dihadang musuh dalam permainan bola basket”.

*Passing* dalam bola basket bisa dengan menggunakan dua tangan atau satu tangan. *Passing* yang dilakukan secara taktis, tepat waktu dan akurat dapat menciptakan peluang untuk membuat angka. Mengetahui kapan dan dimana harus mengoper, tidak hanya memberikan kesempatan untuk membuat skor tapi juga mencegah kehilangan bola dari intersep dari lawan yang sering kali memudahkan lawan untuk mencetak angka.

Jon Oliver (dalam Yulianto 2007 : 35) mengungkapkan :

umpan yang tepat adalah salah satu kunci keberhasilan serangan sebuah tim dan sebuah unsur penentu tembakan – tembakan yang berpeluang besar mencetak angka. Ketepatan umpan yang hebat tidak boleh diremehkan. Ini bisa memotivasi rekan – rekan tim, menghibur penonton, dan menghasilkan permainan yang tidak individualis. Seorang pengumpan yang terampil mampu melihat seluruh lapangan, mengantisipasi perkembangan dalam pertandingan yang penuh serangan, dan memberikan bola kepada rekan tim pada saat yang tepat.

Dalam permainan bola basket ada beberapa macam operan yang sering digunakan yaitu : *Chest pass* (operan dada), *Bounce pass* (operan pantul), *Over head pass* (operan di atas kepala).

### a) *Chest pass* (operan dada)

*Chest pass* merupakan salah satu jenis operan dasar dalam permainan bola basket.

Prusak (2005 : 126) mengungkapkan : “*Chest pass* adalah umpan pada jarak dekat atau sedang. Bola dilemparkan menggunakan dua tangan setinggi dada pemain ke dada penerima bola”.

Adapun pelaksanaannya adalah bola dipegang dengan kedua tangan ditahan ke depan dada dengan ujung jari kedua tangan, ibu jari harus berada di belakang bola dengan tangan dan ujung jari menyebar ke arah sisi bola. Posisi siku dekat tubuh, kemudian letakkan kaki pada posisi triple threat dengan tumpuan berat badan pada kaki yang belakang. Pindahkan berat badan ke depan ketika melangkah untuk melakukan operan.

Pada saat melakukan tolakan untuk mengoper bola, luruskan lengan dan putar ibu jari ke bawah, sehingga tangan lurus dan diakhiri dengan sentakan pergelangan tangan. Pandangan mata tetap kearah bola yang dioper dan arah bola harus lurus ke depan.

b) *Bounce pass* (operan pantul)

*Bounce pass* menurut Prusak (2005 : 126) “sama seperti umpan dada, tetapi umpan ini dipantulkan ke lantai dua pertiga dari jarak antara pengumpan bola dan penerima bola”. Adapun pelaksanaannya adalah kedua tangan atau salah satu tangan ditempatkan dibelakang bola, kemudian lepaskan bola kearah bawah. Bola menyentuh lantai kira-kira dua pertiga dari jarak arah si penerima sehingga bola dapat ditangkap saat setinggi pinggang. Memantulkan bola terlalu dekat pada diri sendiri, maka lambungannya akan tinggi dan pantulannya lambat sehingga akan mudah dipotong oleh lawan, tetapi memantulkan bola terlalu dekat dengan penerima akan membuat bola sulit direbut oleh lawan.

c) *Over head pass* (operan di atas kepala)

Operan di atas kepala sering di pakai dalam permainan bola basket terutama pada saat pemain dijaga ketat dan bola harus melewati lawan, sehingga operan ini digunakan untuk melepaskan diri dan melakukan terobosan mengelakkan serangan lawan. Pranandaru (2012) mengungkapkan : “*over-head pass*, yaitu cara mengumpan dengan posisi melempar bola seperti melakukan throw-in dalam

permainan sepakbola. Hal ini biasanya dilakukan saat berhadapan dengan lawan yang berpostur lebih pendek namun lincah dan cepat”.

Adapun pelaksanaan operan ini dimulai dengan posisi badan yang seimbang, pegang bola di atas kepala dengan siku ke dalam dan berbentuk sudut 90 derajat. Jangan bawa bola ke belakang kepala, karena dalam posisi tersebut susah untuk melakukan operan dengan cepat, dan mudah di curi oleh lawan, kaki melangkah ke depan sasaran, kumpulkan kekuatan maksimal dengan bertumpu pada kaki, kemudian dilanjutkan dengan operan cepat. Pada saat melakukan gerakan lecutan, jari mengarah kepada target dan telapak tangan ke bawah.

