

BAB III

METODELOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penelitian yang digunakan dalam karya tulis ilmiah ini yaitu penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*) yang dilakukan oleh guru untuk memperbaiki mutu praktek pembelajaran di kelas sebagai refleksi dari pembelajaran sebelumnya. Penelitian tindakan kelas berfokus pada kelas atau pada proses belajar mengajar yang terjadi di kelas, bukan pada input kelas (silabus, materi, dan lain-lain) ataupun output (hasil belajar). Penelitian tindakan kelas harus tertuju atau mengenai hal-hal yang terjadi di dalam kelas.

Suhardjono (2008, hlm. 58) menjelaskan penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*) melalui paparan gabungan definisi dari tiga kata, Penelitian + Tindakan + Kelas sebagai berikut :

1. Penelitian (*Research*) adalah kegiatan mencermati suatu objek, menggunakan aturan metodologi tertentu untuk memperoleh data atau informasi yang bermanfaat untuk meningkatkan mutu suatu hal yang menarik minat dan penting bagi peneliti.
2. Tindakan (*Action*) adalah suatu gerak kegiatan yang disengaja dilakukan dengan tujuan tertentu, yang dalam penelitian berbentuk rangkaian siklus kegiatan.
3. Kelas (*Classroom*) adalah sekelompok siswa yang dalam waktu yang sama menerima pelajaran yang sama dari seorang guru.

Jadi PTK adalah penelitian tindakan yang dilakukan di kelas dengan tujuan memperbaiki atau meningkatkan mutu praktik pembelajaran. Sementara itu tujuan PTK menurut Suhardjono (2008, hlm. 61) menjelaskan bahwa :

Secara lebih rinci, tujuan PTK antara lain sebagai berikut:

- a. Meningkatkan mutu isi, masukan, proses, serta hasil pendidikan dan pembelajaran di sekolah.
- b. Membantu guru dan tenaga kependidikan lainnya mengatasi masalah pembelajaran dan pendidikan di dalam dan luar kelas.
- c. Meningkatkan sikap profesional pendidik dan tenaga kependidikan.

- d. Menumbuhkembangkan budaya akademik di lingkungan sekolah sehingga tercipta sikap proaktif di dalam melakukan perbaikan mutu pendidikan dan pembelajaran secara berkelanjutan.

Pada intinya PTK bertujuan untuk meningkatkan mutu proses dari hasil pembelajaran, mengatasi masalah pembelajaran, meningkatkan profesionalisme, dan menumbuhkan budaya akademik. Desain PTK yang digunakan berbentuk siklus yang terdiri dari 2 siklus. Setiap siklus terdiri dari 2 tindakan. Setiap siklus dilaksanakan sesuai dengan perubahan yang ingin dicapai.

B. Tujuan Operasional Penelitian

Secara operasional, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peneliti dalam mengoptimalkan peran pemanasan dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan partisipasi aktif dan hasil belajar permainan bolabasket.

C. Subjek, Tempat dan Waktu Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa siswi kelas VIII K yang berjumlah 38 orang yang terdiri atas siswa laki-laki 18 orang dan siswi perempuan 20 orang.

2. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Sekoah Menengah Pertama Negeri di Kota Bandung. Tepatnya di SMP Negeri 12 Bandung.

3. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada semester ganjil tahun ajaran 2016-2017.

Waktu penelitian digambarkan pada matrik dibawah ini:

No	Nama Kegiatan	Bulan								
		3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	Penyusunan Proposal Skripsi	■								
2	Bimbingan Proposal Skripsi	■								
3	Seminar Proposal Skripsi		■							
4	Surat Keputusan Judul Skripsi		■	■						

Gilang Lazuardi Hibatullah, 2017

OPTIMALISASI PERAN PEMANASAN UNTUK MENINGKATKAN PARTISIPASI AKTIF DAN HASIL BELAJAR PERMAINAN BOLABASKET

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

5	BAB I (Pendahuluan)									
6	BAB II (Tinjauan Teoritis, Kerangka Berpikir, dan Hipotesis Tindakan)									
7	BAB III (Metodelogi Tindakan)									
8	Penelitian									
9	BAB IV (Pengolahan Data)									
10	BAB V (Kesimpulan)									

Table 3.1

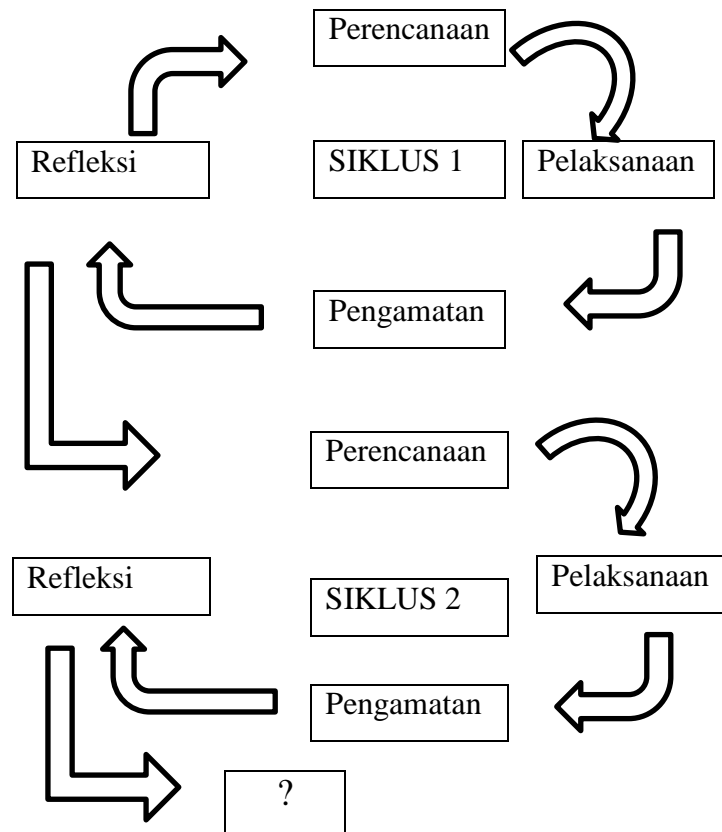
Tahapan dan Garis-garis Besar Kegiatan Penelitian

D. Fokus Penelitian

Merujuk pada tujuan penelitian di atas maka yang menjadi fokus kajian dalam penelitian ini adalah adanya peningkatan partisipasi aktif dan hasil belajar permainan bolabasket dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui pemanasan dengan menggunakan permainan.

