

**PENGARUH METODE BERMAIN TERHADAP HASIL
OVER HEAD PASS BOLA BASKET
DI SMAN 7 PONTIANAK**

ARTIKEL ILMIAH

**HERWIN NARTO
NIM. F38008005**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK**

2017

**PENGARUH METODE BERMAIN TERHADAP HASIL
OVER HEAD PASS BOLA BASKET
DI SMAN 7 PONTIANAK**

ARTIKEL ILMIAH

**HERWIN NARTO
NIM. F38008005**

Disetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Wiwik Yunitaningrum, M.Pd
NIP.197906042008122001

Eka Supriatna, M. Pd
NIP.197711122006041002

Mengetahui,

Dekan FKIP

Ketua Jurusan Ilmu Keolahragaan

Dr. Martono
NIP. 196803161994031014

Prof. Dr. Victor G. Simanjuntak, M. Kes
NIP 195505251976031002

PENGARUH METODE BERMAIN TERHADAP HASIL OVER HEAD PASS BOLA BASKET DI SMAN 7 PONTIANAK

Herwin Narto, Wiwik Yunitaningrum, Eka Supriatna

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi FKIP Untan

Email: Putra_Natuna@yahoo.com

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode bermain terhadap hasil *over head pass* bola basket di SMAN 7 Pontianak. Metode penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan bentuk penelitian eksperimen *one-group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini mengambil siswa SMAN 7 Pontianak yang berjumlah 31 orang. Teknik sampel dengan teknik *sampling* jenuh yaitu mengambil siswa SMAN 7 Pontianak yang berjumlah 31 orang. Analisis data yang digunakan menggunakan analisis uji-t. Hasil penelitian analisis uji pengaruh atau uji-t didapatkan nilai dari $t_{test} > t_{tabel}$ atau $14.667 > 2.042$. Terdapat pengaruh metode bermain terhadap hasil belajar *over head pass* bola basket di SMAN 7 Pontianak. Persentase peningkatan adalah sebesar 10.98%.

Kata Kunci: Metode Bermain, *Over Head Pass*.

Abstract: *The purpose of this study was to determine the effect of a method of playing on learning outcomes over head pass game of basket ball in SMAN 7. This research method is quantitative method with experimental research forms one- group pretest-posttest design. Population in the research take in SMAN 7 Pontianak totaling 31 people. Engineering samples with saturated sampling technique that is taking in SMAN 7 totaling 31 people. Analysis of the data used using t-test analysis . The results of test analysis research the influence or the t_{test} values obtained from $t_{test} > t_{table}$ or $14\ 667 > 2042$. There is the influence of methods of playing on learning outcomes over head pass game of basket ball in SMAN 7 Pontianak. The percentage increase is equal to 10.98 %.*

Keywords : *Methods play, Over Head Pass*

Pendidikan merupakan sebuah kegiatan yang dilakukan di lingkungan sekolah baik formal maupun non formal. Selain itu pendidikan juga sangat berpengaruh pada kualitas sumber daya manusia. Berdasarkan rumusan dalam undang-undang tentang sistem pendidikan nasional No.20 tahun 2003 pasal 1 tentang sistem pendidikan nasional yang dimaksud dengan 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.

Sebuah pendidikan khususnya di lingkungan sekolah terdiri dari berbagai kurikulum yang dikembangkan, salah satu mata pembelajaran untuk pengembangan pengetahuan, keterampilan dan kreativitas tersebut yaitu pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani. Dalam pendidikan jasmani terdiri dari berbagai jenis materi pembelajaran salah satunya adalah permainan bola basket. Olahraga permainan bola basket merupakan jenis olahraga modern yang begitu cepat perkembangannya dan banyak menarik perhatian dalam kehidupan manusia, khususnya kaum muda (Marta Dinata, 2008). Selanjutnya Agus Salim (2007) bahwa kemampuan dasar dari permainan bola basket adalah: menangkap bola, melempar atau mengoper bola, menggiring (*mendribel*) bola dan menembak bola ke bagian ring jala lawan, dan kegiatan ini biasa dilakukan dengan mudah oleh hampir semua pemula.