Selain keterampilan *passing*, tidak dapat dipisahkan juga keterampilan *catching* atau menangkap bola. Adapun teknik *catching* dalam permainan bola basket yang diungkapkan oleh Miracle (2012)

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.

Sedangkan menurut nanang (2010) mengemukakan hal – hal yang perlu diperhatikan dalam *catching* bola,

Hal yang perlu diperhatikan dalam *catching*/menerima bola adalah : (1) Posisi tangan tidak kaku dan tegang rileks jari-jari terbuka dan telapak tangan sedikit miring dan menghadap kedepan saat menerima bola, pada saat menangkap bola lengan lurus ditarik kebelakang untuk mengurangi tekanan yang datang dari depan. (2) Kaki pada saat menerima bola kaki depan ditarik kebelakang bersamaan dengan lengan ditarik kebelakang yang digunakan untuk mengurangi tekanan bola yang datang. (3) Siap dengan sikap seimbang pada saat menerima bola.

## 2. Menggiring (*Dibble*)

Jon Oliver (dalam Yulianto 2007 : 49) mengemukakan, “mendribble adalah salah satu dasar bola basket yang pertama diperkenalkan kepada para pemula,

karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam pertandingan bola basket”. Keterampilan menggiring bola bisa dilatih kapanpun, yang dibutuhkan dalam melatih keterampilan menggiring bola hanyalah bola basket. Teknik ini merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai oleh pemain basket. Dalam situasi permainan, keterampilan dribel yang dilakukan dengan baik bisa meningkatkan potensi menyerang dengan berbagai cara.

Jon Oliver (dalam Yulianto 2007 : 58) mengungkapkan :

dribel yang baik bisa meningkatkan sudut umpan yang memungkinkan ke rekan tim, menciptakan tembakan jarak jauh, mengawali *dribble – drive* ke arah ring basket, menjaga penguasaan bola selama bermain mendesak, atau membantu mengawali dan mengendalikan fast break.

### 3. Menembak (*Shooting*)

*Shooting* adalah salah satu usaha dalam hal mencetak angka, seperti yang diungkapkan oleh Bintoro Yudho Wibowo (2009)

*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.

Dalam melakukan *shooting*, tidak semata – mata hanya melemparkan bola ke arah keranjang saja, tetapi juga meliputi gerakan mengarahkan dan mengusahakan agar bola jatuh tepat sasaran.

Dalam keterampilan *shooting*, terdapat beberapa teknik yang bisa digunakan, seperti yang diungkapkan oleh Ruzzer (2012) *Macam dan Cara Melakukan Shooting Bola Basket* :

#### 1) *Set-shoot*

Tembakan ini jarang dilakukan pada permainan biasa. Karena jika penembak tidak melompat maka tembakannya mudah dihalangi. Umumnya tembakan ini dilakukan saat lemparan bebas atau bila memungkinkan untuk menembak tanpa rintangan.

## 2) *Lay-up shoot*

*Lay up shoot* adalah salah satu tehnik menembak yang sering digunakan dalam permainan bola basket. Cline dan Roberts (dalam Pribadi 1997 : 98)

*Lay up* bola basket adalah bagian dari tembakan yang pertama kali harus anda kuasai; bola yang ditembakkan dengan menerapkan gerakan ini memiliki kemungkinan yang besar untuk masuk. Ketika melakukannya, pastikan bahwa anda berada pada sudut 45 derajat dengan ring.

Dalam situasi persaingan, jenis tembakan ini harus bisa dilakukan pemain baik menggunakan tangan kanan ataupun kiri. Lay-up dilakukan di akhir *dribble*. Pada jarak beberapa langkah dari ring, penggiring bola secara serentak mengangkat tangandan lutut ke atas ketika melompat ke arah keranjang.

## 3) *Jump shoot*

*Jump shoot* merupakan tembakan yang sering dilakukan saat pemain menyerang tidak bisa mendekati keranjang. Tembakan ini sangat berguna saat permainan sedang berlangsung karena tembakan ini sangat sulit dihentikan. Cline dan Roberts (dalam Pribadi 1997 : 98) mengungkapkan : “Tembakan ini adalah tembakan luar yang paling efisien dan paling banyak digunakan oleh pelompat dengan tembakan satu tangan”.

