

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari program pendidikan umum yang memberi kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh.

Pendidikan Jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan.

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian dari pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Pelaksanaan pendidikan jasmani merupakan investasi jangka panjang dalam upaya pembinaan mutu dan sumber daya manusia Indonesia.

Hasil yang diharapkan itu akan dicapai dalam jangka waktu yang lama karena itu upaya pembinaan bagi masyarakat dan peserta didik melalui pendidikan jasmani perlu terus dilakukan dengan kesabaran dan keikhlasan untuk berkorban. Akan tetapi untuk mencapai tujuan tersebut harus

didukung oleh berbagai hal, baik tenaga pendidik yang bermutu serta program-program pembelajaran yang baik. Pendidikan jasmani 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 terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Tujuan Pendidikan Pasmani, akan tercapai jika ada proses pembelajaran yang berkualitas. Dalam proses pembelajaran banyak komponen yang terlibat antara lain : siswa, pendidik, materi pelajaran, keadaan rumah tangga, budaya, lingkungan, dan sebagainya. Semua komponen tersebut sangat penting dan saling berkaitan.

Di dalam penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, tujuan Pendidikan Jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, sosial dan emosional. Serta mengembangkan keterampilan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani.

Menurut kurikulum Pendidikan Jasmani tahun 2004 menyebutkan bahwa Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk

meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Mata pelajaran Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), membantu siswa memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara melakukan gerak secara aman, efisien dan efektif sehingga menghargai manfaat aktivitas jasmani bagi peningkatan kualitas hidup dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang.

Sebagai mata pelajaran yang lebih banyak menitikberatkan pada bagian jasmani dan psikomotor, tetapi tidak mengabaikan bagian kognitif dan afektif, Pendidikan Jasmani mencakup materi (1) kesadaran akan tubuh dan gerakan, (2) kebugaran jasmani, aktivitas jasmani, seperti permainan, gerakan ritmik dan tari akuatik (bila memungkinkan), dan senam, (3) aktivitas pengkondisian tubuh, modifikasi permainan dan olahraga, (4) olahraga perorangan, berpasangan dan tim, (5) keterampilan mandiri di alam terbuka, dan (6) gaya hidup aktif dan sportif.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan di SD, SMP, SMA, bahkan sampai pada Perguruan Tinggi, dalam pelaksanaannya materi Pendidikan Jasmani disampaikan berupa materi teori dan materi praktek. Materi yang dipelajari mencakup permainan, atletik, uji diri/senam, aktivitas akuatik maupun yang lainnya.

Pada olahraga permainan materi yang diajarkan meliputi permainan bola besar, permainan bola kecil, atletik, dan bela diri. Permainan bola besar yang diajarkan meliputi permainan sepak bola, bola voli, dan bola basket yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan motorik dan mengembangkan sikap sportif dan kerjasama antar siswa. Bola basket merupakan permainan yang sangat menarik dan dapat dimainkan oleh semua golongan. Bola basket merupakan olahraga permainan yang menggunakan bola besar dimainkan dengan berbagai teknik seperti dioper, dipantulkan ke lantai (di tempat atau sambil berjalan) dengan tujuan akhir adalah memasukkan bola ke basket atau keranjang lawan. Bola basket dimainkan oleh dua regu yang masing-masing terdiri dari lima orang pemain. Setiap regu berusaha memasukkan bola ke keranjang regu lawan dan berusaha mencegah lawan memasukkan bola atau membuat angka.

Gerakan-gerakan yang kompleks dalam permainan bola basket yaitu terdiri dari gabungan unsur-unsur gerakan yang terkoordinasi dengan baik memerlukan waktu yang cukup lama untuk menguasainya, agar lebih mudah mempelajari keterampilan gerakan bola basket perlu memperhatikan beberapa aspek dalam belajar antara lain dengan cara menganalisis gerakan-gerakan tersebut.

Dalam proses pembelajaran, siswa diajarkan berbagai macam gerak dasar dalam bermain bola basket seperti gerakan kaki, shooting (menembak), passing (mengumpan), dan dribble (menggiring). Selain mengajarkan berbagai macam gerak dasar, dalam materi permainan bola basket secara

tidak langsung akan berpengaruh terhadap pengembangan aspek pengetahuan yang relevan dan sistem nilai seperti kerjasama, sportivitas, jujur, berfikir kritis, dan patuh pada peraturan yang berlaku.

Adapun beberapa gerak dasar yang perlu diketahui dalam permainan bola basket adalah sebagai berikut: (a) Passing (melempar dan menangkap bola), (b) Dribbling (menggiring), (c) Shooting (menembak), (d) Ball handling (penguasaan bola), (e) Rebounding (merayah bola), (f) Intercept (memotong arah passing bola), (g) Steals (merebut bola), (h) Foot work (pergerakan kaki).

Salah satu gerak dasar yang penting untuk dipelajari dalam permainan bola basket adalah gerak dasar shooting. Shooting merupakan gerak dasar yang harus dimiliki seorang pemain basket yang digunakan untuk memasukkan bola ke keranjang lawan. Gerak dasar shooting dalam permainan bola basket merupakan suatu koordinasi yang meliputi gerak mengarahkan dan mengusahakan agar bola masuk ke keranjang. Namun tidak mudah bagi siswa untuk mempelajari keterampilan gerak dasar shooting bola basket dengan baik dan benar sehingga diperlukan pengulangan dan penggunaan metode yang efektif.

