

(Pembelajaran Teknik Dasar Shooting Bola Basket Dengan Modifikasi Alat Ring Gantung Dan Bola Karet Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa SDN Sonorejo I Tahun Ajaran 2020/2021)

Argha Paksy Narendra Sylvayoga

(Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP Modern Ngawi)

E-mail: arghanarenda569@gmail.com

Aba Sandi Prayoga

(Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP Modern Ngawi)

E-mail: abasandiprayoga@stkipmodernngawi.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh modifikasi alat bantu pembelajaran terhadap kemampuan shooting free throw bola basket pada siswa SDN Sonorejo I tahun ajaran 2020/2021. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuasi eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa bola basket SDN Sonorejo I tahun ajaran 2020/2021 yang berjumlah 28 orang. Data yang dikumpulkan pada penelitian ini berupa data kemampuan shooting free throw bola basket. Tes yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah tes free throw bola basket. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji perbedaan (uji – t) dengan melalui uji persyaratan terlebih dahulu seperti uji reliabilitas dan uji normalitas. Setelah melakukan penelitian, diperoleh hasil pengaruh modifikasi alat bantu pembelajaran terhadap kemampuan free throw bola basket pada siswa bola basket SDN Sonorejo I tahun ajaran 2020/2021 secara signifikan, yakni Penggunaan media modifikasi alat bantu bola karet dan ring gantung dapat meningkatkan shooting free throw pada siswa SDN Sonorejo I tahun pelajaran 2020/2021. Ketercapaian hasil belajar shooting free throw pada kondisi awal sebesar 70, siklus I sebesar 78 dan siklus II sebesar 80 sedangkan ketercapaian peningkatan hasil belajar shooting free throw dari pra siklus ke siklus I sebesar 10,76%. Dari siklus I ke siklus II 8,3%. Peningkatan ketuntasan hasil belajar secara keseluruhan dari kondisi awal ke siklus II sebesar 18%.

Kata Kunci : Free Throw Bola Basket, Modifikasi Alat Bantu Pembelajaran, Hasil Belajar

PENDAHULUAN

Tuntutan jaman yang semakin maju menyebabkan pola pendidikan dituntut untuk lebih baik dan berkembang. Berbagai macam upaya dilakukan pemerintah agar mutu pendidikan di Indonesia semakin meningkat. Selain pemerintah yang memegang peran penting dalam hal meningkatkan mutu pendidikan, instansi pendidikan juga memiliki peranan yang sama untuk menjaga pola pendidikan agar lebih berkualitas dan mampu bersaing dengan negara lain. Dalam hal ini, lembaga pendidikan adalah peran utama untuk memenuhi tuntutan jaman yang sangat maju.

Sehingga ke depannya pola pikir yang majulah yang akan mampu bersaing dalam ketatnya kompetisi di era globalisasi.

Bola basket merupakan olahraga yang terus berkembang setiap waktu seiring perkembangan teknologi pada saat ini. Semakin ke depan peraturan bola basket juga mengalami perubahan-perubahan yang semakin kompleks. Perkembangan ilmu teknologi dan komunikasi yang semakin pesat dalam bidang pendidikan menjadi penting terutama dalam bidang kepelatihan khususnya bola basket. Salah satu cara penggunaan berbagai macam media dalam pembelajaran sesuai dengan tujuan materi dan karakteristik atlet itu sendiri. Penggunaan

teknologi informasi dan komunikasi dalam media berbasis video, akan sangat membantu perkembangan latihan atlet untuk mencapai prestasi yang maksimal.

Dalam teknik bola basket ada beberapa dasar gerak yang perlu diberikan oleh pelatih, yaitu shoot (menembak), passing (mengumpan), dan dribble (menggiring bola). Dari semua teknik dasar, shoot (menembak) merupakan yang paling penting karena shoot (menembak) merupakan segala usaha memasukkan bola ke dalam ring (basket) untuk memperoleh point atau nilai. Shoot terdiri dari beberapa teknik, antara lain jump shoot, lay up, set shoot, hook shoot dan segala macam gerakan dengan upaya memasukkan bola ke dalam ring (Wissel Hal, 1996: 24).

