

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Hakikat Belajar dan Pembelajaran

1. Pengertian Belajar dan Pembelajaran

Pendidikan di Indonesia baik di sekolah maupun di luar sekolah selalu mengarah kepada tujuan nasional, seperti yang tercantum dalam UU No.20/2003, tentang system pendidikan nasional berbunyi:

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Tujuan pendidikan nasional yang tercantum di atas dapat terwujud apabila tersedianya suatu perlakuan demi mendukung terwujudnya tujuan yang ingin dicapai. Khususnya pada upaya pembinaan peserta didik melalui pendidikan jasmani sebagai bagian dari system pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan, berfikir, stabilitas, emosional, penalaran dan moral melalui kegiatan jasmani.

Dalam kegiatan belajar mengajar, anak adalah sebagai subjek dan sebagai objek dari kegiatan pengajaran. Karena itu, inti proses pengajaran tidak lain adalah kegiatan belajar anak didik dalam mencapai suatu tujuan pengajaran. Tujuan pembelajaran

dapat tercapai jika anak didik berusaha secara aktif untuk mencapainya. Keaktifan anak didik tidak hanya dituntut dari segi fisik, tetapi dari segi kejiwaan. Bila hanya fisik anak yang aktif, tetapi mental dan pikirannya kurang aktif, maka kemungkinan besar tujuan pembelajaran tidak tercapai. Dalam permasalahan ini, anak didik tidak belajar, karena tidak merasakan perubahan dalam dirinya. Padahal pada hakikatnya belajar adalah “perubahan” yang terjadi di dalam diri seseorang setelah berakhirnya melakukan aktivitas belajar.

Permasalahan yang sering di hadapi seorang guru ketika berhadapan dengan anak didik adalah masalah pengelolaan kelas. Apa, siapa, bagaimana, kapan dan dimana adalah serentetan pertanyaan yang perlu di jawab dalam hubungannya dengan permasalahan pengelolaan kelas. Peranan guru paling tidak berusaha mengatur suasana kelas yang kondusif bagi kenyamanan dan kesenangan anak didik. Jadi masalah pengelolaan kelas ini tidak pernah sepi dari kegiatan guru. Sama halnya dengan belajar, pembelajaran pada hakikatnya adalah suatu proses, yaitu proses mengatur, mengorganisasi, lingkungan yang ada di sekitar anak didik, sehingga dapat menumbuhkan dan mendorong anak didik melakukan proses belajar. Pada tahap berikutnya pembelajaran adalah proses memberikan bimbingan atau bantuan terhadap anak didik dalam proses belajar. (Nana Sudjana, 1991:29). Bila hakikat belajar adalah “perubahan”, maka hakikat pembelajaran adalah proses “pengaturan” yang dilakukan oleh guru.

2. Ciri-ciri Belajar dan Pembelajaran

Menurut Aswan Zain dan Syaiful Bahri (2006:39-41) sebagai proses pengaturan, kegiatan belajar mengajar tidak terlepas dari ciri-ciri tertentu, sebagai berikut :

1.1 Memiliki Tujuan

Belajar dan pembelajaran memiliki tujuan membentuk anak didik dalam suatu perkembangan tertentu. Kegiatan ini sadar akan tujuan, dengan menempatkan anak didik sebagai pusat perhatian. Anak didik mempunyai tujuan, unsur lainnya sebagai pengantar dan pendukung.

1.2 Memiliki Prosedur (jalan interaksi)

Suatu prosedur yang direncanakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan secara optimal. Untuk mencapai suatu tujuan pembelajaran yang satu dengan yang lain, mungkin akan membutuhkan prosedur yang berbeda pula.

1.3 Materi Khusus

Dalam hal ini materi harus didesain sedemikian rupa, sehingga cocok untuk mencapai tujuan. Sudah tentu dalam hal ini memperhatikan komponen-komponen yang lain. Materi harus sudah di siapkan dan didesain sebelum kegiatan belajar pemelajaran berlangsung.

