

BAB 2

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Konsep Pendidikan

Menurut undang-undang nomor 57 tahun 2021 tentang Standar Nasional Pendidikan pasal 1 ayat 1 menjelaskan bahwa 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. Pada Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) menyatakan bahwa pendidikan berasal dari kata dasar didik (mendidik), yaitu memelihara dan memberi Latihan (ajaran, pimpinan) mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran. Kihajar Dewantara mengartikan pendidikan sebagai daya upaya untuk memajukan budi pekerti, pikiran serta jasmani anak, agar dapat memajukan kesempurnaan hidup yaitu menghidupkan anak yang selaras dengan alam dan masyarakatnya. Menurut (Ujud et al., 2023) menjelaskan bahwa pendidikan merupakan “Usaha sadar terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan pembelajaran yang menyenangkan agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritiual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat”

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan merupakan suatu usaha sadar untuk meningkatkan kemampuan pribadi seseorang untuk dirinya sendiri dan masyarakat.

2.1.2 Tujuan Pendidikan

Tujuan pendidikan merupakan suatu faktor yang sangat penting dalam dunia pendidikan, karena tujuan untuk ini adalah arah yang ingin dicapai atau yang hendak dituju oleh pendidikan. Dari setiap masa memiliki tujuan

pendidikan yang berbeda. Perubahan dilakukan menyesuaikan dengan Pembangunan serta perkembangan dalam kehidupan masyarakat dan negara Indonesia. Terdapat dalam undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional yaitu, Pendidikan diupayakan berawal dari manusia apa adanya (aktualisasi) dengan mempertimbangkan berbagai kemungkinan yang apa adanya (potensialitas), dan diarahkan menuju terwujudnya manusia yang seharusnya atau manusia yang dicita-citakan (idealitas). Menurut (Sujana, 2019) menjelaskan bahwa tujuan pendidikan yaitu manusia bertaqwa kepada Tuhan YME, berakhlak mulia, sehat, cerdas, berperasaan, berkemauan, mampu berkarya, mampu mengendalikan hawa nafsunya, berkepribadian, bermasyarakat dan berbudaya. Selaras dengan tujuan pendidikan di atas (Hidayat dkk., 2019, p 25) mengemukakan bahwa tujuan dari pendidikan nasional adalah mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan yang maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan Rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan Indonesia lebih cenderung mengutamakan pembangunan sikap sosial dan religius dalam pelaksanaan pendidikan di Indonesia. Hal tersebut sesuai dengan Pancasila sila kesatu yaitu ketuhanan Yang Maha Esa, diadakan sila tersebut menunjukkan bahwa Indonesia sangat mengedepankan sikap spiritual dan pengakuan terhadap keberadaan Tuhan Yang Maha Esa. Sehingga tujuan pendidikan di atas harus dapat diupayakan dan dicapai oleh semua instrumen penyelenggara pendidikan di Indonesia, utamanya pendidikan yang bersifat formal. Demi tercapainya tujuan tersebut membutuhkan waktu yang relative lama serta memerlukan analisis tujuan yang lebih spesifik dari setiap jenjang pendidikan, disesuaikan dengan taraf kemampuan dan kebutuhan dari peserta didik.

2.1.3 Prinsip Pendidikan

Pendidikan Indonesia dilandasi oleh prinsip-prinsip yang kuat untuk menghasilkan generasi yang cerdas, berkarakter dan mampu bersaing di kancan dunia. Beberapa prinsip penyelenggaraan pendidikan menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional diantaranya:

- 1) Pendidikan diselenggarakan secara demokratis dan berkeadilan serta tidak diskriminatif dengan menjunjung tinggi hak asasi manusia, nilai keagamaan, nilai kultural dan kemajemukan bangsa.
 - 2) Pendidikan diselenggarakan sebagai suatu kesatuan yang sistemik dengan sistem terbuka dan multimakna.
 - 3) Pendidikan diselenggarakan sebagai suatu proses pembudayaan dan pemberdayaan peserta didik yang berlangsung sepanjang hayat.
 - 4) Pendidikan diselenggarakan dengan memberikan keteladanan, membangun kemauan dan mengembangkan kreativitas peserta didik dalam proses pembelajaran.
 - 5) Pendidikan diselenggarakan dengan mengembangkan budaya membaca, menulis, dan berhitung bagi segenap warga negara.
 - 6) Pendidikan diselenggarakan dengan memberdayakan semua komponen masyarakat melalui peran serta dalam penyelenggaraan dan pengendalian mutu layanan pendidikan.
- a) Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa dengan adanya prinsip pendidikan bisa mewujudkan cita-cita pendidikan yang akan membawa negara menuju masa depan yang lebih baik. Prinsip ini menciptakan kerangka kerja yang kokoh untuk menghasilkan individu yang tidak hanya memiliki pengetahuan, tetapi juga karakter yang baik dan kemampuan untuk berkontribusi secara positif kepada masyarakat dan bangsa.

