

# Penerapan Metode Pembelajaran Keterampilan Proses dalam Upaya Peningkatan Prestasi belajar Penjaskes yang Memuat Bola Basket pada Siswa Kelas IX-A Semester 2 SMP Negeri 5 Tulungagung Tahun Pelajaran 2017/2018

Riyanto

<sup>1</sup> SMP Negeri 5 Tulungagung, Indonesia

Email: <sup>1</sup> [riyantosmpn5@gmail.com](mailto:riyantosmpn5@gmail.com)

**Abstrak:** Siswa kelas IX-A pada semester 2 di SMP N 5 Tulungagung telah diobservasi dan hasilnya diketahui jika nilai siswa pada mata pelajaran penjaskes tentang materi bola basket siswa nilai hasil belajarnya masih kurang. Olahraga bola basket tidak hanya perlu pengetahuan namun juga memerlukan keterampilan khusus dalam melakukannya. Guru menggunakan metode pembelajaran yang menerapkan keterampilan khusus guna meningkatkan nilai belajar siswa dalam mempelajari bola basket pada penelitian tidak

kelas ini. Setelah diterapkan metode pembelajaran menggunakan keterampilan proses diketahui nilai hasil belajar siswa meningkat dalam belajar mata pelajaran penjaskes dengan materi bola basket. Pada siklus I diketahui jika nilai ketuntasan siswa sebanyak 68,8% dan pada siklus II nilai siswa juga meningkat menjadi 87,5%.

---

**Tersedia online di**

<https://ojs.unublitar.ac.id/index.php/jprp>  
**Sejarah artikel**

Diterima pada : 2 – 01 -- 2023

Disetujui pada : 20 – 01 – 2023

Dipublikasikan pada : 31 – 01 – 2023

**Kata kunci: Bola basket dan keterampilan khusus**

**DOI:** <https://doi.org/10.28926/jprp.v3i1.691>

---

## PENDAHULUAN

Berdasarkan hasil observasi masih banyak ditemukan penggunaan dari alat peraga dan juga sarana serta media yang masih minim dilapangan. Hal ini kemungkinan bisa disebabkan karena harga dari sarana dan juga prasarana yang masih belum terjangkau. Pada kegiatan pembelajaran disetiap jenjang pendidikan harusnya dilengkapi oleh sarpras tersebut sehingga pembelajaran berjalan dengan lancar (Suwarni, 2021). Penggunaan media pembelajaran juga memberikan pengaruh yang besar terhadap keaktifan dan juga motivasi siswa dalam belajar. Penggunaan media pembelajaran yang menarik biasanya dapat meningkatkan motivasi siswa untuk belajar (Sa'diyah, 2021). Pada jenjang pendidikan SMP, ketersediaan dari sarana dan juga media ini perlu dicukupi dengan baik. Khususnya pada pembelajaran mata pelajaran Penjaskes dengan materi bola basket. Diperlukan berbagai sarana dan prasarana untuk mendukung kesuksesan kegiatan pembelajaran bola basket tersebut. Jika media dan sarpras tidak tersedia maka akan menghambat kegiatan belajar mengajar. Bola basket adalah cabang olahraga yang cukup populer dan juga digemari di Indonesia. Kategori permainan bola basket menggunakan bola yang besar, lapangan luas, papan pantul dan juga ring. Dalam permainan ini terdiri dari 2 tim dengan masing – masing tim sejumlah 5 orang. Permainan bola basket ini dilakukan secara berkelompok (Dai, Hadjarati, & Haryanto, 2021). Bola basket sangat menarik untuk ditonton. Bola basket juga bisa dimainkan didalam dan diluar ruangan. Permainan bola basket memerlukan lapangan yang relative kecil. Kalangan pelajar sangat mengemari olahraga ini. Tujuannya adalah untuk pertumbuhan fisik yang baik (Sitepu, 2018).