1.4 Adanya Aktivitas

Sebagai konsekuensi, bahwa anak didik merupakan syarat mutlak bagi berlangsungnya kegiatan belajar mengajar. Aktivitas anak didik dalam hal ini, baik secara fisik maupun mental. Jadi tidak ada gunanya melakukan kegiatan belajar mengajar, kalau anak didiknya pasif. Karena anak didiklah yang belajar, maka merekalah yang harus melakukannya.

1.5 Guru Sebagai Pembimbing

Dalam perannya sebagai pembimbing, guru harus berusaha menghidupkan dan member motivasi agar terjadi interaksi yang kondusif. Guru sebagai designer akan memimpin terjadi interaksi dalam proses belajar mengajar.

1.6 Adanya Kedisiplinan

Dalam kegiatan belajar mengajar membutuhkan kedisiplinan. Dalam hal ini disiplin diartikan sebagai suatu pola tingkah laku yang diatur sedemikian rupa menurut ketentuan yang sudah ditaati oleh pihak guru maupun anak didik dengan sadar.

1.7 Adanya Batas Waktu

Untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu dalam sistem berkelas (kelompok anak didik), batas waktu menjadi salah satu cirri yang tak bisa ditinggalkan. Setiap tujuananakan diberi waktu tertentu, kapan tujuan itu harus tercapai.

1.8 Evaluasi

Dari kegiatan di atas, masalah evaluasi bagian penting yang tidak bisa diabaikan, setelah guru melaksanakan kegiatan belajar mengajar. Evaluasi harus dilakukan untuk mengetahui tercapai tidaknya tujuan pengajaran yang telah ditentukan.

3. Tujuan Belajar dan Pembelajaran

Dalam usaha pencapaian tujuan belajar perlu diciptakan adanya sistem lingkungan (kondisi) belajar yang kondusif. Hal ini karena berkaitan dengan mengajar. Sistem lingkungan belajar ini dipengaruhi oleh berbagai komponen yang masing-masing saling mempengaruhi. Menurut Sardiman (1994:28-30) secara umum tujuan belajar dapat dibagi menjadi tiga bagian , yaitu : 1) untuk mendapatkan pengetahuan, 2) penanaman konsep dan keterampilan 3) pembentukan sikap.

4. Strategi Pembelajaran

Secara umum strategi mempunyai pengertian suatu garis-garis besar haluan untuk bertindak dalam usaha mencapai sasaran yang telah ditentukan. Menurut Aswan (2006:5), jika dihubungkan dengan pembelajaran, strategi bisa diartikan sebagai pola-pola umum kegiatan guru dan anak didik dalam perwujudan kegiatan belajar mengajar untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan.

Menurut Aswan (2006:5), ada empat strategi dasar dalam pembelajaran yang meliputi sebagai berikut :

1. Mengidentifikasi serta menetapkan spesifikasi dan kualifikasi perubahan tingkah laku dan kepribadian anak didik sebagaimana yang diharapkan.
2. Memilih sistem pendekatan belajar mengajar berdasarkan aspirasi dan pandangan hidup masyarakat.
3. Memilih dan menetapkan prosedur, metode, dan teknik belajar yang dianggap paling tepat dan efektif sehingga dapat dijadikan pegangan oleh guru dalam kegiatan belajar mengajar.
4. Menetapkan norma-norma dan batas minimal keberhasilan atau kriteria serta standar keberhasilan sehingga dapat dijadikan pedoman oleh guru dalam melakukan evaluasi hasil kegiatan belajar mengajar yang selanjutnya akan dijadikan umpan balik sebagai penyempurnaan sistem instruksional yang bersangkutan secara keseluruhan.

