

Pengembangan Model Permainan untuk Pembelajaran Teknik Dasar Bola Basket di SMP Kota Medan

Muhammad Taufik Saputra¹ dan Muhammad Wisnu¹

¹Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna Medan.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk merancang dan menguji efektivitas model permainan dalam pembelajaran teknik dasar bola basket pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Dengan menggunakan metode Research and Development (R&D), penelitian ini menghasilkan tiga model permainan yang inovatif untuk meningkatkan kemampuan dribbling, passing, dan shooting. Penelitian melibatkan 60 siswa SMP (30 laki-laki dan 30 perempuan) berusia 12-14 tahun. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam penguasaan teknik dasar ($p < 0.05$) serta peningkatan motivasi siswa dalam belajar bola basket. Model permainan ini terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik dan mendorong partisipasi aktif siswa, memberikan alternatif yang lebih menarik dibandingkan metode pengajaran tradisional.

Kata kunci: model permainan, teknik dasar bola basket, pembelajaran berbasis permainan, pendidikan jasmani, SMP

ARTICLE INFO

Received 2 June 2024

Accepted 9 August 2024

Published 30 August 2024

ABSTRACT

The purpose of this study was to develop and evaluate the effectiveness of game models in teaching basic basketball skills at the junior high school level. Using the research and development (R&D) method, this study produced three innovative game models designed to improve dribbling, passing and shooting skills. The study involved 60 junior high school students (30 boys and 30 girls) aged 12-14 years. The results showed a significant improvement in the mastery of basic techniques ($p < 0.05$) and increased student motivation to learn basketball. The developed game model proved to be effective in improving students' motor skills and active participation, offering an attractive alternative to conventional teaching methods.

Keywords: game model, basic basketball techniques, game-based learning, physical education, junior high school

Citation:

Pengembangan Model Permainan untuk Mengajar Teknik Dasar Bola Basket di Sekolah Menengah Pertama Kota Medan. (2024). ISORI KAMPAR: Indonesian Sport & Physical Scientist Association Journal, 1(01), 15-22.
<https://isorikampar.inspiree.review/index.php/isorikamparjournal/article/view/3>

PENDAHULUAN

Bola basket merupakan olahraga yang populer dan menjadi bagian penting dari kurikulum pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Pertama (SMP). Selain manfaat fisiknya, olahraga ini juga berperan dalam mengembangkan keterampilan sosial dan kognitif siswa (Côté et al., 2013). Namun, metode pengajaran tradisional sering kali tidak berhasil dalam menarik minat siswa dan mengasah keterampilan teknik dasar mereka, terutama dengan mempertimbangkan karakteristik perkembangan dan gaya belajar remaja awal. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kebutuhan akan pendekatan pembelajaran yang lebih efektif dan menarik untuk pengajaran bola basket di tingkat SMP, dengan mengintegrasikan prinsip-prinsip Game-Based Learning dan teori perkembangan motorik pada remaja.

Penguasaan keterampilan dasar merupakan fondasi utama yang menentukan keberhasilan seorang pemain dalam permainan bola basket. Wissel (2011) mengidentifikasi

✉ Corresponding author: Muhammad Taufik Saputra, Email Address: muhammادتaufiksaputra04@gmail.com



tiga keterampilan fundamental yang wajib dimiliki oleh setiap pemain untuk dapat berkontribusi secara optimal dalam permainan.