Melalui kegiatan olahraga bola basket ini para remaja banyak memperoleh manfaat khususnya dalam pertumbuhan fisik, mental, dan sosial. Selain itu, bola

basket juga mudah untuk dipelajari. Hal ini disebabkan karena bentuk bolanya yang besar sehingga tidak menyulitkan pemain ketika memantulkan atau melempar bola tersebut. Aktivitas Bola Basket sebagai aktivitas pembelajaran dalam Pendidikan jasmani. Secara inern di dalam aktivitas Bola Basket terkandung nilai-nilai yang bermanfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan yang menyeluruh, yang berguna, bagi kehidupan siswa dimasa kini dan dimasa mendatang. Dalam proses pembelajaran di kelas sering timbul masalah yang pada umumnya dialami oleh siswa. Masalah yang dihadapi siswa bersifat unik berbeda satu sama lain (Yuliandra & Fahrizqi, 2019). Misalnya masalah dan kesulitan ataupun rendahnya prestasi belajar yang dialami siswa pada mata pelajaran Penjaskes bisa terjadi karena berbagai faktor diantaranya (Arifa, 2021).>

1. Kemampuan siswa dan keterampilan siswa yang masih terbatas
2. Sikon belajar yang belum mendukung
3. Materi pelajaran yang masih kurang relevan
4. Metode mengajar yang kurang tepat sasaran

Pada mata pelajaran Penjaskes ini menuntut kemampuan Guru untuk dapat membuat siswa mengerti dan memahami materi yang diajarkan dengan baik. Guru tidak mengajarkan teori saja tapi juga harus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, berolah raga dan bermain. Berdasarkan hasil pengamatan dalam proses belajar mengajar dikelas, keadaan sekolah, dan melalui peninjauan bidang akademik dan non akademik, diperoleh hasil bahwa keadaan SMPN 5 Tulungagung siswa Kelas IX-A pada tahun ajaran 2017/2018 dalam pelajaran Penjaskes diketahui nilai siswa masih rendah. Data menunjukkan jika siswa yang tuntas hanya 31,3%. Setelah dilakukan wawancara diketahui jika siswa masih merasa kesulitan dalam belajar bola basket. Masalah yang timbul diantaranya adalah

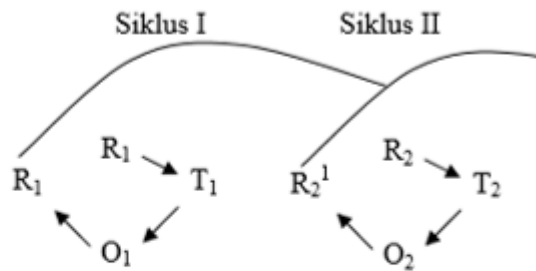
1. Materi kurang dapat dikuasi siswa secara optimal.
2. Siswa belum dapat menyelesaikan soal bola basket, seperti soal sudut lempar pada bola basket adalah.
3. Metode pembelajaran yang diterapkan belum tepat sasaran.
4. Pembelajaran masih menggunakan metode konvensional.

Setelah melihat hasil analisa di atas dan tukar pendapat dengan teman sejawat, maka untuk memperoleh prestasi belajar yang optimal, tidak hanya memerlukan suatu latihan yang terus menerus, tetapi terlebih dahulu siswa harus mengetahui inti dari materi yang dipelajarinya. Berdasarkan konsep yang mereka temukan sendiri di dalam proses pembelajaran, tentu siswa akan lebih bersemangat, dan aktif belajar serta berusaha mencari penyelesaian masalah yang diberikan oleh Gurunya dengan menggunakan kemampuannya sendiri. Adanya semangat atau motivasi siswa dalam belajar dan konsep yang tertanam dengan baik, diharapkan siswa mampu menyelesaikan setiap tugas yang diberikan dengan prosedur yang benar, sehingga prestasi belajar yang diperoleh menjadi lebih baik dari semula serta terjadi peningkatan prestasi belajar siswa. Oleh karena itu, demi memperbaiki berbagai masalah yang ada, peneliti memerlukan suatu solusi untuk mengatasi hambatan-hambatan yang terjadi. Akhirnya diputuskan dengan menggunakan Pembelajaran Ketrampilan Proses dalam pembelajaran Penjaskes ini. Pembelajaran Ketrampilan Proses adalah Kegiatan belajar-mengajar yang berfokus pada pelibatan siswa secara aktif dan kreatif dalam proses pemerolehan hasil belajar yang diajarkan secara bertahap, serta memungkinkan siswa menemukan sendiri informasi-informasi yang di perlukan untuk mencapai tujuan belajarnya, sehingga prestasi belajar siswa pun dapat meningkat.

