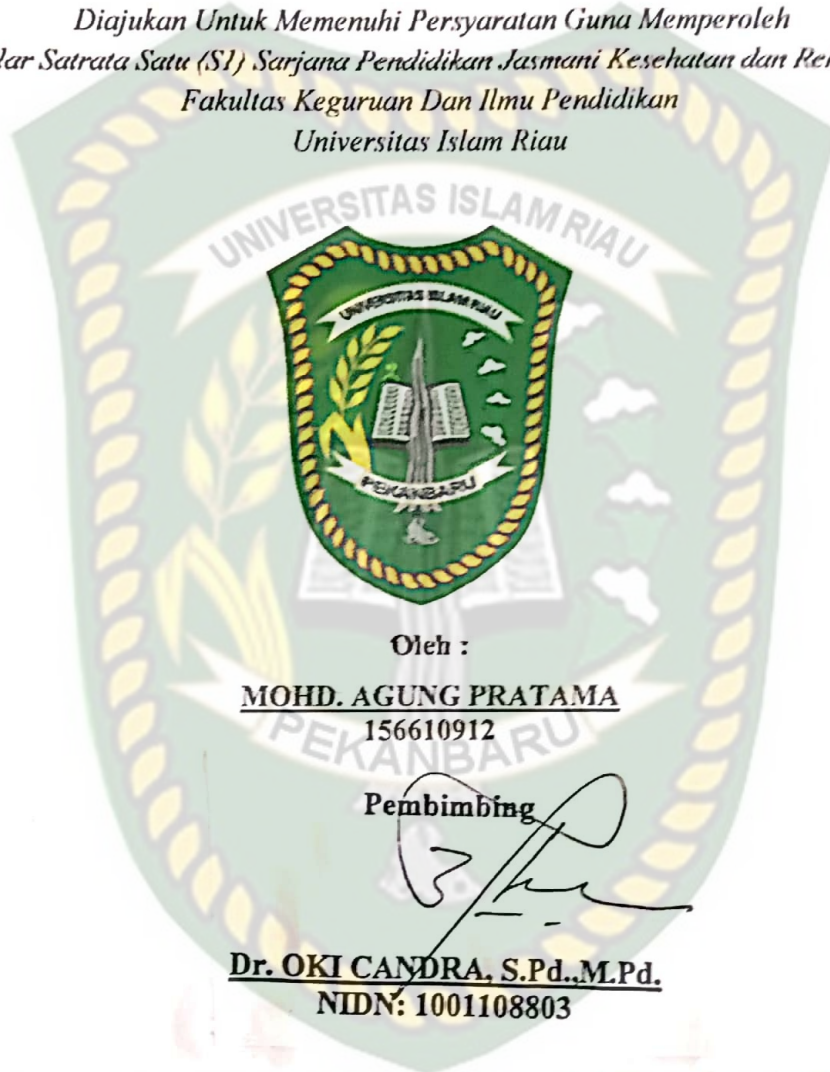


UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN *CHEST PASS* BOLA BASKET  
MELALUI STRATEGI VARIASI MENGAJAR SISWA KELAS  
X IPA 7 SMAN 1 PANGKALAN KERINCI  
KABUPATEN PELALAWAN  
T.A. 2018/2019

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Guna Memperoleh  
Gelara Satrata Satu (S1) Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Islam Riau*



Oleh :

MOHD. AGUNG PRATAMA  
156610912

Pembimbing

Dr. OKI CANDRA, S.Pd., M.Pd.  
NIDN: 1001108803

JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU  
PEKANBARU

2019

## SURAT PERNYATAAN

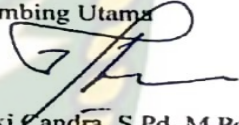
Kami selaku Pembimbing skripsi dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa dibawah ini :

Nama : Mohd. Agung Pratama  
NPM : 156610912  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Jurusan : Pendidikan Jasmani dan Rekreasi

Telah selesai menyusun skripsi dengan judul : Upaya Meningkatkan Keterampilan *Chest Pass* Bola Basket Melalui Strategi Variasi Mengajar Siswa Kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan T.A. 2018/2019, dan siap diujikan.

Demikianlah surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pembimbing Utama

  
Dr. Oki Candra, S.Pd., M.Pd  
NIDN 1001108803

## ABSTRAK

**Mohd. Agung Pratama, 2019. Upaya Meningkatkan keterampilan *Chest Pass* Permainan Bola Basket Melalui Strategi Variasi Mengajar Siswa Kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan T.A. 2018/2019.**

Masalah dalam penelitian ini adalah : Yang utama masih kurangnya keterampilan siswa dalam melakukan *chest pass* pada permainan bola basket siswa kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah melalui strategi variasi mengajar dapat meningkatkan pembelajaran *chest pass* permainan bola basket. Dengan subjek penelitian 36 siswa. Penelitian ini merupakan penelitian PTK. Subjek penelitian dari penelitian ini sebanyak 36 orang siswa 18 putra dan 18 Putri. Berdasarkan pengolahan data yang telah peneliti lakukan di kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci, dari jumlah subjek penelitian sebanyak 36 orang siswa, disimpulkan bahwa pada penelitian ini yang tuntas sebanyak 33 orang siswa dengan persentase 91,7% dan jumlah yang tidak tuntas sebanyak 3 orang dengan persentase 8,3%. Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa dengan penerapan variasi mengajar dalam proses pembelajaran dapat meningkatkan keterampilan *chest pass* permainan bola basket pada siswa kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci.

**Kata Kunci : *Chest Pass*, Bola Basket, Variasi Mengajar**

## ABSTRACT

**Mohd. Agung Pratama, 2018. *Efforts to Improve Chest Pass Basketball Game Skills Through Strategies for Teaching Variation in Class X Science 7 Students at SMAN 1 Pangkalan Kerinci Pelalawan District T.A. 2018/2019.***

*The problems in this study are: The main one is still the lack of students' skills in doing chest passes in basketball games of class X Science 7 students at SMAN 1 Pangkalan Kerinci. The purpose of this study was to find out whether through teaching variation strategies can improve chest pass learning in basketball games. With research subjects 36 students. This research is a CAR research. Samples from this study were 36 students 18 male students and 18 female students. Based on data processing that researchers have done in class X Science 7 of SMAN 1 Pangkalan Kerinci, from a total sample of 36 students, it was concluded that in this study a complete 33 students with a percentage of 91.7% and an incomplete number of 3 people with a percentage of 8.3%. Based on the results of the research data analysis that has been done, it can be concluded that the application of variations in teaching in the learning process can improve the skills of basketball pass chest pass in class X Science 7 students at SMAN 1 Pangkalan Kerinci.*

**Keywords: Chest Pass, Basketball, Teaching Variations**

### Berita Acara Bimbingan Skripsi


Telah dilaksanakan bimbingan skripsi terhadap:

Nama : Mohd. Agung Pratama  
 NPM : 156610912  
 Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
 Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi  
 Pembimbing : Dr. Oki Candra, S.Pd.,M.Pd.  
 Judul : Upaya Meningkatkan Keterampilan *Chest Pass* Bola Basket Melalui Strategi Variasi Mengajar Siswa Kelas X IPA 4 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan T.A. 2018/2019

No	Tanggal	Keterangan	Paraf
1	15/11/2018	Acc Judul Proposal	
2	04/12/2018	1. Perbaikan Penulisan 2. Revisi Judul 3. Perbaikan Daftar Isi 4. Tambah Teori Dari Buku Dan Jurnal	
3	06/12/2018	1. Ulas Teori 2. Bahasa Asing dimiringkan 3. Buat Kata Pengantar	
4	07/12/2018	ACC Seminar Proposal	
5	21/12/2018	Ujian Seminar Proposal	
6	07/01/2019	Perbaikan Proposal Setelah Ujian Seminar Proposal	
7	18/02/2019	1. Perbaikan BAB IV 2. Perbaiki Grafik 3. Penambahan Grafik 4. Perbaikan BAB V	
8	20/02/2019	Perbaiki Abstrak Bahasa Asing Dimiringkan	
9	21/02/2019	ACC Ujian Skripsi	

Pekanbaru, Februari 2019

Wakil Dekan Bidang Akademis FKIP UIR

  
 Dr. Sri Amnah, S.Pd.,M.Pd.  
 NIDN. 0007107005

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mohd. Agung Pratama  
NPM : 156610912  
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan  
Program studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Judul skripsi : Upaya Meningkatkan Keterampilan Chest Pass Bola Basket Melalui Strategi Variasi Mengajar Siswa Kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan T.A. 2018/2019

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini saya buat sesuai dengan aturan penulisan skripsi dan tidak melakukan plagiat.
2. Penulisan yang saya lakukan murni karya saya sendiri yang dibimbing oleh dosen pembimbing yang telah ditunjuk oleh Dekan FKIP Universitas Islam Riau.
3. Jika ditemukan isi skripsi yang merupakan duplikat dari skripsi orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar dan ijazah yang telah saya pegang dan saya bersedia dituntut sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sadar dan tidak ada paksaan dari pihak manapun

Pekanbaru, Maret 2019



Yang Menyatakan  
*(Signature)*  
Mohd. Agung Pratama  
NPM. 156610912

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis sampaikan kepada Tuhan yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Upaya Meningkatkan Keterampilan Chest Pass Bola Basket Melalui Strategi Variasi Mengajar Siswa Kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan T.A. 2018-2019”**.

Tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu tugas akhir dari Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan olahraga.

Pada kesempatan kali ini, penulis juga ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu memberikan saran dan pendapat sehingga penulisan Skripsi ini dapat selesai. Ucapan terima kasih ini penulis sampaikan kepada :

1. Bapak Drs. Alzaber, M.Si. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
2. Bapak Drs, Daharis, M.Pd selaku ketua program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi pada Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
3. Ibu Merlina Sari, S.Pd.,M.Pd selaku sekretaris Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi pada Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

4. Bapak Dr. Oki Candra, S.Pd., M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan masukan dan saran dalam proses penyelesaian penulisan skripsi ini.
5. Bapak / Ibu dosen Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah memberikan pengajaran dan ilmu kepada peneliti selama peneliti belajar di Universitas Islam Riau.
6. Kepala Sekolah SMAN 1 Pangkalan Kerinci yang telah memberikan izin kepada penulis dalam melakukan observasi penelitian.
7. Kedua orang tua tercinta, ayah saya Edi Suardi dan Ibu saya Rosmelini S.E yang telah banyak memberikan dukungan secara mental dan Do'a.
8. Kedua saudara saya yang selalu memberikan dan motivasi kepada saya untuk selalu memberikan yang terbaik.
9. Teman-teman seperjuangan, kerabat dan semua pihak yang telah banyak membantu dalam penulisan Proposal ini.

Akhir kata, penulis berharap skripsi ini berguna bagi para pembaca dan pihak lain yang berkepentingan.

Pekanbaru, .....Maret 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	i
<b>PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	ii
<b>SURAT KETERANGAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI</b> .....	vi
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Landasan Teori.....	10
1. Hakikat Variasi Mengajar.....	10
a. Pengertian Variasi Mengajar.....	10
b.....Komponen Variasi Mengajar	12
.....	12
c. Tujuan Variasi Mengajar.....	13

d.....Prinsip Variasi Mengajar	
.....14	
e.Manfaat Variasi Mengajar.....	15
2. Hakikat <i>Chest Pass</i> .....	15
a.Pengertian <i>Chest Pass</i> .....	15
b.....Teknik <i>Chest Pass</i>	
.....18	
c.Bentuk Variasi Mengajar <i>Passing</i> Bola Basket.....	19
B. Kerangka Berpikir.....	25
C. Pertanyaan Penelitian.....	26
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Populasi dan Subjek penelitian.....	30
C. Defenisi Operasional.....	32
D. Pengembangan Instrumen .....	33
1. Perangkat Pembelajaran.....	33i
E. Teknik Pengumpulan Data.....	35
F. Teknik Analisis Data.....	36
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	38
B. Analisis Data.....	41
C. Pembahasan.....	43
<b>BAB V KESIMPULAN.....</b>	<b>48</b>
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran.....	48
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>50</b>

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. <i>Chest Pass</i> .....	19
Gambar 2. Operan Lurus ke Depan.....	20
Gambar 3. Operan dalam Segitiga.....	20
Gambar 4. Memberi Umpan dengan Dua Bola.....	21
Gambar 5. Memberi Umpan dengan Dua Bola pada Siswa Poros.....	22
Gambar 6. Operan Berdua.....	22
Gambar 7. Operan Empat Sudut .....	23
Gambar 8. Operan dalam Segi Empat (a).....	24
Gambar 9. Operan dalam Segi Empat (b).....	24
Gambar 10. Operan dalam Segi Empat (c).....	25
Gambar 11. Langkah-langkah Penelitian.....	29

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Jumlah Keseluruhan Siswa Kelas X.....	32
Tabel 2. Rubik Penilaian Keterampilan Gerak Chest Pass.....	35
Tabel 3. Format Penilaian.....	36
Tabel 4. Interval Kategori Teknik Chest Pass.....	37
Tabel 5. Interval nilai chest pass siswa siklus I.....	39
Tabel 6. Interval nilai chest pass siswa siklus II.....	40
Tabel 7. Kategori keberhasilan kemampuan chest pass siswa siklus I.....	41
Tabel 8. Kategori keberhasilan kemampuan chest pass siswa siklus II.....	42
Tabel 9. Perbandingan hasil belajar siswa.....	42