2.1.4 Jenjang Pendidikan

Menurut undang undang nomor 57 tahun 2021 pasal 1 ayat 6 menjelaskan bahwa jenjang pendidikan adalah tahapan pendidikan yang ditetapkan

berdasarkan tingkat perkembangan peserta didik, tujuan yang dicapai, dan kemampuan yang dikembangkan. Sampai saat ini jenjang pendidikan di Indonesia masih mengacu pada undang – undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional. Ada empat sistem jenjang pendidikan, yaitu pendidikan dasar, pendidikan menengah umum, dan pendidikan menengah kejuruan dan pendidikan jenjang pendidikan tinggi. Pendidikan dasar ini berusia 7-12 tahun (SD/MI) dan 13-15 tahun (SMP/MTS), jenjang ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dasar keterampilan akademik dasar seperti membaca, menulis, berhitung, serta pembentukan karakter siswa. Jenjang Pendidikan menengah ini berusia 16-18 tahun, jenjang ini bertujuan untuk menyediakan pendidikan lanjutan yang mempersiapkan siswa untuk menuju ke pendidikan tinggi atau memasuki dunia kerja. Di SMK, siswa diberi pelatihan praktis dalam bidang-bidang tertentu seperti teknologi, kesehatan, bisnis dan pariwisata. Jenjang pendidikan tinggi ini berusia 19 tahun ke atas (tergantung pada jalur pendidikan dan lamanya studi) pada jenjang pendidikan ini bertujuan untuk menghasilkan lulusan yang siap menghadapi tantangan dalam dunia profesional atau akademis, serta berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Dari penjelasan di atas dapat di simpulkan bahwa jenjang pendidikan merupakan tahapan yang ditetapkan berdasarkan kemampuan dari setiap manusia yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dari setiap individunya itu sendiri. Jenjang pendidikan di Indonesia mempunyai empat tahapan yaitu pendidikan dasar, pendidikan menengah umum, pendidikan menengah kejuruan dan pendidikan tinggi. Tahapan ini mengacu pada undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional.

2.1.5 Konsep belajar

Konsep belajar dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) merupakan sikap berusaha untuk memperoleh suatu kepandaian atau ilmu. Sedangkan yang dijelaskan oleh Baharuddin dalam (Nurfadilah & Aliem Bahri, 2021) menurut teori kognitif, belajar adalah sebuah proses mental yang aktif

untuk mencapai, mengingat, dan menggunakan pengetahuan. Menurut teori ini, ilmu pengetahuan dibangun dalam diri seorang anak melalui proses interaksi yang berkesinambungan dengan lingkungan. Proses ini tidak berjalan terputus-putus, tetapi melalui proses yang mengalir, sambung menyambung, dan menyeluruh. Adapun menurut (Pane & Darwis Dasopang, 2017) menjelaskan bahwa belajar merupakan aktivitas seseorang yang dilakukan oleh seseorang yang dilakukan dengan sengaja atau dilakukan dengan sadar. Aktivitas ini menunjuk pada keaktifan seseorang dalam aspek mental yang memungkinkan terjadi perubahan pada dirinya.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan, belajar merupakan segala bentuk aktivitas yang dilakukan dengan sadar oleh setiap individu sehingga terjadi perubahan – perubahan tingkah laku antara sebelum dan sesudah belajar.

2.1.6 Prinsip Belajar

Dalam proses pembelajaran, guru dituntut untuk mampu mengembangkan potensi-potensi peserta didik secara optimal. Upaya untuk mendorong terwujudnya perkembangan potensi peserta didik tersebut tentunya merupakan suatu proses panjang yang tidak dapat diukur dalam periode tertentu, apalagi dalam waktu yang sangat singkat. Agar aktivitas yang dilakukan guru dalam proses pembelajaran terarah pada upaya peningkatan potensi siswa secara komprehensif, maka pembelajaran harus dikembangkan sesuai dengan prinsip-prinsip yang benar, yang bertolak dari kebutuhan internal siswa untuk belajar. Menurut Davies dalam (Makki dkk., 2019: p 18-19.) mengingatkan bahwa ada beberapa hal yang dapat menjadikan kerangka dasar bagi penerapan prinsip-prinsip belajar dalam proses pembelajaran, yaitu:

- a. Hal apapun yang dipelajari murid, maka ia harus mempelajarinya sendiri. Tidak seorang pun yang dapat melakukan kegiatan belajar tersebut untuknya.
- b. Setiap murid belajar menurut temponya sendiri dan untuk setiap kelompok umur, terdapat variasi dalam kecepatan belajar.

- c. Seorang murid belajar lebih banyak bilamana setiap langkah segera diberikan penguatan.
- d. Penguasaan secara penuh dari setiap langkah-langkah pembelajaran, memungkinkan murid belajar secara lebih berarti.
- e. Apabila murid diberikan tanggung jawab untuk mempelajari sendiri, maka ia lebih termotivasi untuk belajar, dan ia akan belajar dan mengingat lebih baik.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa prinsip belajar merupakan tentang hal yang perlu dilakukan guru agar proses pembelajaran peserta didik dapat terlaksana dan tercapainya hasil yang diharapkan. Prinsip belajar juga menjadi pedoman kerja guru agar siswa dapat berpartisipasi dalam proses pembelajaran. Bagi guru, kemampuan menerapkan prinsip-prinsip belajar dalam kegiatan pembelajaran akan membantu mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan dalam kurikulum. Sedangkan bagi peserta didik prinsip belajar membantu mencapai hasil belajar yang diharapkan.

2.1.7 Tujuan Belajar

Menurut Sadirman dalam (Ahdar & Wardana, 2019) mengatakan bahwa ada tiga tujuan belajar yaitu pertama memperoleh pengetahuan, hasil belajar dapat ditandai dengan meningkatnya kemampuan berpikir seseorang dan sebaliknya kemampuan berpikir akan berkembang melalui ilmu pengetahuan yang dipelajari. Dengan kata lain, pengetahuan dan kemampuan berpikir merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan. Kedua menanamkan konsep dan keterampilan, keterampilan yang dimiliki setiap individu adalah melalui proses belajar. Penanaman konsep membutuhkan keterampilan baik itu keterampilan jasmani maupun Rohani. Keterampilan jasmani berhubungan dengan hal teknis atau pengulangan yang diamati sedangkan keterampilan Rohani berhubungan dengan penghayatan, cara berpikir, dan kreativitas dalam menyesuaikan masalah atau membuat suatu konsep. Ketiga, membentuk sikap dan mental peserta didik akan sangat berhubungan dengan penanaman nilai – nilai sehingga menumbuhkan kesadaran dalam dirinya. (p. 9-10).