Materi permainan bola basket, hal yang paling dasar harus dikuasai oleh siswa adalah keterampilan gerak dasar, sedangkan salah satu keterampilan gerak dasar tersebut adalah *passing* ataupun operan. Gerak dasar merupakan rangkuman metode yang dipergunakan dalam melakukan gerakan dalam suatu cabang olahraga. Gerak dasar juga merupakan suatu proses gerakan dan pembuktian dalam suatu cabang olahraga, atau dengan kata lain gerak dasar merupakan pelaksanaan suatu kegiatan secara efektif dan rasional yang memungkinkan suatu hasil yang optimal dalam latihan atau praktek. Menurut Dieter Beutelstahl (2011) Teknik adalah prosedur yang telah dikembangkan berdasarkan praktek, dan bertujuan mencari penyelesaian suatu problema pergerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna.

Permainan bola basket itu sendiri menekankan pada penguasaan teknik-teknik dasarnya, seperti *passing*, *dribble* dan *shooting*. Semua teknik dasar ini saling mendukung dalam bermain. Salah satu teknik dasar dalam pembelajaran bola basket adalah *passing*. Menurut Agus Salim (2007) *Passing* atau mengoper bola adalah salah satu dari kemampuan yang paling mendasar dari permainan bola

basket dan cara paling efektif untuk menggerakkan bola dari satu bagian ke bagian lain dari lapangan tanpa kehilangan penguasaan terhadap bola.

Upaya pembelajaran bola basket melalui kegiatan pendidikan jasmani khususnya pada keterampilan dasar *passing*, terdapat banyak kesalahan yang dilakukan oleh siswa dalam melakukan aktivitas tersebut, diantaranya adalah kualitas gerak dasar dan pengayaan gerak yang masih belum maksimal yaitu siswa dalam gerakan tersebut dengan posisi dasar yang masih salah seperti posisi badan, kaki, tangan dan perkenaan pada bola serta arah sasaran *passing* yang masih tidak tepat.

Begitu juga dalam pembelajaran bola basket khususnya pada teknik dasar *passing* yaitu *over head pass* yang terjadi di XI SOS 1 SMAN 7 Pontianak. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan proses pembelajaran bola basket pada teknik *over head pass*, dimana selama ini guru melakukan pembelajaran menggunakan metode ceramah sehingga siswa tidak dapat mencontohkan gerakan yang benar dalam teknik *over head pass*, dengan metode tersebut membuat siswa tidak bisa menampilkan gerakan yang baik, dimana posisi badan, kaki serta perkenaan tangan terhadap bola yang tidak tepat serta sasaran arah bola yang tidak pada posisi di atas kepala, selanjutnya sasaran dan frekuensi ketepatan akurasi bola sering tidak tepat. Selain itu juga siswa dalam mengikuti pembelajaran terkesan kurang bersemangat dan aktif, sehingga perhatian mereka terhadap isi pembelajaran yang tidak sepenuhnya mereka dapatkan. Pembelajaran yang terjadi sering menggunakan metode yang kurang memperhatikan akan motivasi dan keaktifan siswa dalam pembelajaran.

Mengacu dari latar belakang dalam penelitian ini, dengan berdasar pada permasalahan, penulis bermaksud meneliti “pengaruh metode bermain terhadap hasil belajar *over head pass* permainan bola basket pada siswa kelas XI SOS 1 SMAN 7 Pontianak”. Penelitian ini ditujukan agar dengan menggunakan metode bermain siswa semakin aktif dalam mengikuti proses pembelajaran, dan dapat menguasai teknik dasar *over head pass* berdasarkan tujuan pembelajaran yang diharapkan. Melalui metode bermain peneliti berharap penguasaan kemampuan dan keterampilan hasil belajar *over head pass* permainan bola basket dapat ditingkatkan berkaitan dengan pencapaian hasil belajar yang maksimal.