## DAFTAR GRAFIK

	<b>Halaman</b>
Grafik 1. Histogram penilaian <i>chest pass</i> siklus I.....	39
Grafik 2. Histogram penilaian <i>chest pass</i> siklus II.....	40
Grafik 3. Histogram perbandingan hasil belajar <i>chest pass</i> siklus I siswa.....	43
Grafik 4. Histogram perbandingan hasil belajar <i>chest pass</i> siklus II siswa.....	44



## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1. Silabus.....	52
Lampiran 2. RPP Siklus Pertama.....	56
Lampiran 3. RPP Siklus Kedua.....	65
Lampiran 4. Format Nilai Siswa Siklus Pertama.....	73
Lampiran 5. Format Nilai Siswa Siklus Kedua.....	111
Lampiran 6. Analisis Data Peningkatan Hasil Belajar Siklus I.....	149
Lampiran 7. Analisis Data Peningkatan Hasil Belajar Siklus II.....	150
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian.....	151



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan dasar bagi manusia, karena pendidikan berfungsi untuk meningkatkan kualitas hidup manusia baik individu maupun kelompok, baik jasmani, rohani, spiritual, materi maupun kematangan berpikir, dengan kata lain pendidikan berguna untuk meningkatkan sumber daya manusia dalam menghadapi berbagai lingkungan hidup secara tepat di masa yang akan datang. Pendidikan bagi sebagian besar orang mungkin hanya kegiatan belajar yang ada di sekolah saja, tapi sebenarnya pendidikan mempunyai makna yang lebih luas. Pendidikan merupakan segala kegiatan belajar yang berlangsung sepanjang hidup, jadi pendidikan tidak hanya terjadi pada saat di sekolah saja, melainkan seluruh kegiatan belajar sepanjang hayat manusia, seperti ketika orang tua mengajarkan kepada anaknya tentang sopan santun kepada orang lain, itu merupakan salah satu contoh pendidikan yang terjadi di luar ruang lingkup sekolah. Pandangan orang yang menganggap pendidikan hanya terjadi di lingkungan sekolah merupakan arti sempit dari pendidikan itu sendiri. Menurut Mudyahardjo (Dalam Triwiyanto. 2014: 22) Memberikan pengertian pendidikan ke dalam tiga jangkauan, yaitu pengertian pendidikan maha luas, sempit, luas terbatas.

1)Defenisi maha luas, yaitu pendidikan adalah hidup. Pendidikan adalah segala pengalaman belajar yang berlangsung dalam segala lingkungan dan sepanjang hidup. Pendidikan adaah segala situasi yang mempengaruhi pertumbuhan individu, 2)Defenisi sempit, yaitu pendidikan adalah sekolah. Pendidikan adalah pengajaran yang diseenggarakan di sekolah sebagai lembaga pendidikan formal. Pendidikan adalah segala sesuatu

pengaruh yang diupayakan sekolah terhadap anak dan remaja yang diserahkan kepadanya agar mempunyai kemampuan yang sempurna dan kesadaran penuh terhadap hubungan-hubungan dan tugas-tugas sosial mereka, 3) Sementara itu, definisi luas terbatas, yaitu pendidikan adalah usaha sadar yang dilakukan oleh keluarga, masyarakat, dan pemerintah, melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan atau latihan, yang berlangsung di sekolah dan diluar sekolah sepanjang hayat untuk mempersiapkan peserta didik agar dapat memainkan peranan dalam berbagai lingkungan hidup secara tepat dimasa yang akan datang. Pendidikan adalah penguasaan-penguasaan belajar terprogram dalam bentuk pendidikan formal, nonformal, dan informal di sekolah, dan luar sekolah, yang berlangsung seumur hidup yang bertujuan optimalisasikan kemampuan-kemampuan individu, agar dikemudian hari dapat memainkan peranan hidup secara tepat.

Berdasarkan pernyataan tersebut, pendidikan secara umum merupakan usaha sadar yang dilakukan oleh semua manusia melalui kegiatan bimbingan dan pengalaman belajar yang berlangsung di sekolah maupun di luar sekolah sepanjang hayat agar mempunyai kemampuan individu agar dikemudian hari dapat memainkan peranan hidup secara tepat.

Pendidikan dilihat dari Undang-Undang tentang sistem pendidikan akan berbeda pengertiannya akan tetapi maksudnya tetap tertuju pada peningkatan kualitas sumber daya manusia. Hal tersebut tercantum dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan No. 20 tahun 2003 pasal 1 ayat 1 bahwa :

Pendidikan adalah usaha sadar dan berencana 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.

Dari pernyataan tersebut, terlihat bahwa setiap institusi yang menyelenggarakan pendidikan harus mampu memberikan pelayanan pendidikan yang berkualitas, sehingga tujuan pendidikan nasional dalam mencerdaskan

kehidupan bangsa dapat terealisasi secara efektif. Pencapaian tujuan tersebut diwujudkan melalui penyajian berbagai mata pelajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara umum, yang mengutamakan aktivitas gerak sebagai media dalam pembelajaran. Aktivitas gerak siswa bukan satu-satunya fokus pendidikan jasmani dalam proses belajar mengajar. Fokus pendidikan jasmani juga untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Pembelajaran penjas juga seharusnya mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran yang membuat 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. Guru atau tenaga pengajar disini berperan penting. Karena untuk menciptakan suasana belajar dan proses pembelajaran yang baik.

Setiap sekolah yang ada di Indonesia memiliki pedoman dalam menjalankan proses belajar mengajar. Pedoman tersebut biasa kita sebut dengan kurikulum. Kurikulum merupakan seperangkat rencana kegiatan mengajar dan peraturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran, serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan. Kurikulum yang berlaku pada saat ini yaitu kurikulum 2013 atau yang biasa dikenal dengan kurikuuum K-13. SMAN 1 Pangkalan Kerinci saat ini

menerapkan kurikulum K-13 sebagai pedoman dalam kegiatan pembelajaran di sekolah.

Setiap mata pelajaran yang ada di sekolah memiliki nilai Kriteria ketuntasan minimal atau yang biasa disingkat KKM. KKM adalah nilai kriteria paling rendah untuk menyatakan peserta didik mencapai ketuntasan atau tidak. KKM biasanya diterapkan di awal tahun ajaran oleh satuan pendidikan berdasarkan hasil musyawarah guru mata pelajaran atau beberapa satuan pendidikan yang memiliki karakteristik yang sama. Pendidikan jasmani yang merupakan salah satu mata pelajaran yang ada di sekolah tentunya memiliki nilai KKM sendiri. Nilai KKM pendidikan penjas di SMAN 1 Pangkalan Kerinci yang telah ditetapkan oleh sekolah yaitu 70.

Banyak olahraga yang dipelajari dalam pembelajaran penjas, salah satunya yaitu bola basket. Permainan bola basket adalah salah satu permainan bola besar yang populer bagi masyarakat dunia khususnya Indonesia. Seiring berjalannya waktu olahraga bola basket terus mengalami perkembangan, dimainkan oleh anak-anak bahkan sampai dewasa. Bahkan olahraga bola basket telah dimasukkan ke dalam kurikulum sekolah bahkan perguruan tinggi. Bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Dalam bola basket siswa harus memiliki keterampilan dari setiap teknik dasar bola basket, seperti *dribbling* atau menggiring bola, *passing* atau mengoper, *shooting* atau menembak, dan lain-lain.

Gerakan dalam permainan bola basket ini adalah gerakan yang dinamis, yang mana gerakannya terdiri dari gabungan berbagai unsur-unsur gerak yang

terkoordinasi dengan rapi, sehingga bisa dimainkan dengan baik. Jika cara memegang bola saja salah, maka si siswa tidak akan bisa melakukan lemparan dengan baik, karena seorang siswa harus bisa memegang bola dengan baik karena teknik memegang bola adalah teknik dasar yang harus dimiliki seorang siswa basket.

*Passing* atau operan merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh siswa, karena *passing* merupakan teknik yang berperan penting dalam permainan bola basket karena dengan *passing* kita bisa mendekati ring, bahkan tanpa melakukan *dribbling* sekalipun. *passing* merupakan gerakan yang sering dilakukan di dalam permainan bola basket. *passing* dalam permainan bola basket terbagi menjadi tiga bentuk yaitu: *chest pass* atau *passing* setinggi dada, *bounce pass* atau *passing* memantul, dan *overhead pass* atau *passing* di atas kepala.

Pembelajaran yang baik yaitu pembelajaran yang berjalan dengan efektif dan efisien, untuk mewujudkan hal tersebut guru harus mempunyai strategi mengajar yang tepat, agar pembelajaran yang diberikan berjalan secara baik. Salah satu cara untuk memiliki strategi tersebut adalah dengan memilih cara mengajar yang tepat dan sesuai dengan bidang studi yang dibawakan oleh guru tersebut. Pada kesempatan ini peneliti memilih variasi mengajar.

Alasan peneliti memilih variasi mengajar adalah karena permasalahan yang timbul dalam kegiatan pembelajaran zaman sekarang. Permasalahan tersebut yaitu kurangnya kreatifitas guru dalam menggunakan berbagai bentuk pembelajaran, sehingga menyebabkan siswa kurang aktif dalam menerima dan

merespon mata pelajaran yang disajikan. Apabila siswa kurang aktif dalam menerima dan merespon pembelajaran yang disajikan, maka tujuan belajar yang telah ditetapkan oleh guru sebelumnya tidak tercapai.

Keterampilan mengadakan variasi mengajar merupakan keterampilan guru dalam menggunakan berbagai macam bentuk atau cara mengajar untuk mewujudkan tujuan belajar peserta didik, sekaligus menimbulkan minat, gairah, dan aktifitas belajar yang efektif. Penggunaan variasi dimaksudkan agar siswa terhindar dari perasaan bosan pada saat melaksanakan proses belajar mengajar, karena proses pembelajaran sepantasnya tidak berjalan dengan monoton, dan menimbulkan rasa jengkel pada diri peserta didik.

Namun kenyataannya pada saat melakukan observasi di SMAN 1 Pangkalan Kerinci peneliti menemukan masih ada masalah-masalah yang terjadi pada proses pembelajaran terutama pada saat pembelajaran *chest pass* bola basket. Beberapa masalah yang terjadi yang peneliti temukan seperti: siswa kurang memahami teknik atau cara melakukan *chest pass* yang benar, operan yang dibuat siswa tidak tepat sasaran, dan kurangnya motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran *chest pass*.

Dari permasalahan di atas peneliti ingin melakukan penelitian PTK yang berjudul “Upaya Meningkatkan Keterampilan *Chest Pass* Bola Basket Melalui Variasi Mengajar Siswa Kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci T.A. 2018-2019”.

## B. Identifikasi Masalah

Setelah melakukan observasi di SMAN 1 Pangkalan Kerinci peneliti menemukan beberapa masalah pada saat proses pembelajaran. Masalah tersebut yaitu

1. Siswa kurang memahami teknik atau cara melakukan *chest pass* yang benar
2. Pembelajaran yang diberikan oleh guru penjas tidak bervariasi, sehingga pembelajaran *chest pass* terkesan monoton
3. Operan yang dibuat siswa tidak tepat sasaran
4. Kurangnya motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran *chest pass*
5. Guru yang tidak bisa mengontrol situasi kelas
6. Metode mengajar yang guru gunakan itu-itu saja
7. Siswa tidak fokus pada pembelajaran *chest pass* saat proses pembelajaran berlangsung
8. KKM tidak tercapai

## C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini dapat dilakukan lebih fokus, sempurna dan mendalam maka peneliti membatasi permasalahan penelitian yang diangkat. Peneliti membatasi hanya berkaitan dengan: Upaya meningkatkan keterampilan *chest pass* bola basket dan variasi mengajar.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah yang telah peneliti pilih maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian ini sebagai berikut Apakah ada Peningkatan keterampilan *chest pass* bola basket melalui variasi mengajar pada siswa kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci T.A 2018/2019 ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian merupakan sasaran yang ingin dicapai peneliti dalam sebuah penelitian. Oleh sebab itu, tujuan penelitian ini adalah: untuk mengetahui apakah ada Peningkatan keterampilan *chest pass* bola basket melalui variasi mengajar pada siswa kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci T.A 2018/2019.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

1. Bagi penulis, merupakan alat untuk mengembangkan diri sebagai guru yang professional dan juga sebagai syarat untuk mendapatkan gelar sarjana.
2. Bagi siswa, dapat dijadikan sebagai sarana pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan pemahaman gerak dasar *chest pass* dan peningkatan proses pembelajaran bola basket
3. Bagi guru, dapat dijadikan bahan acuan dalam menyusun rencana pembelajaran dan melaksanakan pembelajaran dengan penggunaan metode dan media pembelajaran yang sesuai.
4. Bagi Universitas, dapat dijadikan pengembangan ilmu pengetahuan untuk penelitian selanjutnya, dan hasil dari penelitian ini dapat memberikan

sumbangan pengetahuan kepada mahasiswa selanjutnya yang ingin mengembangkan judul ini di masa yang akan datang.