## METODE

Penelitian ini telah selesai dilakukan kepada siswa kelas IX-A SMP N 5 Tulungagung dengan siswa sebanyak 32 orang. Tempat yang digunakan penelitian yaitu ruang kelas kelas IX-A SMP N 5 Tulungagung. Penelitian ini telah dilakukan pada

saat siswa semester 2 tahun pelajaran 2017/2018 tepatnya pada tanggal 12 Februari 2018 sampai dengan 19 Februari 2018. Pada penelitian ini mata pelajarannya adalah Penjaskes dengan materi bola basket. Metode pembelajaran yang diterapkan pada penelitian tindakan ini adalah metode pembelajaran keterampilan khusus. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan menggunakan 2 siklus. Pada setiap siklusnya selalu dimulai dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi (Gambar 1.) (Widjaja, 2021).



**Keterangan :**

- R1, R2 = Rencana tindakan pada siklus 1 dan 2
- T1, T2 = Tindakan tindakan pada siklus 1 dan 2
- O1, O2 = Observasi tindakan pada siklus 1 dan 2
- R1, R21 = Refleksi tindakan pada siklus 1 dan 2

**Gambar 1.** Prosedur Penelitian

Kegiatan pembelajaran yang diterapkan secara berkelompok. Guru menjelaskan terlebih dahulu dan memberikan tugas kepada siswa. Siswa dikoordinir oleh ketua kelompok mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru seperti melakukan gerakan teknik operan bola basket. Instrument yang digunakan oleh guru terdiri dari RPP, lembar observasi guru, lembar observasi siswa, lembar wawancara, angket dan catatan lapang. Data yang didapatkan bersumber dari data hasil observasi siswa, data hasil wawancara kepada siswa dan juga data hasil tes siswa (Suprapti, 2021).

Nilai rata-rata post tes

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{\sum N}$$

Keterangan:

- $\bar{X}$  = Nilai rata-rata kelas
- $\sum X$  = Jumlah semua nilai siswa
- $\sum N$  = Jumlah Siswa

Ketuntasan Belajar secara individu (prestasi belajar siswa)

$$\text{Ketuntasan Individu} = \frac{\sum \text{siswa yang mendapat nilai} \geq 75}{\sum \text{siswa}} \times 100\%$$

Ketuntasan Belajar secara klasikal

$$P = \frac{\sum \text{Siswa yang tuntas belajar}}{\sum \text{Siswa}} \times 100\%$$

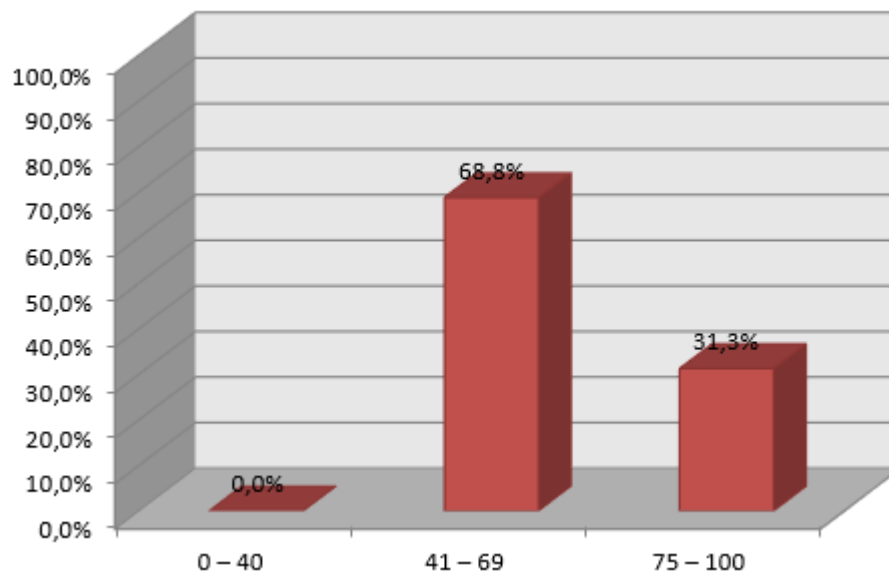
Tabel 1. Kualifikasi Tingkat Prestasi belajar Penjaskes Siswa