Menurut Husdarta (2009) bermain dapat diartikan sebagai hiburan yang bersifat fisik yang tidak kompetitif, meskipun bermain tidak harus selalu bersifat fisik. Selanjutnya bermain merupakan salah satu bentuk kegiatan di dalam pendidikan jasmani. Oleh karena itu bermain dalam usaha pendidikan mempunyai tugas dan tujuan yang sama dengan tugas dan tujuan pendidikan jasmani (J. Matakupang, 2002). Salah satu model pembelajaran pendidikan jasmani yang menarik, menyenangkan, dan menggembirakan adalah dalam bentuk bermain.

Fungsi bermain dalam sasaran sebagai alat pendidikan salah satunya adalah sasaran jasmani dimana sasaran jasmani tersebut mencakup beberapa komponen antara lain: 1) Pertumbuhan dan perkembangan anak, aktivitas bermain pada anak yang dilakukan dengan proses pendidikan jasmani akan sangat penting dalam masa pertumbuhan anak. Gerak bagi mereka berarti berlatih yang mungkin sekali tanpa disadari, dasar gerak akan menjadi lebih baik karena meningkatkan kekuatan otot, kelentukan, daya tahan otot setempat, dan daya tahan *cardiovaskular* yang makin menjadi baik. 2) Kemampuan gerak, kemampuan gerak dalam berolahraga biasanya juga akan memberikan pengaruh kepada gerak dan sikap dalam kehidupan sehari-hari. Kemampuan gerak ini akan didasari pada gerak yang baik. Dan dasar yang baik itu akan dicapai bila organ-organ tubuh dapat berfungsi sangat baik. 3) Kebugaran jasmani, anak yang dapat dengan terus menerus dalam waktu yang lama bermain, akan mempunyai kemungkinan besar untuk dapat dikembangkan dasar geraknya, kemampuan geraknya (J. Matakupan, 2002).

Menurut Marta Dinata (2008) lemparan atas kepala (*overhead pass*) adalah lemparan dengan dua tangan yang digunakan jika lebih tinggi dari lawan atau ketika berada dalam penjagaan ketat dari lawan. Sedangkan menurut Jon Oliver (2003: 38) operan atas kepala (*overhead*) efektif digunakan ketika harus mengumpan bola ke seseorang rekan melewati kepala permaian bertahan.

Adapun tujuan dalam melakukan operan ini dalam permainan bola basket adalah sebagai berikut: 1) Mengalihkan bola dari daerah padat pemain. 2) Menggerakkan bola dengan cepat pada *fast break*. 3) Membangun permainan yang ofensif. 4) Mengoper ke teman yang sedang terbuka untuk mencetak skor. 5) Mengoper dan memotong untuk melakukan tembakan sendiri.

Pelaksanaan operan atas kepala menurut Marta Dinata (2008) adalah sebagai berikut: 1) Bola dilepaskan dari atas kepala. 2) Bola dilemparkan dengan lecutan pergelangan tangan disertai dengan meluruskan tangan.

Sedangkan kesalahan umum dalam melakukan teknik ini adalah: 1) Siku tidak ditekuk pada waktu bola hendak dilempar. 2) Pada waktu melepaskan (mengoper) bola dari belakang kepala. 3) Tembakan satu tangan dari atas kepala, (dianjurkan untuk putra).

METODE

Metode penelitian yaitu eksperimen dengan bentuk desain eksperimen *pre-experimental design*. *Pre-experimental design* adalah desain penelitian dimana masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen, jadi hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen itu bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini dapat terjadi karena tidak adanya variabel kontrol (Sugiyono, 2012).

Dalam penelitian ini penulis menggunakan bentuk desain eksperimen *pre-experimental design*. *Pre-experimental design* adalah desain penelitian dimana masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen, jadi hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen itu bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini dapat terjadi karena tidak adanya variabel kontrol dan sampel tidak dipilih secara random (Sugiyono, 2010). Untuk desain penelitian eksperimen yang lebih spesifik, penulis menggunakan model penelitian *one-group pretest-posttest design*.

O1 X O2

(Sugiyono, 2012).

Keterangan :

O1 : Nilai pretest (sebelum diberi perlakuan)

O2 : Nilai posttest (setelah diberi perlakuan)

X : Perlakuan

Menurut Sugiyono (2012) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. W. Gulo (2002) keseluruhan satuan analisis yang merupakan sasaran penelitian disebut *populasi*. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas XI SOS 1 SMAN 7 Pontianak yang berjumlah 31 orang.

