

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Pendidikan Jasmani sebagai bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan juga ikut serta mencerdaskan kehidupan bangsa aktifitas jasmani yang disusun secara sistematis sehingga dapat dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Melalui Pendidikan Jasmani, siswa mampu mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktifitas jasmani, olahraga, dan kesehatan.

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola

hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Untuk itu materi-materi yang terkandung dalam Pendidikan Jasmani meliputi: pengalaman mempraktikkan keterampilan dasar permainan dan olahraga; aktifitas pengembangan; uji diri/ senam; aktifitas rikmis; aquatic (aktifitas air); dan pendidikan luar kelas (*out door*). Materi tersebut dirangkai dalam upaya pembinaan mutu dan sumber daya manusia Indonesia.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan/olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur kerjasama dan lain-lain) dari pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya adalah dengan menyediakan dan memberikan berbagai pengalaman gerak untuk membentuk pondasi gerak yang kokoh dan dapat mengubah gaya hidup menjadi aktif dan sehat. Gerak tersebut terbagi unsur gerak antara lain melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial sehingga aktifitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Melalui pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak.

Menyadari betapa pentingnya menjaga kesehatan jasmani seseorang, salah satu cara menjaga kesehatan adalah dengan olahraga. Arti olahraga itu sendiri adalah aktifitas untuk melatih tubuh seseorang, tidak hanya secara jasmani tetapi juga rohani, dan bertujuan untuk membina pertumbuhan fisik dan psikis yang lebih

baik. Begitu juga untuk memilih jenis olah raga yang sesuai dengan kemampuan diri sehingga organ-organ tubuh dapat dirangsang yang bertujuan untuk menyesuaikan suhu tubuh dengan gerakan-gerakan olahraga yang akan dilaksanakan. Banyak macam olahraga yang dapat dipilih, salah satunya adalah olahraga bola basket. Permainan bola basket merupakan suatu bentuk permainan yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fungsional seseorang untuk memenuhi tuntutan tugasnya sehari-hari dengan tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti dan setelah melakukan kegiatan segera terjadi pemulihan dan masih mempunyai tenaga cadangan kemampuan fungsional agar dapat melaksanakan sesuatu kegiatan tanpa kelelahan yang berarti.

Dalam pencapaian tujuan pendidikan jasmani tersebut, pembelajaran dapat dilakukan dalam kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler. Permainan bola basket merupakan salah satu materi yang dipelajari dalam upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani tersebut.

Bola basket merupakan olahraga permainan yang menggunakan bola besar, yang dimainkan dengan cara menggiring, mengoper, dan menembak bola basket.

Permainan bola basket juga merupakan salah satu cabang olahraga yang ada dalam program pendidikan jasmani yang dilaksanakan di sekolah-sekolah.

Mempelajari bola basket diharapkan akan meningkatkan kesegaran jasmani, meningkatkan watak disiplin, kesehatan serta untuk meningkatkan prestasi olahraga bola basket. Permainan bola basket memiliki aspek fisik yang paling

dominan antara lain daya tahan (*endurance*), kecepatan (*speed*), kekuatan (*strength*), kelincahan (*agility*), serta didukung lingkungan tempat siswa tinggal. Faktor lingkungan sangat berperan sekali terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar siswa. Adapun yang termasuk lingkungan antara lain: guru pendidikan jasmani di sekolah itu sendiri, teman siswa berada, sarana yang ada, dan orang tua. Sedangkan faktor model latihan atau pembelajaran akan berpengaruh pula terhadap keberhasilan atau pencapaian dari tujuan pembelajaran itu sendiri, karena dengan model yang tepat tingkat keberhasilan pembelajaran gerak akan mudah dikuasai oleh siswa. Beberapa model pembelajaran pendidikan yang dikenal selama ini antara lain: model komando, model pembelajaran penugasan, model pembelajaran kelompok, model pengajaran berpasangan, model pengajaran individu, penemuan terbimbing, dan pemecahan masalah.

Terdapat beberapa gerakan yang dipergunakan dalam permainan bola basket seperti: *passing* (melempar bola), *dribbling* (menggiring), *shooting* (menembak), *ball handling* (penguasaan bola), *rebounding* (memantulkan bola), *intercept* (memotong arah passing bola), *steals* (merebut bola), *lay up* dan *foot work* (pergerakan kaki). Dari beberapa gerakan yang diuraikan, *lay up* adalah salah satu gerakan dalam permainan bola basket.