Persentase (%) tingkat ketuntasan belajar Penjaskes siswa	Kategori
85,00% < x ≤ 100 %	Sangat Tinggi
75,00 % < x ≤ 85,00%	Tinggi
55,00 % < x ≤ 75,00%	Cukup
40,00% < x ≤ 55,00%	Rendah
00,00 % < x ≤ 40,00 %	Sangat Rendah

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Kondisi sebelum tindakan

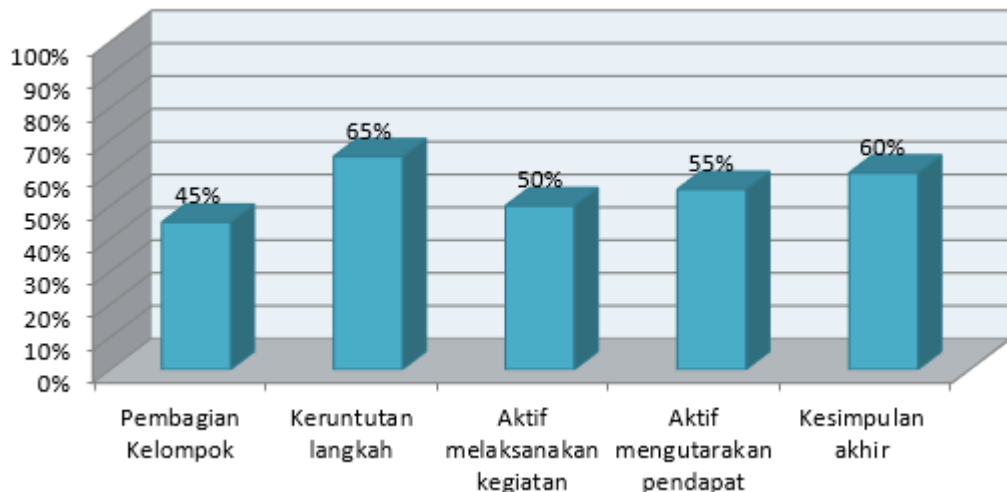
Setelah dilakukan observasi maka diketahui jika siswa kelas IX-A SMPN 5 Tulungagung masih mendapatkan nilai hasil belajar yang rendah. Data menunjukkan jika nilai siswa yang tuntas masih mencapai 31,3% (Gambar 2.) dengan nilai rata – rata siswa sebanyak 72 dalam mempelajari bola basket pada mata pelajaran Penjaskes. Disamping itu terdapat 68,8% siswa yang mendapatkan nilai pada rentang 41 – 69. Nilai ketuntasan siswa pada sebelum tindakan ini masih dibawah KKM yang ditetapkan sehingga perlu dilakukan pengembangan dalam penerapan metode pembelajaran. Hasil wawancara menunjukkan jika siswa kesulitan dalam menerapkan pembelajaran bola basket. Guru kemudian berupaya untuk menerapkan pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran keterampilan khusus. Oleh karena itu pada penelitian ini menggunakan metode pembelajaran keterampilan khusus untuk meningkatkan nilai ketuntasan siswa dalam belajar bola basket pada mata pembelajaran penjaskes.