Menurut Sugiyono (2012) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Menurut W. Gulo (2010) sampel sering juga disebut “contoh” yaitu himpunan bagian (subset) dari suatu populasi. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *sampling jenuh*. Menurut Sugiyono (2012) *sampling jenuh* adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil dimana semua anggota populasi dijadikan sampel. Teknik sampel dengan teknik *sampling jenuh* yaitu mengambil siswa XI SOS 1 SMAN 7 Pontianak yang berjumlah 31 orang

Teknik pengumpulan data adalah cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data . Penelitian ini menggunakan bentuk *pre-experimental design* dengan model *one group pretest-posttest design* maka teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan tes dan pengukuran. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Menurut Ismaryati (2009) tes adalah, instrumen atau alat yang digunakan untuk memperoleh informasi tentang individu atau objek. Sedangkan menurut Nurhasan (2000), tes

merupakan suatu alat yang digunakan dalam memperoleh data dari suatu obyek yang akan diukur.

Alat dalam pengumpul data adalah tes *over head pass* dalam bola basket. Tes yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui kemampuan dasar sampel penelitian dalam melakukan *over head pass* bola basket. Langkah-langkah dalam tes pengukuran adalah sebagai berikut: 1) Persiapan sampel dengan memberikan petunjuk pelaksanaan tes. 2) Sampel dites berdasarkan nomor urut tes. 3) Sampel diberikan kesempatan tiga (3) kali dalam melakukan tes. 4) Nilai tes yang diambil adalah nilai tes terbaik. 5) Hasil tes ditabulasikan dalam formulir tes. Adapun penilaian kemampuan hasil belajar *over head pass* diuraikan pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Kisi-kisi Peneilaian

No	Fase	Aspek Penilaian	Baik	Sedang	Kurang
1.	Fase Persiapan	1. Posisi badan tegak 2. Kedua kaki sedikit terbuka 3. Kedua lengan berada diatas kepala dengan sedikit ditekut.	3	2	1
2.	Fase Sentuhan	1. Memegang bola pada jari-jari tangan dengan posisi terbuka. 2. Bola dilepaskan dari atas kepala. 3. Bola dilemparkan dengan lecutan pergelangan tangan disertai dengan meluruskan tangan.	3	2	1
3.	Fase Lanjutan	1. Badan lurus setelah melakukan passing 2. Lengan diayun sampai sejajar dengan lurur badan. 3. Pandangan tetap kedepan dengan salah satu kaki tumpu didepan 4. Arah bola parabol diatas kepala.	3	2	1

(Marta Dinata, 2008)

Menurut Arikunto (2006) didalam langkah memilih pendekatan penelitian, telah dikemukakan beberapa desain eksperimen diantaranya telah disertai rumus/cara analisis datanya. Untuk testing signifikansi, maka digunakan rumus *t-test*. Secara garis besar, pekerjaan analisis data meliputi 3 langkah yaitu persiapan, tabulasi dan penerapan data sesuai dengan pendekatan penelitian. Sebelum dilakukan uji hipotesis maka perlu dilakukan uji prasyarat yang terdiri dari uji normalitas dan homogenitas. Selanjutnya uji pengaruh yang digunakan yaitu dengan rumus *t-tes* (Maksum, 2007) sebagai berikut :

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{(N\sum D^2) - (\sum D)^2}{(N-1)}}$$

Keterangan :

D = Perbedaan setiap pasangan skor (pretest-posstest)

N = Jumlah Sampel

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Diskripsi data pada bab ini merupakan analisis yang berupa hasil keterampilan gerak dalam melakukan teknik dasar *over head pass* (lemparan atas kepala) yang dilakukan oleh siswa kelas XI SOS 1 SMAN 7 Pontianak tahun ajaran 2014-2015 pada materi pembelajaran permainan bola basket. Hasil deskriptif data tersebut merupakan hasil dari proses penilaian dalam penelitian sebelum dan sesudah diberikan kegiatan *treatmen* atau perlakuan. Pelaksanaan penelitian dilakukan dari 6 Januari sampai dengan 6 Februari 2015. Adapaun deskripsi data adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Data Deskriptif *Pretest* dan *Posttest* hasil keterampilan gerak dalam melakukan teknik dasar *over head pass* (lemparan atas kepala) yang dilakukan oleh siswa kelas XI SOS 1 SMAN 7

