

Gaya resiprokal untuk meningkatkan keterampilan shooting bola basket

Reciprocal style to improve basketball shooting skills

Aswan Dai¹, Hartono Hadjarati², Arief Ibnu Haryanto^{3*}

¹Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Gorontalo, Kota Gorontalo, Indonesia

²Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Negeri Gorontalo, Kota Gorontalo, Indonesia

³Jurusan Ilmu Keolahragaan Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Kabupaten Gorontalo, Indonesia

¹aswan.dai@ung.ac.id, ²hartonohadjarati@ung.ac.id, ³ariefibnu67@gmail.com*

*corresponding author

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan keterampilan shooting dalam permainan bola basket dengan menggunakan gaya resiprokal di SMA Negeri 1 Marisa. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Populasi dalam penelitian ini yaitu kelas XI IPA dengan jumlah Siswa 21 orang yang terdiri dari 6 orang putra dan 15 orang putri. Adapun sampel dalam penelitian ini menggunakan metode Total Sampling. Prosedur penelitian menggunakan empat tahap yaitu: tahap persiapan, tahap pelaksanaan tindakan, tahap pemantauan dan evaluasi dan tahap analisis dan refleksi. Hasil observasi yaitu capaian kategori kurang 90,48% dan cukup 9,52%, kemudian dilanjutkan dengan siklus I yang mencapai kategori cukup 76,19% dan baik 23,81%, kemudian hasil akhir siklus II dari penelitian ini yaitu mencapai kriteria baik 47,62% dan sangat baik 52,38% untuk kriteria ketuntasan penilaian. Hasil tersebut membuktikan bahwa dengan metode gaya resiprokal akan dapat memberikan peningkatan yang efektif untuk peningkatan kemampuan shooting bola basket di SMA Negeri 1 Marisa yang bisa juga diterapkan untuk sekolah lain.

Kata Kunci: resiprokal, *shooting*, bola basket

This study aims to determine the improvement of shooting skills in basketball games using reciprocal style in SMA Negeri 1 Marisa. This research is a Classroom Action Research (CAR). The population in this study is class XI IPA with a total of 21 students consisting of 6 boys and 15 girls. The sample in this research uses the total sampling method. The research procedure used four stages, namely: the preparation stage, the action stage, the monitoring and evaluation stage, and the analysis and reflection stage. The results of the observation were the achievement in the category of less than 90.48% and quite 9.52%, then continued with the first cycle which reached the good category of 76.19% and 23.81%, 62% and very good 52.38% for the assessment completeness criteria. These results prove that the reciprocal style method will be able to provide an effective improvement for improving basketball shooting skills at SMA Negeri 1 Marisa which can also be applied to other schools.

Keywords: reciprocal, shooting, basketball

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima : 8 April 2021

Disetujui : 4 Mei 2021

Tersedia secara Online Mei 2021

Alamat Korespondensi:

Arief Ibnu Haryanto

3Jurusan Ilmu Keolahragaan Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Jl. Prof. Dr. H. Mansoer Pateda, Desa Pentadio Timur, Kecamatan

Telaga Biru, Kabupaten Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

E-mail: ariefibnu67@gmail.com

PENDAHULUAN

Apabila upaya pembelajaran tertentu memberikan hasil belajar yang baik, maka proses kegiatan pembelajaran juga dapat dikatakan efisien (Mastiyah, 2018). Guru sebagai pendidik dan siswa sebagai penerima proses pendidikan tersebut merupakan hal yang paling berperan dalam mendapatkan hasil belajar yang optimal (Hadjarati & Haryanto, 2020). Penguasaan materi dapat diukur melalui keberhasilan dalam belajar melalui materi yang disampaikan.

Fenomena yang terjadi selama ini sebagai guru Pendidikan Jasmani dihadapkan pada kecenderungan dan isu rawan dikalangan generasi muda yang bisa didapatkan melalui nilai.

Peran guru dalam penyampaian tema akan berpengaruh terhadap siswa dalam mencapai keberhasilan belajar (Mastiyah, 2018). Memahami faktor apa saja yang siswa butuhkan sangat penting untuk membantu siswa mencapai hasil belajar yang terbaik (Friskawati & Sobarna, 2019). Melalui proses belajar mengajar, guru bertugas sebagai pendorong, pemacu, pembimbing, dan pemberi fasilitas belajar untuk siswa dalam pencapaian tujuan (Sanjani, 2020). Guru Pendidikan Jasmani tidak boleh mengesampingkan tujuan pendidikan yang melingkupi perkembangan siswa. Perkembangan siswa menjadi tanggung jawab guru secara penuh dalam mengetahui apapun yang ada di kelas berkaitan dengan proses kembang siswa.