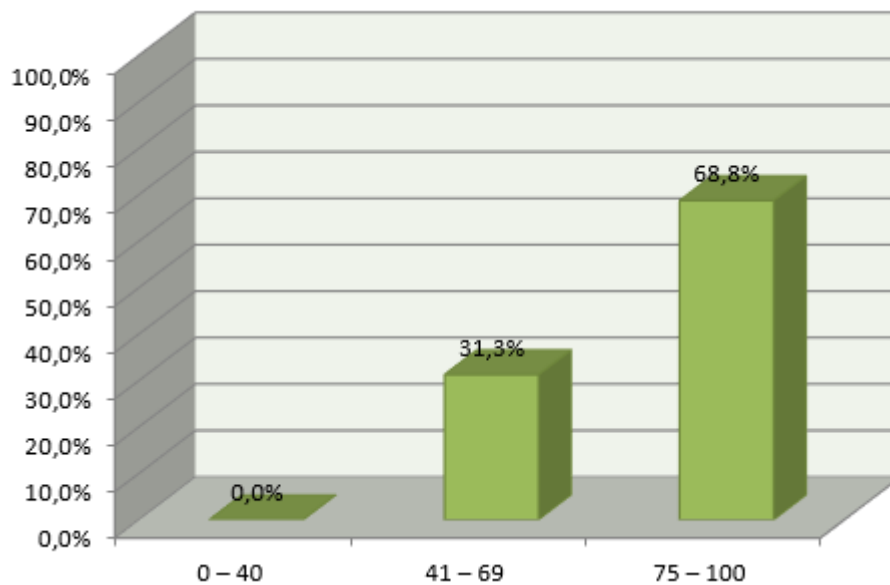
Gambar 2. Nilai Hasil Belajar Siswa Sebelum Tindakan

### Hasil tindakan siklus I

.Setelah dilakukan tindakan pada mata pelajaran penjaskes dengan materi bola basket dengan diterapkannya metode pembelajaran keterampilan khusus didapatkan hasil tindakan siklus I sebagai berikut.