E. Prosedur Penelitian

Langkah-langkah praktis pelaksanaan penelitian tindakan kelas dapat dijabarkan secara jelas dan mudah dipahami maka untuk itu harus diperlukan suatu prosedur penelitian diantaranya adalah (1) *planning*, (2) *acting*, (3) *observing*, (4) *reflecting*. Kegiatan-kegiatan ini disebut dengan satu siklus kegiatan pemecahan masalah. Apabila satu siklus belum menunjukkan tanda-tanda perubahan ke arah perbaikan (peningkatan mutu), kegiatan riset dilanjutkan pada siklus kedua, dan seterusnya, sampai peneliti merasa puas. Kegiatan observasi dan interpretasi serta diikuti dengan kegiatan refleksi supaya dalam melaksanakan penelitian bisa berjalan dengan baik dan lancar. Agar Penelitian Tindakan Kelas (PTK) mencapai hasil yang optimal dan sesuai dengan harapan, maka dibuatlah tahapan penyusunan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) sebagai berikut:



Gambar 3.1 Langkah-langkah Penelitian

Arikunto (2008, hlm. 16)

F. Rencana Tindakan

Penelitian tindakan kelas ini direncanakan pelaksanaannya dalam 2 (dua) siklus secara berkelanjutan. Siklus I terdiri dari 2 tindakan, dan siklus II terdiri dari 2 tindakan. Setelah memahami penjelasan di atas maka upaya pemecahan masalah dalam penelitian ini dilakukan dengan beberapa tahapan yaitu:

1. Menyusun rancangan tindakan (*planning/perencanaan*)

Dalam tahap ini peneliti harus membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) untuk pertemuan atau tindakan sebagai pedoman dalam melakukan proses pembelajaran, dan juga membuat lembar observasi yang

Gilang Lazuardi Hibatullah, 2017

OPTIMALISASI PERAN PEMANASAN UNTUK MENINGKATKAN PARTISIPASI AKTIF DAN HASIL BELAJAR PERMAINAN BOLABASKET

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

digunakan sebagai media untuk mencatat semua kejadian yang muncul selama proses pembelajaran untuk meningkatkan partisipasi aktif dan hasil belajar permainan bolabasket dengan mengoptimalkan peran pemanasan melalui permainan.

2. Pelaksanaan tindakan (*acting*)

Dalam tahap pelaksanaan ini peneliti berperan sebagai guru yang terjun langsung untuk melaksanakan pembelajaran. Guru memberikan pembelajaran mulai dari pendahuluan yang terdiri dari penjelasan, apersepsi, dan pemanasan, lalu dilanjutkan dengan inti pembelajaran, dan penutup. Observer melakukan penelitian dari kegiatan pendahuluan sampai kegiatan penutup.

Siklus I

Skenario tindakan pembelajaran

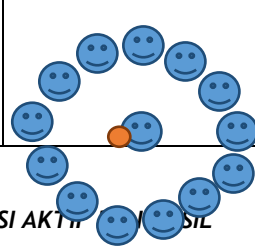
a. Tindakan satu dalam aktivitas permainan bolabasket

Fokus pembelajaran : Aktivitas *passing, catching, dribbling*, dan mencetak skor dalam permainan bolabasket

Tujuan pembelajaran : Aktivitas meningkatkan partisipasi aktif dan hasil belajar siswa dalam permainan bolabasket (*passing, catching, dribbling*, dan mencetak skor).

1. Pendahuluan

- a) Mengecek kesiapan belajar siswa seperti lapangan dan media yang akan digunakan dalam pembelajaran.
- b) Menertibkan siswa dengan berbaris.
- c) Guru bersama siswa berdoa.
- d) Guru mengecek kehadiran siswa.
- e) Guru melakukan apersepsi dan menyampaikan tujuan pembelajaran.
- f) Siswa melakukan pemanasan melalui permainan selama 15 menit, sebagai berikut:

Permainan	Guru	Siswa	Formasi
Melempar Bola Ke Atas.	Menjelaskan cara bermain dan peraturan	- Seluruh siswa membuat lingkaran besar menghadap ke dalam.	

Gilang Lazuardi Hibatullah, 2017

OPTIMALISASI PERAN PEMANASAN UNTUK MENINGKATKAN PARTISIPASI AKTIF SISWA DALAM BELAJAR PERMAINAN BOLABASKET

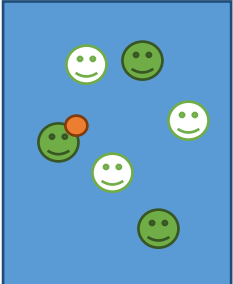
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

	permainan.	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa berhitung sehingga memiliki nomor masing-masing dan harus diingat. - 1 siswa sebagai pemimpin ditengah lingkaran dengan membawa bola. 	
<p>Cara bermain :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pluit berbunyi 1 kali, siswa berlari kecil memutar bentuk lingkaran, secara bersamaan pemimpin meambungkan bola ke atas dan menangkapnya kembali. - Pluit berbunyi 2 kali, lingkaran berhenti berputar, secara bersamaan pemimpin melambungkan bola ke atas dan menyebutkan satu nomor. - Siswa yang disebut nomornya harus segera menangkap bola yang dilempar pemimpin, dan pemimpin secepat mungkin lari ke tempat yang kosong. <p>Variasi :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Setiap nomor terdiri dari 5 orang. 			