## 5) *Hook shoot*

*Hook Shoot* adalah tembakan yang lemah namun bila tembakannya dilakukan dengan sangat akurat, tembakan ini sangat sulit untuk dihalangi.

Rudi (2013) mengungkapkan :

*Hook Shoot* yaitu tembakan lemah dan akurat serta merupakan gerakan *low-post* yang baik. Bila dilakukan dengan tepat maka tembakan ini sangat sulit untuk dihalangi, karena tangan penembak berada jauh dari jangkauan pemain bertahan. Tembakan ini selalu diawali dengan pemain memunggungi keranjang.

## 6) *Dunking*

Tembakan dunk dulunya dianggap suatu atraksi istimewa yang dilakukan oleh pemain-pemain dengan postur tubuh yang tinggi. Rudi (2013) mengungkapkan : “tembakan dunk adalah tembakan yang mengagumkan dan dapat mengobarkan semangat tim sertamenjatuhkan mental lawan dengan cepat”. Dunking dapat dilakukan dengan dua atau satu tangan dari depan atau belakang. Tembakan ini hanya dapat dilakukan oleh pemain yang memiliki postur atau lompatan tinggi.

Menembak (*shooting*) yang baik bagi permainan tim dan memiliki keahlian akan membuat bola basket menjadi permainan tim yang indah. Disamping itu dengan memiliki dan menguasai berbagai teknik *shooting* ini akan membuka kesempatan mengolah bola sehingga terbuka kesempatan melaksanakan tembakan (*shooting*) kearah sasaran.

Wissel (2000) mengatakan bahwa kegunaan secara khusus dengan menguasai dan menggunakan berbagai teknik dasar dalam melakukan tembakan ini adalah dapat membantu ketepatan disaat melakukan tembakan itu sendiri.

### **c. Pembelajaran bola basket di Sekolah**

Pembelajaran permainan bola basket merupakan salah satu materi yang diberikan di Sekolah dasar, permainan ini termasuk kedalam kategori permainan bola besar. Berdasarkan silabus pendidikan jasmani disekolah dasar, pembelajaran permainan bola basket sudah mulai diperkenalkan pada siswa kelas 3. Namun pada tahapan ini masih merupakan pengenalan dan tugas gerakanya pun masih sangat sederhana, yaitu hanya keterampilan dasar melempar dan memantulkan bola saja. Melempar dan menangkap bagi siswa sekolah dasar, menjadi bagian keterampilan gerak dasar yang dilakukan anggota badannya. Keterampilan itu disebut gerak dasar manipulatif. Sedangkan pada kelas 4 dan 5 pembelajarannya semakin menyerupai pembelajaran permainan bola basket.

Dalam pembelajaran permainan bola basket, anak akan banyak belajar dan mendapatkan pengalaman baru yang mungkin akan berguna bagi dirinya kelak. Seperti yang diungkapkan Vic Amber (2012 : 10)

dalam olahraga basket ini, seperti kita lihat, anak – anak dapat belajar lari, melompat, menangkap, mengoperkan, dan memasukkan bola ke keranjangnya. Selain itu, mereka juga belajar mengubah arah dan kecepatan, yang merupakan dasar mengembangkan diri di bidang olahraga manapun juga kelak.

Adapun manfaat yang akan didapatkan oleh anak, sebagai berikut :

- a) Basket Untuk Kesehatan Fisik: Keuntungan nomor satu dari bermain basket adalah anak-anak dapat meningkatkan kesehatan fisik mereka. Olahraga basket sangat bermanfaat bagi kesehatan anak karena banyak melibatkan aktivitas berlari dan melompat sehingga anak dapat mengembangkan kekuatan fisik, kecepatan dan bahkan kesehatan jantung. Selain itu, bermain basket akan membakar kalori dalam jumlah yang cukup banyak.
- b) Basket mengajarkan Anak Bersosialisasi: Permainan basket adalah permainan tim dan bukan permainan individu. Dasar dari bermain basket adalah mengoper bola. Sari (2011)

Basket adalah olahraga sosial. Ini membawa orang bersama-sama dan menciptakan ikatan dan persahabatan. Ini sangat bagus untuk seorang anak pemalu untuk benar-benar membawa mereka keluar dan membantu mereka untuk bertemu orang baru dan belajar untuk bersosialisasi.

