

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang diajarkan pada semua jenjang pendidikan pada tingkat SD, SMP dan SMA/SMK sederajat. Menurut Badan Standart Nasional Pendidikan (BSNP) megemukakan yang dimaksud dengan pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, meningkatkan keterampilan motorik, pengetahuan dan prilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan banyak jenis olahraga yang diajarkan. Dalam hal ini tentu saja akan menyangkut program yang telah digariskan dalam kurikulum masing-masing tingkat sekolah. Secara umum ada 7 jenis kegiatan olahraga spesifik yang diajarkan dalam dunia pendidikan jasmani, yaitu:

1. Atletik (lompat jauh, lempar lembing, tolak peluru dll)
2. Ritmik
3. Aquatik
4. Bela diri
5. Bola besar (Bolabasket, Bolavoli, Sepak bola, Futsal, dll).
6. Bola kecil (tenis, tenis meja, golf, dll)
7. Rekreasi

Bolabasket adalah permainan bola besar yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima pemain yang saling bertanding mencetak *point* dengan memasukkan bola ke dalam keranjang (*ring*). Menurut Army Putra (2012-1), Olahraga bolabasket merupakan salah satu olahraga prestasi yang berupa permainan tim. Teknik permainan bola basket ada beberapa dasar gerak yang perlu diberikan oleh guru olahraga, yaitu *shooting* (menembak), *passing* (mengumpan), dan *dribbling* (menggiring bola). Dari semua teknik dasar, *shooting* (menembak) merupakan yang paling penting karena *shooting* (menembak) merupakan segala usaha memasukkan bola ke dalam *ring* (basket) untuk memperoleh *point* atau nilai.

Permainan bola basket tentunya tidak lepas dari teknik permainan. Teknik permainan bola basket sangat diperlukan dalam menunjang pola pikir cara bermain untuk mengecoh lawan agar mendapatkan *point*. Macam-macam teknik permainan bola basket meliputi : *Passing*, *dribbling*, *pivot*, *rebound*, dan *shooting*. Untuk mendapatkan *point* kita harus menguasai teknik *shooting*. Pengertian *shooting* dalam hal ini adalah upaya atau usaha memasukkan bola ke dalam *ring* lawan untuk mendapatkan *point*. Macam-macam teknik *shooting* dalam permainan bola basket meliputi : *lay up shoot*, *under ring*, *jump shoot* dll.

Pemain yang menguasai teknik *shooting* dapat mengendalikan irama permainan dan menghasilkan *point* yang banyak untuk tim. Sebab pemain tersebut dapat membuat lawan terkecoh atau salah antisipasi dalam perebutan bola dari situasi apapun, misalnya *dribbling* dan tidak bisa

melewati musuh (lawan main), maka teknik tembakan ke *ring* (*shooting*) dapat digunakan untuk mendapatkan *point* dan memenangkan pertandingan dengan mudah.

Dalam permainan bola basket *shooting* merupakan teknik yang sangat diperlukan atau sangat penting dalam mencetak *point*. Upaya dalam melakukan *shooting* harus tepat dan akurat agar bola tidak direbut oleh lawan. Maka dari itu dibutuhkan kondisi fisik yang sangat baik. Menurut Sajoto (1995:8) dalam Army Putra (2012-2) menyatakan bahwa kondisi fisik merupakan suatu prasyarat yang sangat diperlukan dalam meningkatkan prestasi seorang atlet.

Menurut Sajoto (1995:8) dalam Army Putra (2012-2) *Jump Shoot* adalah salah satu tembakan yang sangat penting penggunaannya dalam bolabasket. Seorang pemain mahir melakukan tembakan *jump shoot* dengan baik maka merupakan ancaman yang berbahaya bagi lawan-lawannya. Pemain itu dapat melakukan tembakan *jump shoot* dari situasi apapun, misalnya selagi ia melakukan *dribbling* dan menerima umpan dalam keadaan diam dan bergerak. Penggunaan teknik menembak yang benar pada pelaksanaan *jump shoot* belum tentu menyebabkan bola masuk ke dalam *ring*, penggunaan teknik yang benar merupakan salah satu faktor penentu bola itu masuk ke dalam *ring*.

SMPK Santo Yusuf merupakan sekolah menengah pertama katolik yang terletak di kabupaten sumenep tepatnya di Jl. Trunojoyo. Mata pelajaran PJOK yang diajarkan di SMPK Santo Yusuf yang rutin setiap minggunya

yaitu pembelajaran bolabasket yang diajarkan setiap hari Jumat pagi saat jam pelajaran. Siswa SMPK Santo Yusuf sampai saat ini masih mempelajari teknik permainan bola basket berupa *shooting* berupa *lay up*, *undering shoot* dan *shooting* di dalam garis *key hole* (garis kotak didalam *free throw*). Dalam mempelajari teknik tersebut siswa juga diajari mengenai tata cara *shooting* mulai dari posisi pandangan, tangan, kaki, dan keseimbangan.