Menurut Danny Kosasih (2008: 13), permainan bola basket dibagi menjadi empat quarter, setiap quarter berdurasi sepuluh menit. Dengan demikian dapat dibayangkan bagaimana para pemain berusaha untuk mencetak point sebanyak-banyaknya dan pemain yang mempertahankan keranjang atau ringnya agar tidak kemasukan bola. Tembakan atau shooting adalah usaha memasukkan bola ke keranjang. Menurut Nuril Ahmadi (2007: 18) tembakan atau shooting merupakan usaha memasukkan bola ke keranjang. Sedangkan menurut Zollt Hartiyani (2004: 18) tembakan atau shooting adalah gerakan untuk mendapatkan angka. Jadi, tembakan atau shooting adalah suatu usaha gerakan terakhir untuk mendapatkan angka dengan cara memasukkan bola ke keranjang lawan.

Menembak atau shooting merupakan teknik dasar yang lebih penting dari pada teknik dasar lain. Sesuai dengan inti permainan bola basket, yaitu memasukkan bola ke keranjang lawan dengan menembak dan menjaga daerah sendiri agar tidak kemasukan. Teknik dasar bola basket seperti operan, menggiring, bertahan, dan rayahan digunakan sebagai sarana agar pemain memperoleh peluang yang cukup besar untuk mencetak point, akan tetapi setiap pemain harus mampu melakukan tembakan dengan baik. Untuk itu teknik shooting perlu dilatihkan, alah satu jenis menembak yang sering dilatihkan adalah jump shoot. Jump Shoot adalah salah satu tembakan yang sangat penting penggunaanya dalam bola basket. Seorang pemain

mahir melakukan tembakan jump shoot dengan baik, merupakan ancaman bagi lawan-lawannya. Misalnya pemain tersebut dapat melakukan tembakan jump shoot dari situasi apapun, contohnya selagi pemain melakukan dribble dan menerima umpan dalam keadaan diam dan bergerak.

Pembelajaran dalam melakukan shooting dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi teori terlebih dahulu kepada atlet, kemudian mempraktekkan gerakan baik menggunakan peraga terlebih dahulu sebagai contoh maupun pada saat latihan langsung di lapangan dan setelah itu atlet mempraktekkan gerakan yang sudah dijelaskan. Permasalahan pelatih dalam melatih shooting biasanya terhambat oleh beberapa faktor, contohnya kurang terampil pelatih dalam memperagakan gerakan shooting atau faktor usia pelatih yang sudah tidak memungkinkan untuk memperagakan. Permasalahan tersebut dapat mempengaruhi pembentukan teknik fundamental bola basket atlet, seharusnya pelatih lebih kreatif dalam memberikan informasi gerakan meskipun tanpa memperagakan sendiri, seperti memanfaatkan media audio visual video latihan shooting dalam melatih gerak dasar shooting. Dengan memanfaatkan media audio visual, selain pelatih dapat lebih mudah memberikan arahan, atlet juga dapat mengembangkan kemampuan kognitif, kreatif, dan inovatif yang lebih baik dengan harapan akan mendapatkan hasil pembelajaran yang lebih maksimal.

Bentuk dari pemanfaatan teknologi informasi dalam media pembelajaran tersebut salah satunya adalah pengembangan media audio visual pembelajaran. Media audio visual atau multimedia memberikan kesempatan kepada atlet untuk berlatih tidak hanya dengan satu sumber seperti coach atau trainer, tetapi memberikan kesempatan kepada subjek belajar untuk mengembangkan kemampuan kognitif dengan lebih baik, kreatif, dan inovatif.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti akan melakukan penelitian tentang pengaruh pembelajaran menggunakan media audio visual terhadap teknik menembak pada atlet putra klub bola basket Wisnu Murti.