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan dari belajar adalah untuk meningkatkan kemampuan berpikir, keterampilan peserta didik melalui proses pembelajaran sehingga berpengaruh terhadap sikap dan mental peserta didik itu sendiri.

2.1.8 Konsep Hasil Belajar

Hasil belajar tidak akan dapat dirasakan secara langsung, tetapi harus melalui proses kerjasama secara optimal dalam suatu proses pembelajaran. Maka dari itu, kerjasama antara pendidik dan peserta didik dalam pembelajaran sangatlah penting untuk mencapai tujuan pembelajaran itu sendiri. Hasil belajar menurut (William dkk., 2020, p. 132) adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki peserta didik setelah menerima pengalaman belajarnya. Adapun menurut pendapat lain yaitu menurut Benyamin Bloom (dalam William dkk., 2020, p. 132) mengungkapkan bahwa belajar terbagi menjadi tiga ranah, yaitu ranah kognitif, ranah afektif dan ranah psikomotoris. Pendapat lain juga menjelaskan bahwa hasil belajar merupakan Sebagian kemampuan yang dimiliki peserta didik setelah ia menerima pengalaman belajar, yang berupa penampilan yang diamati sebagai hasil belajar yang disebut kemampuan (C. Hidayat & Juniar, 2017).

Maka dari itu berdasarkan beberapa penjelasan hasil belajar di atas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki peserta didik setelah menerima pengalaman belajarnya yang berupa penampilan yang diamati sebagai hasil belajar.

2.1.9 Konsep Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani muncul sebagai hasil kerja produktif orang – orang pada zaman dahulu kala, seperti kondisi kehidupan dan perjuangan untuk bertahan hidup. Saat ini pendidikan jasmani telah dibentuk sebagai ilmu yang mandiri, mempelajari komponen – komponen penting dari pengetahuan ilmiah di bidang pendidikan jasmani dan olahraga. Adapun pendapat menurut Manalu (dalam Fitron & Mu'arifin, 2022, p 265) mengungkapkan bahwa konsep pendidikan jasmani adalah suatu aktivitas gerak dengan proses interaksi antara

pendidik dan peserta didik memanfaatkan perkembangan pengetahuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Pendapat lain menjelaskan bahwa konsep pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau kelompok masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia berkualitas berdasarkan Pancasila (Arifin, 2017, p. 265). Adapun menurut (Arisqa dkk., 2024, p. 924) mengungkapkan bahwa konsep pendidikan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang dirancang secara sistematis dalam rangka mencapai pendidikan nasional.

Berdasarkan penjelasan definisi di atas peneliti mengambil kesimpulan bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan secara menyeluruh yang memiliki tujuan meningkatkan dan mengembangkan kualitas peserta didik dengan memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan individu yang sehat, memiliki mental, emosional, dan kemampuan bersosial yang baik.

2.1.10 Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan pendidikan jasmani Menurut Manalu dalam (Fitron & Mu'arifin, 2022, p. 265) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani memiliki tujuan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas, emosional tindakan moral, aspek pola hidup sehat yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional atau suatu usaha untuk membuat bangsa Indonesia sehat dan kuat, diberikan kepada segala jenis sekolah. Tujuan pendidikan menurut Permendiknas Nomor 22 Tahun 2006 adalah sebagai berikut: 1)

Mengembangkan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih. 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani. 3) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis. 4) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat, bugar, terampil serta memiliki sikap yang positif.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan utama dari pendidikan jasmani di lingkungan sekolah bertujuan agar peserta didik mampu mengembangkan keterampilan gerak dan meningkatkan pola hidup sehat mereka sehingga menyebabkan ada kemauan berpartisipasi dalam berbagai aktivitas jasmani.

2.1.11 Prinsip Pendidikan jasmani

Berikut ini merupakan prinsip-prinsip proses pembelajaran pendidikan jasmani yang dikemukakan oleh Purwanto dalam (Sa'adah et al., 2021) diantaranya:

1) Prinsip belajar mengajar berpusat pada guru

Prinsip proses belajar-mengajar yang bersumber pada guru merupakan faktor penting dalam proses belajar-mengajar. Segala hal yang terkait dengan proses belajar-mengajar selalu dikaitkan dengan guru. Guru menjadi subjek dari proses belajar-mengajar, sedangkan siswa menjadi objek proses tersebut.

2) Prinsip belajar-mengajar berpusat pada siswa

Prinsip lain dari pendekatan proses belajar-mengajar adalah pendekatan proses belajar-mengajar berpusat pada siswa. Anggapan yang menjadi andalan pendekatan ini adalah yang belajar itu adalah siswa. Oleh karena itu yang menjadi titik pusat proses belajar-mengajar adalah siswa.

3) Prinsip berpusat pada bahan ajar

Prinsip lain adalah bahan ajar sebagai landasan penyusunan suatu metode belajar-mengajar. Anggapan dasarnya ialah bahan ajar yang berbelit-belit dan tidak karuan strukturnya akan sulit diserap siswa. Sebaliknya bahan ajar yang berstruktur ketat dengan pokok bahasan yang banyak akan menyulitkan siswa belajar.

4) Prinsip metode praktik

Hal penting dalam pendidikan jasmani dan kesehatan adalah praktik menguasai gerakan yang dipelajari. Telah bertahun-tahun cara belajar praktik ini dikaji dan diuji yang menghasilkan sejumlah prosedur latihan praktik gerakan. Prosedur ini sering disebut metode praktik atau *method of practice*. Pada umumnya metode praktik ini dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu metode yang berorientasi pada waktu dan metode yang berorientasi pada bahan ajar.