5. Bagi Sekolah, dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam rangka pembinaan dan pengembangan sekolah yang bersangkutan



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

**Perpustakaan Universitas Islam Riau**

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A.Landasan Teori

##### 1. Hakikat Variasi Mengajar

###### a. Pengertian Variasi Mengajar

Seorang guru harus memiliki strategi dalam proses belajar mengajar. Hal ini sangat penting agar proses belajar mengajar berlangsung dengan efektif. Menurut Roestiyah (2012: 1) dalam proses belajar mengajar, guru harus memiliki strategi, agar siswa dapat belajar secara efektif dan efisien, mengena pada tujuan yang diharapkan. Salah satu langkah untuk memiliki strategi itu adalah dengan memiliki keterampilan dasar dalam proses pembelajaran. Salah satu dari keterampilan itu yaitu keterampilan dalam mengadakan variasi saat mengajar.

Siswa akan menjadi sangat bosan jika guru selalu mengajar dengan cara yang sama. Kejenuhan dapat membuat siswa tidak berminat pada pembelajaran. Akibatnya tujuan pembelajaran menjadi tidak tercapai. Salah satu cara agar mencegah kejenuhan tersebut adalah dengan mengadakan variasi dalam mengajar. Variasi menurut Helmiati (2013: 65) adalah keanekaan yang membuat sesuatu tidak monoton. Dengan demikian, keterampilan guru dalam mengadakan variasi sangat diperlukann dalam kegiatan pembelajaran. Menurut Djamarah dan Zain (2013: 160) Bila guru dalam proses belajar mengajar tidak menggunakan variasi, maka akan membosankan siswa, perhatian siswa berkurang, mengantuk, dan akibatnya tujuan belajar tidak tercapai.

Hal yang sama pun dikemukakan oleh Helmiati (2013: 65) mengadakan variasi berarti melakukan tindakan yang beraneka ragam yang membuat sesuatu menjadi tidak monoton di dalam pembelajaran sehingga dapat menghilangkan kebosanan, meningkatkan minat dan rasa ingin tahu siswa, serta membuat tingkat aktivitas siswa menjadi bertambah. Variasi mengajar menurut Majid (2015: 261) adalah salah satu cara untuk membuatsiswa tetap konsentrasi dan termotivasi, sehingga kegiatan pembelajaran senantiasa berjalan dengan dinamis, artinya selalu terjadi berbagai variasi dan inovasi.

Pendapat yang sama dikemukakan oleh Usman (dalam Helmiati, 2013: 65) bahwa mengadakan variasi adalah suatu kegiatan guru dalam konteks proses interaksi belajar mengajar yang ditunjukkan untuk mengatasi kebosanan siswa, sehingga dalam situasi belajar siswa senantiasa menunjukkan ketekunan, antusiasisme, serta penuh partisipasi. Begitu pula menurut Padmadewi dan kawan-kawan (2017: 163) variasi mengajar berfungsi untuk membantu peserta didik agar memahami pembelajaran dengan lebih baik, meningkatkan perhatian peserta didik di dalam mengikuti pembelajaran di dalam kelas agar bias belajar dengan efektif.

Variasi mengajar menurut Asril (2012: 86) adalah suatu kegiatan guru dalam kontek proses interaksi pembelajaran yang ditujukan untuk mengatasi kebosanan peserta didik, sehingga dalam proses situsi pembelajaran senantiasa menunjukkan ketekunan dan penuh partisipasi. Sedangkan menurut Aqib (2013: 87) variasi mengajar merupakan perubahan dalam proses kegiatan pembelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi siswa, serta mengurangi kejenuhan dan kebosanan.

Berdasarkan beberapa pernyataan di atas dapat diketahui bahwa variasi mengajar merupakan suatu keterampilan guru dalam membuat sesuatu tidak monoton dengan cara menciptakan berbagai bentuk atau cara mengajar yang beraneka ragam, ini bertujuan agar siswa lebih fokus pada proses pembelajaran yang guru berikan serta menghilangkan kejenuhan pada diri siswa pada saat proses pembelajaran, sehingga proses pembelajaran berjalan dengan baik, efektif, dan menyenangkan.

### **b. Komponen Variasi Mengajar**

Variasi mengajar memiliki beberapa komponen dalam pelaksanaannya pada kegiatan pembelajaran. Menurut Aqib (2013: 87) komponen variasi mengajar dikelompokkan menjadi tiga yaitu

- 1) Variasi dalam gaya mengajar, yang dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti: a) Variasi suara: rendah, tinggi, besar, dan kecil, b) Memusatkan perhatian, c) Membuat kesenyapan sejenak, d) Mengadakan kontak pandang, e) variasi gerakan badan dan mimik, f) Mengubah posisi.
- 2) Variasi dalam penggunaan media dan bahan pelajaran yang meliputi: a) Variasi alat dan bahan yang dapat dilihat, b) Variasi alat dan bahan yang dapat didengar, c) Variasi alat dan bahan yang dapat diraba dan dimanipulasi.
- 3) Variasi dalam pola interaksi dan kegiatan, pola interaksi dapat berbentuk klasikal, kelompok, dan perorangan sesuai dengan keperluan, sedangkan variasi kegiatan dapat berupa mendengarkan informasi, menelaah materi, diskusi, latihan, atau demonstrasi.

Menurut pernyataan di atas komponen variasi mengajar terbagi tiga yaitu variasi dalam gaya mengajar yang meliputi variasi suara, pemusatan perhatian, membuat kesenyapan, mengadakan kontak pandang, gerak badan dan mimik, serta mengubah posisi, variasi dalam penggunaan media dan bahan pelajaran meliputi alat dan bahan yang dapat dilihat, alat dan bahan yang dapat didengar, dan alat dan bahan yang dapat diraba dan dimanipulasi, dan variasi dalam pola

interaksi dan kegiatan meliputi pola interaksi yang berbentuk klasikal, kelompok, dan perorangan sedangkan variasi kegiatan berupa mendengarkan informasi, menelaah materi, diskusi, latihan, atau demonstrasi.

### c. Tujuan Variasi Mengajar

Guru sebagai tenaga pengajar harus mengetahui tujuan dari apa yang akan digunakannya pada proses pembelajaran baik itu gaya mengajar, metode mengajar, dan faktor lainnya yang dapat menunjang tercapainya tujuan belajar. Begitu pula dengan Penggunaan variasi mengajar, karena variasi mengajar memiliki tujuan tertentu terutama apabila ditujukan terhadap meningkatkan perhatian siswa, motivasi, dan belajar siswa dalam kegiatan belajar.

Tujuan mengadakan variasi yang dimaksud menurut Helmiati (2013: 71) adalah

- 1) Memelihara dan meningkatkan perhatian siswa terhadap materi dan aktivitas pembelajaran,
- 2) Terciptanya proses pembelajaran yang menarik dan menyenangkan bagi siswa,
- 3) Menghilangkan kejenuhan dan kebosanan sebagai akibat dari kegiatan yang bersifat rutinitas,
- 4) Meningkatkan kemungkinan berfungsinya motivasi rasa ingin tahu melalui kegiatan investigasi dan eksplorasi
- 5) Membentuk sikap positif terhadap guru dan sekolah
- 6) Kemungkinan dilayaninya siswa secara individual sehingga memberi kemudahan belajar.
- 7) Mendorong aktifitas belajar dengan cara melibatkan siswa pada berbagai kegiatan atau pengalaman belajar yang menarik.

Berdasarkan pernyataan di atas dapat diketahui bahwa tujuan variasi mengajar adalah memelihara dan meningkatkan perhatian siswa terhadap materi dan proses pembelajaran, menciptakan proses pembelajaran yang menarik, menghilangkan kejenuhan dan kebosanan pada siswa, meningkatkan motivasi rasa ingin tahu pada kegiatan belajar, membentuk sikap positif bagi guru dan sekolah,

memungkinkan melayani siswa secara individu, mendorong aktifitas belajar dengan melibatkan siswa pada berbagai kegiatan belajar yang menarik.

#### **d. Prinsip Variasi Mengajar**

Agar kegiatan pembelajaran dapat merangsang siswa untuk aktif dan kreatif belajar, tentu saja diperlukan lingkungan belajar yang kondusif. Salah satu upaya ke arah itu adalah dengan cara memperhatikan beberapa prinsip penggunaan variasi dalam mengajar. Prinsip ini sangat penting untuk diperhatikan guna mendukung pelaksanaan mengajar di kelas.

Prinsip-prinsip penggunaan variasi mengajar menurut Djamarah dan Zain (2013: 166) adalah

- 1) Dalam menggunakan keterampilan variasi sebaiknya semua jenis variasi digunakan. Semua itu untuk mencapai tujuan belajar, 2) Menggunakan variasi secara lancar dan berkesinambungan, sehingga *moment* proses belajar mengajar yang utuh tidak rusak dan perhatian anak didik dan proses belajar mengajar tidak terganggu, 3) penggunaan komponen variasi harus benar-benar terstruktur dan direncanakan oleh guru. Karena itu memerlukan penggunaan yang luwes, spontan sesuai dengan umpan balik yang diterima dari siswa. Biasanya bentuk umpan balik ada dua yaitu a) Umpan balik tingkah laku yang menyangkut perhatian dan keterlibatan siswa, b) Umpan balik informasi tentang pengetahuan dan pembelajaran

Menurut Pernyataan tersebut dapat diketahui beberapa prinsip-prinsip yang harus diketahui dalam penggunaan variasi mengajar. Prinsip tersebut yaitu dalam menggunakan variasi mengajar semua jenis variasi digunakan, semua itu dimaksudkan untuk mencapai tujuan belajar, menggunakan variasi secara lancar dan berkesinambungan, penggunaan komponen variasi harus benar-benar terstruktur dan direncanakan oleh guru.

### e. Manfaat Variasi Mengajar

Kejenuhan yang dialami dalam kegiatan proses pembelajaran sering terjadi karena beberapa faktor seperti materi yang diajarkan tidak menarik, kondisi ruangan yang tidak nyaman, dan lain-lain. Hal tersebut dapat diatasi menggunakan variasi mengajar karena variasi mengajar memiliki beberapa manfaat yang dapat menghilangkan kejenuhan tersebut. Manfaat variasi mengajar menurut Asril (2012: 86) yaitu

- 1) Menumbuhkan perhatian peserta didik,
- 2) Melibatkan peserta didik berpartisipasi dalam berbagai kegiatan proses pembelajaran,
- 3) Dengan bervariasinya cara guru menyampaikan proses pembelajaran, maka akan membentuk sikap positif bagi peserta didik terhadap guru,
- 4) Dapat menanggapi rasa ingin tahu dan ingin menyedidiki peserta didik,
- 5) Melayani keinginan dan pola belajar para peserta didik yang berbeda-beda.

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat diketahui beberapa manfaat variasi mengajar seperti menumbuhkan perhatian peserta didik terhadap materi yang diajarkan oleh guru, melibatkan peserta didik dalam berbagai kegiatan proses pembelajaran, membentuk sikap positif bagi peserta didik terhadap guru, dapat menanggapi rasa ingin tahu siswa dan ingin menyelidiki peserta didik, melayani keinginan dan pola belajar peserta didik yang berbeda-beda

## 2. Hakikat *Chest Pass*

### a. Pengertian *Chest Pass*

Bola Basket adalah sebuah cabang olahraga yang dimana bola menjadi media utama dalam berjalannya sebuah pertandingan. Olahraga ini dilakukan oleh dua tim, dan setiap tim terdiri dari lima siswa. Cara bermain permainan ini adalah mencetak *point* dengan cara memasukkan bola ke dalam sebuah keranjang, dan mengumpulkan *point* sebanyak mungkin agar keluar menjadi pemenang.

Terdapat beberapa teknik dasar dalam permainan Bola Basket diantaranya yaitu: *passing, shooting, dribbling, pivot, rebound, dan lay up shoot*. *Passing* menurut Candra (2017: 48) *Passing* merupakan teknik dasar permainan bola basket yang bertujuan untuk mengoperkan bola dari pemain satu dengan lainnya untuk menjalin kerjasama. Hal yang sama juga dikemukakan oleh Khoeron (2017: 45) *passing* merupakan sebuah gerakan dimana seorang pemain mengoper bola yang dibawanya kepada teman setimnya dengan cara dilempar. *passing* mempunyai peran yang sangat vital untuk membantu sebuah tim dalam mendapatkan poin. Seperti yang dinyatakan oleh Wissel (2000: 71) bahwa operan dan tangkapan yang baik penting bagi permainan tim, dan keahlian seperti itulah yang membuat bola basket menjadi permainan tim yang indah. *Passing* yang tepat dan akurat serta tangkapan yang baik akan meningkatkan kualitas tim dan akan memberi peluang sedekat mungkin dengan ring basket untuk memasukkan bola, karena menurut Wissel (200: 71) operan lebih cepat memindahkan bola daripada *dribble*.