Keterampilan sosial adalah sesuatu yang anak Anda akan membawa dengan mereka di masa depan dan di semua bidang kehidupan mereka. Dengan bekerja sama dalam satu tim, anak-anak dapat membentuk rasa hormat pada rekan sepermainannya dan mengembangkan kemampuan bersosialisasi mereka.

- c) Basket untuk Bersenang-senang: Dimanapun mereka berada, anak-anak tetaplah anak kecil. Mereka melakukan berbagai hal dengan kesenangan dan kegembiraan. Bermain bersama, mengembangkan strategi permainan dan

membentuk ikatan antar teman sebaya pastinya akan menjadi aktivitas yang menyenangkan.

### **3. Hakikat Modifikasi Media Pembelajaran**

Modifikasi secara umum diartikan sebagai usaha untuk mengubah atau menyesuaikan. Namun secara khusus modifikasi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu hal yang baru, unik dan menarik. Modifikasi disini mengacu kepada sebuah penciptaan, penyesuaian dan menampilkan suatu alat/sarana dan prasarana yang baru, unik, dan menarik terhadap suatu proses belajar mengajar pendidikan jasmani.

Pelaksanaan modifikasi sangat diperlukan bagi setiap guru pendidikan jasmani sebagai salah satu alternatif atau solusi dalam mengatasi permasalahan yang terjadi dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani, modifikasi merupakan implementasi yang sangat berintegrasi dengan aspek pendidikan lainnya.

Modifikasi dalam proses pembelajaran dapat dikaitkan dengan kondisi lingkungan pembelajarannya, salah satunya adalah peralatan atau media yang digunakan dalam aktivitas pembelajaran.

Bahagia dan Suherman (2000 : 7) mengungkapkan

Guru dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara memodifikasi peralatan yang digunakan untuk melakukan skill itu. Misalnya, berat – ringannya, besar – kecilnya, tinggi – rendahnya, panjang pendeknya peralatan yang digunakan.

Adapun tujuan dari dilakukannya modifikasi dalam pembelajaran penjas seperti yang diungkapkan oleh Lutan (1988). Menyatakan bahwa :

modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan, dengan tujuan agar : a) Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran, b) Meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, c) Siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

Pendekatan modifikasi ini dimaksudkan agar materi yang ada dalam kurikulum dapat disajikan sesuai dengan tahap-tahap perkembangan kognitif, afektif dan psikomotorik anak.

Menurut Aussie (1996). Menyatakan bahwa :

pengembangan modifikasi di Australia dilakukan dengan pertimbangan : a) Anak-anak belum memiliki kematangan fisik dan emosional seperti orang dewasa, b) Berolahraga dengan peralatan dan peraturan yang dimodifikasi akan mengurangi cedera pada anak, c) Olahraga yang dimodifikasi akan mampu mengembangkan keterampilan anak lebih cepat dibanding dengan peralatan standar untuk orang dewasa, d) Olahraga yang dimodifikasi menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan pada anak-anak dalam situasi kompetitif.

Dari beberapa pendapat yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa modifikasi merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh para guru penjas agar pembelajaran bisa lebih menarik dan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki oleh peserta didik, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

#### **4. Hakikat Penelitian Tindakan Kelas**

##### **a. Pengertian PTK**

Dengan penelitian tindakan kelas guru dapat meneliti sendiri terhadap praktek pembelajaran yang dilakukannya di kelas. Guru juga dapat melakukan penelitian terhadap siswa dilihat dari aspek interaksinya dalam proses pembelajaran. Selain itu, dengan melakukan penelitian tindakan kelas, guru juga dapat memperbaiki praktik pembelajaran yang dilakukan menjadi lebih berkualitas dan lebih efektif. Penelitian tindakan kelas menurut Penelitian tindakan kelas menurut Mulyasa (2012 : 11) :

penelitian tindakan kelas merupakan suatu upaya untuk mencermati kegiatan belajar sekelompok peserta didik dengan memberikan sebuah tindakan (*treatment*) yang sengaja dimunculkan. Tindakan tersebut dilakukan oleh guru, oleh guru bersama – sama dengan peserta didik, atau oleh peserta didik di bawah bimbingan dan arahan guru, dengan maksud untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran.