Dribbling merupakan Keterampilan menggiring bola dengan kontrol yang baik merupakan kemampuan esensial yang memungkinkan pemain bergerak dengan efektif di lapangan. Dribbling tidak hanya sekadar menggiring bola dari satu titik ke titik lain, tetapi melibatkan penguasaan koordinasi tangan-kaki, kecepatan, dan kemampuan adaptasi terhadap situasi yang dinamis. Pemain yang mahir menggiring bola harus mampu melakukannya dengan kedua tangan serta mempertahankan kontrol meskipun bergerak dalam kecepatan dan arah yang bervariasi (Wissel, 2011). Menurut Schmidt dan Lee (2011) dalam teori kontrol motorik, kemampuan ini berkaitan dengan pengembangan pola gerakan yang optimal melalui latihan repetitif, yang membangun adaptasi sensorimotor. Passing adalah Keterampilan mengoper bola secara akurat kepada rekan satu tim menjadi kunci dalam memastikan kelancaran permainan tim. Terdapat beberapa teknik passing yang harus dikuasai, termasuk chest pass, bounce pass, dan overhead pass, yang masing-masing memiliki kegunaan situasional tergantung pada jarak, posisi lawan, dan kebutuhan strategi tim (Wissel, 2011). Berdasarkan teori pembelajaran sosial dari Bandura (1977), keterampilan passing berkembang melalui observasi dan peniruan dari model yang tepat serta reinforcement positif dari lingkungan permainan. Shooting adalah menembak bola ke keranjang dengan akurasi tinggi merupakan keterampilan yang paling langsung terkait dengan pencetakan poin dalam permainan bola basket. Teknik shooting, seperti set shot, jump shot, dan lay-up, memerlukan penguasaan timing, koordinasi mata-tangan, serta eksekusi mekanik yang konsisten (Wissel, 2011). Menurut teori keterampilan motorik Fitts dan Posner (1967), pemain melalui tahapan pengembangan keterampilan mulai dari tahap kognitif (memahami teknik), tahap asosiatif (mempraktikkan dengan lebih sedikit kesalahan), hingga tahap otonom (melakukan gerakan secara alami dengan minim kesalahan).

Krause et al. (2018) memperkuat pandangan ini dengan menekankan bahwa penguasaan ketiga keterampilan ini tidak hanya penting untuk memastikan keterlibatan yang efektif dalam permainan, tetapi juga berperan signifikan dalam membangun kepercayaan diri pemain dan meningkatkan enjoyment atau kesenangan dalam bermain. Teori motivasi diri (Deci & Ryan, 1985) menyatakan bahwa keterampilan yang dikuasai meningkatkan perasaan kompetensi, yang pada gilirannya memotivasi pemain untuk lebih terlibat dalam permainan dan meningkatkan rasa kepuasan pribadi. Kombinasi dari keterampilan teknik yang solid dan rasa

percaya diri ini menciptakan pengalaman bermain yang lebih memuaskan dan produktif bagi setiap pemain.

Pendekatan pembelajaran berbasis permainan telah menjadi topik yang semakin mendapat perhatian dalam pendidikan jasmani selama beberapa dekade terakhir. Kirk dan MacPhail (2002) memperkenalkan model Teaching Games for Understanding (TGfU), yang menekankan pentingnya memahami konteks taktis serta permainan itu sendiri dalam proses belajar keterampilan olahraga. Light (2012) kemudian mengembangkan konsep ini lebih lanjut melalui Game Sense Approach, yang berfokus pada pembelajaran melalui pengalaman bermain, Pengembangan kesadaran taktis, Pengambilan keputusan dalam konteks permainan, serta, Peningkatan motivasi intrinsik melalui kesenangan (enjoyment). Penelitian Harvey et al. (2020) mendukung pendekatan ini, menunjukkan bahwa metode berbasis permainan tidak hanya dapat meningkatkan keterampilan teknis, tetapi juga membantu memperdalam pemahaman taktis serta memunculkan kreativitas dalam permainan.

Masa SMP (usia 12-14 tahun) merupakan fase penting dalam perkembangan motorik remaja. Gallahue dan Ozmun (2006) mengidentifikasi bahwa pada usia ini terjadi perkembangan pesat dalam kemampuan mempelajari keterampilan motorik baru, meskipun terdapat variasi tingkat kematangan fisik di antara individu. Malina et al. (2004) menyoroti pentingnya menyesuaikan metode pengajaran dengan tahap perkembangan ini guna mengoptimalkan hasil pembelajaran dan meminimalkan risiko cedera.