Prinsip-prinsip proses pembelajaran dalam pendidikan jasmani yang dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa prinsip tersebut mencerminkan pendekatan yang berbeda-beda untuk mencapai efektivitas belajar mengajar, yang bertujuan untuk memberikan pengalaman belajar peserta didik yang efektif.

2.1.12 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani dapat dicapai oleh para guru pendidikan jasmani, maka dari itu harus memahami standar isi kurikulum pendidikan jasmani yang diajarkannya. Menurut Cucu Hidayat (dalam Ropijyan, 2020, p. 16-17) mengemukakan bahwa standar isi kurikulum pendidikan jasmani tersebut antara lain mencakupi:

- a. Aktivitas permainan dan olahraga, aktivitas yang berisikan tentang materi pembelajaran permainan seperti, permainan sepak bola, bola voli, bola basket, dan lain-lain.

- b. Aktivitas pengembang diri, aktivitas yang berisikan tentang materi pembelajaran kebugaran jasmani seperti, kekuatan, kelincuhan, kelentukan, dan lain-lain.
- c. Aktivitas uji diri, aktivitas yang berisikan tentang materi pembelajaran seperti, senam lantai, senam alat, dan aktivitas fisik lainnya untuk meningkatkan keberanian dan kapasitas diri.
- d. Aktivitas ritmik, aktivitas yang berisikan kegiatan-kegiatan yang mengandung estetika gerak tubuh, seperti senam aerobik, SKJ, dan lain-lain.
- e. Aktivitas *aquatic* (air), aktivitas yang berisikan tentang materi pembelajaran air, seperti permainan air, renang, keselamatan di air, serta etika di kolam renang,
- f. Aktivitas di luar gedung sekolah (*outdoor school*), aktivitas yang berisikan materi pembelajaran dengan kegiatan di alam bebas seperti, berkemah, mendaki gunung, menelusuri Sungai, menjelajah dan sebagainya.

Dapat disimpulkan bahwa ruang lingkup pendidikan jasmani terdapat beberapa poin yaitu, aktivitas permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan diri, aktivitas uji diri, aktivitas ritmik, aktivitas *aquatic* (air) dan juga aktivitas di luar gedung sekolah (*outdoor school*) semua komponen tersebut berisikan tentang apa yang akan diajarkan di sekolah.

2.1.13 Konsep Bola Basket

Menurut Sugito (dalam Cahyadi dkk., 2022 p. 4081) mengemukakan bahwa bola basket adalah cabang olahraga permainan yang menggunakan bola boleh dioper atau dilempar ke teman. Bola dipantulkan ke lantai di tempat atau sambil berjalan dan tujuannya adalah memasukan bola ke dalam keranjang dari tim lawan. Dalam permainan bola basket banyak memerlukan kontak fisik dengan pemain lainnya atau pemain lawan, maka kondisi badan yang baik sangat diperlukan. Kondisi fisik yang baik harus dimiliki seorang pemain basket dua diantaranya adalah kelincuhan dan kecepatan. Adapun yang dikemukakan oleh Bambang & Lukmanul (dalam Nurrochmah & Yusuf, 2021, p. 452)

mengungkapkan bahwa bola basket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu terdiri dari 5 orang pemain dan jenis permainan ini bertujuan untuk mencari nilai atau angka sebanyak-banyaknya.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa, bola basket merupakan olahraga permainan bola besar yang dimainkan dengan berbagai Gerakan tangan dan unsur komponen kebugaran jasmani dan dimainkan oleh 2 regu yang terdiri dari 5 orang setiap timnya dengan tujuan untuk memasukan bola ke dalam keranjang lawan.

2.1.14 Teknik Dasar Pada Permainan Bola Basket

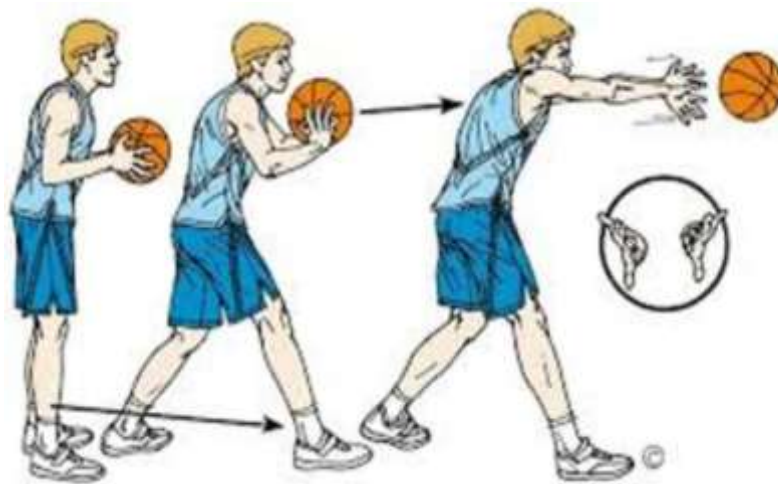
Menguasai keterampilan teknik dasar menjadi sebuah modal yang utama untuk memudahkan dalam setiap permainan atau pertandingan. Suatu keterampilan dalam permainan bola basket akan tercapai apabila dapat menguasai teknik dasar dengan baik dan benar. Maka dari itu sesuai yang dikatakan oleh (Altavilla, 2020) yang mengungkapkan bahwa penguasaan teknik dasar dalam permainan bola basket penting untuk meningkatkan kualitas individu agar mampu menunjang permainan tim. Menurut Sumaryoto & Nopembri (dalam Nurrochmah & Yusuf, 2021, p 452) menjelaskan bahwa dalam teknik dasar bola basket terdapat 3 jenis yang harus dikuasai diantaranya adalah (*passing*) mengumpan, (*shooting*) menembak ke ring, (*dribble*), menggiring atau bergerak dengan bola. Teknik yang sering digunakan dalam permainan bola basket yang sering dijumpai dalam pertandingan adalah *passing* setinggi dada (*chest pass*), pantul (*bouncepass*), di atas kepala (*overhead pass*) dan menyamping (*side pass*).