Untuk menciptakan pendidikan yang berkualitas banyak hal yang mempengaruhi, antara lain: sarana prasarana yang mendukung, pendidik, model pengajaran, lembaga pendidikan, sistem pendidikan, dan masih banyak hal-hal yang mempengaruhi. Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (Penjaskesrek) merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah, baik dari tingkat sekolah (Taman Kanak-Kanak), SD/MI, SMP/MTs, dan SMA/MA. Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang memiliki karakteristik berbeda dengan mata pelajaran lainnya. Melalui pembelajaran Penjas, diharapkan dapat menunjang perkembangan dan pertumbuhan siswa. Menurut Wawan S. Suherman (2004: 23) 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 kecerdasan emosi.

Depdiknas (2003: 6) Pendidikan Jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional.

Barrow (2001; dalam Freeman, 2001) adalah bahwa pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai pendidikan tentang dan melalui gerak insani, ketika tujuan kependidikan dicapai melalui media aktivitas otot-otot, termasuk: olahraga Page 2 (sport), permainan, dan latihan jasmani (exercise).

Jackson R. Sharman (2013; 7) menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan yang berlangsung melalui kegiatan yang melibatkan mekanisme motorik tubuh manusia yang menghasilkan pola perilaku individu.

Menurut Rosdiani (2013:23), pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki

peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dipilih serta dilakukan secara sistematis.

Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Oleh karena itu dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah harus menyertakan unsur-unsur positif pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dipilih serta dilakukan secara sistematis.

Bolabasket merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang dijadikan sebagai alat untuk menyampaikan tujuan pendidikan yang pelaksanaannya dapat dilakukan di sekolah-sekolah, dari mulai Sekolah Dasar sampai Perguruan Tinggi. Permainan Bolabasket dapat dijadikan sebagai olahraga pendidikan, rekreasi, maupun olahraga prestasi. Sebagai olahraga pendidikan, teknik-teknik dasar dalam permainan Bolabasket diajarkan melalui proses pembelajaran pendidikan jasmani, mulai dari sikap siap dasar dribbling, passing dan shooting. Hal yang sama juga diterapkan di SDN Sonorejo I. Pada tingkat SD/MI permainan Bolabasket wajib diajarkan dalam pendidikan jasmani, karena pada anak-anak kesan pertama merupakan pengalaman yang menentukan. Kesan pertama yang menyenangkan merupakan pengalaman yang membangkitkan minat. Dengan minat yang dimiliki, anak akan menyukai permainan Bolabasket seumur hidup baik sebagai pemain maupun penonton, selain itu dapat pula membangkitkan keinginan untuk berprestasi.

Dalam permainan Bolabasket, teknik dasar sangat penting saat bermain Bolabasket. Salah satu teknik Bolabasket yang harus dikuasai adalah shooting, Oleh karena itu diperlukan rasa percaya diri dan kesempurnaan gerak saat melakukan

tembakan tersebut. Berdasarkan observasi atau pengamatan peneliti, di SDN Sonorejo I siswa berjumlah 135 anak, terdapat 1 lapangan sekolah yang kondisi baik, dan juga disana terdapat 1 buah Bolabasket yang dalam kondisi baik, dalam pembelajaran Bolabasket selama ini masih banyak siswa yang belum bisa melakukan shooting dalam permainan Bolabasket. Hal tersebut terjadi karena siswa kurang percaya diri, masih malas untuk berlatih dan masih belum memahami latihan untuk meningkatkan kemampuan shooting dalam permainan Bolabasket, karena hanya fokus dalam permainan belum adanya usaha untuk meningkatkan kemampuan shooting, sehingga kemampuan shooting dalam pembelajaran Bolabasket pada siswa SDN Sonorejo I masih kurang untuk berlatih.