Berdasarkan pengalaman dalam mengajar penulis untuk siswa SD pada cabang olahraga bola basket, ternyata penguasaan gerak dasar bola basket relatif rendah, terutama pada gerak dasar *chest pass* yang menyebabkan rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar *chest pass* bola basket adalah: sulitnya

penguasaan gerak dasar terutama saat pelepasan bola kearah dada teman, rendahnya kemampuan guru pendidikan jasmani dalam mencari gerak dasar dalam bermain bola basket, masih rendahnya kemampuan guru pendidikan jasmani dalam mencari model-model pembelajaran gerak dasar *chest pass* bola basket, dan rendahnya keterampilan gerak dasar terutama *chest paas* bola basket di lihat dari nilai yang diperoleh siswa. Setelah penulis mengamati selama beberapa tahun yang lalu berkisar 73% dari siswa masih kurang penguasaan gerak dasar *chest pass*. Jika ditelusuri lebih cermat lagi siswa yang dapat menguasai gerak dasar *chest paas* tidak lebih dari 15-20%, salah satu penyebab rendahnya hasil belajar gerak dasar *chest paas*, jika dilihat dari hasil Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) di SD Negeri 2 Sri Rahayu Prengsewu adalah 67. Kenyataan ini menarik untuk dikaji lebih jauh dengan kajian ilmiah yaitu dengan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan judul “Peningkatkan Gerak Dasar *Chest Pass* Permainan Bola Basket Dengan Metode Kelompok Pada Siswa Kelas V SD Negeri 2 Sri Rahayu Prengsewu”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Sulitnya penguasaan gerak dasar akibat banyaknya gerak dasar yang harus dikuasai siswa dalam bermain bola basket.
2. Masih rendahnya keterampilan gerak dasar *chest pass* pada siswa kelas V SD Negeri 2 Sri Rahayu Prengsewu .

3. Masih rendahnya minat dan motivasi siswa putri dalam bermain bola basket pada siswa kelas V SD Negeri 2 Sri Rahayu Prengsewu.

C. Batasan Masalah dan Ruang Lingkup Penelitian

Dari identifikasi masalah yang telah dikemukakan, agar tidak meluas maka ruang lingkup penelitian ini hanya terbatas pada masalah :

1. Rendahnya keterampilan gerak dasar terutama *chest pass* bola basket pada siswa V SD Negeri 2 Sri Rahayu Prengsewu
2. Penelitian dilaksanakan di lapangan SD Negeri 2 Sri Rahayu Prengsewu.
objek penelitian yang diamati hasil belajar gerak dasar *chest pass* bola basket, subjek penelitian yang diamati adalah siswa kelas V SD Negeri 2 Sri Rahayu Prengsewu.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah melalui penggunaan modifikasi bola plastik dalam melakukan gerak dasar *chest pass* berpasangan yang diberi jarak 2 m dapat memberikan peningkatan gerak dasar *chest pass* pada siswa kelas kelas V SD Negeri 2 Sri Rahayu Prengsewu.
2. Apakah melalui penggunaan modifikasi bola kaki dalam melakukan gerak dasar *chest pass* yang dilakukan secara empat kelompok yang diberi jarak 2,5

m dapat memberikan peningkatan gerak dasar *chest pass* pada siswa kelas V SD Negeri 2 Sri Rahayu Prengsewu.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui hasil belajar gerak dasar *chest pass* bola basket dengan penggunaan modifikasi bola Plastik dalam melakukan gerak dasar *chest pass* berpasangan yang diberi jarak 2 m dapat memberikan peningkatan gerak dasar *chest pass* pada siswa kelas V SD Negeri 2 Sri Rahayu Prengsewu.
2. Untuk mengetahui hasil belajar gerak dasar *chest pass* bola basket dengan penggunaan modifikasi bola kaki dalam melakukan gerak dasar *chest pass* siswa dibagi menjadi empat kelompok yang diberi jarak 2,5 m dapat memberikan peningkatan gerak dasar *chest pass* pada siswa kelas kelas V SD Negeri 2 Sri Rahayu Prengsewu.

F. Manfaat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi :

1. Bagi peneliti

Upaya meningkatkan dan memperbaiki gerak dasar back extension dengan media yang tepat kemudian menunjang dalam pencapaian kemampuan gerak spesialisasi (terampil) pada usia dewasa.

2. Bagi siswa

Siswa dapat mengetahui kekurangannya dalam melakukan gerak dasar back extension dan berusaha memperbaiki kemampuannya melakukan back extension.

3. Bagi guru atau pelatih olahraga

Dapat memberikan masukan dalam upaya meningkatkan gerak dasar back extension sehingga anak dapat mengoptimalkan segenap kemampuannya dan tercapailah keberhasilan pembelajaran.