Maka dari itu dapat disimpulkan permainan bola basket beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain, sama seperti cabang olahraga lainnya. Diantaranya teknik dasar *dribble* atau menggiring, teknik mengumpan atau *passing*, dan teknik dasar menembak atau *shooting*. Perbedaan teknik dasar basket dengan teknik dasar olahraga lainnya yaitu pada olahraga basket semua teknik tersebut menggunakan tangan untuk memindahkan atau memainkan bola.

2.1.15 Teknik dasar *Chest Pass* Bola Basket

Mengoper bola merupakan salah satu keterampilan yang harus dimiliki dan dikuasai oleh anggota tim basket, mengoper bola dalam permainan bola basket dituntut untuk memerlukan ketelitian dan ketangkasan hal ini di maksudkan agar bola yang di oper tidak diterima atau direbut oleh lawan. Menurut Nuril Ahmad (dalam Nugroho & Raharjo, 2019, p. 27) menjelaskan bahwa *chest pass* adalah mengoper bola dengan kedua tangan dari depan dada, ini merupakan operan yang sering dilakukan dalam suatu pertandingan bola basket. Operan ini berguna untuk jarak pendek. Mengoper bola dengan cara ini akan menghasilkan kecepatan, ketepatan dan kecermatan. Jarak lemparan *passing* ini adalah 3 meter. Adapun pendapat lain yaitu menurut (Maksum et al., 2019) mengungkapkan bahwa keterampilan terpenting dalam permainan bola basket ini ialah kemampuan untuk *chest pass* atau mengoper bola dengan rekan satu tim, keterampilan ini merupakan suatu keterampilan yang memberikan hasil nyata secara langsung. Dalam hal ini *chest pass* sangat berpengaruh dalam permainan bola basket karna menentukan kompak tidaknya permainan dalam satu sehingga mendapatkan hasil yang maksimal dalam pertandingan, oleh sebab itu *chest pass* sangat berpengaruh dalam permainan bola basket.

Dari penjelasan di atas maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa *chest pass* adalah gerakan *passing* kepada rekan satu tim, yang dilakukan dengan cara mengangkat bola didepan dada lalu mendorong bola dengan kuat. Jenis operan ini merupakan jenis *passing* yang sangat cocok dan efektif dilakukan ketika tidak ada lawan yang menghalangi diantara pengoper/pemberi bola dan penerima bola karena *passing* yang dilakukan sangat cepat dan tepat sasaran. Salah satu operan yang sering dipakai untuk mempertahankan bola adalah *chest pass* atau operan dada. Berikut cara melakukan teknik dasar *chest pass*.



Gambar 3. 1 *Passing Chest Pass*

Sumber: <https://garudasports.co.id/olahraga/basket>

Pada saat melakukan *chest pass* Menurut Roji (dalam Ali, 2018, p 535-536) mengungkapkan bahwa Cara melakukannya sebagai berikut:

- 1) Sikap awal.
 - a. Berdiri dengan sikap melangkah.
 - b. Bola dipegang dengan kedua tangan didepan dada.
 - c. Posisi siku ditekuk mendekati badan.
 - d. Badan agak condong kedepan.\
- 2) Pelaksanaan
 - a. Dorong bola ke depan dengan meluruskan kedua lengan Bersama kaki belakang dilangkahkan kedepan dan berat badan dibawah kedepan.
 - b. Lepaskan bola dari kedua pegangan tangan setelah kedua lengan lurus
 - c. Ibu jari diputar kebawah.
 - d. Arah bola lurus sejajar dada.
- 3) Akhir Gerakan.
 - a. Berat badan di bawah kedepan.
 - b. Kedua lengan lurus kedepan rileks.
 - c. Pandangan mengikuti arah Gerakan bola.
 - d. Kembali keposisi awal.

Itulah beberapa hal mengenai cara melakukan *chest pass* dalam permainan bola basket yang perlu di pahami oleh pemain dari setiap tim. Dengan mengetahui atau menguasai *chest pass* dan teknik-tekniknya, maka pemain akan mampu bermain dengan baik memiliki potensi untuk mendapat *point*.

2.1.16 Konsep Model Pembelajaran

Model pembelajaran merupakan suatu rencana mengajar yang memperhatikan pola pembelajaran tertentu. Menurut Joyce dan Weil (dalam Harefa dkk., 2022) menjelaskan bahwa “model pembelajaran mengarah pada suatu pendekatan pembelajaran tertentu termasuk tujuannya, sintaksnya, lingkungan pembelajaran dan sistem pengelolaan pembelajaran”. Menurut Joyce dan Weil (dalam Khoerunnisa dkk., 2020) model pembelajaran adalah salah satu rencana atau pola yang dapat digunakan untuk membentuk kurikulum (rencana pembelajaran jangka panjang), merancang bahan-bahan pembelajaran, dan membimbing pembelajaran di kelas atau yang lain-lain (hlm3.

Berdasarkan hasil pemaparan di atas menjelaskan bahwa model pembelajaran merupakan suatu langkah-langkah pembelajaran tertentu yang diterapkan dan dijalankan agar kompetensi atau tujuan dari hasil belajar yang diterapkan dapat dicapai dengan lebih efektif dan efisien. Jika hal ini berhasil meningkatkan kualitas belajar peserta didik tersebut.