Ketika peneliti melakukan pengamatan dilapangan, diketahui bahwa kemampuan shooting dalam permainan Bolabasket pada siswa SDN Sonorejo I tahun ajaran 2020/2021 belum memenuhi harapan yang diinginkan dan itu bukti dari beberapa siswa yang belum bisa melakukan shooting. Kebanyakan siswa saat melakukan shooting bola tidak sampai ke ring basket ada juga yang melakukan shooting secara sembarangan dan asal-asalan, tidak sesuai dengan teknik yang benar.

Penyebab ketidak mampuan anak dalam melakukan hal tersebut dalam melakukan shooting bolabasket disebabkan oleh beberapa masalah dari teknis dan non teknis. Faktor teknis disebabkan karena sarana dan prasarana yang tersedia tidak sesuai dengan yang diharapkan disebabkan seperti siswa masih merasa kurang percaya diri dan belum mengetahui bagaimana cara meningkatkan kemampuan shooting dalam Bolabasket.

Berangkat dari permasalahan di atas, maka peneliti ingin adanya usaha untuk meningkatkan hasil belajar shooting pada permainan Bolabasket di SDN Sonorejo I, maka dari itu diperlukan adanya latihan dalam bentuk pembelajaran yang dikemas dalam bentuk modifikasi bola dan ring, yang diharapkan siswa tertarik dalam meningkatkan kemampuan shooting Bolabasket dan merasakan senang dalam kegiatan pembelajaran.

Modifikasi bola dan ring merupakan latihan yang dibentuk untuk merangsang kemampuan shooting sebelum menggunakan bola

yang standar, hal tersebut sangat menyenangkan dan disukai oleh anak-anak, dalam membangun kemampuan shooting.

Oleh karena itu guru dituntut selalu berkreasi dan berinovasi dalam usaha meningkatkan kemampuan shooting dengan pembelajaran. Pembelajaran mempunyai pengertian yang mirip dengan belajar, walaupun mempunyai konotasi yang berbeda. Dalam konteks pendidikan, guru mengajar supaya peserta didik dapat belajar dan menguasai isi pelajaran sehingga mencapai sesuatu objektif yang ditentukan (aspek kognitif), juga dapat mempengaruhi perubahan sikap (aspek afektif), serta ketrampilan (aspek psikomotor) seseorang peserta didik. Berdasarkan penjelasan-pejelasan di atas, maka penulis akan melakukan penelitian dengan judul “Pembelajaran Teknik Dasar Shooting Bola Basket Dengan Modifikasi Alat Ring Gantung Dan Bola Karet Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa SDN Sonorejo I Tahun Ajaran 2020/2021”.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (action research), Penelitian ini dilakukan secara kolaboratif antara peneliti dengan peserta didik. Peneliti ini berperan sebagai guru pada saat proses pembelajaran berlangsung.

Sumber data di peroleh dari siswa SDN Sonorejo I Kecamatan Padangan, Kabupaten Bojonegoro untuk mengetahui seberapa besar peningkatan kemampuan teknik Shooting, peserta didik tersebut pada saat sebelum dilakukan tindakan dan setelah melakukan pembelajaran dengan model reciprocal, dengan jumlah siswa 21 anak, laki – laki 7 anak dan perempuan 14 anak.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut :

1. Observasi

Pada teknik Observasi ini, Peneliti akan mengadakan pengamatan secara langsung pada objek yang akan diteliti seperti pengamatan proses pembelajaran.

2. Tes

Pada teknik ini, peneliti mengumpulkan nilai yang akan dilakukan dengan tes praktik untuk mengetahui kemampuan shooting

3. Wawancara

Melakukan wawancara dengan guru mata pelajaran dan peserta didik untuk mengetahui kondisi awal peserta didik SDN Sonorejo I dengan menyiapkan beberapa pertanyaan dan konsultasi kepada guru mata pelajaran Olahraga.

Penelitian tindakan kelas yang telah dikembangkan oleh Kemis dan Tagart. Penelitian tindakan kelas pada siklus pertama di rancang dan di laksanakan 4x pertemuan dalam 1 bulan dengan durasi waktu 60 menit sedangkan di siklus kedua di dilaksanakan 3x pertemuan dalam 1 bulan dan 1x pertemuan untuk dilaukan wawancara. Tahapan setiap pelaksanaan siklus meliputi perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi.