Ahmadi (dalam Junaidi, 2018: 38) menyatakan, dengan *passing* pemain dapat melakukan gerakan mendekati ring basket untuk kemudian tembakan. Hal yang sama juga dinyatakan oleh Sodikun (dalam Junaidi, 2018: 38) yaitu *passing* merupakan keterampilan bermain pertama bola basket, sebab dengan cara inilah siswa dapat melakukan gerakan mendekati ring (basket) dan seterusnya melakukan tembakan. Begitu pula Menurut Oliver (2003: 35) menyatakan bahwa umpan yang tepat adalah salah satu kunci keberhasilan serangan sebuah tim dan sebuah unsur penentu tembakan-tembakan yang berpeluang mencetak angka.

Menurut pernyataan di atas dapat diketahui bahwa pengertian *passing* secara umum adalah gerakan siswa dalam memberikan bola kepada teman dengan cara dilempar. *Passing* memiliki peran yang penting di dalam permainan bola basket, karena *passing* adalah cara yang cepat memindahkan bola dibandingkan dengan *dribble*. *Passing* yang tepat merupakan salah satu kunci keberhasilan serangan sebuah tim dan merupakan unsur penentu tembakan yang berpeluang mencetak angka.

Di dalam permainan bola basket ada beberapa jenis *passing* yang paling sering digunakan. Menurut Ahmadi (dalam Juanidi, 2018: 38-39) *passing* yang paling sering digunakan itu adalah 1)*chest pass* (operan dada), 2)*bounce pass* (operan pantul), 3)*overhead pass* (*passing* dari atas kepala), dan jenis *passing* yang sering digunakan diantara ketiga *passing* ini adalah *chest pass*.

*Chest* artinya dada dan *pass* merupakan *passing* atau mengoper, jadi *chest pass* adalah memberikan bola ke teman dengan cara di *passing* tepat di arah depan dada. Menurut Amin (2018: 63) Operan dada (*chest pass*) dalam permainan bola basket adalah kemampuan tehnik dasar dalam permainan bola basket dengan mengoper bola dengan dua tangan setinggi dada sesuai dengan tata cara pelaksanaannya. Begitu pula menurut Menurut Ahmadi ( 2007: 13) *Chest pass* adalah mengoper bola dengan dua tangan dari depan dada, ini merupakan operan yang sering dilakukan dalam suatu pertandingan bola basket.

Sama halnya dengan Ali (2018: 535) yang menyatakan bahwa Operan *chest pass* merupakan operan yang memerlukan keterampilan tangan dalam melakukan operan dimana bola dipegang didepan dada dan kemudian didorong

kearah teman. Jenis *passing* ini merupakan *passing* yang paling sering digunakan di dalam pertandingan. Biasanya *passing* ini digunakan untuk *passing* jarak pendek kepada teman yang tidak terlalu dijaga ketat oleh lawan. Jarak *passing* ini berkisar sekitar lima sampai tujuh meter. Seperti yang dikemukakan oleh Chandra (dalam Ali, 2018: 535) bahwa mengoper bola dengan dua tangan dari depan dada merupakan operan yang sering dilakukan dalam suatu pertandingan bola basket. Operan ini berguna untuk jarak pendek.

Menurut pernyataan di atas dapat diketahui bahwa *chest pass* adalah salah satu jenis *passing* yang ada pada permainan bola basket yang mana pada pelaksanaannya bola yang di *passing* tepat di depan dada. *Passing* ini merupakan *passing* yang paling sering digunakan di dalam permainan. *Passing* ini digunakan untuk *passing* jarak pendek kepada teman yang tidak dijaga ketat oleh lawan. Jarak *passing* ini sekitar lima sampai tujuh meter.

#### **b. Teknik Chest Pass**

Teknik merupakan pelaksanaan suatu kegiatan secara efektif dan rasional yang memungkinkan tercapainya hasil yang baik dalam suatu pertandingan maupun latihan. Adapun kunci sukses melakukan operan dada menurut Roji (dalam Ali, 2018: 535-536) dibagi menjadi 3 fase sebagai berikut:

Sikap Awal

1. Berdiri dengan sikap melangkah
2. Bola dipegang dengan kedua tangan di depan dada
3. Posisi siku ditekuk mendekati badan
4. Badan agak condong ke depan

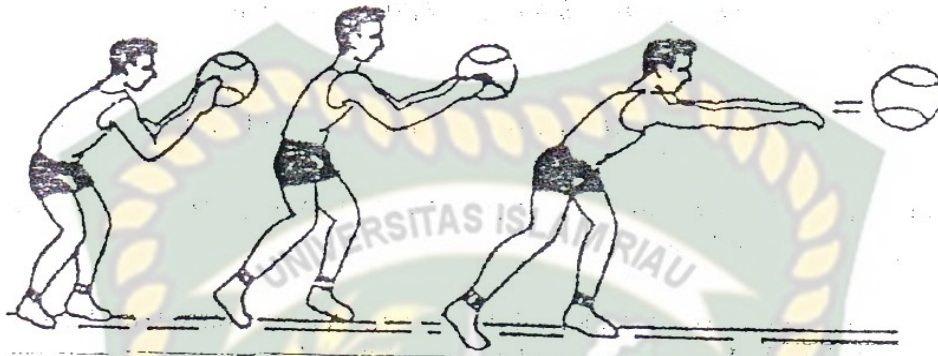
Pelaksanaan

1. Dorong bola ke depan dengan meluruskan kedua lengan bersama kaki belakang dilangkahkan ke depan dan berat badan di bawah ke depan
2. Lepaskan bola dari kedua pagangan tangan setelah kedua lengan lurus
3. Ibu jari diputar kebawah

4. Arah bola lurus sejajar dada

Akhir gerakan

1. Berat badan di bawah ke depan
2. Kedua lengan lurus ke depan rileks
3. Pandangan mengikuti arah gerakan bola
4. Kembali ke posisi awal



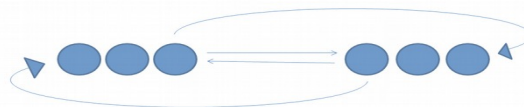
Gambar 1. Chest Pass  
(Ali, 2018: 536)

### c. Bentuk-bentuk Variasi Mengajar *Passing* Bola Basket

Model pembelajaran berikut gunanya untuk mempraktekkan cara pengoperan dalam berbagai situasi. Berikut ini merupakan bentuk variasi mengajar yang akan dilaksanakan pada saat pembelajaran *chest pass* dalam permainan bola basket:

1. Operan Lurus ke Depan

Pelaksanaan : para siswa dibagi dalam 2 kelompok yang terdiri dari beberapa siswa. 2 kelompok tersebut membuat 1 baris yang saling berhadapan. 1 bola dipakai untuk 2 kelompok. Siswa dari kelompok 1 mengoper bola ke depan pada siswa yang ada dikelompok satu lagi. Setelah mengoper siswa yang telah mengoper berpindah ke kelompok depan. Dilakukan secara berulang-ulang

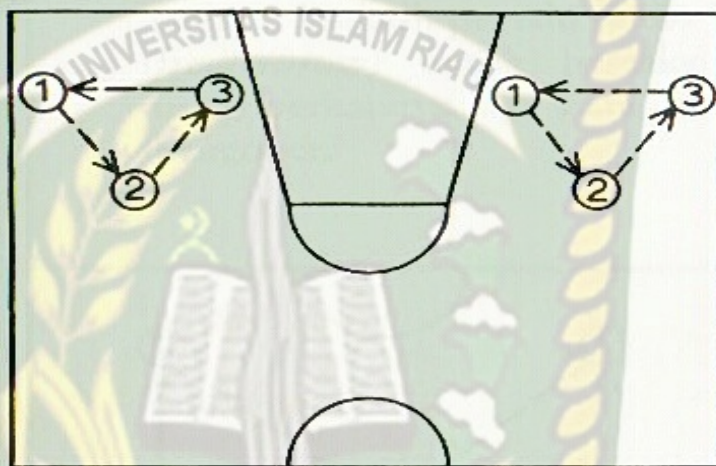


Gambar 2. Operan Lurus ke Depan

## 2. Operan dalam Segitiga

Tujuan: melatih pengoperan secara cepat dan tepat dalam posisi berdiri di tempat serta penerimaan bola, termasuk yang dioperkan dengan tolakan keras

Pelaksanaan: para siswa dibagi dalam beberapa kelompok yang masing-masing terdiri dari tiga orang. Jarak antara masing-masing siswa empat sampai lima meter. Setiap kelompok mendapat sebuah bola. Bola dioperkan dengan pola segitiga. Dipraktekkan secara silih berganti, begitu pula arah pengoperan berganti-ganti ke kiri dan ke kanan. Latihan ini bias dilakukan dengan wujud perlombaan: kelompok mana yang paling sering melakukan pengoperan Dalam satu menit.

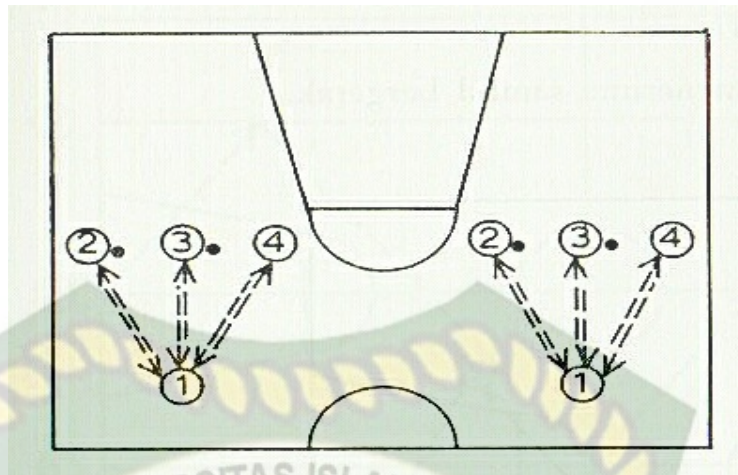


Gambar 3. Operan dalam Segitiga  
(Neumann, 1982: 3)

## 3. Memberi Umpan dengan Dua Bola

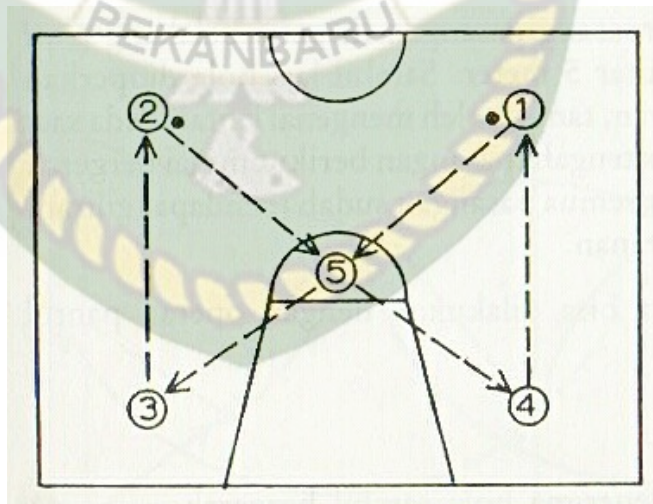
Tujuan: melatih kecepatan reaksi menerima bola, saling mengatur waktu tepat untuk mengatur bola.

Pelaksanaan: siswa (2) dan (4) masing-masing memegang bola. Bola dioperkan susul-menyusul pada siswa (1), yang meneruskan secara silih berganti pada siswa (2), (3), dan (4). Ketiga siswa ini hanya boleh mengoperkan lagi pada (1) saja. Bola harus dioperkan secara beruntun, sehingga (1) hanya sempat bereaksi menerima bola lalu langsung mengoperkannya lagi, kemudian segera menerima bola berikut yang dioperkan padanya. Latihan dimulai dengan pelan, kemudian apabila penerima (1) sudah agak biasa tempo nya dipercepat. Tiap menit dilakukan pertukaran posisi.



Gambar 4. Memberi Umpan dengan Dua Bola  
(Neumann, 1982: 5)

4. Memberi Umpan dengan Dua Bola Pada Siswa Poros  
 Tujuan: Melatih siswa poros yang berdiri di petak tembakan hukuman (free throw) untuk bereaksi dengan cepat menangkap bola dan mengoperkannya lagi. Para siswa lain melatih melatih kecepatan dan ketepatan mengoper.  
 Pelaksanaan: Siswa (1) dan (2) susun-menyusul mengoperkan bola pada (5), yang meneruskan pada (3) dan (4). Kedua siswa ini tidak mengoper pada (5), melainkan kembali pada (1) dan (2). Dengan begitu bola berpindah-pindah dengan pola dua segitiga, yaitu 1-5-4 dan 2-5-3. Jarak antara masing-masing siswa sekitar empat sampai lima meter.