Table 3.2

2. Kegiatan Inti

Dalam kegiatan inti pembelajaran guru membagi 4 kelompok yaitu 2 kelompok perempuan dan 2 kelompok laki-laki. Guru memberikan tugas gerak melalui permainan yang sesuai dengan materi pembelajaran. Tujuannya untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam permainan bolabasket. Guru menjelaskan cara *passing*, *catching*, *dribbling*, dan mencetak skor dalam permainan bolabasket.

Tujuan / indikator	Guru	Siswa	Formasi
Cara <i>passing</i> , <i>catching</i> , dan mendukung teman	Guru menjelaskan cara bermain dan pengelompokan menjadi 2	Kelompok siswa sebagai tim A melakukan <i>passing</i> dan <i>catching</i> , sedangkan tim B berusaha merebut bola dari tim B. Poin didapat jika para pemain tim A berhasil	




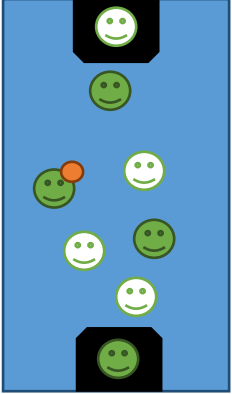




dalam permainan 3 vs 3	kelompok yaitu tim A dan tim B.	melakukan <i>passing</i> dan <i>catching</i> sebanyak 10 kali tanpa terebut oleh tim B. Jika tim berhasil merebut bola maka otomatis permainan berganti dan dimulai dari awal.	Keterangan :  Tim A  Tim B  Bolabasket
Cara <i>passing</i> , <i>catching</i> , <i>dribbling</i> , mencetak skor dan mendukung teman dalam permainan 4 vs 4	Guru menjelaskan cara bermain dan pengelompokan menjadi 2 kelompok yaitu tim A dan tim B.	Siswa dibagi menjadi 2 tim, setiap tim terdiri dari 3 penyerang dan 1 target man. Penyerang melakukan <i>passing</i> , <i>catching</i> , <i>dribbling</i> , dan <i>shooting</i> . Poin didapat jika penyerang berhasil mengoper atau mencetak skor pada target man. Jika bola terebut oleh lawan maka otomatis lawan bergantian menyerang dengan cara yang sama.	 Keterangan :  Target man  Tim A  Tim B  Bolabasket

Table 3.3

3. Penutup

- a) Guru dan siswa melakukan relaksasi.
- b) Guru dan siswa melakukan tanya jawab untuk mengetahui penguasaan materi yang telah dipelajari selama pembelajaran.
- c) Guru dan semua siswa berdoa untuk mengakhiri pelajaran.

b. Tindakan dua dalam aktivitas permainan bolabasket

Fokus pembelajaran : Aktivitas *passing*, *catching*, *dribbling*, dan mencetak skor dalam permainan bolabasket

Tujuan pembelajaran : Aktivitas meningkatkan partisipasi aktif dan hasil belajar

Gilang Lazuardi Hibatullah, 2017

OPTIMALISASI PERAN PEMANASAN UNTUK MENINGKATKAN PARTISIPASI AKTIF DAN HASIL BELAJAR PERMAINAN BOLABASKET

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

siswa dalam permainan bolabasket (*passing*, *catching*, *dribbling*, dan mencetak skor).

1. Pendahuluan

- Mengecek kesiapan belajar siswa seperti lapangan dan media yang akan digunakan dalam pembelajaran.
- Menertibkan siswa dengan berbaris.
- Guru bersama siswa berdoa.
- Guru mengecek kehadiran siswa.
- Guru melakukan apersepsi dan menyampaikan tujuan pembelajaran.
- Siswa melakukan pemanasan melalui permainan selama 15 menit, sebagai berikut:

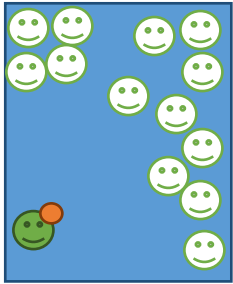
Permainan	Guru	Siswa	Formasi
Ucing Bola.	Menjelaskan cara bermain dan peraturan permainan.	<ul style="list-style-type: none"> 1 orang siswa menjadi kucing dan siswa lainnya menjadi kelinci. Lapangan dibagi menjadi 2 untuk siswa perempuan dan siswa laki-laki. 	
<p>Cara bermain :</p> <ul style="list-style-type: none"> Kucing harus menyentuh tubuh kelinci sebanyak mungkin dengan variasi peraturan yang ditentukan. <p>Variasi :</p> <ul style="list-style-type: none"> Kucing harus menyentuh tubuh kelinci dengan melakukan gerakan <i>dribbling</i>. Kucing harus menyentuh tubuh kelinci dengan melakukan gerakan <i>passing</i>. Kucing harus menyentuh tubuh kelinci dengan melakukan gerakan <i>dribbling</i> dan <i>passing</i>. 			

Table 3.4

2. Kegiatan Inti

Dalam kegiatan inti pembelajaran guru membagi 4 kelompok yaitu 2 kelompok perempuan dan 2 kelompok laki-laki. Guru memberikan tugas gerak melalui permainan yang sesuai dengan materi pembelajaran. Tujuannya untuk

meningkatkan hasil belajar siswa dalam permainan bolabasket. Guru menjelaskan cara *passing*, *catching*, *dribbling*, dan mencetak skor dalam permainan bolabasket.