Guru Pendidikan Jasmani harus berusaha untuk mempengaruhi siswa dengan cara menyajikan bentuk-bentuk keterampilan gerak yang dapat mendorong siswa agar mau mengerti dan termotivasi melakukannya, kepada mereka ditanamkan keberanian dan kepercayaan terhadap diri sendiri. Untuk mewujudkan pembinaan terhadap aktivitas jasmani tersebut

tergantung pada pelaksanaannya di lapangan, hal ini tidak luput dari bimbingan pendidikan dari guru. Guru dianggap sebagai narasumber yang memiliki kemampuan di dalam merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi keberhasilan terhadap pembinaan aktivitas jasmani tersebut.

Dalam upaya mencapai hasil belajar yang baik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani khususnya pembelajaran gerak dasar shooting bola basket, maka guru Pendidikan Jasmani perlu mengupayakan berbagai metode pembelajaran bola basket agar pembelajaran menjadi efektif. Ada banyak macam metode yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, seperti metode komando, metode bimbingan, metode latihan, metode bagian, metode keseluruhan, dan sebagainya.

Proses pembelajaran Pendidikan Jasmani dilakukan dengan cara menyajikan bentuk-bentuk pembelajaran keterampilan gerak yang baik dan benar, agar dapat mendorong siswa untuk memahami, mengerti, dan mampu melakukannya dengan baik.

Sehubungan dengan itu, untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar shooting yang merupakan materi lanjutan perlu adanya penerapan berbagai metode baru seperti metode bagian dan metode keseluruhan. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, dipilih metode pembelajaran yang diterapkan kepada siswa, agar berbagai aktivitas gerak pendidikan jasmani dapat dikuasai dengan baik dan benar.

Berdasarkan hasil observasi penulis di SMA Negeri 1 Pringsewu, masih banyak siswa yang tidak dapat melakukan gerak dasar shooting dengan baik dan benar. Hal ini terlihat dengan masih banyaknya siswa yang melakukan gerak dasar shooting tanpa menekuk lutut, tidak ada lecutan tangan, tidak ada followthrough, dan sebagainya. Dengan pemilihan metode yang tepat, diharapkan guru dapat membantu siswa mengatasi kesulitan dalam melakukan gerakan shooting.

Dari latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai ”perbandingan pengaruh antara metode bagian dan keseluruhan terhadap gerak dasar shooting bola basket pada siswa SMA Negeri 1 Pringsewu”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut :

1. Masih rendahnya kemampuan gerak dasar menekuk lutut dalam melakukan shooting bola basket.
2. Masih rendahnya kemampuan gerak dasar posisi tangan saat memegang bola dalam shooting bola basket.
3. Masih rendahnya kemampuan gerak dasar followthrough (gerak lanjutan) dalam shooting bola basket.
4. Banyaknya siswa yang tidak memahami cara atau metode yang akan digunakan saat melakukan gerak dasar shooting bola basket.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, untuk memudahkan penelitian perlu pembatasan yang berdasarkan tujuan dari penelitian ini, adapun pembatasan masalah tersebut adalah ingin membandingkan antara metode bagian dan keseluruhan terhadap gerak dasar shooting bola basket pada siswa SMA Negeri 1 Pringsewu.

D. Perumusan Masalah

Sesuai latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Adakah pengaruh metode bagian terhadap gerak dasar shooting bola basket pada siswa SMA Negeri 1 Pringsewu ?
2. Adakah pengaruh metode keseluruhan terhadap gerak dasar shooting bola basket pada siswa SMA Negeri 1 Pringsewu ?
3. Adakah perbedaan antara metode bagian dengan keseluruhan terhadap gerak dasar shooting bola basket pada siswa SMA Negeri 1 Pringsewu ?
4. Manakah yang lebih baik pengaruhnya antara metode bagian dengan keseluruhan dalam meningkatkan gerak dasar shooting bola basket pada siswa SMA Negeri 1 Pringsewu ?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan :

1. Untuk mengetahui pengaruh metode bagian terhadap gerak dasar shooting bola basket pada siswa SMA Negeri 1 Pringsewu.
2. Untuk mengetahui pengaruh metode keseluruhan terhadap gerak dasar shooting bola basket pada siswa SMA Negeri 1 Pringsewu.
3. Untuk mengetahui perbedaan antara bagian dan keseluruhan terhadap gerak dasar shooting bola basket pada siswa SMA Negeri 1 Pringsewu.
4. Untuk mengetahui yang lebih baik pengaruhnya antara metode bagian dengan keseluruhan dalam meningkatkan gerak dasar shooting bola basket pada siswa SMA Negeri 1 Pringsewu.

F. Kegunaan Penelitian

Dengan penelitian ini penulis berharap dapat memberikan manfaat bagi :

1. Siswa
Sebagai bahan untuk belajar gerak dasar shooting bola basket.
2. Guru
Sebagai salah satu acuan untuk mengajarkan permainan bola basket dengan memilih metode yang paling baik.
3. Program Studi Penjaskes FKIP Unila
Sebagai sumbangan pemikiran untuk mengembangkan Pendidikan Jasmani terutama yang berkaitan dengan pemilihan metode pembelajaran bola basket.