Lewin (dalam Kunandar 2012 : 42) mengungkapkan : “Penelitian tindakan adalah suatu rangkaian langkah yang terdiri atas empat tahap, yakni perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi”.

Sedangkan menurut Ebbut (1985) dalam Kunandar (2012 : 43)

penelitian tindakan adalah kajian sistemik dari upaya perbaikan pelaksanaan praktik pendidikan oleh sekelompok guru dengan melakukan tindakan – tindakan dalam pembelajaran, berdasarkan refleksi mereka mengenai hasil dari tindakan – tindakan tersebut.

Berdasarkan dari uraian teori para ahli diatas, pada intinya Penelitian Tindakan Kelas merupakan penelitian yang dilakukan oleh guru didalam kelasnya melalui refleksi diri yang permasalahan di kelasnya terasa langsung oleh guru yang bersangkutan dan bertujuan untuk memperbaiki atau memecahkan masalah yang ada.

#### **b. Karakteristik PTK**

Penelitian tindakan kelas memiliki beberapa karakteristik yang sangat khas, penelitian tindakan kelas dilakukan dalam keadaan yang nyata dan benar – benar terjadi di dalam suatu kelas. Karakteristik PTK menurut Kunandar (2012 : 58 -63 ) mengungkapkan :

- 1) Masalah yang diteliti adalah masalah riil atau nyata yang muncul dari dunia kerja peneliti atau yang ada dalam kewenangan atau tanggung jawab peneliti.
- 2) berorientasi pada pemecahan masalah.
- 3) berorientasi pada peningkatan mutu.
- 4) Siklus dalam PTK terdiri dari empat tahap, yakni perencanaan tindakan, melakukan tindakan, pengamatan atau observasi, dan analisis atau refleksi.
- 5) dalam PTK selalu didasarkan pada adanya tindakan (treatment) tertentu untuk memperbaiki PBM di kelas.
- 6) mengkaji pada dampak tindakan.
- 7) Aktivitas PTK dipicu oleh permasalahan praktis yang dihadapi oleh guru dalam PBM di kelas.
- 8) PTK dilaksanakan secara kolaboratif dan bermitra dengan pihak lain, seperti teman sejawat.
- 9) Peneliti sekaligus sebagai praktisi yang melakukan refleksi.
- 10) Dilaksanakan dalam rangkaian langkah dengan beberapa siklus dimana dalam satu siklus terdiri dari tahap perencanaan (*planning*), tindakan (*action*), pengamatan (*observation*), dan refleksi (*reflection*) dan selanjutnya diulang kembali dalam beberapa siklus.

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik PTK adalah penelitian yang meneliti masalah nyata dan berorientasi pada pemecahan masalah serta untuk meningkatkan mutu pendidikan melalui tindakan – tindakan yang terencana dan dilakukan dalam beberapa siklus dimana dalam satu siklus terdiri dari melakukan perencanaan, melaksanakan tindakan, melakukan pengamatan, dan melakukan refleksi.

### **c. Prinsip – Prinsip PTK**

Terdapat beberapa prinsip yang perlu diperhatikan oleh guru (peneliti) dalam pelaksanaan PTK, seperti yang diungkapkan oleh Suaidinmath (2012) yaitu sebagai berikut :

- 1) Tindakan dan pengamatan dalam proses penelitian yang dilakukan tidak boleh mengganggu atau menghambat kegiatan utama, misalnya bagi guru tidak boleh sampai mengorbankan kegiatan pembelajaran. Siklus tindakan dilakukan dengan mempertimbangkan keterlaksanaan kurikulum secara keseluruhan. Penetapan jumlah siklus tindakan dalam PTK mengacu kepada penguasaan yang ditargetkan pada tahap perencanaan, tidak mengacu kepada kejenuhan data/informasi sebagaimana lazimnya dalam pengumpulan data penelitian kualitatif.
- 2) Masalah penelitian yang dikaji merupakan masalah yang cukup merisaukannya dan berpijak dari tanggung jawab profesional guru di kelas.
- 3) Metode pengumpulan data yang digunakan tidak menuntut waktu yang lama, sehingga berpeluang mengganggu proses pembelajaran.
- 4) Metodologi yang digunakan harus terencana secara cermat dan taat azas PTK.
- 5) Permasalahan atau topik yang dipilih harus benar-benar nyata, mendesak, menarik, mampu ditangani, dan berada dalam jangkauan kewenangan peneliti untuk melakukan perubahan.
- 6) Peneliti harus tetap memperhatikan etika dan tata krama penelitian serta rambu-rambu pelaksanaan yang berlaku umum. Dalam pelaksanaan PTK harus diketahui oleh pimpinan lembaga, disosialisasikan pada rekan-rekan di lembaga terkait, dilakukan sesuai tata krama penyusunan karya tulis akademik, di samping tetap mengedepankan kemaslahatan bagi siswa.