Berdasarkan hasil observasi peneliti dengan guru SMPK Santo Yusuf, Sampai saat ini hasil belajar siswa SMPK Santo Yusuf masih di bawah rata-rata yaitu masih kurang dalam penguasaan teknik *shooting* dan masih tidak terlalu banyak dalam mendapatkan *point*. Hal itu disebabkan karena dalam satu kelas saat pembelajaran *shooting* belum maksimal dalam melakukan teknik *shooting*. Ada yang posisi kakinya kurang jongkok, ada yang mendorong bolabasket menggunakan dua tangan, ada yang cara sudut pandangnya kurang fokus hanya sekedar melempar bola dan ada pula yang masih belum sempurna kekuatannya dalam melempar bolabasket (terlalu berat bolanya pada anak seusia SMP). Meskipun demikian siswa SMPK Santo Yusuf pernah menjuarai kejuaraan bolabasket 3 on 3 antar SMP se-Kabupaten sumenep pada tahun 2016 yang diselenggarakan di MAN 1 SUMENEP dan mendapat predikat sebagai juara 3. Pada tahun 2017 team basket putra putri SMPK Santo Yusuf juga sempat menjuarai kejuaraan bolabasket antar SMP se-Kabupaten Sumenep yang diselenggarakan oleh MAN 1 SUMENEP dan mendapatkan juara 4 (harapan 1).

Peneliti menggunakan teknik *two point jump shoot*, karena presentasi untuk memasukkan bola ke dalam *ring* lebih mudah dibandingkan dengan teknik *three point shoot*. Teknik tembakan *two point jump shoot* meliputi *lay up*, *under ring* dan tembakan dalam garis *key hole*. Melihat siswa yang kurang maksimal dalam pembelajaran teknik *two point jump shoot* yang diajarkan oleh gurunya, maka dalam hal ini teknik tembakan atau *two point jump shoot* sangat dianjurkan untuk diteliti dibandingkan teknik *three point shoot* yang lebih sulit penguasaan dan pembelajarannya untuk siswa SMPK Santo Yusuf yang kebanyakan masih belum menguasai teknik *two point jump shoot* dalam permainan bola basket. Teknik *two point jump shoot* mudah dipelajari karena hanya mengandalkan fokus, teknik tangan, kaki dan posisi pemain. Sedangkan dalam teknik *three point shoot* membutuhkan tenaga yang *extra* untuk melempar bola dari jarak yang lumayan jauh dan juga fokus yang tepat untuk memasukkan bola ke dalam *ring*. Sehingga peneliti mengambil judul Penerapan Variasi Pembelajaran *Two Point Jump Shoot* Untuk Meningkatkan Hasil Belajar *Shooting* Dalam Pembelajaran bolabasket Terhadap siswa Kelas VIII SMPK Santo Yusuf Sumenep.

B. RUMUSAN MASALAH

Atas dasar pembatasan masalah seperti tersebut di atas, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana peningkatan hasil belajar *two point jump shoot* melalui penerapan variasi pembelajaran *shooting* terhadap siswa kelas VIII SMPK Santo Yusuf .

C. HIPOTESIS TINDAKAN

Dalam penelitian ini yang diambil oleh peneliti berdasarkan kutipan dan jurnal dari (Army Putra, 2012-5)

1. Penguasaan teknik *shooting* dalam permainan bola basket ada peningkatan yang semula masih belum benar dalam melakukan teknik *shooting*, ketika peneliti melakukan pembelajaran terhadap siswa SMPK Santo Yusuf sudah mulai ada peningkatan.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat bagi Guru : ketika pembelajaran *extra* kulikuler bolabasket tidak perlu melakukan pembelajaran dasar baru, karena sudah ada Peneliti yang memberikan pembelajaran teknik dasar *shooting two point jump shoot*.
2. Manfaat bagi Siswa : siswa sudah dapat menguasai teknik lemparan *two point jump shoot* dan dapat mencetak *point*.
3. Manfaat bagi Sekolah : sekolah dapat meraih prestasi dalam ajang pertandingan bolabasket karena siswanya sudah mampu menguasai teknik *two point jump shoot*.

E. DEFINISI OPERASIONAL

1. Variasi pembelajaran

Variasi pembelajaran *two point jump shoot* adalah salah satu gerak lanjutan dari teknik dasar permainan bola basket. Dalam gerakan variasi juga terdapat tambahan gerakan kombinasi yang dimana variasi dan kombinasi itu adalah gabungan beberapa bentuk gerakan prinsip dasar dengan berbagai cara yang dapat dilakukan secara perorangan, berpasangan atau kelompok.

2. Bola basket

Bola basket adalah sebuah permainan dimana bola menjadi media utama untuk berjalannya suatu permainan. bola basket dimainkan oleh 5 orang dalam 1 tim dan terdapat 2 tim dalam suatu pertandingan.

3. Hasil belajar

Hasil belajar *shooting* adalah kemampuan yang dimiliki siswa setelah menerima materi dan pengalaman belajar teknik *shooting*.