Bola basket yaitu merupakan sebuah permainan yang mempunyai gerakan yang mengandung beberapa unsur yaitu gabungan dari berjalan, berlari, melempar, melompat dan mempunyai unsur kekuatan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, dan unsur pendukung lainnya (Djami, 2018). Kemampuan fisik yang baik dalam bermain bola basket merupakan persyaratan yang diperlukan dalam melakukan gerakan-gerakan kompleks tersebut (Hidayatullah, 2019). Gerakan-gerakan yang kompleks dalam permainan bola basket akan mudah dilakukan apabila mempunyai kondisi fisik yang optimal. Siswa membutuhkan dukungan dari guru Pendidikan Jasmani untuk memperoleh kondisi fisik yang optimal sebagai tolak ukur kebugaran jasmani. Guru Pendidikan Jasmani berperan penuh terhadap perkembangan motorik siswa yang diajarnya.

Shooting merupakan usaha pemain bola basket dalam memasukkan bola kedalam keranjang (ring) lawan (Muttaqin, Hidayah, & Mukarromah, 2019). Teknik *shooting* dalam permainan bola basket antara lain: tembakan kaitan, tembakan *lay-up*, menangkap bola kemudian *lay-up*, tembakan meloncat dengan dua tangan (*jump shoot*), dan tembakan satu tangan di atas kepala (*one hand set shoot*) (Hermawan & Rachman, 2018). Permainan bola basket akan semakin lebih menarik apabila usaha-usaha dalam melakukan *shooting* dari masing-masing tim bervariasi (Kusumawati & Muhamad, 2020). Hal inilah yang menjadikan teknik *shooting* dalam bola basket sangat penting dalam penguasaan teknik dasar, agar usaha melakukan tembakan mencapai target yaitu bola dapat masuk ke dalam keranjang lawan.

Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Marisa yang beralamat di Kabupaten Pohuwato, Provinsi Gorontalo terlihat siswa yang melakukan *shooting* pada pokok bahasan bola basket di jam pelajaran Pendidikan Jasmani dan

Kesehatan masih terlihat kurang baik dan banyak yang tidak masuk ke sasaran keranjang. Masih kurang baiknya siswa yang melakukan *shooting* disebabkan oleh cara pelemparan bola menuju keranjang basket yang kurang tepat karena terkesan asal lempar saja. Kesan siswa yang melakukan hal tersebut menyebabkan bola terbuang percuma karena hanya akan mengeluarkan tenaga yang tidaklah efektif dan efisien untuk memperoleh tujuan, yaitu melemparkan bola sampai masuk kedalam keranjang.

Guru pendidikan jasmani memberikan informasi bahwa hasil belajar *shooting* yang masih rendah, khususnya pada saat *shooting* bola basket siswa kelas XI SMA Negeri 1 Marisa dari 21 siswa yang ada dari kelas XI belum ada yang memiliki nilai pada kategori baik. Artinya dari data tersebut yang memahami *shooting* bola basket hanya sekitar 32%. Hal ini belumlah memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) secara klasikal 80% secara ketetapan dari keseluruhan siswa. Pengaruhnya KKM mata pelajaran pendidikan jasmani yang telah diterapkan disekolah mempunyai hasil belajar yang rendah yaitu 75. Apabila ditinjau dari sarana prasarana di SMA Negeri 1 Marisa memiliki 1 lapangan bola basket yang cukup baik, memiliki bola basket yang cukup banyak dan masih pantas, kemudian ring bola basket yang permanen.

Model pembelajaran gaya komando merupakan sebuah model yang sering digunakan oleh para guru pendidikan jasmani (Fallo, Ardimansyah, & Hidayati, 2020), dimana model tersebut sangat dipengaruhi oleh guru yang menjadi modelnya. Guru cenderung memberikan pendekatan olahraga prestasi dengan metode komando yang berpusat pada guru tersebut sehingga tugas-tugas bagi siswa tidak ada bedanya seperti latihan olahraga untuk atlet. Hal ini berpotensi menimbulkan kebosanan dalam penerapan pembelajaran. Perlunya model pembelajaran lain yang bervariasi dalam penerapannya supaya siswa tidak merasa bosan dan agar lebih kreatif. Solusi lain yang ada pada penelitian ini yaitu dengan menerapkan gaya pembelajaran resiprokal yang diterapkan dalam keterampilan *shooting* bola basket.

Penelitian terdahulu dalam penerapan gaya resiprokal untuk pembelajaran ini sudah terbukti pada cabang olahraga lain. Penerapan ini mempunyai peningkatan dalam olahraga bola voli (Rizal & Kasriman, 2020), dan sepak takraw (Suprayitno, 2018). Peneliti tertarik dalam melakukan penelitian tersebut karena ada beberapa faktor, yaitu faktor gaya resiprokal tersebut jarang sekali diberikan guru kepada siswanya terutama dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, faktor lain, bahwa pentingnya gaya mengajar yang bervariasi dalam menyampaikan bahan ajar pendidikan jasmani yang ada di sekolah-sekolah. Harapannya dengan gaya resiprokal tersebut, siswa akan banyak yang memenuhi KKM yang ditetapkan oleh sekolah.