7) Kegiatan PTK pada dasarnya merupakan kegiatan yang menggunakan siklus berkelanjutan, karena tuntutan terhadap peningkatan dan pengembangan akan menjadi tantangan sepanjang waktu.

#### **d. Langkah Langkah PTK**

Langkah-langkah PTK yang sering dikembangkan oleh para guru adalah PTK yang digali oleh Kemmis dan Mc Taggart (dalam Sukayati 2008 : 38) yaitu “penelitian tindakan yang dipandang sebagai suatu siklus spiral dari penyusunan perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan (observasi), dan refleksi yang selanjutnya mungkin diikuti dengan siklus spiral berikutnya”.

Langkah – langkah penelitian tindakan kelas menurut Sukayati (2008 : 38)

##### 1. Refleksi awal

Refleksi awal dimaksudkan sebagai kegiatan penjajagan yang dimanfaatkan untuk mengumpulkan informasi tentang situasi-situasi yang relevan dengan tema penelitian. Berdasarkan hasil refleksi awal dapat dilakukan pemfokusan masalah yang selanjutnya dirumuskan menjadi masalah penelitian. Berdasar rumusan masalah tersebut maka dapat ditetapkan tujuan penelitian.

##### 2. Penyusunan perencanaan

Penyusunan perencanaan didasarkan pada hasil penjajagan refleksi awal. Secara rinci perencanaan mencakup tindakan yang akan dilakukan untuk memperbaiki, meningkatkan, atau mengubah perilaku dan sikap yang diinginkan sebagai solusi dari permasalahan-permasalahan.

##### 3. Pelaksanaan tindakan

Pelaksanaan tindakan menyangkut apa yang dilakukan peneliti sebagai upaya perbaikan, peningkatan, atau perubahan yang dilaksanakan berpedoman pada rencana tindakan.

##### 4. Observasi (pengamatan)

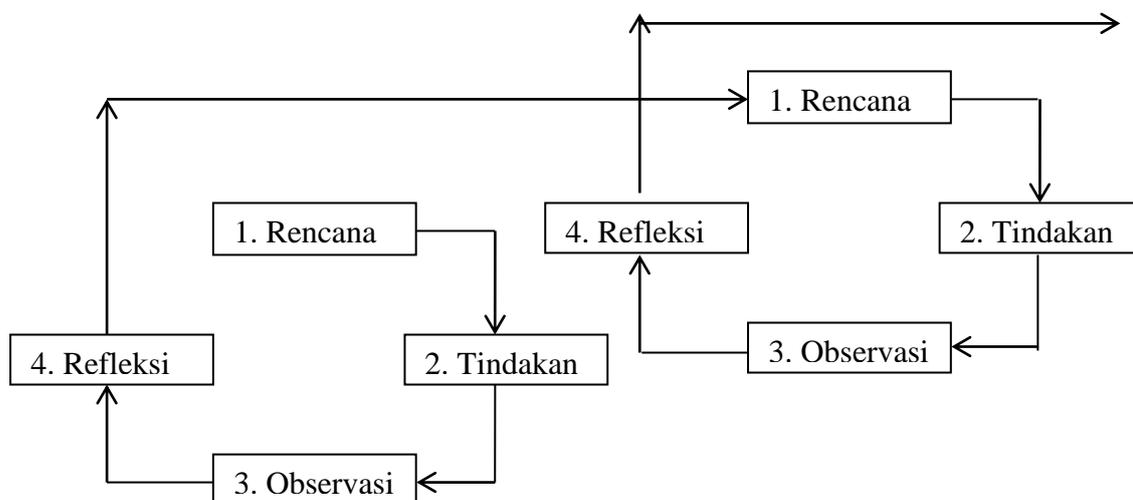
Kegiatan observasi dalam PTK dapat disejajarkan dengan kegiatan pengumpulan data dalam penelitian formal. Dalam kegiatan ini peneliti mengamati hasil atau dampak dari tindakan yang dilaksanakan atau dikenakan

terhadap siswa. Istilah observasi digunakan karena data yang dikumpulkan melalui teknik observasi.