2.1.17 Ciri-ciri Model Pembelajaran

Menurut (Mirdad, 2020) mengungkapkan bahwa model pembelajaran memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- b) Berdasarkan teori pendidikan dan teori belajar dari para ahli tertentu. Sebagai contoh, model penelitian disusun oleh Herbert Thelen dan berdasarkan teori Jhon Dewey, model ini dirancang untuk melatih partisipasi dalam kelompok secara demokratis.
- c) Mempunyai misi atau tujuan pendidikan tertentu. Misalnya model berpikir induktif dirancang untuk mengembangkan proses berpikir induktif.

- d) Dapat dijadikan pedoman untuk perbaikan kegiatan belajar mengajar di kelas, misalnya model *synectic* dirancang untuk memperbaiki kreativitas dalam pelajaran mengarang.
- e) Memiliki bagian-bagian model yang dinamakan: a) urutan langkah-langkah pembelajaran (*syntax*), b) sistem sosial, c) sistem pendukung, keempat bagian tersebut merupakan pedoman praktis bila guru akan melaksanakan suatu model pembelajaran.
- f) Memiliki dampak sebagai akibat terapan model pembelajaran. Dampak tersebut meliputi: a) dampak pembelajaran yaitu hasil belajar yang diukur, b) dampak penggiring yaitu hasil belajar jangka panjang.
- g) Membuat persiapan mengajar (desain instruksional) dengan pedoman model pembelajaran.

Dari penjelasan ciri-ciri di atas dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran terdapat beberapa ciri-ciri yaitu dapat melatih partisipasi dalam kelompok secara demokratis, mempunyai misi atau tujuan tertentu, dapat dijadikan pedoman untuk perbaikan kegiatan belajar mengajar di kelas, memiliki bagian-bagian model seperti: a) langkah-langkah pembelajaran b) sistem sosial dan sistem pendukung, memiliki dampak sebagai akibat terapan model pembelajaran dan membuat persiapan mengajar dengan menggunakan pedoman model pembelajaran.

2.1.18 Konsep Model *Direct Instruction*

Terdapat beberapa pendapat menurut para ahli yang menjelaskan tentang konsep model pembelajaran *direct instruction* yaitu, menurut Lutan dalam (Saputra, 2018) mengungkapkan bahwa *direct instruction* merupakan guru atau pelatih mengajarkan secara langsung teknik yang sebenarnya. Model ini memberikan kesempatan kepada peserta didik agar belajar secara selektif, mengingat dan menirukan apa yang dimodelkan gurunya. Adapun pendapat lain yaitu menurut Arends dalam (Saputra, 2018) mengatakan bahwa pembelajaran langsung adalah sebuah model pembelajaran yang berpusat pada guru untuk

meningkatkan penguasaan berbagai keterampilan dan pengetahuan faktual yang dapat diajarkan secara langsung seperti konsep yang ada.

Berdasarkan kedua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *direct instruction* merupakan pendekatan pembelajaran yang berpusat pada guru, di mana guru mengajarkan teknik atau keterampilan secara langsung kepada peserta didik, model ini memungkinkan peserta didik belajar secara selektif dengan cara mengingat dan menirukan apa yang dimodelkan oleh guru. Sementara itu, model pembelajaran *direct instruction* bertujuan untuk meningkatkan penguasaan keterampilan dan pengetahuan faktual yang dapat diajarkan langsung berdasarkan konsep yang ada.

2.1.19 Kelebihan dan kekurangan Model *Direct Instruction*

Kelebihan model pembelajaran ini yaitu menurut sugiyono dalam (Asyva et al., 2025) mengemukakan bahwa kelebihan dari model *direct instruction* ini terletak pada efisiensi waktu, struktur yang jelas, serta kontrol guru yang kuat sehingga meminimalkan kemungkinan kesalahan dari segi pemahaman. Selain itu, model ini sangat membantu peserta didik yang memiliki kesulitan belajar karena pada penyampaianya yang sistematis dan terarah.

Namun, kelemahan utama dari strategi ini Adalah terbatasnya ruang untuk diskusi dan eksplorasi. Peserta didik cenderung pasif dan hanya menerima informasi tanpa banyak terlibat dalam proses berpikir kritis atau pemecahan masalah. Hal ini dapat menghambat pengembangan kemampuan berpikir tingkat tinggi jika digunakan secara eksklusif dan terus – menerus menurut Creswell & Poth dalam (Asyva et al., 2025).

2.1.20 Sintak Model *Direct Instruction*

Dalam pelaksanaan model pembelajaran *direct instruction* tidak terlepas dari langkah-langkah ataupun sintak yang telah ditentukan, agar proses pembelajaran yang dilakukan lebih efektif dan efisien serta tujuan

pembelajaran dapat tercapai, terdapat beberapa pendapat para ahli terkait langkah-langkah model pembelajaran *direct instruction*, sebagai berikut :

Tabel 2. 1 Sintak Model *Direct Instruction*

Tahap Pembelajaran	Prilaku Guru
Tahap 1 : Orientasi peserta didik	Guru memberikan kerangka pelajaran dan orientasi materi pelajaran.
Tahap 2 : Presentasi/demonstrasi	Guru menyajikan materi pelajaran baik berupa konsep atau keterampilan.
Tahap 3 : Latihan Terstruktur	Guru merencanakan dan memberikan bimbingan kepada peserta didik untuk melakukan latihan-latihan awal.
Tahap 4 : Fase terbimbing	Siswa diberi kesempatan untuk berlatih konsep dan keterampilan serta menerapkan pengetahuan atau keterampilan tersebut ke situasi kehidupan nyata.
Tahap 5 : Fase Latihan mandiri	Siswa melakukan kegiatan Latihan secara mandiri, dan guru memberikan umpan balik bagi keberhasilan peserta didik.