1. Perencanaan

Pada tahap ini peneliti dan guru pendidikan jasmani menyusun skenario pembelajaran menggunakan model pembelajaran recovery yang terdiri dari:

- a. Mengajukan permohonan izin penelitian kepada kepala sekolah SDN Sonorejo I Kecamatan Padangan, Kabupaten Bojonegoro.
- b. Peneliti merangkum analisis kurikulum untuk mengetahui kompetensi dasar yang akan di sampaikan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga.
- c. Peneliti akan membuat rencana pembelajaran dengan mengacu pada tindakan atau perilaku yang di terapkan dalam PTK, yaitu pembelajaran teknik shooting dalam permainan Bolabasket hasil dari model pembelajaran recovery.
- d. Peneliti menyusun instrumen penilaian hasil belajar teknik dasar shooting pada permainan Bolabasket yang di gunakan dalam siklus PTK.
- e. Menyusun alat Modifikasi Ring dan Bola Karet evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga.

2. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan yang dilakukan adalah melaksanakan proses pembelajaran di lapangan dengan langkah – langkah kegiatan antara lain :

- a. Melakukan pembelajaran di kelas terlebih dahulu.

- b. Memberikan penjelasan tentang teknik shooting dalam permainan Bolabasket.
- c. Mengamati teknik shooting melalui sumber buku yang ada.
- d. Memberikan pertanyaan kepada siswa hasil dari pada pengamatan Gerakan – Gerakan tersebut.
- e. Setelah pengamatan di dalam kelas, siswa keluar kelas dan di bariskan untuk melaukan pemanasan.
- f. Mendemonstrasikan tentang gerakan teknik shooting pada sumber buku tersebut.
- g. Memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melakukan latihan sendiri dengan pengawasan guru dengan modifikasi alat ring gantung dan bola keret.
- h. Penilaian dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung.

3. Pengamatan

Pada tahapan ini dilakukan pengamatan terhadap pelaksanaan tindakan yang menggunakan lembar observasi yang telah disusun oleh guru bidang studi penjas, sebagai pengamat mengisi lembar observasi untuk melihat apakah kondisi belajar mengajar sudah terlaksana dengan modifikasi alat ring gantung dan bola keret.

Pengamatan ini dilakukan pada saat proses pembelajaran berlangsung. Setiap kegiatan yang dilakukan oleh siswa dan di catat pada observasi yang telah di siapkan, dalam hal ini menyangkut kemampuan psikomotor, dalam aktivitas belajar siswa pada saat mengikuti proses pembelajaran.

4. Refleksi

Kegiatan pada langkah ini pencermatan, analisis, dan penilaian terhadap hasil pelaksanaan dengan tindakan yang telah dilakukan. Masalah yang terdapat pada siklus I maka akan di tindak lanjuti pada siklus berikutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertempat di yang beralamatkan di Jl. Tambakrejo No.21 Desa Sonorejo, Kecamatan Padangan, Kabupaten Bojonegoro, Jawa Timur.

Sebelum dianalisis, data perlu diuji terlebih dahulu mengenai persyaratan analisisnya. Pengujian persyaratan analisis yang dilakukan yaitu dengan uji reliabilitas, dan uji normalitas.

Sebelum dilakukan analisis data, perlu diuji distribusi kenormalannya. Uji normalitas data pada penelitian ini digunakan metode tes, data hasil analisis tes awal dan tes akhir kemampuan free throw bola basket pada siswa kelas IV Bola Basket SDN Sonorejo 1 tahun pelajaran 2020/2021 yang dilakukan dengan modifikasi alat bantu ring gantung dan bola karet.