B. Hakikat Metode Pembelajaran

1. Metode Pembelajaran

Menurut Hamzah (2009:17) variabel metode pembelajaran diklasifikasikan menjadi tiga jenis, yaitu :

1. Strategi Pengorganisasian Pembelajaran

Dalam strategi ini, lebih lanjut dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu :

1.1 Strategi mikro mengacu kepada metode untuk pengorganisasian isi pembelajaran yang berkisar pada satu konsep.

1.2 Strategi makro mengacu kepada metode untuk pengorganisasian isi pembelajaran yang melibatkan lebih dari satu konsep.

2. Strategi Penyampaian Pembelajaran

Strategi penyampaian isi pembelajaran merupakan komponen variabel metode untuk melaksanakan proses pembelajaran. Menurut Hamzah (2009:18) adadua fungsi dari strategi ini, yaitu (1) menyampaikan isi pembelajaran kepada si belajar, dan (2) menyediakan informasi atau bahan-bahan yang diperlukan untuk menampilkan unjuk latihan.

3. Strategi Pengolahan Pembelajaran

Strategi ini merupakan komponen variabel metode yang berurusan dengan bagaimana menata interaksi antara si belajr dengan variabel metode pembelajaran lainnya. Dalam hal ini berkaitan dengan pengambilan keputusan tentang strategi pengorganisasian dan strategi penyampaian mana yang digunakan selama proses pembelajaran. Ada tiga klasifikasi penting dalam startegi ini, yaitu penjadwalan, catatan kemajuan belajar dan motivasi.

2. Metode Pembelajaran Langsung

Pengajaran langsung adalah suatu model pengajaran yang bersifat *teacher center*.

Menurut Arends (1997), metode pengajaran adalah salah satu pendekatan mengajar yang dirancang khusus untuk menunjang proses belajar siswa yang berkaitan dengan pengetahuan deklaratif dan pengetahuan prosedural yang terstruktur dengan baik yang dapat diajarkan dengan pola kegiatan bertahap, selangkah demi selangkah (Trianto, 2010:41). Pelaksanaan pembelajaran jump shoot dengan metode langsung yaitu siswa diberikan materi teknik yang sebenarnya secara keseluruhan dan dalam pembelajaran ini siswa melakukan gerakan teknik jump shoot secara berulang-ulang.

Metode ini sangat tepat untuk pembelajaran yang berhubungan dengan gerakan yang kompleks yang terdiri dari beberapa tahap. Dalam pembelajarannya, metode ini lebih jelas dan mudah untuk dipahami murid karena seluruh gerakan dan pemahaman dari gerakan disampaikan oleh guru secara keseluruhan dan utuh.

3. Metode Pembelajaran Tidak Langsung

Metode ini dikembangkan untuk membuat pendidikan menjadi suatu proses yang aktif bukan pasif. Dalam hal ini Rusli Lutan (1988 : 418) mengemukakan bahwa, “pembelajaran dengan metode tidak langsung merupakan pendekatan mengajar di mana guru atau pelatih menyusun rencana latihan secara cermat dalam rangkaian urutan yang logis sebelum teknik yang sebenarnya diajarkan”.

Dalam pembelajaran ini, siswa harus mampu melakukan observasi, menganalisis dan berfikir secara mandiri. Guru hanya memberikan pokok-pokok tugas sehingga dengan tugas tersebut siswa dapat dikerjakan siswa secara benar. Dengan demikian

siswa dapat menemukan sendiri pengetahuan yang digalinya, aktif berfikir dan menyusun pengertian yang baik.

Dalam praktek pembelajaran ini, pada tahap awal siswa diberikan materi dengan melakukan gerakan jump shoot secara keseluruhan. Selama pembelajaran siswa mempelajari teknik secara terperinci setahap demi setahap yang mengarah pada teknik gerakan jump shoot yang sebenarnya secara utuh. Dalam hal ini, siswa dituntut dapat menganalisis gerakan tersebut secara keseluruhan. Metode ini baiknya digunakan untuk murid yang memiliki pemahaman yang baik, agar mereka lebih mudah dalam menyerap dan mempelajari gerakan-gerakan yang diajarkan.