Sumber : (Saputra, 2018)

Berdasarkan penjelasan langkah-langkah atau sintak di atas model *direct instruction* dapat menggambarkan bahwa proses pembelajaran secara langsung dan berpusat pada guru dapat membantu dalam proses pengembangan belajar peserta didik menjadi lebih baik dan membantu meningkatkan kemampuan peserta didik dalam meningkatkan keterampilan peserta didik.

2.1.21 Konsep Teori Behavioristik

Teori behaviorisme berorientasi pada hasil yang dapat diukur, diamati, dianalisis dan diuji secara objektif. Terdapat beberapa pendapat menurut para ahli yang menjelaskan tentang teori Behavioristik yaitu, menurut (Huda, 2023) Teori belajar behavioristik merupakan teori belajar yang menekankan

pada tingkah laku manusia sebagai akibat dari interaksi antara stimulus dan respons. Teori ini memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengembangan teori pendidikan dan pembelajaran yang dikenal dengan aliran-aliran behavioristik. Dalam teori belajar behavioristik, siswa yang belajar ditempatkan sebagai individu yang pasif, di mana perilaku atau respons tertentu dapat dibentuk melalui metode pelatihan atau pembiasaan. Menurut aliran-aliran behavioristik, belajar pada dasarnya merupakan pembentukan asosiasi antara stimulus yang diterima oleh panca indera dengan kecenderungan untuk bertindak atau hubungan antara stimulus dan respons.

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa teori behaviorisme merupakan teori yang menekankan pada tingkah laku peserta didik yang dimana perilaku atau respon dapat dibentuk melalui metode pelatihan atau pembiasaan.

5.2. Hasil penelitian relevan

Terdapat beberapa penelitian yang relevan dengan yang dilaksanakan oleh peneliti diantaranya :

- a. Penelitian yang relevan yang pertama yaitu dilaksanakan oleh (Supargo, 2021) Universitas Nahdlatul Ulama Blitar yang berjudul “Penerapan Metode Pembelajaran *direct instruction* dalam Upaya Peningkatan Prestasi belajar Penjaskes yang Memuat Renang Pada Siswa Kelas X TKJ 1 Semester 1 SMK Negeri 1 Pogalan Trenggalek Tahun Pelajaran 2016/2017”. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Agus Supargo penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan dalam 2 siklus dengan menerapkan Metode Pembelajaran *direct instruction* dalam pembelajaran Pendidikan jasmani pada siswa kelas X TKJ 1 SMK Negeri 1 Pogalan Kecamatan Pogalan Trenggalek, dapat dibuat kesimpulan sebagai berikut : Penerapan Metode Pembelajaran *Direct Instruction* dapat meningkatkan prestasi belajar Penjaskes siswa kelas X TKJ 1 SMK Negeri 1 Pogalan Kecamatan Pogalan Trenggalek. Penelitian yang penulis lakukan sejenis dengan penelitian di atas hanya materi, objek dan tempat penelitian saja yang berbeda.

- b. Penelitian yang relevan kedua yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Saputra, 2018) yang berjudul “Model Pembelajaran *Direct Instruction* dan *Team Games Tournament* Terhadap Peningkatan Kemampuan Keterampilan Lay-up *Shoot* Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Kelas XI SMK Pasundan 1 Cianjur” berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hendra Saputra mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Suryakencana tersebut terdapat pengaruh yang signifikan dalam model pembelajaran *direct instruction* terhadap peningkatan kemampuan keterampilan *lay-up shoot* dalam permainan bola basket pada siswa kelas XI SMK 1 Cianjur. Penelitian tersebut sama hal nya dengan yang dilakukan peneliti dengan tujuan yang sama hanya berbeda dalam salah satu model pemberan, materi penelitian, sampel dan tempat penelitian.
- c. Penelitian yang relevan ketiga yaitu peneltian yang dilakukan oleh Ridwan Humanggio (2018) yang berjudul “Pembelajaran dengan Menggunakan Model Pembelajaran *Direct instruction* untuk Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli”. Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan terjadi peningkatan hasil belajar dalam melakukan *passing* bawah dalam olahraga bola voli dengan menggunakan model pembelajaran *Direct instruction* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Suwawa. Perbedaan dengan yang peneliti lakukan yaitu terdapat dari objek penelitian dengan materi pembelajarannya. Sampel yang dilakukan oleh peneliti yaitu siswa kelas VIII I SMP Negeri 5 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2023/2024 sedangkan materi pembelajaran yang dilakukan oleh peneliti yaitu teknik *chest pass* pada permainan bola basket.
- d. Penelitian relevan yang ke empat yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Sukarini, 2020) yang berjudul “Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Materi Permainan Bola Kecil Sederhana Melalui Model Pembelajaran Langsung” Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan di atas dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan penggantian metode pembelajaran dari model pembelajaran yang

konvensional menjadi model pembelajaran yang *constructivism* yaitu Model Pembelajaran Langsung (*Direct Instruction*) ternyata hasil yang diperoleh meningkat pada aspek sikap pada siklus 1 semua anak sudah mencapai kategori baik sedangkan pada siklus 2, kategori amat baik diraih oleh 3 siswa dan kategori baik dicapai oleh 27 siswa. Jadi aspek sikap sudah mencapai tuntas pada siklus 1. Aspek pengetahuan, pada siklus 1 mencapai ketuntasan 70% dengan nilai rata-rata 75,6, sedangkan pada siklus 2 baru mencapai ketuntasan 100% dengan nilai rata-rata 81,17. Dan aspek keterampilan, pada siklus 1 mencapai ketuntasan 73,33% dengan nilai rata-rata 77,01. Sedangkan pada siklus 2 telah mencapai ketuntasan 100% dengan nilai rata-rata 81,68. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan Model Pembelajaran Langsung dalam pembelajaran PJOK dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Permsamaan dari penelitian di atas dengan penelitian ini yaitu dari model pembelajaran yang digunakan yaitu model pembelajaran langsung (*Direct Instruction*). Sedangkan berbedaanya terdapat di materi yang digunakan dan juga objek penelitiannya.