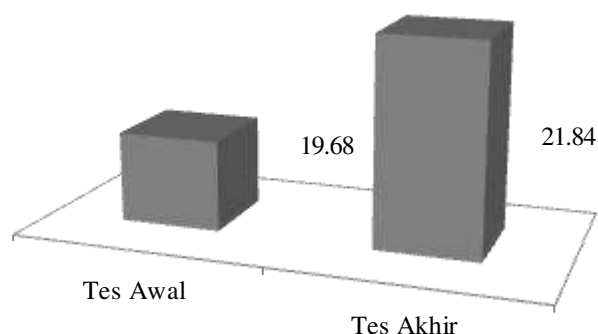
Hasil	Rata-rata	Skor Minimal	Skor Maksimal	Standar Deviasi
<i>Pretest</i>	19.68	17	24	2.286
<i>Posttest</i>	21.84	18	26	2.518

Deskripsi data penelitian berdasarkan tabel 1 menunjukkan kemampuan siswa yang terdiri dari 31 siswa yang menjadi sampel penelitian maka diperoleh hasil *pretest* didapat rata-rata 19.68 skor minimal 17, skor maksima 24, dengan standar deviasi 2.286. Sedangkan *posttest* didapat rata-rata 21.84, skor minimal 18, skor maksima 26, dengan standar deviasi 2.518. Adapun perbandingan antara tes awal dan tes akhir di uraikan pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Perbandingan Rata-rata *Pretest* dan *Posttest Passing* keterampilan gerak dalam melakukan teknik dasar *over head pass* (lemparan atas kepala) yang dilakukan oleh siswa kelas XI SOS 1 SMAN 7

Data	Rata-rata Hasil Belajar
Tes Awal (<i>Pretest</i>)	19.68
Tes Akhir (<i>Posttest</i>)	21.84

Berdasarkan hasil analisis deskriptif data tes awal dan tes akhir pada tabel 2 maka didapat rata-rata hasil tes *over head pass* kelas XI SOS 1 SMAN 7 Pontianak yaitu rata-rata tes awal 19.68 dan rata-rata tes akhir 21.84. Adapun hasil rata-rata tersebut dapat disajikan dalam bentuk gambar garfik 1 sebagai berikut:



Grafik 1. Perbandingan Hasil *Pretest* dan *Posttest Passing* rata-rata hasil tes *over head pass* kelas XI SOS 1 SMAN 7

Berdasarkan grafik 1 menunjukkan grafik menunjukkan peningkatan yang terjadi antara tes awal 19.68 dan rata-rata tes akhir 21.84 dengan selisih atau jumlah peningkatan sebesar 2.15..

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya data dalam penelitian. Uji normalitas dilakukan dengan analisis dengan rumus *liliefors* Berdasarkan analisis yang telah dilakukan didapat hasil data pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Uraian	Signifikansi	Keterangan
<i>Pretest</i>	$0.154 < 0.161$	Normal
<i>Posttest</i>	$0.154 < 0.161$	Normal

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui homogen atau tidaknya data dalam penelitian. Uji homogenitas dilakukan dengan analisis dengan menggunakan rumus uji-f. Adapun hasil uji homogenitas yang telah dilakukan dapat dilihat pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas

Uraian	Signifikansi	Keterangan
Varian <i>Pretest Posttest</i>	$1.21 < 4.18$	Homogen

Adapan hasil penghitungan melalui pengaplikasian analisis menggunakan rumus *uji-t* diuraikan pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji-t Antara *Pretest* dan *Posttest*

t_{test}	d.b.	t_{tabel}	Taraf Signifikansi
14.667	30	2.042	5%

Berdasarkan data pada tabel 4 didapat nilai t_{hitung} yaitu sebesar 14.667 dengan melihat tabel statistika dimana pada derajat kebebasan $db=(N-1)$ adalah $31-1=30$ dan pada taraf signifikansi 5% diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2.042. Dengan demikian nilai dari $t_{test} > t_{tabel}$ atau $14.667 > 2.042$, artinya hipotesis diterima terdapat pengaruh metode bermain terhadap hasil belajar *over head pass* permainan bola basket pada siswa kelas XI SOS 1 SMAN 7 Pontianak. Adapun persentase peningkatan adalah sebesar 10.98%