Tujuan / indikator	Guru	Siswa	Formasi
<p>Cara <i>passing</i>, <i>catching</i>, <i>dribbling</i>, dan mendukung teman dalam permainan 4 vs 3</p>	<p>Guru menjelaskan cara bermain dan pengelompokan menjadi 2 kelompok yaitu tim A dan tim B.</p>	<p>Kelompok siswa sebagai tim A terdiri dari 4 orang memainkan bola di luar kotak dengan cara <i>passing</i>, <i>catching</i>, dan <i>dribbling</i>, kemudian harus berusaha melempar bola mengenai sasaran (corong) yang ada di dalam kotak tanpa masuk ke kotak penjaga. Sedangkan tim B terdiri dari 3 orang harus menjaga agar corong tidak terkena lemparan lawan. Bila ada pemain sedang melakukan <i>passing</i>, <i>catching</i>, dan <i>dribbling</i> tersebut bolanya, maka otomatis pemain itu bergantian menjadi penjaga.</p>	 <p>Keterangan : ▲ corong 😊 Tim A 😊 Tim B ● Bolabasket</p>
<p>Cara <i>passing</i>, <i>catching</i>, <i>dribbling</i>, mencetak skor dan mendukung</p>	<p>Guru menjelaskan cara bermain dan pengelompokan menjadi 2 kelompok yaitu</p>	<p>Tim A menjadi penyerang berusaha melempar dan mengenai corong dari luar <i>circle</i> dengan cara <i>dribbling</i> sebelum melakukan <i>passing</i> dan <i>catching</i> minimal 4 operan, dan tim berusaha</p>	

teman dalam permainan 4 vs 4	tim A dan tim B.	mempertahankan corongnya dengan cara membayangi pergerakan penyerang. Jika bola tersebut lawan maka otomatis permainan berganti.	Keterangan : ▲ corong 😊 Tim A 😊 Tim B ● Bolabasket
------------------------------	------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------

Table 3.5

3. Penutup

- Guru dan siswa melakukan relaksasi.
- Guru dan siswa melakukan tanya jawab untuk mengetahui penguasaan materi yang telah dipelajari selama pembelajaran.
- Guru dan semua siswa berdoa untuk mengakhiri pelajaran.

Siklus II

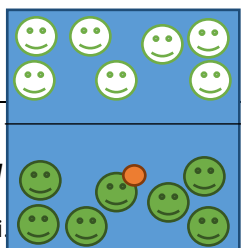
a. Tindakan satu dalam aktivitas permainan bolabasket

Fokus pembelajaran : Aktivitas *passing*, *catching*, *dribbling*, dan mencetak skor dalam permainan bolabasket

Tujuan pembelajaran : Aktivitas meningkatkan partisipasi aktif dan hasil belajar siswa dalam permainan bolabasket (*passing*, *catching*, *dribbling*, dan mencetak skor).

1. Pendahuluan

- Mengecek kesiapan belajar siswa seperti lapangan dan media yang akan digunakan dalam pembelajaran.
- Menertibkan siswa dengan berbaris.
- Guru bersama siswa berdoa.
- Guru mengecek kehadiran siswa.
- Guru melakukan apersepsi dan menyampaikan tujuan pembelajaran.
- Siswa melakukan pemanasan melalui permainan selama 15 menit, sebagai berikut:

Permainan	Guru	Siswa	Formasi
Berburu Kelinci.	Menjelaskan cara bermain	- Siswa dibagi menjadi 4 kelompok yaitu 2	

Gilang Lazuardi Hibatullah, 2017

OPTIMALISASI PERAN PEMANASAN UNTUK MENINGKATKAN PARTISIPASI BELAJAR PERMAINAN BOLABASKET


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

	dan peraturan permainan.	kelompok laki-laki dan 2 kelompok perempuan, dan area bermain dipisahkan oleh garis tengah.	
<p>Cara bermain :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regu yang menguasai bola harus melempar bola ke arah bagian bawah tubuh lawan (dari lutut sampai kaki). - Regu bertahan harus menghindari dari lemparan bola, dan boleh menepis bola hanya dengan tangan. - Skor terjadi ketika bagian bawah tubuh anggota regu lawan terkena bola. - Anggota yang terkena bola harus berdiri di belakang garis akhir daerah lawan, dan ketika regu tersebut dapat kesempatan menyerang, maka bola dapat dioper terlebih dahulu dan bola dilempar ke bagian bawah tubuh anggota regu lawan. <p>Variasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bola dioper terlebih dahulu sebanyak 3 kali sebelum dilempar ke arah tubuh lawan. - Area bermain dapat diperkecil sesuai tingkat kesulitan. - Siswa yang sudah terkena bola dapat berdiri di garis akhir dan di garis samping daerah lawan. 			

Table 3.6

2. Kegiatan Inti

Dalam kegiatan inti pembelajaran guru membagi 4 kelompok yaitu 2 kelompok perempuan dan 2 kelompok laki-laki. Guru memberikan tugas gerak melalui permainan yang sesuai dengan materi pembelajaran. Tujuannya untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam permainan bolabasket. Guru menjelaskan cara *passing*, *catching*, *dribbling*, dan mencetak skor dalam permainan bolabasket.