Sebelum diberi Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dilakukan tes kemampuan free throw untuk mengetahui ketuntasan hasil belajar. Setelah mengetahui kemampuan free throw, kemudian dilakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan pembelajaran free throw menggunakan modifikasi alat ring gantung dan bola karet. Pelaksanaan ini terlampir yang di aktualkan dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Deskripsi data hasil analisis tes kemampuan free throw bola basket pada siswa bola basket Sonorejo 1 Padang tahun ajaran 2020/2021 yang dilakukan dengan modifikasi alat bantu pembelajaran dan hasil pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas Untuk mengetahui tingkat keajegan hasil tes awal dan tes akhir kemampuan free throw bola basket, dilakukan uji reliabilitas. Hasil uji reliabilitas tes awal dan tes akhir yang dilakukan dalam penelitian ini siswa SDN Sonorejo I tahun pelajaran 2020/2021 dapat dipaparkan pembahasan hasil penelitian sebagai berikut:

Kondisi awal

Tabel 1. Deskripsi Data Tes Penilaian Kondisi Awal

No.	Kriteria	Jumlah Siswa	Presentase
1.	Tuntas	13	33,33%
2.	Tidak Tuntas	15	66,67%
Rata-rata		70,84	

Keterangan : Tuntas Skor Nilai > KKM 75

Tidak Tuntas Nilai < KKM 75

Tabel di atas menunjukkan hasil evaluasi pembelajaran kemampuan free throw bola basket dengan modifikasi alat ring gantung dan bola karet diperoleh siswa yang tuntas adalah sebesar 13 siswa (33,33%), sedangkan siswa yang tidak tuntas adalah 15 siswa (66,67%).

Berdasarkan hasil tersebut menunjukan bahwa, ketuntasan hasil kemampuan shooting free throw siswa SDN Sonorejo I tahun pelajaran 2020/2021 dari pra siklus ke siklus I mengalami peningkatan tetapi belum memenuhi capaian KKM.

Hasil kemampuan free throw siswa SDN Sonorejo I tahun pelajaran 2020/2021, selanjutnya peneliti merencanakan tindakan 1, yaitu kegiatan sebagai berikut:

1. Peneliti merencanakan bentuk pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar free throw dengan menggunakan alat bantu bola karet dan ring gantung. Langkah-langkah yang dilakukan sebagai berikut:
 - a. Peneliti memberikan penjelasan shooting free throw dengan menggunakan alat bantu bola karet dan ring gantung.
 - b. Peneliti memberikan contoh gerakan shooting dengan alat bantu bola karet dan ring gantung.
 - c. Peneliti dan siswa merefleksikan terhadap proses pembelajaran yang dilakukan.
2. Peneliti menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) materi pembelajaran bolabasket shooting free throw dengan alat bantu sesuai dengan materi pada siklus 1.

Siklus 1

Tabel 2. Deskripsi Data Tes Penilaian Siklus 1

No.	Kriteria	Jumlah Siswa	Presentase
1.	Tuntas	18	64,28%
2.	Tidak Tuntas	10	35,71%
Rata-rata		78	

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa, rata-rata hasil belajar shooting free throw dari kondisi awal ke siklus 1 belum tuntas. Berdasarkan data hasil kemampuan shooting free throw siklus 1 siswa SDN Sonorejo I tahun pelajaran 2020/2021 yang mencapai ketuntasan belajar sebanyak 18 siswa. Sedangkan jumlah siswa yang tidak tuntas sebanyak 10 siswa. Dari kondisi awal ke siklus 1 ternyata mengalami peningkatan.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa, ketuntasan hasil kemampuan shooting free throw siswa SDN Sonorejo I tahun pelajaran 2020/2021 dari siklus I ke siklus II mengalami peningkatan yang sudah memenuhi capaian KKM.

Berdasarkan hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan modifikasi alat bantu pembelajaran memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan free throw bola basket.

Maka dapat disimpulkan bahwa perbedaan secara signifikan yang terjadi pada hasil tes, disebabkan oleh pemberian perlakuan menggunakan modifikasi alat bantu pembelajaran.

Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan Melalui penggunaan modifikasi alat bantu pembelajaran (bola ukuran 3) dapat meningkatkan kemampuan free throw bola basket pada siswa SDN Sonorejo 1 tahun pelajaran 2020/2021 Kecamatan Kabupaten Bojonegoro dapat diterima.

Modifikasi alat bantu pembelajaran memiliki kelebihan dapat meningkatkan keterampilan sekaligus memberikan variasi latihan free throw pada permainan bola basket, penguasaan kebenaran dari teknik akan lebih tercapai, kondisi fisik akan terhindar dari kelelahan yang berlebihan, perbaikan terhadap kesalahan teknik dasar dapat dilakukan lebih dini.

Prinsip pengaruh modifikasi alat bantu pembelajaran terhadap kemampuan free throw bola basket dapat dijadikan sarana modifikasi bentuk pembelajaran bagi pemula untuk meningkatkan kemampuan free throw bola basket menjadi lebih baik dalam bermain bola basket. Disamping itu juga, bentuk modifikasi tersebut memiliki pengaruh positif terhadap kemampuan free throw bola basket.

Pembelajaran shooting free throw dengan alat bantu bola karet dan ring gantung pada siklus 1, ternyata peningkatan ketuntasan belajar belum

seperti yang diharapkan. Belum tercapainya peningkatan ketuntasan kemampuan shooting free throw siswa SDN Sonorejo I tahun pelajaran 2020/2021 adalah sebagai berikut:

1. Siswa kurang aktif masih terlalu banyak bercanda. Siswa kurang memahami maksud dan tujuan pembelajaran yang dilakukan, sehingga perlu diberi penjelasan lagi lebih kongkrit,
2. Siswa kurang aktif masih terlalu banyak bercanda atau gojek (bahasa Jawa),
3. Peneliti tidak memberi hadiah atau pujian kepada siswa. Misalnya bagus sekali, tepat sekali, baik sekali, dan lain sebagainya ataupun memberi hadiah kepada siswa yang sudah mencapai nilai target dan juga memberi nilai tambahan kepada siswa yang melakukan pembelajaran dengan bersungguh-sungguh.
4. Siswa kurang tanggap dalam memahami guru saat di beri materi pembelajaran.

Siklus 2

Tabel 3. Deskripsi Data Tes Penilaian Siklus 2

No.	Kriteria	Jumlah Siswa	Presentase
1.	Tuntas	21	75%
2.	Tidak Tuntas	7	25%
Rata-rata		79	

Berdasarkan data hasil belajar shooting free throw dan nilai ketuntasan hasil belajar dari kondisi awal siswa SDN Sonorejo I tahun pelajaran 2020/2021 yang tidak tuntas sebanyak 7 siswa. Sedangkan hasil belajar shooting free throw dan nilai ketuntasan hasil belajar pada siklus II sebanyak 21 siswa. Hal ini menunjukkan bahwa, dari kondisi awal ke siklus II hasil belajar shooting free throw pada siswa SDN Sonorejo I tahun pelajaran 2020/2021 mengalami peningkatan yang sangat baik.

Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa, ketuntasan hasil kemampuan shooting free throw siswa SDN Sonorejo I tahun pelajaran 2020/2021 dari pra siklus ke siklus II mengalami peningkatan.

Tindakan pembelajaran shooting free throw dengan alat bantu bola karet dan ring ganrung pada siklus II ternyata kemampuan shooting free throw dan ketuntasan hasil belajar meningkat lebih baik. Peningkatan dan ketuntasan hasil belajar disebabkan antara lain:

1. Adanya koreksi dan evaluasi pada siklus II siswa menjadi lebih memahami maksud dan tujuan dari alat bantu yang digunakan dalam pembelajaran shooting free throw.
2. Siswa sangat senang dengan adanya hadiah atau pujian dari peneliti dan juga ada nilai tambahan, sehingga siswa berusaha untuk mendapatkan nilai tambahan.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dan pembahasan pada BAB IV dan BAB V diperoleh simpulan sebagai berikut:

Penggunaan media modifikasi alat bantu bola karet dan ring gantung dapat meningkatkan shooting free throw pada siswa SDN Sonorejo I tahun pelajaran 2020/2021. Ketercapaian hasil belajar shooting free throw pada kondisi awal sebesar 70, siklus I sebesar 78 dan siklus II sebesar 80 sedangkan ketercapaian peningkatan hasil belajar shooting free throw dari pra siklus ke siklus I sebesar 10,76%. Dari siklus I ke siklus II 8,3%. Peningkatan ketuntasan hasil belajar secara keseluruhan dari kondisi awal ke siklus II sebesar 18%.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disarankan beberapa hal, khususnya kepada para guru Penjas dan siswa SDN Sonorejo I sebagai berikut:

1. Bagi Guru
Seorang guru dituntut memiliki pengetahuan yang lebih, dibandingkan dengan siswanya dan harus tampil bergairah didalam kelas sehingga dengan sendirinya siswa akan senang mengikuti pelajaran yang akan disampaikan oleh guru. Selanjutnya guru harus mau memanfaatkan sumber belajar yang berkualitas bagi siswanya.
Bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar diharapkan dapat

lebih inovatif dan kreatif dalam model penyajian dan pemanfaatan media pembelajaran, sehingga siswa akan lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Sebaiknya penggunaan modifikasi alat bantu pembelajarani diterapkan untuk mengatasi kekurangan sarana dan prasarana dalam pembelajaran Shooting Bola basket, sehingga siswa dapat lebih aktif.

Dalam memilih jenis latihan, khususnya untuk meningkatkan kemampuan free throw bola basket, hendaknya memilih metode yang lebih baik secara teori dari hasil Materi.

Dalam upaya untuk meningkatkan kemampuan free throw bola basket, guru maupun pelatih dapat menggunakan berbagai metode, diantaranya dengan menggunakan modifikasi alat bantu pembelajaran yang dimana dalam penelitian ini terbukti dapat meningkatkan kemampuan free throw bola basket.

2. Bagi Siswa
Aktivitas pembelajaran dapat berlangsung dengan efisien serta memberikan semangat siswa dalam proses belajar mengajar dengan menggunakan modifikasi alat bantu bola karet dan ring gantung.
Banyak membaca buku-buku materi yang diberikan, karena bagi siswa itu merupakan keharusan yang harus sering dilakukan. Manfaat fasilitas perpustakaan sehingga terbiasa untuk membaca buku, karena membaca buku merupakan jendela ilmu, jadi jika kita ingin banyak ilmunya maka rajinlah membaca sehingga kita banyak mengetahui materi pembelajaran yang diajarkan oleh guru.
3. Bagi Orang Tua
Orang tua siswa untuk menunjukkan perhatian dan sikap peduli terhadap pendidikan anak dengan cara mengingatkan siswa untuk belajar di rumah agar mendapat hasil belajar yang maksimal.
4. Bagi Pihak Sekolah
Harus meningkatkan fasilitas pembelajaran di sekolah yang penting untuk meningkatkan hasil belajar siswa dan mengurangi kesulitan belajar pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Jackson R, S. (2013). *Pengetahuan*. Bandung: Jackson R Sharman.
- Wawan S, S. (2004). *Kesehatan Jasmani*. Surabaya: Para Ahli.
- Barrow, F. (2001). *Inteernet*. Bandung: Cara Tutorial.
- Depdiknas (2003: 6). *Kurikulum Tingkat Satuan Untuk Sekolah Dasar. Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*, Jakarta : Dikdasmen Journal
- Nuril Ahmadi. (2007). *Permainan Bola Basket*. Surakarta, Era Intermedia
- Danny, K (2008), *Hyper Bola*, Pengetahuan, Malang, Journal
- Zolt, H. (2004). *Tutorial Margine*. Pengetahuan Bola
- Rosdiani. (2013). *CV Super,Moto Dalam Pengetahuan Bola Basket*, Jakarta, Journal