Pembahasan

Penelitian yang dilakukan adalah proses pemberian perlakuan dengan metode bermain terhadap hasil belajar *over head pass* permainan bola basket pada siswa kelas XI SOS 1 SMAN 7 Pontianak pelaksanaan penelitian dilakukan pada 6 Januari sampai dengan 6 Februari. Pelaksanaan penelitian terdiri dari pelaksanaan tes awal, perlakuan dan tes akhir. Hasil analisis data yang berupa data deskriptif dengan membandingkan hasil rata-rata, serta skor minimal dan maksimal maka dengan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan sementara telah terjadi peningkatan hasil keterampilan gerak yang berupa hasil belajar *over head pass* permainan bola basket pada siswa kelas XI SOS 1 SMAN 7 Pontianak. Adapun selisih peningkatan yang menjadi asumsi awal adalah sebesar 2.15.

Selain dengan menganalisis hasil deskriptif data tersebut, selanjutnya dilakukan uji prasyarat sebagai dasar dan syarat sebelum dilakukan uji pengaruh atau uji-t. Hasil uji prasyarat menunjukkan nilai signifikan tes setelah dibandingkan dengan nilai kritis tabel, dengan hasil tersebut data dapat disimpulkan berdistribusi normal dan homogeny sehingga data tersebut layak atau bisa dilanjutkan pada uji hipotesis melalui analisis uji pengaruh atau uji-t. Hasil uji pengaruh atau uji-t merupakan hasil akhir dalam penarikan kesimpulan penelitian dimana dengan proses analisis yang telah dilakukan dan cara penarikan kesimpulan berdasarkan kriteria analisis data yaitu $t_{test} > t_{tabel}$ maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh metode bermain terhadap hasil belajar *over head pass* permainan bola basket pada siswa kelas XI SOS 1 SMAN 7 Pontianak. Adapun persentase peningkatan adalah sebesar 10.98%.

Hasil analisis data tersebut disesuaikan dengan observasi dan catatan lapangan pada saat penelitian. Adapun berdasarkan catatan lapangan didapatkan bahwa dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran siswa menunjukkan keterampilan gerak yang berkembang dalam hal menampilkan teknik dasar *over head pass* dimana dengan permainan yang diberikan pada proses pembelajaran kualitas gerak dasar sebagai pembentuk teknik dasar menjadi semakin berkembang.

Perkembangan tersebut berupa gerakan-gerakan pada fase dalam melakukan *over head pass* yang didominasi dari gerakan tangan sehingga arah bola yang ditampilkan juga semakin tepat.

Permainan yang diberikan juga membiasakan siswa untuk melakukan aktivitas secara berulang-ulang dengan format yang menyenangkan sehingga secara tidak sadar mereka telah melakukan gerakan tersebut dengan intensitas yang banyak. Dengan kegiatan yang dilakukan secara berulang-ulang tersebut secara tidak langsung akan meningkatkan keterampilan dasar siswa. Kemampuan dasar yang ditingkatkan melalui proses pembelajaran tentu saja akan dapat mempengaruhi hasil belajar yang ditampilkan siswa, maka dengan apa yang didapatkan siswa dalam proses bermain melalui proses pembelajaran maka hasil belajar siswa yang berkaitan dengan teknik dasar *over head pass* juga semakin baik. Pembelajaran dengan metode bermain juga dapat memotivasi siswa untuk belajar dan mengulangi lagi pelajaran tersebut, dengan model bermain membuat siswa tidak merasa bosan dalam mengikuti pembelajaran dan merasa ada tantangan tersendiri untuk mengikuti pembelajaran.