METODE PENELITIAN

Sampel Penelitian

Partisipan penelitian terdiri dari 60 siswa SMP (30 laki-laki dan 30 perempuan) berusia 12-14 tahun dari dua sekolah SMP di kota medan. Kriteria inklusi meliputi: 1) Tidak memiliki pengalaman kompetitif dalam bola basket, 2) Tidak memiliki kondisi medis yang menghalangi partisipasi dalam aktivitas fisik intensif.

Desain Penelitian

Penelitian ini mengadopsi pendekatan Research and Development (R&D) dengan menggunakan model ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation) sebagaimana diuraikan oleh Branch (2009). Pendekatan ini dipilih karena kemampuannya untuk mengintegrasikan pengembangan produk (dalam hal ini, model permainan) dengan evaluasi sistematis efektivitasnya.

Prosedur Penelitian

Tabel 1. Langkah-Langkah Penelitian (Sintax)

Langkah-Langkah Penelitian (Sintax)	Pedoman dan Keterangan
Analisis:	Kajian literatur tentang pembelajaran bola basket dan perkembangan motorik remaja, Wawancara dengan 5 guru pendidikan jasmani SMP untuk mengidentifikasi tantangan dalam pengajaran bola basket, Observasi 10 sesi pembelajaran bola basket konvensional.
Perancangan:	Pengembangan konsep awal tiga model permainan berdasarkan hasil analisis, Pemetaan tujuan pembelajaran spesifik untuk setiap model permainan
Pengembangan:	Elaborasi detail setiap model permainan, termasuk aturan, setup, dan variasi, Validasi konten oleh panel ahli yang terdiri dari 2 pelatih bola basket bersertifikat dan 2 ahli pendidikan jasmani, Revisi berdasarkan feedback ahli.
Implementasi:	Pelatihan 4 guru pendidikan jasmani dalam penerapan model permainan, Implementasi model dalam 12 sesi pembelajaran (4 sesi untuk setiap model) selama 6 minggu.
Evaluasi:	Pre-test dan post-test keterampilan teknik dasar bola basket, Pengumpulan data kualitatif melalui observasi dan wawancara dengan siswa dan guru.

Instrumen Penelitian

Tes Keterampilan Teknik Dasar Bola Basket: AAHPERD Basketball Skills Test Battery (Hopkins et al., 1984), meliputi: Speed Spot Shooting Test, Passing Test dan Control Dribble Test. Data kuantitatif dianalisis menggunakan uji-t berpasangan untuk membandingkan hasil pre-test dan post-test keterampilan teknik dasar.

HASIL PENELITIAN

Model Permainan yang Dikembangkan

Tabel 2. Model Permainan yang Dikembangkan

No	Model Permainan	Deskripsi Permainan	Tujuan Pembelajaran
1.	Dribble Race	Permainan estafet yang menggabungkan berbagai teknik dribbling: Siswa dibagi dalam tim beranggotakan 4-5 orang, Setiap anggota tim harus menyelesaikan sirkuit dribbling yang melibatkan rintangan dan perubahan kecepatan, Tim yang menyelesaikan sirkuit tercepat dengan pelanggaran minimal menjadi pemenang	Meningkatkan kontrol bola, kecepatan dribbling, dan kemampuan mengubah arah
2.	Pass and Move	Permainan kelompok yang fokus pada passing dalam situasi dinamis: Area permainan dibagi menjadi zona-zona bernilai poin, Tim mendapatkan poin dengan melakukan passing ke rekan tim di zona bernilai, Pemain tidak boleh dribble, hanya boleh pivot setelah menerima bola, Tim dengan poin tertinggi setelah waktu tertentu menjadi pemenang.	Mengembangkan akurasi passing, pengambilan keputusan, dan pergerakan tanpa bola
3.	Shoot for Points	Permainan kompetitif yang mengkombinasikan shooting dengan elemen strategi: Lapangan dibagi menjadi zona shooting dengan nilai poin berbeda, Tim berusaha mencetak poin sebanyak mungkin dalam waktu tertentu, Setiap pemain harus melakukan shooting dari semua zona, Bonus poin diberikan untuk assist dan rebound.	Meningkatkan akurasi shooting, pengambilan keputusan cepat, dan kerja tim