- e. Penelitian relevan yang ke lima yaitu penelitian yang dilakukan oleh Bima Yudha Pratama (2023) Sukardi (2022) yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) Materi Permainan Bulu Tangkis melalui Penerapan Model Pembelajaran Langsung”. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di atas terdapat peningkatan hasil belajar peserta didik dalam menggunakan model pembelajaran *direct instruction*. Persamaan dari penelitian di atas yaitu dari model pembelajaran yang dibawakan. Sedangkan perbedaannya yaitu terdapat di materi dan objek penelitiannya.

5.3. Kerangka konseptual

Hasil belajar *chest pass* bola basket pada peserta didik kelas VIII I SMP Negeri 5 Tasikmalaya masih ditemukan banyak kekurangan dalam pelaksanaannya. Dari 32 orang peserta didik hanya 4 orang yang mengalami ketuntasan belajar, yang dimana hal ini terjadi karena guru masih menggunakan

model pembelajaran yang konvensional yang mengakibatkan peserta didik bosan serta kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran *chest pass* dalam permainan bola basket tersebut yang mengakibatkan hasil belajar *chest pass* bola basket peserta didik menjadi rendah. Oleh karena itu, peneliti berpendapat bahwa harus segera ada perbaikan dalam proses pembelajaran. Maka peneliti memberikan sebuah solusi kepada guru pendidikan jasmani dengan menerapkan model *direct instruction* yang mana model pembelajaran ini memiliki kelebihan diantaranya; a) Dalam model *direct instruction*, guru mengandalkan isi materi dan urutan informasi yang diterima oleh peserta didik sehingga dapat mempertahankan fokus mengenai apa yang harus dicapai oleh peserta didik. b) Merupakan cara yang efektif untuk mengajarkan konsep dan keterampilan-keterampilan kepada peserta didik yang berprestasi rendah sekalipun. c) Model ini dapat digunakan untuk membangun model pembelajaran dalam bidang studi tertentu. Guru dapat didekati, bagaimana informasi dianalisis, bagaimana suatu pengetahuan dihasilkan. d) Model pengajaran langsung menekankan kegiatan mendengarkan (melalui ceramah) dan kegiatan mengamati (melalui demonstrasi), sehingga membantu siswa yang cocok belajar dengan cara ini. e) Model pengajaran langsung dapat memberikan tantangan langsung untuk mempertimbangkan kesenjangan antara teori dan fakta. f) Model pengajaran langsung dapat diterapkan secara efektif dalam kelas besar maupun kelas yang kecil. g) Peserta didik dapat mengetahui tujuan-tujuan pembelajaran dengan jelas. h) Waktu untuk berbagi kegiatan pembelajaran dapat dikontrol dengan ketat. i) Dalam model ini terdapat penekanan pada pencapaian akademik. j) Kinerja peserta didik dapat dipantau secara cermat. k) Umpan balik bagi siswa berorientasi akademik. l) model pembelajaran langsung dapat digunakan untuk menekankan butir-butir penting atau kesulitan-kesulitan yang mungkin dihadapi peserta didik. m) Model pengajaran langsung dapat menjadi cara yang efektif untuk mengajarkan informasi dan pengetahuan faktual dan terstruktur. Hal ini juga dikuatkan oleh penelitian yang dilakukan oleh (Supargo, 2021) Universitas Nahdlatul Ulama Blitar yang berjudul “Penerapan Metode Pembelajaran *Direct Instructions* dalam Upaya Peningkatan Prestasi belajar

Penjaskes yang Memuat Renang Pada Siswa Kelas X TKJ 1 Semester 1 SMK Negeri 1 Pogalan Trenggalek Tahun Pelajaran 2016/2017”. Penggunaan model *direct instruction* ini diharapkan dapat memudahkan peserta didik dalam memahami permainan bola basket khususnya pada teknik dasar *chest pass*. Diharapkan juga dengan diadakannya perubahan dalam model pembelajaran bisa membantu peserta didik dalam meningkatkan hasil belajar dalam teknik *chest pass* bola basket.

5.4.Hipotesis Tindakan

Hipotesis merupakan jawaban sementara yang oleh peneliti tetapkan untuk kemudian dapat dibuktikan kebenarannya melalui langkah-langkah ilmiah penelitian. Menurut Sugiyono (dalam Priyono dkk., 2018, p. 151) “hipotesis diartikan sebagai jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian.” Penelitian harus disusun dengan metode yang sistematis yaitu melewati beberapa tahapan. Perumusan hipotesis merupakan langkah ketiga dalam penelitian setelah mengemukakan kerangka berpikir dan landasan teori. Hipotesis merupakan jawaban semetara dari permasalahan yang akan diteliti.

Berdasarkan hipotesisi tindakan yang dijelaskan, dalam hipotesis tindakan diajukan sebagai berikut "Terdapat peningkatan hasil belajar *chest pass* bola basket dengan menggunakan Model *Direct Instruction* pada siswa kelas VIII I SMPN 5 Kota Tasikmalaya".