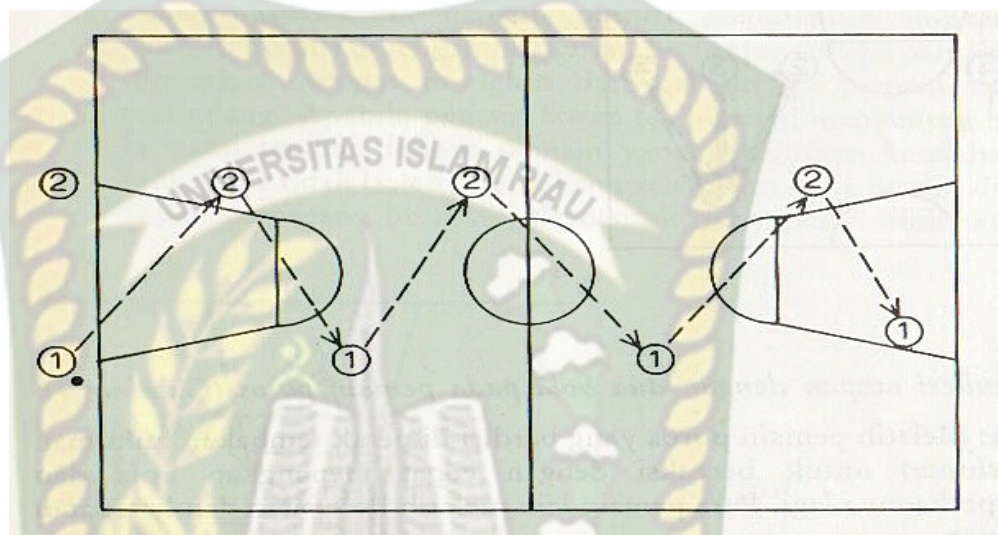


Gambar 5. Memberi Umpan dengan Dua Bola Pada Siswa Poros  
(Neumann, 1982: 4)

### 5. Operan Berdua

Tujuan: melatih operan dan menerima sambil bergerak.

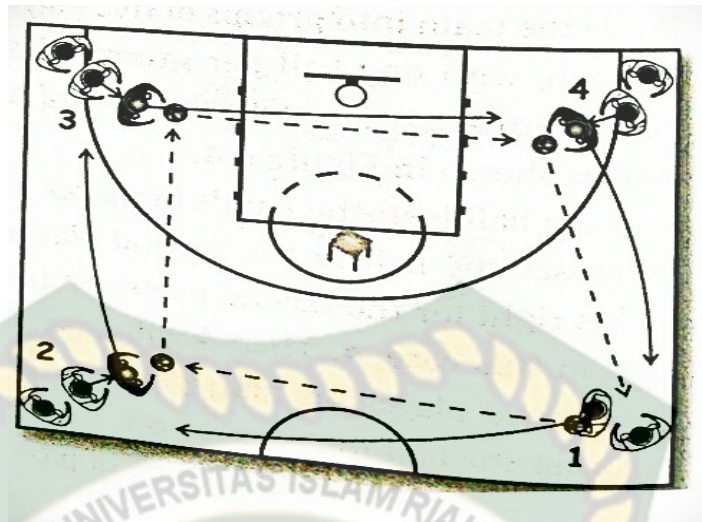
Pelaksanaan: siswa diatur berpasang-pasangan digaris belakang (end line), dengan jarak pemisah sekitar lima meter. Sambil lari bola dioperkan bolak-balik sampai ke basket lawan, tanpa boleh mengenai lantai. Pada saat pertama sampai di garis tengah, pasangan berikutnya mulai bergerak maju dan begitu seterusnya. Jika semua pasangan sudah mulai mendapat giliran, latihan diulangi ke arah berlawanan.



Gambar 6. Operan Berdua  
(Neumann, 1982: 6)

### 6. Operan Empat Sudut

Pelaksanaan: para siswa dibagi menjadi empat kelompok. empat kelompok tersebut membuat sebuah segi empat. satu kelompok menempati empat sudut yang telah tersedia. Siswa dari kelompok pertama mengoper ke siswa kelompok 2 dan berlari ke arah kelompok dua. Dan begitu juga siswa kelompok 2 mengoper ke siswa kelompok 3 dan berlari ke kelompok 3 setelah mengoper bola ke kelompok 3. Siswa kelompok 3 juga melakukan hal yang sama. Begitu seterusnya, dilakukan secara berulang-ulang.

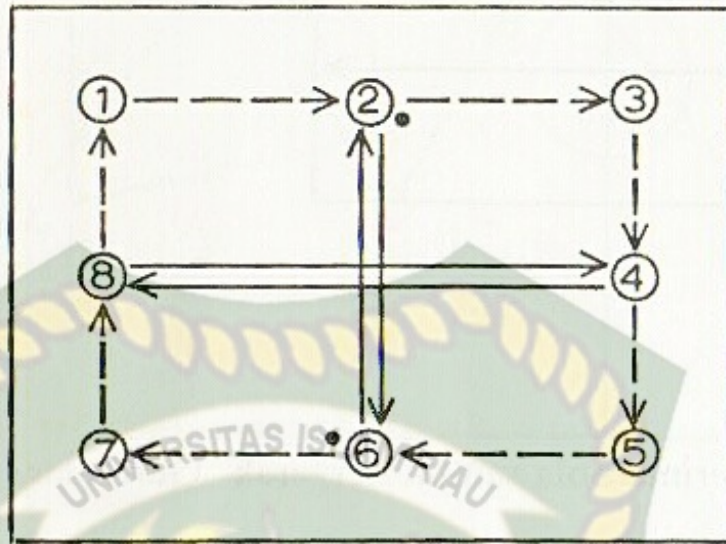


Gambar 7. Operan dalam Segi Empat  
(Gandolfi, 2010: )

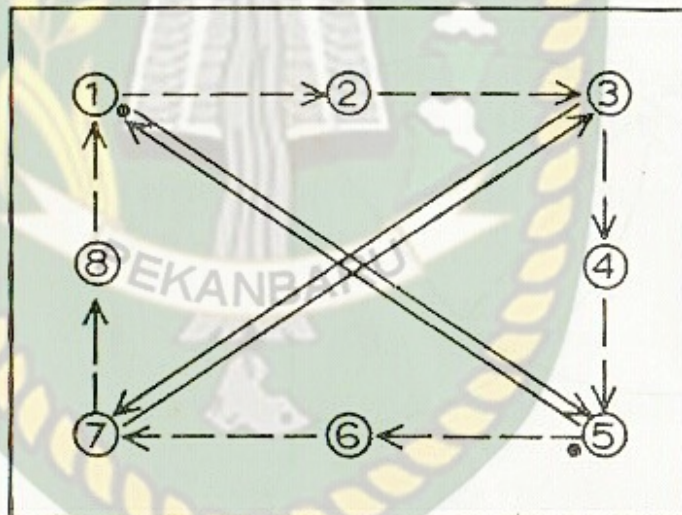
7. Operan dalam Segi Empat

Tujuan: mengoper bola dengan cepat. Menaksir saat pengoperan yang tepat. Menerima operan sambil bergerak. Dengan segera mengambil posisi bebas setelah melakukan pengoperan.

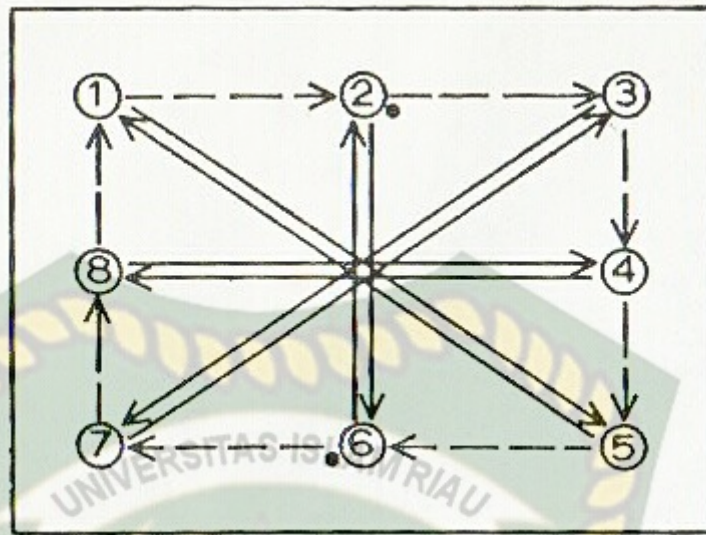
Pelaksanaan: a) Delapan siswa berdiri membentuk segi empat. Jarak antara masing-masing siswa tiga sampai empat meter. Siswa (2) dan (6) mendapat bola. Mulai dengan pemberian aba-aba, bola dioperkan ke samping mengikuti arah jarum jam. Siswa dengan nomor urut genap setelah mengoper bola langsung pindah ke posisi siswa di depannya. Sedangkan siswa dengan nomor urut ganjil tetap berada di tempat. Tugas mereka hanya meneruskan bola. b) siswa (1) dan (5) mendapat bola. Pola latihan seperti a) tetapi kini siswa dengan nomor urut ganjil yang berpindah tempat sesudah mengoper bola, sedangkan siswa dengan nomor urut genap tetap berada di posisi semula. c) pola pengoperan seperti pada a), tetapi kini semua siswa setelah mengoperkan bola langsung berpindah ke posisi depan mereka.



Gambar 8. Operan dalam Segi Empat (a)  
(Neumann, 1982: 8)



Gambar 9. Operan dalam Segi Empat (b)  
(Neumann, 1982: 8)



Gambar 10. Operan dalam Segi Empat (c)  
(Neumann, 1982: 10)

### B. Kerangka Pemikiran

Variasi mengajar merupakan suatu keterampilan guru dalam membuat sesuatu tidak monoton dengan cara menciptakan berbagai bentuk atau cara mengajar yang beraneka ragam. Cara mengajar yang beraneka ragam ini bertujuan agar siswa lebih fokus pada proses pembelajaran yang guru berikan serta menghilangkan kejenuhan pada diri siswa pada saat proses pembelajaran, sehingga proses pembelajaran berjalan dengan baik, efektif, dan menyenangkan.

*Chest pass* merupakan salah satu bentuk dari teknik dasar *passing* bola basket. Sesuai dengan namanya *chest* yang berarti dada, dan *pass* yang berarti mengoper. Berdasarkan pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa *chest pass* adalah teknik *passing* dalam bola basket yang mana pada pelaksanaannya orang yang mengoperkan bola melempar bola setinggi dada ke arah teman se-tim. *Chest pass* merupakan jenis *passing* yang paling sering digunakan di dalam

permainan. *Passing* ini digunakan untuk *passing* jarak pendek kepada teman yang tidak dijaga ketat oleh lawan. Jarak *passing* ini sekitar lima sampai tujuh meter.

### C. Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan penelitian yang diajukan sebagai jawaban sementara dari penelitian ini adalah apakah dengan menerapkan variasi mengajar dapat meningkatkan keterampilan *chest pass* bola basket pada siswa kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci, Pelalawan ?



## BAB III

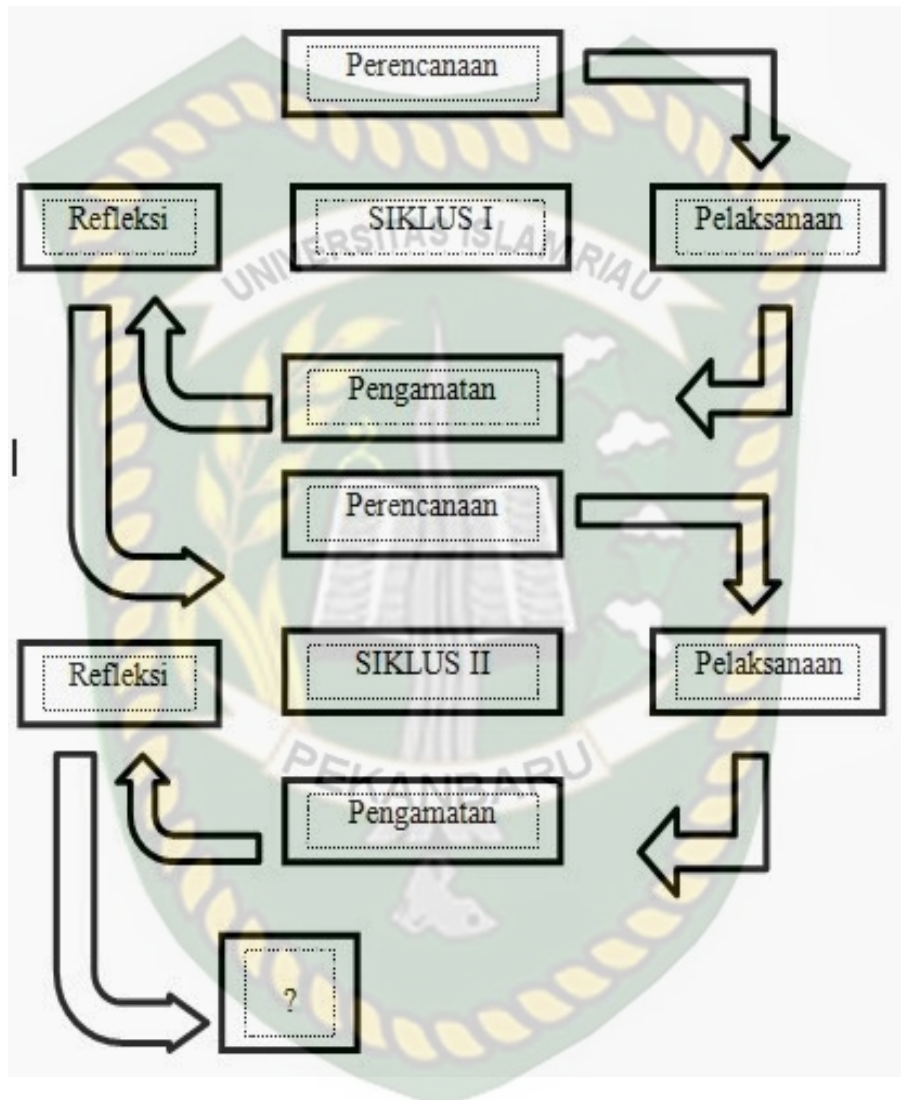
### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas atau biasa disingkat PTK. PTK merupakan hasil dari pengembangan dari penelitian tindakan (*action research*). Penelitian tindakan menurut Kusmawati (2015: 121) yaitu penelitian yang dilakukan di dalam pembelajaran tentunya pembelajaran penjas dengan bantuan orang lain dalam tim sebagai atau sebagai bagian dalam suatu “komunitas praktek” untuk memperbaiki cara mereka mengatasi masalah dan memecahkan masalah. Menurut pernyataan di atas dapat diketahui bahwa penelitian tindakan merupakan penelitian yang dilakukan secara langsung untuk mengatasi dan memecahkan masalah yang terjadi di lapangan. Penelitian tindakan juga dapat dilakukan oleh organisasi yang lebih besar, dibantu oleh peneliti profesional, dengan tujuan untuk meningkatkan pembelajaran dan pengetahuan tentang penjasorkes.