**Gambar 3.** Hasil Observasi pada Siklus I

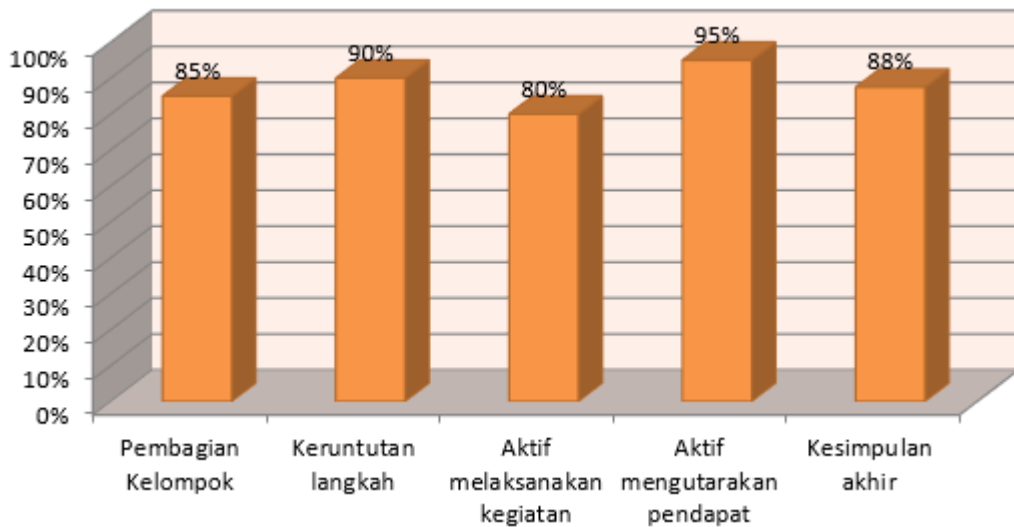


**Gambar 4.** Nilai Hasil Belajar Siswa pada Siklus I

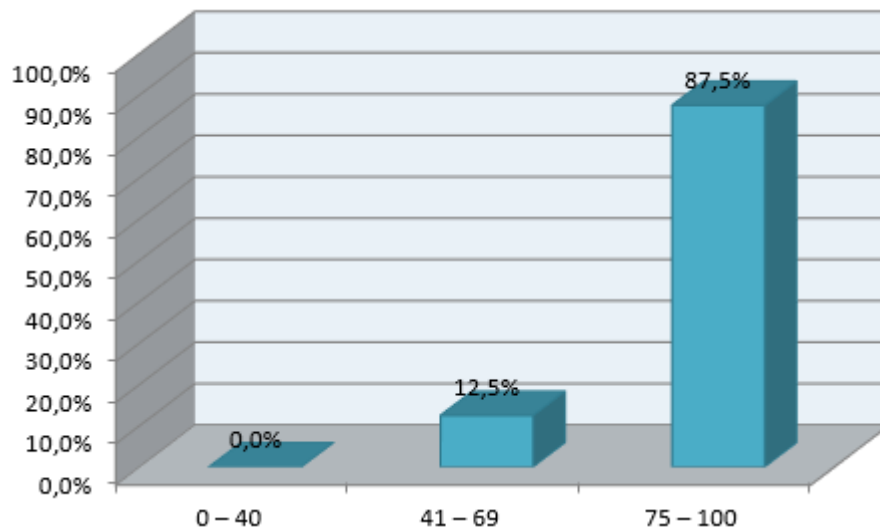
Berdasarkan gambar diatas dapat diketahui jika pada siklus I ini nilai siswa sudah mengalami peningkatan dibandingkan dengan siklus I. nilai rata – rata siswa pada siklus I sebanyak 75,6. Ketuntasan siswa sebanyak 68,8% dengan rentang nilai 71 – 100. Disamping itu, masih ada siswa yang belum tuntas dengan prosentasi siswa sebanyak 31,3% rentang nilai yang didapatkan adalah 41 – 69. Pada siklus I ini masih terdapat beberapa kendala yang dihadapi seperti siswa masih membutuhkan masa adaptasi dengan metode pembelajaran khusus yang diterapkan pada pembelajaran bola basket mata pelajaran Penjaskes. Guna memaksimalkan hasil nilai belajar siswa pada siklus I ini dilanjutkanlah tindakan yang sama pada siklus II (Zainuddin, Saifudin, Lestariningsih, & Nahdliyah, 2022).

**Hasil tindakan siklus II**

>Berdasarkan hasil evaluasi yang telah dilakukan pada siklus I dengan metode pembelajaran keterampilan khusus perlu untuk dilanjutkan pada siklus II. Hal ini disebabkan pada siklus I nilai ketuntasan siswa masih berada dibawah KKM. Hasil tindakan pada siklus II setelah diterapkan lagi pembelajaran dengan keterampilan khusus pada materi bola basket dihasilnya nilai observasi dan nilai ketuntasan siswa sebagai berikut. >



**Gambar 5.** Hasil Observasi pada Siklus II



**Gambar 6.** Nilai Hasil Belajar Siswa pada Siklus II

Berdasarkan gambar diatas kita bisa mengetahui jika pada siklus II ini nilai siswa mengalami peningkatan.pada siklus II nilai rata – rata siswa mencapai 82,0 dengan nilai ketuntasan siswa sebesar 87,5%. Siswa yang belum tuntas sebanyak 12,5% dengan retang nilai sebanyak 41 – 69. Hal ini menunjukkan jika dalam pembelajaran menggunakan metode pembelajaran keterampilan khusus ini dapat berjalan dengan baik dan mneghasilkan nilai ketuntasan siswa diatas nilai KKM yang telah ditentukan. Kemungkinan ini bisa disebabkan karena siswa mulai dapat bermain bola basket dibandingkan sebelum tindakan. Selain itu, guru juga memberikan reward kepada siswa yang berhasil dan ini juga bisa meningkatkan motivasi siswa dalam belajar bola basket. Nilai ketuntasan siswa yang meningkat ini bisa disebabkan karena siswa telah mendapatkan pengetahuan tambahan sehingga tingkat pengetahuan siswa dapat meningkat (Rahmaningtyas et al., 2022). Tingkat pengetahuan ssiwa ini jika dilatih terus maka dapat meningkatkan keterampilan siswa (Yasin et al., 2020). Pada penelitian tindakan ini dengan nilai diatas KKm menunjukkan jika penerapan metode pembelajaran ketrampilan khusus ini dapat meningkatkan nilai hasil belajar siswa.