Hasil analisis menunjukkan bahwa model permainan yang dikembangkan memiliki dampak positif yang signifikan terhadap keterampilan teknik dasar bola basket siswa dalam pembelajaran. Berikut ini adalah uraian detail dari temuan-temuan utama: Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar: Hasil analisis uji-t berpasangan menunjukkan peningkatan signifikan dalam skor keterampilan teknik dasar: 1) Dribbling: $t(59) = 7.23$, $p < 0.001$, $d = 0.93$ dengan Interpretasi: Peningkatan sangat signifikan dalam keterampilan dribbling, dengan effect size yang besar ($d > 0.8$). Ini menunjukkan bahwa model permainan "Dribble Race" sangat efektif dalam meningkatkan kontrol bola dan kecepatan dribbling siswa. Rata-rata skor pre-test:

15.2 (SD = 3.8) dan Rata-rata skor post-test: 21.7 (SD = 4.2) serta Peningkatan rata-rata: 42.8%. 2) Passing: $t(59) = 6.89$, $p < 0.001$, $d = 0.89$ dengan Interpretasi: Peningkatan signifikan dalam keterampilan passing, dengan effect size yang besar. Model permainan "Pass and Move" terbukti efektif dalam meningkatkan akurasi dan kecepatan passing siswa. Rata-rata skor pre-test: 18.5 (SD = 4.1) dan Rata-rata skor post-test: 24.3 (SD = 3.9) serta Peningkatan rata-rata: 31.4%. 3) Shooting: $t(59) = 5.76$, $p < 0.001$, $d = 0.74$ dengan Interpretasi: Peningkatan signifikan dalam keterampilan shooting, dengan effect size medium ke besar. Model permainan "Shoot for Points" berhasil meningkatkan akurasi shooting siswa. Rata-rata skor pre-test: 12.8 (SD = 3.5) dan Rata-rata skor post-test: 17.1 (SD = 3.8) sehingga peningkatan rata-rata: 33.6%.

Hasil-hasil ini secara keseluruhan menunjukkan bahwa model permainan yang dikembangkan tidak hanya berhasil meningkatkan keterampilan teknis siswa, tetapi juga berperan dalam meningkatkan motivasi, partisipasi aktif, dan kesenangan dalam pembelajaran bola basket. Peningkatan signifikan dalam semua aspek yang diukur (keterampilan teknis, motivasi, dan waktu aktif belajar) menunjukkan bahwa pendekatan berbasis permainan ini memberikan metode yang lebih komprehensif dan efektif untuk pembelajaran bola basket di tingkat SMP dibandingkan dengan pendekatan tradisional.

PEMBAHASAN

Model permainan yang dirancang terbukti berhasil dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar serta motivasi siswa selama pembelajaran bola basket. Temuan ini sejalan dengan teori pembelajaran berbasis permainan yang menekankan bahwa konteks permainan dan aspek kesenangan merupakan elemen penting dalam proses pembelajaran (Light, 2012). Peningkatan signifikan dalam keterampilan dribbling, passing, dan shooting dapat dijelaskan melalui desain permainan yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan latihan berulang dalam kondisi yang meniru situasi permainan nyata. Hal ini mendukung argumen dari Renshaw et al. (2010) yang menekankan pentingnya **representative learning design**, di mana pembelajaran olahraga lebih efektif ketika siswa dilibatkan dalam konteks yang menyerupai permainan sebenarnya.

Selain itu, peningkatan motivasi intrinsik yang tercatat selama penelitian sejalan dengan **Self-Determination Theory** (Ryan & Deci, 2000), yang menunjukkan bahwa otonomi, kompetensi, dan keterkaitan adalah faktor utama dalam memotivasi siswa untuk belajar. Model

permainan yang dikembangkan ini tidak hanya memberikan kebebasan bagi siswa untuk membuat keputusan secara mandiri (otonomi), tetapi juga memungkinkan mereka merasakan peningkatan keterampilan (kompetensi) dan berinteraksi dengan rekan satu tim dalam cara yang positif (keterkaitan), sehingga secara efektif mendorong motivasi belajar yang lebih dalam.