Pelaksanaan penelitian selain mengalami peningkatan juga tidak terlepas dari beberapa kendala yang dialami peneliti diantaranya adalah peneliti memerlukan waktu yang lebih banyak atau lama dalam memberikan perhatian untuk mengevaluasi gerak dasar siswa satu persatu pada setiap tahapan teknik *over head pass*. Selanjutnya upaya dalam mengatasi siswa yang merasa kesulitan dalam melakukan gerakan juga menjadi tantangan utama, karena dalam proses yang diberikan tidak semua siswa cepat dalam memahami isi pembelajaran, tetapi terdapat beberapa siswa yang juga kurang baik dalam melakukan aktivitas tersebut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa hasil penelitian yang berkaitan dengan metode bermain yang telah dilakukan sebelumnya yaitu oleh Sudirman (2012) Peningkatan kemampuan passing atas kepala bola basket melalui metode bermain pada siswa SD Negeri 01 Gunung Tiga Kecamatan Belik Kabupaten Pemalang dengan persentase peningkatan 18.23%. Dari hasil penelitian yang telah diperoleh serta didukung oleh penelitian-penelitian yang relevan sebelumnya, dapat diartikan bahwa metode bermain memiliki peranan dan fungsi dalam proses pembelajaran. Metode bermain dapat meningkatkan kualitas isi pembelajaran dan hasil akhir yang berupa hasil belajar..

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan rata-rata hasil belajar *over head pass* kelas XI SOS 1 SMAN 7 Pontianak tes awal 19.68 dan rata-rata tes akhir 21.84 dengan selisih atau jumlah peningkatan sebesar 2.15. Peningkatan skor terendah dan tertinggi yang ditampilkan siswa pada *pretest* dan *posttest* yaitu

terendah dari 17 menjadi 18 dan tertinggi 24 menjadi 26. Analisis berdasarkan kriteria pengujian analisis uji pengaruh atau uji-t didapatkan nilai t_{hitung} yaitu sebesar 14.667 dibandingkan dengan melihat tabel statistika dimana pada derajat kebebasan $db=(N-1)$ adalah $31-1=30$ dan pada taraf signifikansi 5% diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2.042. Dengan demikian nilai dari $t_{test} > t_{tabel}$ atau $14.667 > 2.042$ artinya terdapat pengaruh metode bermain terhadap hasil belajar *over head pass* permainan bola basket pada siswa kelas XI SOS 1 SMAN 7 Pontianak dengan persentase peningkatan adalah sebesar 10.98%

Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian adapun saran yang diajukan yaitu pelaksanaan proses pembelajaran khususnya materi bola basket sebaiknya guru memberikan dukungan motivasi kepada siswa, misalnya berupa pujian seperti bagus, baik sekali, tepat sekali, bagus sekali, dan lain sebagainya untuk meningkatkan motivasi siswa. Memberikan perhatian yang lebih pada siswa yang mengalami kesulitan dalam menampilkan keterampilan gerak pada aktivitas praktik bola basket. Guru merancang strategi pembelajaran yang lebih inovatif dan mengembangkan model-model permainan dalam materi bola basket yang diarahkan sesuai karakteristik teknik dasar yang termuat dalam materi pembelajaran. Meningkatkan kualitas gerak dasar siswa melalui pemahaman materi bola basket dengan melatih gerakan dasar dengan pemahaman teknik yang benar.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Beutelstahl, Dieter. (2011). *Belajar Bermain*. Bandung: Pionir Jaya.
- Dinata, Marta. (2008). *Bola Basket Konsep dan Teknik Bermain Bola Basket*. Bandung: Cerdas Jaya.
- Gulo, W. 2002. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Grasindo.
- Hamidsyah, Noer. 1993. *Pelatihan Dasar*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Husdarta. 2009. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Ismaryati. 2009. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Pres.
- J. Matakupan. (2002). *Teori Bermain*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Maksum Ali. 2007. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya: Universitas Nebgeri Surabaya.

Nurhasan. 2000. *Pengembangan Sistem Pembelajaran Modul Mata Kuliah Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

Oliver, Jon. 2004. *Dasar-dasar Bola Basket*. Jakarta: Pakar Raya.

Salim, Agus. (2007). *Buku Pintar Bola basket*. Bandung: Jembar.

Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.