### KESIMPULAN

Setelah diterapkan metode pembelajaran menggunakan keterampilan proses diketahui nilai hasil belajar siswa meningkat dalam belajar mata pelajaran penjaskes

dengan materi bola basket. Pada siklus I diketahui jika nilai ketuntasan siswa sebanyak 68,8% dan pada siklus II nilai siswa juga meningkat menjadi 87,5%.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Arifa, L. W. (2021). Penerapan Metode PQ4R untuk Meningkatkan Keterampilan Menemukan Makna Tersirat Suatu Teks di Kelas VI SDN Sukorejo 3 Kota Blitar. *Jurnal Pembelajaran Dan Riset Pendidikan*, 1(2), 355–366.
- Dai, A., Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2021). Gaya resiprokal untuk meningkatkan keterampilan shooting bola basket. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 10(1), 53–65. <https://doi.org/10.36706/altius.v10i1.14056>
- Rahmaningtyas, A. S., Putri, P. Y., Kuroma, A. J. A., Yeiputra, G. C., Santika, W. N., & Lestariningsih. (2022). Optimalisasi Tingkat Pengetahuan Pengolahan Pupuk Bokashi Granule Peternak Mandiri Kambing Etawa di Desa Selokajang Kabupaten Blitar. *JPPNu (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Nusantara)*, 4(2), 191–194.
- Sa'diyah, I. (2021). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Siswa Kompetensi Dasar Memahami Spesifikasi dan Karakteristik Kayu Melalui Aplikasi “ Wood Glossary ” di Kelas X DPIB 1 SMKN 1 Udanawu. *Jurnal Terapan Pendidikan Dasar Dan Menengah*, 1(2), 323–332.
- Sitepu, I. D. (2018). Manfaat Permainan Bola Basket Untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Prestasi*, 2(3), 27–33. <https://doi.org/10.24114/jp.v2i3.10129>
- Suprpti, S. (2021). Peningkatan Hasil Belajar IPA Materi Energi Dan Perubahannya Dengan Menggunakan Metode Proyek. *Jurnal Terapan Pendidikan Dasar Dan Menengah*, 1(2), 265–274.
- Suwarni. (2021). Peningkatan Minat Belajar Tema 3 Subtema 2 melalui Media Audio Visual pada Siswa Kelas 1 SDn Mlancu 1 Kecamatan Kandangan Kabupaten Kediri Tahun Pelajaran 2020/2021. *Jurnal Pembelajaran Dan Riset Pendidikan*, 1(2), 579–595.
- Widjaja, A. H. (2021). *Implementasi Metode Means Ends Analysis ( MEA ) pada Pembelajaran Fisika tentang Generator untuk Peningkatan Hasil Belajar Pada Siswa Kelas IX-G Semester 2 SMP Negeri 4 Tulungagung Tahun Pelajaran 2019 / 2020. I*, 298–307.
- Yasin, M. Y., Abidin, M. K., Hupron, M. Z., Muhsin, M., Fikriya, H., Puspitasari, R. M., ... Lestariningsih. (2020). Pelatihan Manajemen Pakan Itik Pedaging untuk Meningkatkan Pengetahuan Peternak Itik Pedaging di Kecamatan Ngegok Kabupaten Blitar. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Nusantara*, 2(2), 150–154.
- Yuliandra, R., & Fahrizqi, E. B. (2019). Pengembangan Model Latihan Jump Shoot Bola Basket. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 3(1), 51–55. <https://doi.org/10.37058/sport.v3i1.750>
- Zainuddin, M., Saifudin, A., Lestariningsih, L., & Nahdliyah, U. (2022). Pengembangan Big Book dengan Model TPACK dalam meningkatkan Kemampuan Literasi Menulis Anak SD. *Briliant: Jurnal Riset Dan Konseptual*, 7(3), 770–777. <https://doi.org/10.28926/briliant.v7i3.1045>