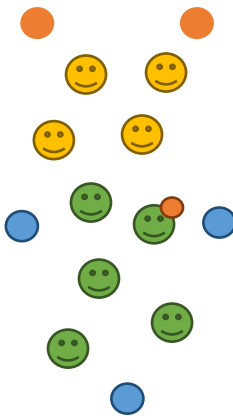

Tujuan / indikator	Guru	Siswa	Formasi
Cara	Guru	Tim A terdiri dari 5 orang	

Gilang Lazuardi Hibatullah, 2017

OPTIMALISASI PERAN PEMANASAN UNTUK MENINGKATKAN PARTISIPASI AKTIF DAN HASIL BELAJAR PERMAINAN BOLABASKET

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



<p><i>passing, catching, dribbling,</i> mencetak skor dan mendukung teman dalam permainan 5 vs 3</p>	<p>menjelaskan cara bermain dan pengelompokan menjadi 2 kelompok yaitu tim A dan tim B.</p>	<p>pemain dan memiliki 3 lingkaran skor berwarna biru, sedangkan tim B terdiri dari 3 orang pemain dan memiliki 1 lingkaran skor berwarna merah. Tim A berusaha memasukan bola ke lingkaran merah dengan cara <i>passing, catching, dribbling,</i> dan <i>shooting</i>. Sedangkan tim B berusaha memasukan bola ke lingkaran biru dengan cara yang sama seperti tim A. Skor tercipta bila bola masuk ke dalam lingkaran. Bila tim A sedang melakukan penyerangan kemudian bolanya terebut maka otomatis permainan bergantian.</p>	<p>Keterangan :  Lingkaran merah  Lingkaran biru  Tim A  Tim B  Bolabasket</p>
<p>Cara <i>passing, catching, dribbling,</i> mencetak skor dan mendukung teman dalam permainan 5 vs 4</p>	<p>Guru menjelaskan cara bermain dan pengelompokan menjadi 2 kelompok yaitu tim A dan tim B.</p>	<p>Tim A terdiri dari 5 orang pemain dan memiliki 3 lingkaran skor berwarna biru, sedangkan tim B terdiri dari 4 orang pemain dan memiliki 2 lingkaran skor berwarna merah. Tim A berusaha memasukan bola ke lingkaran merah dengan cara <i>passing, catching, dribbling,</i> dan <i>shooting</i>. Sedangkan tim B</p>	 <p>Keterangan :  Lingkaran merah</p>





		<p>berusaha memasukkan bola ke lingkaran biru dengan cara yang sama seperti tim A. Skor tercipta bila bola masuk ke dalam lingkaran. Bila tim A sedang melakukan penyerangan kemudian bolanya terebut maka otomatis permainan bergantian.</p>	 Lingkaran biru  Tim A  Tim B  Bolabasket
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Table 3.7

3. Penutup

- a) Guru dan siswa melakukan relaksasi.
- b) Guru dan siswa melakukan tanya jawab untuk mengetahui penguasaan materi yang telah dipelajari selama pembelajaran.
- c) Guru dan semua siswa berdoa untuk mengakhiri pelajaran.

b. Tindakan dua dalam aktivitas permainan bolabasket

Fokus pembelajaran : Aktivitas *passing*, *catching*, *dribbling*, dan mencetak skor dalam permainan bolabasket

Tujuan pembelajaran : Aktivitas meningkatkan partisipasi aktif dan hasil belajar siswa dalam permainan bolabasket (*passing*, *catching*, *dribbling*, dan mencetak skor).

1. Pendahuluan

- a) Mengecek kesiapan belajar siswa seperti lapangan dan media yang akan digunakan dalam pembelajaran.
- b) Menertibkan siswa dengan berbaris.
- c) Guru bersama siswa berdoa.
- d) Guru mengecek kehadiran siswa.
- e) Guru melakukan apersepsi dan menyampaikan tujuan pembelajaran.

- f) Siswa melakukan pemanasan melalui permainan selama 15 menit, sebagai berikut:

Permainan	Guru	Siswa	Formasi
Basket Sederhana Ala Rugby.	Menjelaskan cara bermain dan peraturan permainan.	- Siswa dibagi menjadi 4 kelompok yaitu 2 kelompok laki-laki dan 2 kelompok perempuan, dan lapangan dipisahkan oleh garis tengah, serta terdapat 2 <i>cons</i> di garis akhir sebagai penanda skor.	
<p>Cara bermain:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regu yang menguasai bola harus mengoper-oper antara sesama anggota regu. - Setiap orang yang sedang memegang bola tidak boleh berlari membawa bola atau dribbling. Sedangkan yang tidak membawa bola diperbolehkan berlari. - Regu bertahan harus berusaha mengambil bola dari regu menyerang. - Skor terjadi ketika bola disimpan secara tegas pada garis akhir daerah lawan, selain dari cara tersebut skor tidak sah. - Setelah skor terjadi bola berpindah ke regu bertahan. <p>Variasi :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Setiap orang yang menguasai bola boleh memantulkan bola ke lapang sebanyak 3 kali sebelum mengoper ke sesama anggota regunya. - Jika ada papan basket, terlebih dahulu anggota regu harus memantulkan bola ke papan basket dan kemudian ditangkap kembali sebelum menyimpan secara tegas di garis akhir daerah lawan. 			

Table 3.8

2. Kegiatan Inti

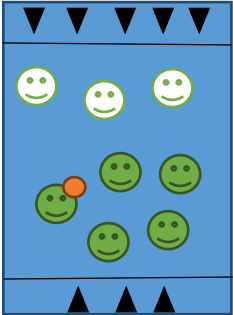
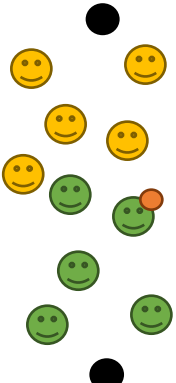
Dalam kegiatan inti pembelajaran guru membagi 4 kelompok yaitu 2 kelompok perempuan dan 2 kelompok laki-laki. Guru memberikan tugas gerak melalui permainan yang sesuai dengan materi pembelajaran. Tujuannya untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam permainan bolabasket. Guru menjelaskan

Gilang Lazuardi Hibatullah, 2017

OPTIMALISASI PERAN PEMANASAN UNTUK MENINGKATKAN PARTISIPASI AKTIF DAN HASIL BELAJAR PERMAINAN BOLABASKET

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

cara *passing*, *catching*, *dribbling*, dan mencetak skor dalam permainan bolabasket.