Di samping itu, peningkatan signifikan dalam waktu aktif belajar menunjukkan bahwa model permainan ini lebih efisien dalam memanfaatkan waktu pembelajaran dibandingkan dengan metode pengajaran tradisional. Temuan ini mendukung pandangan McKenzie (2009) yang menekankan bahwa memaksimalkan waktu aktivitas dalam pendidikan jasmani sangat penting untuk meningkatkan hasil pembelajaran dan kebugaran siswa, menunjukkan bahwa model ini menawarkan pendekatan yang lebih optimal dalam pendidikan olahraga di sekolah.

KESIMPULAN

Penelitian ini berhasil mengembangkan tiga model permainan inovatif yang terbukti efektif dalam pembelajaran teknik dasar bola basket di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Setiap model permainan dirancang secara khusus untuk meningkatkan keterampilan teknis siswa, seperti dribbling, passing, dan shooting, yang merupakan fondasi utama dalam permainan bola basket. Selain meningkatkan keterampilan teknis, model-model tersebut juga memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan motivasi siswa dan partisipasi aktif mereka dalam proses pembelajaran. Dengan menggunakan pendekatan berbasis permainan, penelitian ini menciptakan lingkungan belajar yang lebih menarik dan interaktif, di mana siswa terlibat lebih dalam, merasa lebih termotivasi, dan berperan aktif dalam kegiatan pembelajaran. Model pembelajaran ini tidak hanya berhasil meningkatkan aspek keterampilan motorik, tetapi juga menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dan dinamis. Sebagai alternatif terhadap metode pengajaran bola basket yang lebih konvensional, pendekatan ini menawarkan metode yang lebih holistik dan efektif, yang dapat diaplikasikan secara luas di tingkat SMP untuk memperkaya proses pembelajaran olahraga.

REFERENCE

- Branch, R. M. (2009). *Instructional design: The ADDIE approach*. Springer Science & Business Media.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.

- Côté, J., Lidor, R., & Hackfort, D. (2013). ISSP position stand: To sample or to specialize? Seven postulates about youth sport activities that lead to continued participation and elite performance. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(1), 7-17.
- Darst, P. W., Zakrajsek, D. B., & Mancini, V. H. (1989). *Analyzing physical education and sport instruction* (2nd ed.). Human Kinetics.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2006). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (6th ed.). McGraw-Hill.
- Harvey, S., Cushion, C., & Sammon, P. (2020). Improving coaches' practice and athlete outcomes through a game-centered approach in youth sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 15(5-6), 549-563.
- Hopkins, D. R., Shick, J., & Plack, J. J. (1984). *Basketball for boys and girls: Skills test manual*. American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance.
- Kirk, D., & MacPhail, A. (2002). Teaching games for understanding and situated learning: Rethinking the Bunker-Thorpe model. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21(2), 177-192.
- Krause, J. V., Meyer, D., & Meyer, J. (2018). *Basketball skills and drills* (4th ed.). Human Kinetics.
- Light, R. (2012). *Game sense: Pedagogy for performance, participation and enjoyment*. Routledge.
- Malina, R. M., Bouchard, C., & Bar-Or, O. (2004). *Growth, maturation, and physical activity* (2nd ed.). Human Kinetics.
- McAuley, E., Duncan, T., & Tammen, V. V. (1989). Psychometric properties of the Intrinsic Motivation Inventory in a competitive sport setting: A confirmatory factor analysis. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 60(1), 48-58.
- McKenzie, T. L. (2009). *System for Observing Fitness Instruction Time (SOFIT): Generic description and procedures manual*. San Diego State University.
- Renshaw, I., Chow, J. Y., Davids, K., & Hammond, J. (2010). A constraints-led perspective to understanding skill acquisition and game play: A basis for integration of motor learning theory and physical education praxis? *Physical Education and Sport Pedagogy*, 15(2), 117-137.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.

Wissel, H. (2011). Basketball: Steps to success (3rd ed.). Human Kinetics.