#### 5. Refleksi

Pada dasarnya kegiatan refleksi merupakan kegiatan analisis, sintesis, interpretasi terhadap semua informasi yang diperoleh saat kegiatan tindakan. Dalam kegiatan ini peneliti mengkaji, melihat, dan mempertimbangkan hasil-hasil atau dampak dari tindakan. Setiap informasi yang terkumpul perlu dipelajari kaitan yang satu dengan lainnya dan kaitannya dengan teori atau hasil penelitian yang telah ada dan relevan. Melalui refleksi yang mendalam dapat ditarik kesimpulan yang mantap dan tajam. Refleksi merupakan bagian yang sangat penting dari PTK yaitu untuk memahami proses dan hasil yang terjadi, berupa perubahan sebagai akibat dari tindakan yang dilakukan.

**Gambar Alur PTK**



**Bagan 2.1** Dua Siklus Pelaksanaan Tindakan dalam PTK, Mulyasa (2012 : 73)

#### e. Tujuan PTK

Penelitian tindakan kelas bisa digunakan sebagai suatu cara dalam rangka memperbaiki proses pembelajaran yang kurang baik dan sebagai cara dalam rangka memecahkan masalah yang sering terjadi di dalam proses pembelajaran.

Tujuan penelitian tindakan kelas, Mulyasa (2012: 89) mengungkapkan :

Tujuan dilaksanakan PTK adalah sebagai berikut :

1) Memperbaiki dan meningkatkan kondisi – kondisi belajar serta kualitas pembelajaran. 2) Meningkatkan layanan profesional dalam konteks pembelajaran, khususnya layanan kepada peserta didik sehingga tercipta layanan prima. 3) Memberikan kesempatan kepada guru berimprovisasi dalam melakukan tindakan pembelajaran yang direncanakan secara tepat waktu dan sasarannya. 4) Memberikan kesempatan kepada guru mengadakan pengkajian secara bertahap terhadap kegiatan pembelajaran yang dilakukannya sehingga tercipta perbaikan yang berkesinambungan. 5) Membiasakan guru mengembangkan sikap ilmiah, terbuka, dan jujur dalam pembelajaran.

Dari pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan kelas bertujuan untuk meningkatkan dan memperbaiki segala persoalan yang terjadi dalam pembelajaran di dalam kelas yang dilakukan dengan cara merencanakan, melakukan tindakan, melakukan observasi, dan melakukan refleksi dalam pembelajaran.

## **B. Kerangka Berfikir**

Dalam meningkatkan keterampilan *passing* dan *catching* siswa dalam pembelajaran permainan bola basket, seorang guru pendidikan jasmani harus sebisa mungkin mengemas materi pembelajaran yang semenarik mungkin dan dapat membuat anak senang dalam melakukan tugas gerak serta memberikan kemudahan bagi anak dalam melakukannya. oleh karena itulah mengapa profesionalisme atau potensi mengajar dari seorang guru sangat diperlukan, agar pembelajaran dapat berlangsung dan tujuan pembelajaran dapat tercapai sesuai dengan apa yang diharapkan.

Modifikasi media pembelajaran dalam aktivitas pembelajaran permainan bola basket dapat memberikan kemudahan bagi peserta didik. Dengan dilakukannya modifikasi, kesempatan anak untuk belajar lebih banyak karena materi, tingkat

kesulitan dan media untuk menunjang proses pembelajaran dapat disesuaikan dengan karakteristik atau kemampuan peserta didik. Salah satu contohnya adalah ketika anak kesulitan untuk melempar bola basket yang cukup berat, guru bisa mengganti bola basket dengan bola plastik yang ukurannya sama namun beratnya lebih ringan.

### **C. Hipotesis Tindakan**

Berdasarkan dari uraian anggapan dasar diatas maka penulis dapat menetapkan hipotesis dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Modifikasi media pembelajaran diduga dapat meningkatkan keterampilan *passing* dan *catching* dalam pembelajaran permainan bola basket.