C. Permainan Bola Basket

Permainan bola basket merupakan permainan beruegu yang di mainkan dua regu, baik putra maupun putri yang masing-masing terdiri dari lima orang pemain. Dimainkan di lapangan berbentuk empat persegi panjang dengan ukuran tertentu yang bertujuan untuk memasukkan bola ke dalam ring atau keranjang lawan dan menahan lawan agar tidak memasukkan bola ke dalam keranjang kita. Kemenangan suatu regu ditentukan oleh seberapa banyak tim memasukkan bola ke dalam keranjang lawan.

Bola basket terdiri dari lima orang pemain dalam satu tim. Dalam setiap tim terdapat lima orang pemain utama dan lima orang pemain sebagai cadangan. Lapangan berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang lapangan antara 20 sampai 26 meter serta lebarnya antara 11 hingga 14 meter. Lantai lapangan basket kesat dan keras. Papan basket panjangnya 1,80 meter dan lebarnya 1,20 meter. Keranjang basket berbentuk lingkaran dengan garis tengah 45 cm dan jarak lingkaran dengan papan basket 20 cm.

Bola basket terbuat dari karet dan dilapisi sejenis kulit, karet atau sintesis. Keliling bola antara 75-78 cm dan beratnya antara 600-650 gram.

Bola basket merupakan suatu permainan yang dimainkan secara tim yang mana terdiri dari 5 orang, yakni 1 pemain (*guard*), pemain 2 sebagai (*guard*), pemain 3 sebagai (*forward*), pemain 4 sebagai (*forward*), pemain 5 sebagai (*center*). Seorang "*guard*" umumnya adalah pemain yang paling tangkas dan seringkali yang terpendek. Pemain ini tidak sering berada di dekat ring tetapi ia menembak dari jauh dan pemberi umpan yang baik. Seorang "*forward*" memiliki kemampuan menembak dari jarak menengah ataupun jauh dan mampu mendapatkan angka dari penetrasi pertahanan lawan. Seorang "*center*" umumnya seorang yang paling tinggi di tim. Tembakan masuk yang mereka lakukan umumnya dari jarak dekat atau dari situasi rebound.

Bola basket menjadi salah satu cabang olahraga paling populer abad ini. Keunikan cabang ini mampu memberikan daya tarik yang luar biasa bagi penonton sehingga membuat perkembangan bola basket melaju pesat dari cabang-cabang olahraga yang lainnya. Olahraga ini mencakup berbagai aspek yang terkandung di dalamnya memang mampu memberikan satu keunikan dari sebuah cabang olahraga lain.

Di awal abad 21, permainan bola basket dimainkan dan dinikmati oleh kurang lebih 400 juta pemain yang terdaftar di seluruh dunia. Permainan ini menjadi olahraga terbesar dengan 212 negara yang bergabung di FIBA. Bola basket termasuk permainan yang cepat, dinamis, menarik dan mengagumkan. Perubahan angka yang terjadi setiap menitnya membuat permainan ini menarik dan telah menjadi salah satu permainan terpopuler di dunia dan menjadi permainan di era modern.

Ada tiga cara dasar dalam permainan bola basket, yaitu dribbling, operan (*passing*), dan tembakan (*shooting*). Dribbling adalah cara untuk bergerak dengan bola yang dilakukan

oleh seorang pemain. Tujuannya untuk membebaskan diri dari lawan atau mencari posisi yang tepat untuk mengoper atau menembak bola. Operan adalah cara tercepat dan terefektif memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lain.

Hasil akhir dari rangkaian operan yang baik adalah suatu operan kepada teman yang berada pada posisi bebas dekat dengan keranjang dan dengan mudah dapat memasukkan ke keranjang. Menembak adalah gerakan terakhir untuk mendapatkan angka. Dalam permainan bola basket umumnya tembakan dilakukan setiap 15-20 detik dan hampir setengahnya berhasil masuk. Banyaknya tembakan masuk yang terjadi membuat bola basket menarik, atraktif dan menegangkan bagi penonton.