PTK menurut Kusumawati (2015: 121) merupakan penelitian yang diprakarsai untuk memecahkan masalah dalam proses belajar mengajar di kelas secara langsung. Dengan kata lain, PTK dibuat dengan tujuan untuk meningkatkan dan memperbaiki mutu proses belajar mengajar di kelas namun apabila PTK penjas tidak harus di kelas karena pembelajaran penjas lebih sering dilakukan di luar kelas (lapangan), serta membantu memberdayakan guru dalam memecahkan masalah pembelajaran di sekolah.

Agar PTK mencapai hasil yang optimal dan sesuai dengan harapan, maka penyusunan PTK harus melalui tahap-tahap penyusunan PTK. Tahap-tahap penyusunan PTK adalah sebagai berikut



Gambar 11. Langkah-langkah Penelitian (Arikunto, dalam Kusumawati 2015: 123)

Perlakuan langkah-langkah penelitian Berdasarkan RPP dibagi pada siklus sebagai berikut :

### **1. Siklus I**

#### **a. Perencanaan/Planning**

Perencanaan kegiatan yang dilakukan dalam pelaksanaan pembelajaran dengan variasi mengajar yaitu mempersiapkan hal-hal berikut :

- 1) Peneliti mensosialisasikan pembelajaran variasi mengajar pada guru mata pelajaran olahraga
- 2) Membuat rencana penelitian (RPP)
- 3) Menyiapkan penilaian hasil belajar

#### **b. Pelaksanaan Tindakan**

Tahapan pelaksanaan tindakan kelas yang dilakukan oleh peneliti adalah melaksanakan rencana pembelajaran yang telah disusun.

#### **c. Observasi dan Evaluasi**

Kegiatan observasi dilakukan setiap proses pembelajaran berlangsung. dengan menggunakan lembar observasi dimana pada tahap ini kegiatan peneliti dan aktivitas belajar siswa diobservasi oleh guru olahraga. Evaluasi dilakukan dengan cara melihat gerakan siswa dari awal, melakukan, dan gerakan selanjutnya..

#### **d. Refleksi**

Hasil yang diperoleh dari observasi dan hasil evaluasi belajar siswa dikumpulkan serta dianalisis, sehingga dari hasil tersebut peneliti dapat merefleksi

diri dengan melihat data dari observasi. Jika terdapat kekurangan peneliti dapat melakukan perbaikan pada siklus berikutnya.

## 2. Siklus II

Siklus II merupakan lanjutan siklus I. langkah-langkah yang dilakukan pada prinsipnya sama dengan pada siklus I. Jika refleksi siklus I memperoleh hasil yang kurang optimal maka di lanjutkan ke siklus 2.

### B. Populasi dan Subjek penelitian

#### 1. Populasi

Menurut Arikunto (dalam Kusumawati 2015: 93) populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian. Sedangkan menurut Usman (dalam Kusumawati, 2015: 93) populasi adalah semua nilai baik hasil perhitungan maupun pengukuran, baik kuantitatif maupun kualitatif, dari karakteristik tertentu mengenai kelompok objek yang lengkap dan jelas. Menurut pernyataan di atas pengertian populasi secara umum merupakan suatu keseluruhan objek penelitian, baik benda hidup, manusia, benda mati, atau berupa gejala maupun peristiwa-peristiwa yang dijadikan sebagai sumber data yang memiliki berbagai karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian. Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah siswa kelas X yang mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMAN 1 Pangkalan Kerinci T.A. 2018-2019 yang berjumlah sebanyak 432 siswa.

Tabel 1. Jumlah Keseluruhan Siswa Kelas X

No	Kelas	Putra	Putri	Jumlah
1	X IPA 1	13	23	36
2	X IPA 2	16	20	36
3	X IPA 3	12	24	36
4	X IPA 4	17	19	36
5	X IPA 5	15	21	36
6	X IPA 6	18	18	36
7	X IPA 7	17	19	36
8	X IPS 1	18	18	36
9	X IPS 2	18	18	36
10	X IPS 3	19	17	36
11	X IPS 4	15	21	36
12	X IPS 5	21	15	36
Jumlah				432

## 2. Subjek Penelitian

Menurut Kusumawati (2015:143) subjek penelitian adalah bagian dari populasi atau sebagian dari populasi. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan subjek penelitian sebagai objek yang dipelajari atau sumber data. Teknik pengambilan subjek penelitian pada penelitian kali ini peneliti menggunakan teknik *cluster sampling* atau subjek penelitian gugus. Teknik *cluster sampling* ini cara pengambilan subjek penelitiannya berdasarkan gugus atau jika di sekolah berarti kelas.

Berdasarkan pemaparan tersebut, maka penulis mengambil subjek penelitian dari kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci T.A. 2018-2019 sebanyak 36 siswa yang terdiri dari 18 siswa dan 18 siswi. Peneliti memilih kelas X IPA 7 dikarenakan kelas ini memiliki banyak masalah dalam proses

pembelajaran dibandingkan kelas X yang lain, khususnya pada pembelajaran *chest pass* bola basket.

### C. Defenisi Operasional

Pada penelitian ini, peneliti perlu menjelaskan beberapa istilah agar judul serta penelitian ini tidak terdapat kesalahpahaman di dalamnya

#### 1. Variasi Mengajar

Variasi mengajar merupakan keterampilan guru dalam memvarisikan bentuk atau cara mengajar yang digunakannya dalam proses belajar mengajar. Variasi ini bertujuan untuk menghilangkan kebosanan dan kejenuhan dari diri peserta didik dikarenakan pembelajaran yang tidak bervariasi dan terkensan monoton dan selalu berulang-ulang dalam pelaksanaannya.

#### 2. Keterampilan Teknik Dasar *Chest Pass*

Keterampilan teknik dasar *chest pass* adalah suatu keahlian yang dimiliki oleh seseorang dalam melakukan teknik *chest pass*. Keterampilan dapat dimiliki oleh semua orang dengan sering melakukan sebuah latihan secara teratur. Keterampilan sangat berguna bagi siswa baik dalam bola basket maupun pembelajaran yang lain. Untuk memperoleh hasil yang baik dalam melakukan *chest pass*, maka setiap siswa harus memiliki keterampilan yang baik, supaya dapat menghasilkan operan yang baik dan gerakan yang benar. Pada *chest pass* peneliti melakukan tes praktek, yang mana pada tes ini peneliti tidak menilai operan yang dihasilkan oleh siswa saat melakukan gerakan *chest pass*, melainkan ketepatan gerakan *chest pass* yang dihasilkan siswa.

#### D. Pengembangan Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### 1. Perangkat Pembelajaran

Perangkat pembelajaran yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

###### a. Silabus

Silabus disusun berdasarkan prinsip yang berorientasi pada pencapaian kompetensi. Berdasarkan prinsip tersebut maka silabus mata pelajaran penjasorkes yang digunakan memuat standart kompetensi seperti: Kompetensi dasar, materi pokok, indikator penilaian, alokasi waktu, dan sumber alat/bahan.

###### b. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

RPP disusun untuk 2 kali pertemuan, setiap rpp digunakan untuk memuat standart kompetensi, kompetensi dasar, materi ajar, metode pembelajaran, langkah-langkah kegiatan, alokasi waktu, alat dan sumber penilaian dengan berpedoman pada keterampilan gerakan teknik dasar *chest pass*.

###### c. Lembar Observasi

Lembar observasi merupakan lembar kerja yang berfungsi untuk mengobservasi dan mengukur tingkat keberhasilan atau ketercapaian tujuan pembelajaran pada kegiatan belajar mengajar dikelas. Lembar observasi biasanya terdiri dari nama siswa, bidang studi, pokok bahasan,

kelas, dan rubrik penilaian. Berikut contoh rubrik penilaian yang ada di lembar observasi

Tabel 2. Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak *Chest Pass*

Aspek yang dinilai	Kualitas gerak			
	1	2	3	4
1. Sikap awal <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Berdiri dengan sikap melangkah</li> <li>b. Bola dipegang dengan kedua tangan di depan dada</li> <li>c. Posisi siku ditekuk mendekati badan</li> <li>d. Badan agak condong kedepan</li> </ul>				
2. Pelaksanaan <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Dorong bola ke depan dengan meluruskan kedua lengan bersama kaki belakang di langkahkan ke depan dan berat badan di bawah kedepan</li> <li>b. Lepaskan bola dari kedua pagangan tangan setelah kedua lengan lurus</li> <li>c. Ibu jari di putar kebawah</li> <li>d. Arah bola lurus sejajar dada</li> </ul>				
3. Akhir Gerakan <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Berat badan di bawah kedepan</li> <li>b. Kedua lengan lurus ke depan rileks</li> <li>c. Pandangan mengikuti arah gerakan bola.</li> <li>d. Kembali ke posisi awal</li> </ul>	4.	5.	6.	7.
jumlah				
Jumlah skor maksimal = 12				

Sumber: Kusumawati (2015: 130)

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas untuk kerja siswa, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4 (skor empat apabila empat indikator terlihat, skor tiga apabila tiga indikator terlihat, skor dua apabila dua indikator terlihat, skor satu apabila satu indikator terlihat)

Adapun format penilaian dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3. Format Penilaian

no	nama	skor			jumlah	keterangan
		1	2	3		
1	Yusuf	3	3	3	9	
jumlah skor maksimal					12	

Keterangan :

1 = Sikap Awal

2 = Pelaksanaan

3 = Sikap Akhir

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor}} \times 100$$

$$\text{Nilai} = \frac{9}{12} \times 100$$

$$\text{Nilai} = 75$$

#### E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data dan informasi pada penelitian ini menggunakan

##### 1. Observasi

Peneliti mengamati secara langsung subjek yang diteliti, lalu mencatat dengan benar kejadian yang dilakukan peserta didik.

##### 2. Perpustakaan

Peneliti mengambil data-data yang bersumber dari buku yang berhubungan dengan masalah yang diteliti

##### 3. Penilaian Unjuk Kerja

Untuk mengumpulkan data penelitian, peneliti menggunakan penilaian unjuk kerja, penilaian ini dilakukan supaya peneliti dapat mengetahui apakah peserta didik memiliki kemajuan ataupun perubahan dalam proses pembelajaran yang telah dilakukan selama penelitian. Serta peneliti

mengetahui sejauh manakah kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar *chest pass* bola basket.

## F. Teknik Analisis data

### 1. Teknik *Chest Pass*

Untuk mengetahui nilai teknik *chest pass* maka dilakukan penilaian. Penilaian yang dilakukan yaitu penilaian untuk kerja, yaitu melakukan praktek *chest pass*. Kemudian hasil dari tes tersebut dilakukan penilaian, selanjutnya dilakukan perhitungan dengan rumus berikut :

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Tabel 4. Interval Kategori Teknik *Chest Pass*.

Kriteria Penilaian	Klasifikasi Nilai	Frekuensi	Prosentase
91 – 100	Sangat Baik		
80 – 90	Baik		
70 – 79	Cukup		
60 – 69	Kurang		
Kurang dari 60	Sangat Kurang		
Jumlah Siswa yang Tuntas			

Sumber: Kusumawati (2015: 132)

### 2. Ketuntasan Belajar

Ketuntasan individu tercapai apabila siswa mencapai nilai 70 dari hasil tes, karena KKM untuk mata pelajaran penjas SMAN 1 Pangkalan Kerinci adalah 70. Menurut Kusumawati (2015: 125) Ketuntasan akan tercapai apabila 75% dari seluruh siswa mampu melakukan *chest pass* dengan benar.