Tujuan / indikator	Guru	Siswa	Formasi
Cara <i>passing</i> , <i>catching</i> , mencetak skor dan mendukung teman dalam permainan 5 vs 3	Guru menjelaskan cara bermain dan pengelompokan menjadi 2 kelompok yaitu tim A dan tim B.	Tim A terdiri dari 5 orang yang memiliki 3 corong skor, sedangkan tim B terdiri dari 3 orang memiliki 5 corong skor. Tim A berusaha melempar bola mengenai corong tim B dengan cara <i>passing</i> dan <i>catching</i> , sedangkan tim B berusaha melempar mengenai corong tim A dengan cara yang sama. Skor tercipta apabila corong lawan telah terkena bola dengan cara melempar bola tanpa melewati garis lemparan.	 <p>Keterangan : ▲ corong 😊 Tim A 😊 Tim B ● Bolabasket</p>
Cara <i>passing</i> , <i>catching</i> , <i>dribbling</i> , mencetak skor dan mendukung teman dalam permainan 5 vs 5	Guru menjelaskan cara bermain dan pengelompokan menjadi 2 kelompok yaitu tim A dan tim B.	Siswa dibagi menjadi 2 tim, masing-masing tim memiliki 1 lingkaran skor kedua tim ini harus berusaha memasuki bola ke dalam lingkaran skor dengan cara <i>passing</i> , <i>catching</i> , <i>dribbling</i> , dan <i>shooting</i> . Skor tercipta apabila bola masuk ke dalam lingkaran skor dan apabila bola tersebut oleh lawan	 <p>Keterangan : ● Lingkaran skor 😊 Tim A 😊 Tim B</p>

Gilang Lazuardi Hibatullah, 2017

OPTIMALISASI PERAN PEMANASAN UNTUK MENINGKATKAN PARTISIPASI AKTIF DAN HASIL BELAJAR PERMAINAN BOLABASKET

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

		otomatis permainan bergantian.	● Bolabasket
--	--	--------------------------------	--------------

Table 3.9

3. Penutup

- a) Guru dan siswa melakukan relaksasi.
 - b) Guru dan siswa melakukan tanya jawab untuk mengetahui penguasaan materi yang telah dipelajari selama pembelajaran.
 - c) Guru dan semua siswa berdoa untuk mengakhiri pelajaran.
3. Pengamatan (*observing*), observasi yaitu kegiatan pengamatan oleh pengamat. Untuk mempermudah pelaksanaan observasi, peneliti dibantu oleh observer atau guru penjas. Objek yang diamati adalah seluruh aktivitas siswa selama pembelajaran dilaksanakan, baik berupa perubahan yang bersifat individu maupun secara klasikal.
4. Refleksi (*reflecting*), yaitu peneliti mengkaji secara keseluruhan tindakan yang telah dilakukan mulai dari perencanaan, pelaksanaan, dan pengamatan, dievaluasi dan dicari kelemahan dalam fokus penelitian ini pada siklus satu, untuk diperbaiki dan diterapkan pada siklus dua sehingga apa yang menjadi kekurangan dan bagaimana penyelesaiannya dapat dideteksi untuk mencapai tujuan yang diinginkan dari penelitian tindakan kelas.

G. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini diperlukan instrumen penelitian. Instrument penelitian merupakan suatu alat yang dinilai akurat untuk mengumpulkan dan memperoleh data. Hal-hal yang mendukung dan diperlukan dalam observasi pada penelitian ini adalah:

1. Format Lembar Observasi

Format lembar observasi merupakan alat yang bisa digunakan dalam penelitian ini, dalam partisipasi aktif merupakan keterlibatan siswa secara aktif dalam pembelajaran, untuk menentukan berapa banyak siswa yang terlibat secara aktif dalam pembelajaran berlangsung, instrumen yang digunakan adalah jumlah

waktu aktif belajar siswa untuk mengetahui keterlibatan siswa secara aktif saat pembelajaran berlangsung. Untuk mengetahui hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjas khususnya dalam permainan bolabasket ini menggunakan instrumen *Game Performance Assessment Instrument* (GPAI).

a. Jumlah waktu aktif belajar siswa dapat diperoleh dengan cara mengobservasi ke lapangan. Anggapan ini didasari oleh Suherman (2009, hlm. 114-115) menjelaskan bahwa salah satu cara untuk mengetahui bagaimana siswa menghabiskan waktu dalam pelajaran penjas adalah dengan cara menganalisis waktu (*time analysis*).

- 1) Manajemen (M) adalah waktu yang dihabiskan oleh sebagian besar siswa (lebih dari 50%) untuk yang bersifat manajerial (misal: penggantian bentuk latihan, menyiapkan dan membereskan matras, mendengarkan aturan-aturan dalam mengikuti pelajaran/rules, mendengarkan peringatan atau teguran, ganti pakaian, mengecek kehadiran)
- 2) Aktivitas belajar (A) adalah waktu yang dihabiskan oleh sebagian besar siswa (lebih dari 50%) untuk melakukan aktivitas belajar secara aktif (misal: pemanasan, lompat tali, awalan, lompat ke matras, lompat dengan alat bantu ban sepeda bekas)
- 3) *Instruction* (I) adalah waktu yang dihabiskan oleh sebagian besar siswa (lebih dari 50%) untuk mendengarkan informasi bagaimana melakukan keterampilan (melihat demonstrasi, mendengarkan instruksi keterampilan).
- 4) *Waiting* (W) adalah waktu yang dihabiskan oleh sebagian besar siswa (lebih dari 50%) tetapi tidak termasuk dalam ke tiga kategori diatas (misal: tunggu giliran, sebagian besar siswa diam atau ngobrol tidak melakukan kegiatan yang ditugaskan, menunggu guru untuk memberikan instruksi).