Masih ada beberapa istilah dalam permainan bola basket, antara lain rebounding (pantulan kembali) yang merupakan salah satu bagian penting dari permainan. Setiap rebounding yang didapatkan pemain memberikan kesempatan bagi timnya untuk mendapatkan angka. Perbedaan rebounding antara dua tim menjadi penting karena hampir dari setengah jumlah tembakan gagal masuk. Screening (pick) adalah blok sah yang dilakukan pemain menyerang dari samping atau belakang pemain bertahan dengan tujuan membebaskan teman setimnya agar dapat melakukan tembakan, menerima operan atau melakukan dribble.

Dalam permainan ini, juga terdapat daerah bertahan yang harus dijaga dengan ketat agar lawan tidak bias melakukan tembakan untuk memperoleh angka. Setiap para pemain bertahan tidak harus menjaga pemain lawan secara individual, namun dapat menjaga daerah di lapangan. Gerakan tim bertahan tidak harus mengikuti gerakan lawan tetapi tetap berada pada suatu pola pertahanan seraya mengikuti gerakan bola. Setiap pemain memiliki posisi masing-masing. Strategi ini sering digunakan bila pemain bertahan tinggi dan gerakannya tidak secepat pemain lawan.

D. Gerakan Tembakan *Jump Shoot*

Tembakan *jump shoot* adalah salah satu tembakan lompat yang dilakukan dengan cara melompat dengan lutut menekuk, melontarkan tubuh dengan kaki lurus dan dipuncak lompatan lecutkan pergelangan tangan menembak langsung ke arah ring (Oliver, 2007:28).

Ketinggian lompatan tergantung pada jarak tembakan. Pada tembakan dalam (*Inside jump*) jika dijaga ketat, kaki harus memompakan tenaga yang cukup untuk melompat lebih tinggi. *Jump shoot* akan terasa apabila melepas bola pada saat melompat, dibandingkan pada saat berada di puncak lompatan. Upaya lompatan yang seimbang sehingga bisa menembak tanpa beban. Keseimbangan dan kontrol lebih penting dari pada penambahan tingginya lompatan, irama yang halus dan *follow through* juga merupakan komponen penting untuk *jump shoot*. Mendarat dengan seimbang pada posisi yang sama saat lompat. Gerakan ini dilakukan pada saat lompatan berada pada titik maksimal.



Gambar 1 : Cara melakukan gerakan *Jump Shoot*

Pada pemain pemula bola basket, teknik *jump shoot* merupakan teknik yang sulit untuk dipelajari gerakannya. Teknik tersebut memerlukan koordinasi gerak kaki dan tangan yang baik dan membutuhkan latihan yang disiplin. Teknik *jump shoot* sangatlah diutamakan harus dikuasai bagi para pemain bola basket itu sendiri. Pada permainan bola basket apabila seorang pemain menguasai teknik *jump shoot* dengan baik pada posisi disegala tempat, maka dalam pertandingan pemain tersebut merupakan ancaman bagi lawan dalam mencetak angka pada setiap saat.

E. Pendekatan Pembelajaran

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001:725), pendekatan diartikan sebagai proses, metode atau cara untuk mencapai sesuatu. Dalam kaitannya dengan penelitian ini pendekatan diartikan dengan metode mengajar. Berkaitan dengan metode mengajar Aif Syarifuddin dan Muhadi (1991/1992:292) menyatakan bahwa metode mengajar adalah suatu cara yang digunakan oleh guru untuk menentukan urutan kegiatan di dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar sebagai salah satu usaha mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Pendekatan mengajar adalah cara yang mempergunakan teknik yang beraneka ragam yang didasari oleh pengertian yang mendalam dari guru akan memperbesar minat belajar murid-murid sehingga mempertinggi hasil belajar. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa, pendekatan pembelajaran merupakan suatu cara yang dilakukan guru dalam proses belajar mengajar agar siswa dapat terlibat aktif dalam melaksanakan tugas ajar sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai. Pendekatan pembelajaran merupakan jalan yang akan ditempuh oleh guru dan siswa dalam mencapai tujuan instruksional untuk suatu satuan instruksional tertentu.