Adapun rumus yang digunakan untuk menentukan ketuntasan sebagai berikut:

$$P = \frac{fx}{n} \times 100\%$$

Sumber: Kusumawati (2015: 131)

Keterangan :

P = Persentase keberhasilan

fx = Jumlah yang berhasil

n = Jumlah siswa



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

#### A. Deskripsi Data

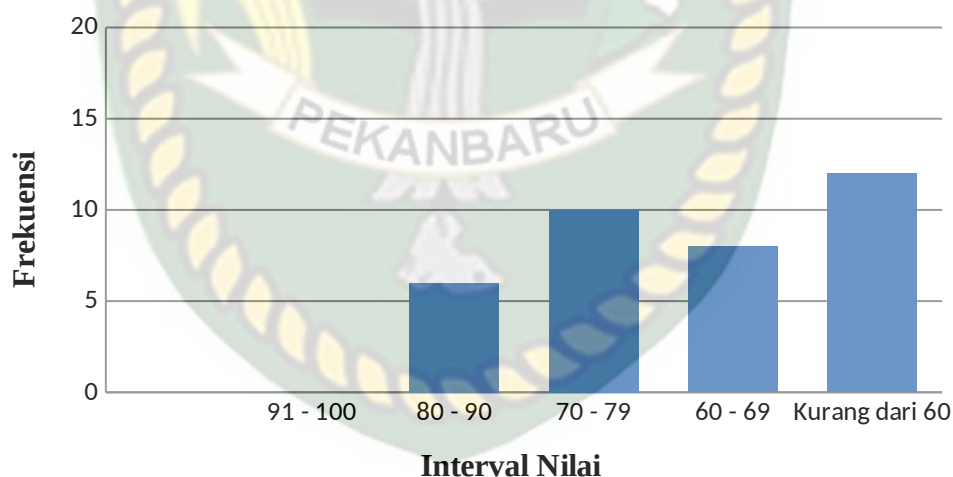
Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK), Jadi data yang di peroleh berupa hasil observasi dan hasil penelitian belajar siswa atau kemampuan siswa. Hasil observasi merupakan pengamatan yang dilakukan terhadap aktivitas guru dan siswa dalam proses pembelajaran, Sedangkan kemampuan siswa yang di nilai disini adalah kemampuan *chest pass* permainan bola basket. Kemudian data mengenai aktifitas guru, siswa dan kemampuan siswa dipaparkan dalam bentuk table. Selanjutnya hasil pemaparan table tersebut diuraikan dalam bentuk penjelasan. Dari uraian akan dikemukakan apakah hasil yang diperoleh telah atau belum dapat meningkatkan kemampuan passing bawah permainan bolavoli melalui strategi variasi mengajar siswa kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan. Keberhasilan tersebut disesuaikan dengan indikator kinerja yang telah ditetapkan dalam penelitian ini. Adapun bentuk pembahasan penelitian ini dipaparkan dan diuraikan sebagai berikut.

Dari hasil penelitian yang di lakukan siklus I diperoleh nilai maksimum adalah 83 dengan frekwensi 6 (16.7%) dan nilai minimum adalah 50 dengan frekwensi 4 atau (11.1%) dan siswa yang tuntas sebanyak 16 orang siswa (44.4%) serta tidak tuntas sebanyak 20 orang (55.6%). Untuk lebih jelas dapat dilihat lampiran I. Dibawah ini merupakan tabel interval nilai siklus I.

Tabel. 5 Interval Nilai *Chest Pass* Siswa X IPA 7 Siklus I

Kriteria Penilaian	Klasifikasi Nilai	Frekuensi	Presentase
91 – 100	Sangat Baik	-	-
80 – 90	Baik	6	16.7%
70 – 79	Cukup	10	27.8%
60 – 69	Kurang	8	22.2%
Kurang dari 60	Sangat Kurang	12	33.3%
Jumlah Siswa yang Tuntas		16	44.4%
Jumlah Siswa		36	100%

Dari tabel di atas dapat diketahui siswa yang mendapat nilai dalam kategori baik yaitu 6 siswa (16.7%), siswa yang mendapat nilai cukup yaitu 10 siswa (27.8%), siswa yang mendapat nilai kurang yaitu 8 siswa (22.2%), dan siswa yang mendapat nilai sangat kurang yaitu 12 siswa (33.3%). Berikut merupakan grafik nilai siswa pada siklus I.

**Grafik Nilai Passing Chest Pass Siklus I**Grafik 1. Histogram Penilaian *Chest Pass* Siklus I Siswa Kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan

Selanjutnya dilakukan perencanaan siklus II yakni diperoleh penilaian unjuk kerja. Dari hasil penilaian tersebut diperoleh data hasil penilaian dengan perolehan nilai tiap-tiap siswa pada siklus II, untuk lebih jelas dapat dilihat penjelasan di bawah ini.

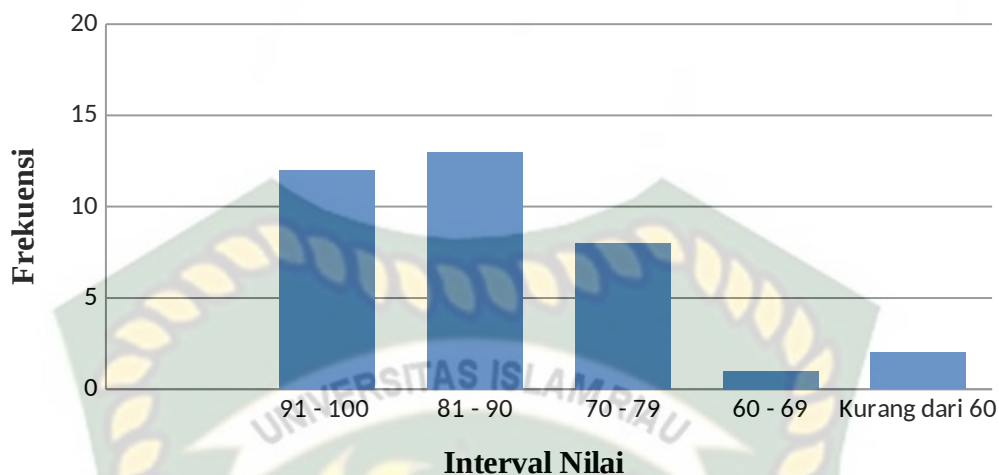
Dari hasil penilaian yang dilakukan pada siklus II yakni diperoleh nilai maksimum adalah 91 dengan frekwensi 12 (2%) dan nilai minimum adalah 66 dengan frekwensi 1 (3%) dan siswa yang tuntas sebanyak 33 siswa (91,7%) dan yang tidak tuntas sebanyak 3 siswa (8,3%). Dibawah ini merupakan tabel interval nilai siklus II.

Tabel 6. Interval Nilai *Chest Pass* Siswa X IPA 7 Siklus II

Kriteria Penilaian	Klasifikasi Nilai	Frekuensi	Presentase
91 – 100	Sangat Baik	12	33.3%
80 – 90	Baik	13	36.1%
70 – 79	Cukup	8	22.2%
60 – 69	Kurang	1	2.8%
Kurang dari 60	Sangat Kurang	2	5.6%
Jumlah Siswa yang Tuntas		33	91.7%
Jumlah Siswa		36	100%

Dari tabel di atas dapat diketahui siswa yang mendapat nilai dalam kategori sangat baik yaitu 12 siswa (33.3%), siswa yang mendapat nilai baik yaitu 13 siswa (36.1%), siswa yang mendapat nilai cukup yaitu 8 siswa (22.2%), siswa yang mendapat nilai kurang yaitu 1 siswa (2.8%), dan siswa yang mendapat nilai sangat kurang yaitu 2 siswa (5.6%) dikarenakan 2 siswa ini pada saat pengambilan nilai tidak hadir. Berikut merupakan grafik nilai siswa pada siklus II.

## Grafik Nilai Passing Chest Pass Siklus II



Grafik 2. Histogram Penilaian *Passing Chest Pass* Siklus II Siswa Kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan

### B. Analisis Data

Berdasarkan diskripsi data yang dipaparkan di atas, maka dapat dilihat bahwa dengan penerapan variasi mengajar kepada siswa pada saat melakukan *chest pass* meningkat. Penilaian siklus I menunjukkan kategori tuntas terdapat 16 siswa (44.4%), dan yang tidak tuntas sebanyak 20 siswa (55.6%). Sedangkan pada siklus II yang tuntas adalah 33 siswa (91.7%) dan yang tidak tuntas sebanyak 3 siswa (8.3%) . untuk lebih jelas mengenai peningkatan hasil belajar siswa dalam teknik dasar *chest pass* bola basket, dapat dilihat keterangan hasil belajar siswa dalam menggunakan strategi variasi mengajar dari data siklus I, dan siklus II pada tabel dibawah ini.

Tabel 7. Kategori Keberhasilan Kemampuan *Chest Pass* Siswa-Siswi Kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan Siklus I.

No	Jumlah	Kategori	Persentase	Keterangan
1	6	Baik	16.7%	Tuntas
2	10	Cukup	27.8%	Tuntas
3	8	Kurang	22.2%	Tidak Tuntas
4	12	Sangat Kurang	33.3%	Tidak Tuntas

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa dari subjek penelitian penelitian sebanyak 36 siswa. 6 siswa (16.7%) kategori baik, 10 siswa (27.8%) kategori cukup, 8 siswa (22.2%) kategori kurang, dan 12 siswa (33.3%) kategori sangat kurang.

Tabel 8. Kategori Keberhasilan Kemampuan *Chest Pass* Siswa-Siswi Kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan Siklus II.

No	Jumlah	Kategori	Persentase	Keterangan
1	12	Sangat Baik	33.3%	Tuntas
2	13	Baik	36.1%	Tuntas
3	8	Cukup	22.2%	Tuntas
4	1	Kurang	2.8%	Tidak Tuntas
5	2	Sangat Kurang	5.6%	Tidak Tuntas

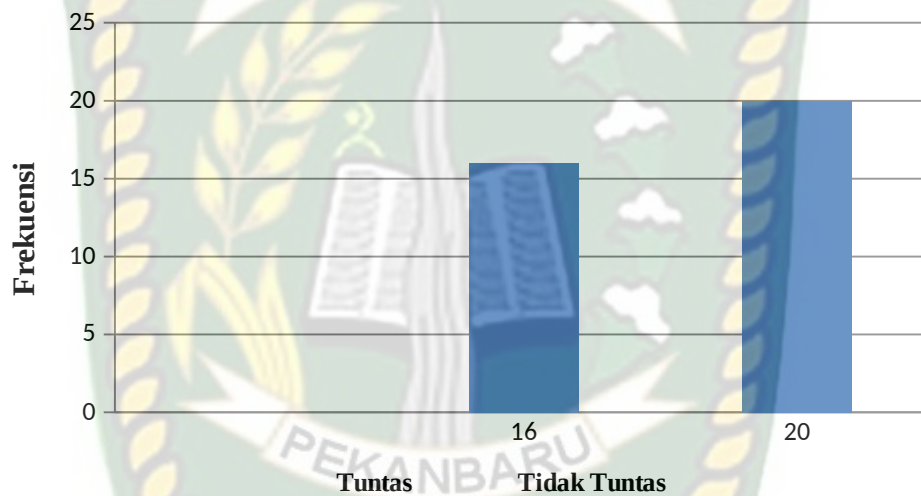
Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa dari subjek penelitian penelitian sebanyak 36 siswa. 12 siswa (33.3%) kategori sangat baik, 13 siswa (36.1%) kategori baik, 8 siswa (22.2%) kategori cukup, 1 siswa (2.8%) kategori kurang, dan 2 siswa (5.6%) kategori sangat kurang. Lebih jelasnya mengenai peningkatan hasil belajar siswa dalam *chest pass* pada permainan bola basket, dapat dilihat keterangan hasil belajar siswa menggunakan strategi variasi mengajar dari data siklus I, dan siklus II pada tabel berikut ini :

Tabel 8. Perbandingan Hasil Belajar Siswa dalam Menggunakan Strategi Variasi Mengajar

	Siklus I	Siklus II	Keterangan
Tuntas	16 (44.4%)	33 (91.7%)	Adanya peningkatan
Tidak tuntas	20 (55.6%)	3 (8.3%)	
Jumlah	36 (100%)	36 (100%)	

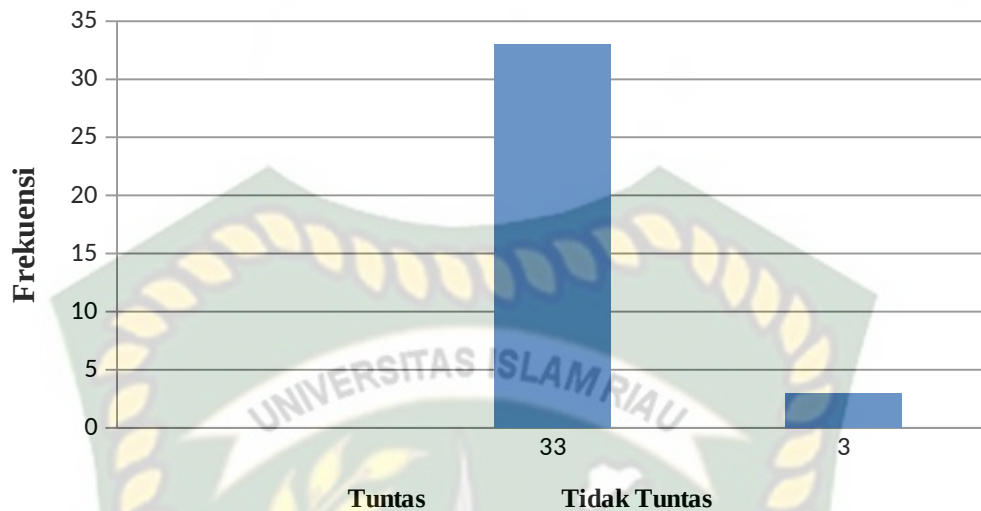
Berikut merupakan grafik perbandingan hasil belajar siswa pada siklus I dan siklus II

### Grafik Perbandingan Hasil Belajar Siswa Siklus I



Grafik 3. Histogram Perbandingan Hasil Belajar *Chest Pass* Siklus I Siswa Kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan

## Grafik Perbandingan Hasil Belajar Siswa Siklus II



Grafik 4. Histogram Perbandingan Hasil Belajar *Chest Pass* Siklus II Siswa Kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan

Dari pemaparan data di atas, dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan hasil belajar siswa antara siklus I dengan siklus II menggunakan strategi variasi mengajar. Hal tersebut dapat dilihat dari perbandingan hasil pada siklus I dan siklus II. Siklus I jumlah siswa yang tuntas yaitu 16 siswa (44.4%) dan jumlah siswa yang tidak tuntas sebanyak 20 siswa (55.6%), sedangkan pada siklus II jumlah siswa yang tuntas lebih banyak dari siswa yang tuntas pada siklus I yaitu 33 siswa (91.7%) dan jumlah siswa yang tidak tuntas sebanyak 3 siswa (8.3%).