No.	Durasi Waktu dalam Menit	Alokasi Fokus	Siswa Fokus
1	00.01		
2	00.02		
3	00.03		
4	00.04		
5	00.05		
	Dst.		

Tabel 3.10

Instrument Jumlah Waktu Aktif Belajar (JWAB)

Beberapa langkah pelaksanaan penggunaan instrument tersebut adalah sebagai berikut.

- a) Hidupkan *stopwatch* sejak dari awal hingga akhir pembelajaran.
 - b) Berikan tanda cek pada kolom *stopwatch* sesuai dengan berkurangnya waktu dalam *stopwatch*.
 - c) Berikan tanda cek (X) pada kolom alokasi fokus segera setelah guru menyuruh siswa melakukan aktivitas fisik fokus tujuan.
 - d) Pada saat yang sama tuliskan jumlah siswa yang melakukan aktivitas fisik fokus tujuan pada kolom “# siswa fokus”.
 - e) Penghitungan jumlah siswa yang melakukan aktivitas fisik fokus tujuan pada menit berikutnya dilakukan segera setelah waktu memasuki menit berikutnya.
 - f) Perhitungan jumlah siswa fokus tujuan hanya dilakukan manakala pada kolom sebelumnya terdapat atanda (X).
- b. Mitchell, J. L. Oslin, dan L. L. Griffin telah menciptakan suatu instrumen penilaian yang diberi nama *Game Performance Assessment Instrument (GPAI)* yang bertujuan merancang sebuah sistem untuk menilai pengetahuan, taktik dalam berbagai macam permainan yang diajarkan dalam pendidikan jasmani, yang diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia menjadi Instrumen Penilaian Penampilan Bermain (IPPB). Tujuannya untuk membantu para guru dan pelatih dalam mengobservasi dan mendata perilaku penampilan pemain sewaktu permainan berlangsung. Menurut L. L. Griffin, dkk (2013, hlm. 48) menjelaskan bahwa ada tujuh komponen yang diamati untuk mendapatkan gambaran tentang tingkat penampilan bermain siswa yang diantaranya:
- 1) Dasar adalah posisi yang pemain harus kembali antara percobaan keterampilan. Misalnya dalam permainan net pemain harus kembali ke tempat tertentu di lapangan yang memberikan kesempatan yang optimal untuk perlindungan lapangan.
 - 2) Pengambilan keputusan adalah memilih gerakan atau keterampilan untuk melaksanakan dalam menanggapi masalah taktis.

- 3) Eksekusi keterampilan menyangkut kinerja motorik yang sebenarnya. Setelah pemain memutuskan apa yang akan mereka lakukan, pilihan skill dan eksekusi harus efisien untuk mencapai hasil yang diinginkan.
- 4) Dukungan penting terutama dalam permainan invasi, dimana menjaga kepemilikan sebagai sebuah tim, pemain dengan bola harus mampu lolos ke rekan tim yang siap dan tersedia untuk menerima pass. Oleh karena itu menjadi tersedia untuk mendukung rekan tim (gerakan off-the-ball) sangat penting untuk menjaga kepemilikan bola dan mencetak gol dengan demikian untuk kinerja permainan yang solid secara keseluruhan.
- 5) Menjaga atau marking adalah gerakan off-the-ball yang merupakan komponen penting dan bermain defensive. Semua game invasi membutuhkan pemain untuk menjaga atau menandai lawan mereka untuk menolak mereka bola dan mencegahnya dari mencetak.
- 6) Covering, komponen pertahanan lainnya, biasanya melibatkan menyediakan cadangan untuk rekan tim yang membuat tantangan untuk bola. Dalam invasi permainan bek membuat tantangan bagi bola dan rekan menutupi ruang di belakang mereka. Di basket ini disebut pertahanan 'bantuan' dan dalam sepak bola itu hanya dikenal sebagai penutup. Permainan penyerangan dan tangkas seperti softball. Fielder membuat bermain bola harus memiliki rekan tim yang melindungi jika ada kasus kesalahan tangkas. Dalam bola voli, permainan net, pemain menyediakan perlindungan untuk rekan tim yang akan melakukan spike.
- 7) Menyesuaikan mengacu pada kemampuan untuk menyesuaikan posisi yang diperlukan dalam permainan. Dengan kata lain, pemain tidak harus berdiri berakar selama pertandingan.

Dalam penelitian ini, terdapat tiga aspek yang menjadi fokus dalam menilai penampilan bermain siswa, yaitu menyesuaikan diri (*adjust*) sebagai penilaian aspek kognitif, memberi dukungan (*support*) sebagai penilaian aspek afektif, dan melaksanakan keterampilan tertentu (*skill execution*) sebagai penilaian aspek psikomotor.

**Instrumen Pengukuran Penampilan Bermain
Untuk Invasion Game (GPAI)**

Kelas: _____ **Evaluator:** _____ **Tim:** _____ **Permainan:** _____
Tanggal Observasi: _____

Pemberian Skor

- 5 = penampilan sangat efektif (selalu).
- 4 = penampilan efektif (biasanya).
- 3 = penampilan cukup efektif (kadang-kadang).
- 2 = penampilan lemah (jarang).