Pendekatan pembelajaran merupakan aktifitas guru dalam memilih kegiatan pembelajaran apakah guru akan menjelaskan suatu pengajaran dengan materi bidang studi yang sudah tersusun dalam urutan tertentu, atau dengan menggunakan materi yang terkait satu dengan yang lainnya dalam tingkat kedalaman yang berbeda, atau bahkan merupakan materi yang terintegrasi dalam suatu kesatuan multi disiplin ilmu.

Pendekatan pembelajaran merupakan penjelasan untuk mempermudah bagi siswa untuk memahami materi ajar yang disampaikan guru, dengan tetap memelihara suasana pembelajaran yang menyenangkan.

F. Kerangka Fikir

Dengan mengetahui dan memahi manfaat menggunakan metoe pembelajaran yang tepat dalam pembelajaran pendidikan jasmani, maka sangat mempengaruhi hasil pembelajaran yang ingin dicapai. Berdasarkan kajian teori yang telah di uraikan di atas, maka dapat dikemukakan kerangka berfikir bahwa keberhasilan pembelajaran bola basket bisa ditentukan oleh metode pembelajaran. Metode pembelajaran langsung merupakan cara yang terapkan oleh guru untuk melakukan praktek agar siswa dapat lebih memahami secara jelas dan terperinci.

Dalam metode pembelajaran tidak langsung, guru hanya bertindak sebagai fasilitator bagi para siswa dalam melaksanakan suatu pembelajarn. Para siswa harus dapaat menyimpulkan secara mandiri dan sesuai dengan apa yang diinginkan.

Gerakan *jump shoot* adalah salah satu jenis tembakan yang dilakukan dalam posisi melompat. Gerakan ini membutuhkan tenaga yang lebih dalam melakukannya karena dilakukan dalm posisi melompat dan membutuhkan keseimbanga padaa saat gerakan

akhir untuk dapat memasukkan bola dan mendapatkan point. Bila siswa dapat melakukan *jump shoot* dengan baik menggunakan metode pembelajaran langsung ataupun metode pembelajaran tidak langsung dapat meningkatkan ketrampilan *jump shoot*, maka dengan demikian metode pembelajaran tersebut dapat dibandingkan model manakah yang lebih baik digunakan untuk meningkatkan ketrampilan *jump shoot* bola basket pada siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono.

G. Hipotesis

Hipotesis dapat diartikan sebagai suatu jawaban atau dugaan atau akan adanya keterkaitan antara dua variabel atau lebih. Menurut Arikunto, hipotesis adalah suatu yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti dari data yang terkumpul (2006:71). Dari pendapat tersebut diatas maka dapat diambil kesimpulan bahwa yang dimaksud hipotesis adalah merupakan jawaban sementara sampai terbukti melalui data-data yang terkumpul.

Berdasarkan tinjauan pustaka yang telah dikemukakan di atas dapat dirumuskan hipotesis sebagai berikut :

H₁ : Metode pembelajaran langsung memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan jump shoot dalam permainan bola basket pada siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono tahun ajaran 2011/2012.

H₂ : Metode pembelajaran tidak langsung memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan jump shoot dalam permainan bola basket pada siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono tahun ajaran 2011/2012.

H₃ : Metode pembelajaran langsung memberikan pengaruh yang lebih besar dari pada metode pembelajaran tidak langsung terhadap kemampuan jump shoot dalam

permainan bola basket pada siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono
tahun ajaran 2011/2012.