## B. Pembahasan

Setelah proses pengambilan data, dilanjutkan dengan analisa data dari hasil penilaian unjuk kerja guna untuk mengetahui peranan variasi mengajar dalam pembelajaran *chest pass* bola basket. Hasil analisa data dapat dijelaskan bahwa strategi variasi mengajar ternyata dapat meningkatkan kemampuan *chest pass* bola basket kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci.

Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa pada siklus I yang tuntas 16 siswa dan yang tidak tuntas 20 siswa, dan siklus II siswa tuntas sebanyak 33 siswa dan yang tidak tuntas 3 siswa dengan hasil terdapat peningkatan dari jenjang setiap siklus. Berdasarkan hasil belajar yang diperoleh siswa dalam teknik dasar *chest pass* dapat dilihat dari selisih peningkatan hasil belajar yang siswa perlihatkan dalam penggunaan strategi variasi mengajar pada proses pembelajaran.

Dalam proses belajar-mengajar, hasil belajar yang di harapkan dapat dicapai oleh siswa penting diketahui oleh guru, agar guru dapat merancang atau mendesain pengajaran secara tepat dan terarah. Setiap proses belajar – mengajar keberhasilannya diukur dari seberapa jauh hasil belajar yang dicapai siswa, disamping diukur dari segi prosesnya. Artinya, seberapa jauh hasil belajar harus nampak dalam tujuannya, sebab tujuan itulah yang akan dicapai oleh proses belajar-mengajar.

Penyelenggaraan program pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu "*developmental appropriate*" (DAP). Artinya yaitu tugas belajar yang di

berikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan anak didik yang sedang belajar. Tugas ajar yang sesuai ini harus mampu mengakomodasi setiap perubahan yang lebih baik

Dari uraian yang dikemukakan sebelumnya, pada siklus pertama masih banyak siswa yang nilainya tidak mencapai KKM atau tidak tuntas hal ini disebabkan oleh rendahnya focus dan motivasi siswa dalam melakukan gerakan teknik dasar *chest pass*, banyak siswa yang masih salah dalam setiap gerakan, terlihat dalam melakukan gerakan masih kaku dan ragu-ragu mengerakkan tangan dan posisi kedua kaki yang belum benar serta sarana yang dibutuhkan, seperti kurangnya perlengkapan bola basket untuk siswa dalam melakukan teknik *chest pass*, sehingga hasil yang dicapai belum memuaskan. Hal ini menunjukkan bahwa proses pembelajaran yang dibawakan peneliti masih perlu perencanaan yang lebih baik dengan memperhatikan kelemahan dan kekuatan yang telah teridentifikasi pada siklus pertama sebagai dasar perbaikan siklus kedua.

Pada siklus kedua siswa baru bisa mencapai hasil yang baik. Hal ini disebabkan siswa mulai mampu melakukan teknik *chest pass* dengan benar, baik dari sikap kaki, sikap tangan. Hal ini membuktikan bahwa variasi mengajar ternyata dapat meningkatkan kemampuan *chest pass* permainan bola basket siswa Kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan. Guna mendapatkan hasil yang maksimal, adanya beberapa faktor yang perlu diperhatikan baik bagi guru maupun pihak sekolah, agar pembelajaran pendidikan

jasmani di sekolah berjalan dengan lancar dan baik sehingga hasil belajar siswa akan semakin baik. Beberapa faktor yang perlu diperhatikan itu adalah :

#### 1. Ketersediaan Sarana Dan Prasarana

Ketersediaan sarana penunjang olahraga khususnya olahraga permainan bola basket seperti jumlah bola yang dimiliki sekolah yang tidak begitu memadai.

#### 2. Pembinaan Dari Guru Olahraga

Selama pembinaan pembelajaran guru bukan hanya mengajarkan dan mengontrol siswa tapi juga memberi motivasi kepada siswa, dan disamping itu juga harus tegas terhadap siswa agar siswa terbiasa serius dalam mengikuti proses pembelajaran.

#### 3. Metode Pembelajaran

Dalam proses pembelajaran guru harus menerapkan metode yang mudah dipahami dan dilakukan oleh siswa. Sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan lancar serta tujuan pembelajaran dapat tercapai.

## BAB V

### KESIMPULAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap siswa kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan tentang peningkatan pembelajaran *chest pass* dalam permainan bola basket melalui strategi variasi mengajar, diperoleh hasil sebagai berikut: terdapat peningkatan kemampuan teknik dasar *chest pass* dalam permainan bola basket melalui strategi variasi mengajar pada siswa kelas X IPA 7 SMAN 1 Pangkalan Kerinci. Menurut penjelasan data sebelumnya dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini dari subjek penelitian penelitian sebanyak 36 siswa, 33 orang siswa yang tuntas dengan persentase 91.7% dan 3 siswa tidak tuntas dengan persentase 8.3% termasuk dalam kategori “Baik”

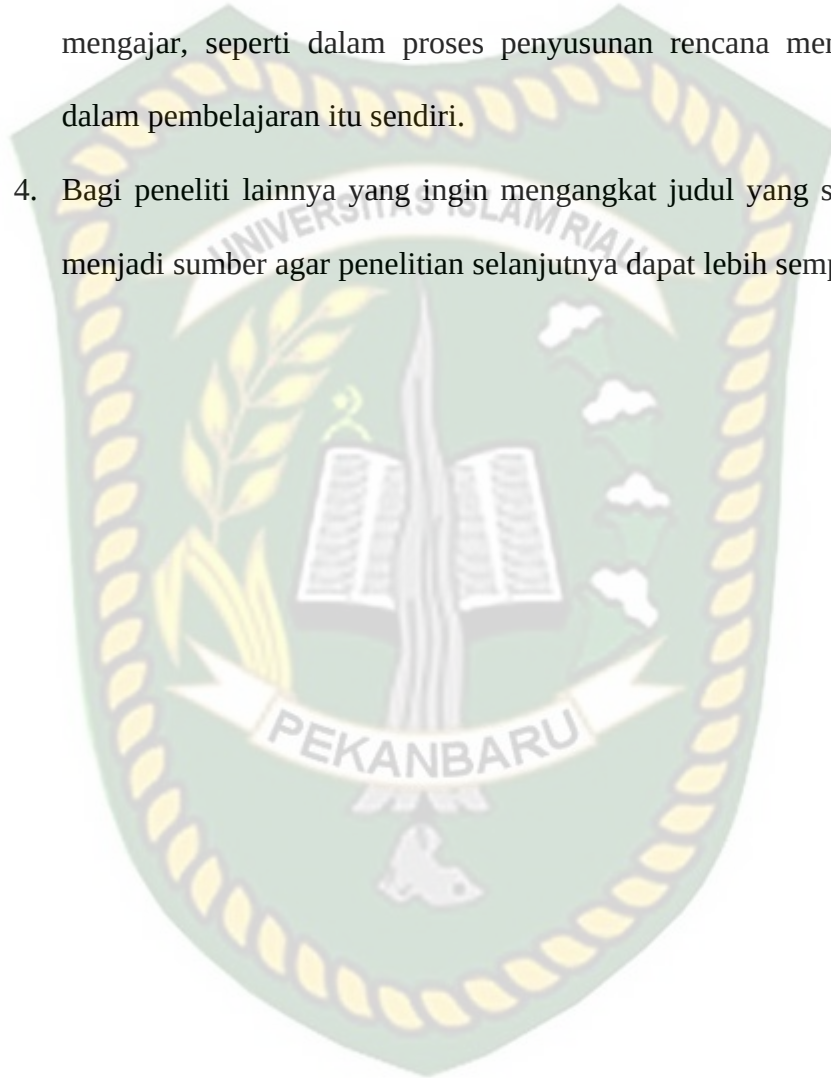
#### B. Saran

Hasil kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan strategi variasi mengajar dalam pembelajaran dapat meningkatkan keterampilan *chest pass* dalam permainan bola basket pada siswa. Dengan hasil tersebut peneliti ingin menyampaikan beberapa saran yang berkaitan dengan penelitian ini, antara lain:

1. Kepada seluruh siswa agar lebih serius dalam mengikuti pelajaran dan olahraga dan dapat menerapkan ilmu yang dipelajari dari guru dapat diterapkan dan dapat menghasilkan prestasi yang membanggakan.
2. Bagi sekolah, dapat meningkatkan kualitas proses belajar mengajar, khususnya pada pelajaran pendidikan jasmani salah satu langkah yang

dapat dilakukan sekolah yaitu melengkapi sarana dan prasarana pelajaran penjas, seperti kelengkapan bola, lapangan, dan alat-alat lainnya.

3. Bagi guru, dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi dalam mengajar, seperti dalam proses penyusunan rencana mengajar atau dalam pembelajaran itu sendiri.
4. Bagi peneliti lainnya yang ingin mengangkat judul yang sama, dapat menjadi sumber agar penelitian selanjutnya dapat lebih sempurna.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. 2007. *Permainan Bola Basket*. Surakarta: Era Intermedia
- Ali, Muhammad. 2018. Meningkatkan Pembelajaran *Chest Pass* Melalui Media Simpai Dalam Permainan Bola Basket Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Kuok Tahun Ajaran 2016/2017. *Jurnal Pendidikan Tambusai*. Volume 2, Nomor. Kampar: Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
- Amin, Bazuri Fadillah. 2018. Pembelajaran Operan Dada (*Chest Pass*) Dalam Permainan Basket Melalui Metode Mengajar Penemuan Terpimpin Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Jonggol. *Jurnal Ilmiah Sport And Education*. Volume 2. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta
- Asril, Zainal. 2012. *Micro Teaching Disertai Dengan Pedoman Pengalaman Kerja*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada
- Aqib, Zainal. 2013. *Model-Model Media, dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif)*. Bandung: Yrama Widia
- Candra, Oki. (2017). Pengaruh Metode Kooperatif Terhadap Keterampilan Bermain Bolabasket Pada Siswa Puteri Kelas VIII di SMP Negeri 9 Pekanbaru. *Journal Sport Area*, 2 (1), 45-52. doi:10.25299/sportarea.2017.vol 2 (1).452
- Citra, Umbara. 2016. *Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang SISDIKNAS & Peraturan Pemerintah RI Tahun 2015 tentang Standar Nasional Pendidikan serta Wajib Belajar*. Bandung: Citra Umbara
- Djamarah, Syaiful Bahri dan Aswan Zain. 2013. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Gandolfi, Giorgio. 2010. *The Book of Offensive Basketball Drills Game-Changing Drills from Around The World*. New York: McGraw-Hill
- Helmiati. 2013. *Micro Teaching Melatih Keterampilan Dasar Mengajar*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo
- Junaidi, Ilham Arvan. 2018. Peningkatan Keterampilan *Chest Pass* Bola Basket Melalui Metode *Peer Teaching* Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga. *Jurnal Penjaskesrek*. Volume 5, Nomor 1. Palembang: Universitas PGRI Palembang
- Khoeron, Nidhom. 2017. *Buku Pintar Basket*. Jakarta: Anugrah
- Kusumawati, Mia. 2015. *Penelitian Pendidikan Penjasorkes*. Bandung: Alfabeta.

- Majid, Abdul. 2015. *Strategi Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Neuman, Hannes. 1982. *Bola Basket Pendidikan Dasar dan Latihan*. Jakarta: PT. Gramedia
- Oliver, Jon. 2003. *Dasar-Dasar Bola Basket*. Bandung: Pakar Raya
- Padmadewi, Ni Nyoman dkk. 2017. *Pengantar Micro Teaching*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada
- Roestiyah, N.K. 2012. *Strategi Belajar Mengajar Salah Satu Unsur Pelaksanaan Strategi Belajar Mengajar: Teknik Pengajian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Triwiyanto, Teguh. 2015. *Pengantar Pendidikan*. Bumi Aksara: Jakarta
- Wissel, Hal. 2000. *Bola Basket Dilengkapi dengan Program Pemahiran Teknik dan Taktik*. PT. Rajagrafindo Jakarta: Persada