Gilang Lazuardi Hibatullah, 2017

OPTIMALISASI PERAN PEMANASAN UNTUK MENINGKATKAN PARTISIPASI AKTIF DAN HASIL BELAJAR PERMAINAN BOLABASKET

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

1 = penampilan sangat lemah (tidak pernah).	
Komponen Penampilan Bermain	Kriteria
1. Keputusan yang diambil (<i>Decision Making</i>)	<ul style="list-style-type: none"> Siswa berusaha mengoper ke teman yang berdiri bebas. Siswa berusaha menangkap bola yang dioper dari temannya. Siswa berusaha menggiring bola untuk membebaskan diri dari lawan. Siswa berusaha melakukan tembakan bola ketika dalam posisi tanpa penjagaan lawan.
2. Melaksanakan keterampilan (<i>Skill Execution</i>)	<ul style="list-style-type: none"> Siswa mengoper bola dengan tepat kepada temannya. Siswa menangkap bola dengan kedua tangan. Siswa menggiring bola ke daerah pertahanan lawan. Siswa melakukan tembakan bola ke arah ring.
3. Memberi dukungan (<i>Support</i>)	<ul style="list-style-type: none"> Siswa berusaha bergerak menempati posisi yang bebas untuk menerima operan bola. Siswa berusaha melakukan operan dan bergerak mendukung penyerangan. Siswa berusaha membebaskan temannya untuk melakukan penyerangan. Siswa berusaha mengambil bola dari lawan untuk melakukan penyerangan.

(Sumber : Mitchell, J. L. Oslin, dan L.L. Griffin, 2013 hlm. 50)

Table 3.11
Instrumen GPAI.

Adapun format penilaian seperti dapat dilihat pada tabel berikut:

No. Dada	Keputusan yang diambil					Melaksanakan Keterampilan					Memberikan Dukungan				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1.															
2.															
3.															
4.															
5.															
Dst															

Tabel 3.12

Pengamatan Penampilan Bermain Bolabasket

Keterangan skor:

- a. Skor 5 = Siswa melakukan 4 kriteria yang ditentukan.
- b. Skor 4 = Siswa melakukan 3 kriteria yang ditentukan.
- c. Skor 3 = Siswa melakukan 2 kriteria yang ditentukan.
- d. Skor 2 = Siswa melakukan 1 kriteria yang ditentukan.
- e. Skor 1 = Siswa tidak melakukan 4 kriteria yang ditentukan.

2. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan bukti dari segala kegiatan yang dilaksanakan dalam penelitian. Kegiatan yang didokumentasikan yaitu berupa kegiatan yang dilakukan peneliti maupun kegiatan yang dilakukan oleh siswa serta kegiatan lain yang dianggap mendukung dalam proses penelitian. Dokumentasi tersebut berupa hasil pemotretan selama kegiatan berlangsung.

H. Data Penelitian

1. Sumber Data.

Data-data yang digunakan untuk analisis yang dipergunakan dalam penelitian ini bersumber dari:

- a. Siswa kelas VIII K SMPN 12 Bandung yang mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.
- b. Guru yang mengajar pendidikan jasmani.
- c. Lingkungan sekolah SMPN 12 Bandung yang dijadikan tempat penelitian.

2. Jenis dan Alat Pengumpulan Data.

Data yang didapatkan adalah data kualitatif dan data kuantitatif yang terdiri dari:

- a. RPP (Rencana Program Pembelajaran).

data. Triangulasi yaitu menggunakan berbagai sumber data untuk meningkatkan kualitas penilaian seperti menganalisis, mensintesis, memaknai, menerangkan, menyimpulkan data yang terkumpul bersama-sama guru penjas, peneliti, dan pembimbing skripsi. Adapun data yang didapat dari partisipasi aktif dan hasil belajar siswa dianalisis menggunakan program Ms. Excel 2010.

Dalam menganalisis data partisipasi aktif menggunakan pengolahan data dari Suherman (2009, hlm. 116) bahwa hasil waktu aktif belajar diperoleh dari rumus perhitungan sebagai berikut:

$$M \text{ (waktu Pengelolaan)} = \frac{\text{Total waktu pengelolaan}}{\text{Total jam pelajaran}} \times 100$$

$$A \text{ (waktu belajar)} = \frac{\text{Total waktu belajar}}{\text{Total jam pelajaran}} \times 100$$

$$I \text{ (waktu instruksi)} = \frac{\text{Total waktu instruksi}}{\text{Total jam pelajaran}} \times 100$$

$$W \text{ (waktu tunggu)} = \frac{\text{Total waktu tunggu}}{\text{Total jam pelajaran}} \times 100$$

Sedangkan, dalam menganalisis data hasil belajar permainan bolabasket menggunakan pengolahan data dengan perhitungan sebagai berikut:

$$\frac{\text{Jumlah skor yang didapat}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

DAFTAR PUSTAKA

- Djamarah, B, S dan Zain, A. (2006). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta : PT. RINEKA CIPTA.
- Griffin, L, L., dkk. (2013). *Teaching Sport Concept Skills: A tactical games approach for 7 to 18, third edition (Champaign H. Human Kinetics)*
- Mahendra, A. (2006). *Permainan Sederhana (Low Organized Games)*. Bandung : FPOK. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Santosa (2012). *Panduan Lengkap SPSS Versi 20*. Jakarta : PT. Elex Media Komputindo.
- Subroto (2010). *Didaktik Metodik Pembelajaran Olahraga Permainan*. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia.
- Suhardjono (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung : Bumi Aksara.
- Suherman (2009). *Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung : CV. Bintang WarliArtika.