Permainan bola basket merupakan salah satu permainan bola besar yang dimainkan oleh dua regu/tim putra maupun putri, yang masing-masing regu/tim terdiri dari lima orang pemain (Acikmese, Ustundag, Uzunovic, & Golubovic, 2020). Mencegah pemain lawan untuk membuat angka/memasukkan bola ke basket/keranjang regu sendiri dan membuat angka sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke basket/keranjang lawan merupakan tujuan dari permainan bola basket (Wanena, 2018). Permainan bola basket mempunyai beberapa macam keterampilan gerak, yaitu: mengoper (*passing*) (Vencúrik et al., 2021), menangkap (*catching*) (Juravle & Spence, 2015), menggiring (*dribbling*) (Robalo, Diniz, Fernandes, & Passos, 2020), menembak ke ring (*shooting*) (Muttaqin et al., 2019), menumpu satu kaki (*pivot*) (Temmasonge 2019). Keterampilan gerak tersebut bersifat keharusan yang mestinya dimiliki oleh pemain bola basket apabila ingin dikatakan mahir. Kemahiran dalam melakukan keterampilan gerak tersebut mestinya senantiasa diasah dalam suatu pelatihan ataupun dalam program pendidikan mestinya disampaikan oleh guru dengan metode yang sesuai untuk siswa.

Tembakan dengan menggunakan salah satu tangan (*One hand set shot*) tekniknya yaitu kedua tangan memegang bola, lutut ditekuk kemudian kedua kaki dibuka selebar bahu, tangan tumpuan *shooting* digeser ke arah belakang bola pada saat akan melakukan *shooting*, tangan yang tidak dominan pada proses *shooting* bertugas untuk melindungi bola pada saat melakukan *shooting* yang pada saat bersamaan bola dipindahkan ke depan kepala atau ke samping dengan membentuk seperti huruf “L”. Hal yang tidak kalah penting yaitu jari-jari dan pergelangan tangan pada saat bola dilepas haruslah menghadap keranjang (Okubo & Hubbard, 2020). Tembakan dengan menggunakan satu tangan ini merupakan tembakan andalan yang sering dipakai oleh para pemain bola basket. Hal ini dikarenakan tembakan dengan menggunakan satu tangan ini memiliki tingkat keseimbangan dan akurasi yang lebih tinggi daripada jenis tembakan dengan dua tangan. Tembakan dengan menggunakan satu tangan ini memiliki kelemahan, yaitu tidak bisa dilakukan dengan jarak yang sangat jauh dan tergesa-gesa karena kurangnya *power* lecutan tangan pada bola.

Tembakan dengan menggunakan kedua tangan (*Two hand set shot*) tekniknya yaitu kedua tangan memegang bola, badan ditegakkan, kaki dibuka secara sejajar, posisikan tangan yang memegang bola diatas dan juga bola tersebut di depan kepala, tekuklah kedua siku, jangan memalingkan pandangan pada keranjang sasaran, lengan siku berperan aktif dalam mendorong bola ke keranjang, lutut beserta badan secara serempak sejajar lurus, pergelangan tangan beserta jari-jari tangan diaktifkan pada saat bola lepas, jadi bola hanta akan bergerak

membentuk lengkungan dari bawah ke atas (Wang, Liu, & Moffit, 2010). Tembakan dengan dua tangan ini memiliki tingkat *power* yang tinggi dan juga bisa dilakukan secara sekejap dan terburu-buru, namun segala kelebihan dari teknik ini akan mengorbankan akurasi dan keseimbangan dari bola ke arah keranjang.

Lay-up sendiri merupakan sebuah gerakan yang bertujuan untuk memasukkan bola ke keranjang lawan yang didahului oleh gerakan dua langkah kemudian melompat yang ditembakkan dengan jarak yang sangat dekat dengan keranjang sehingga seakan-akan bola tersebut ditaruh pada keranjang basket. Nama lain dari *lay-up* yaitu gaya tembakan tiga langkah. Gerakan langkah tersebut dapat dilakukan secara bagus saat menggiring maupun menerima bola operan yang mana ketiga unsur tersebut merupakan unsur yang penting dalam gerakan *Lay up* (Akinci & Kirazci, 2020). Gerakan *lay-up* sering dilakukan oleh para pemain yang mempunyai kesempatan mendekati keranjang lawan, sehingga pemain seakan-akan menaruh bola di keranjang lawan dengan cara *lay-up* tersebut.

Gaya mengajar resiprokal merupakan salah satu gaya mengajar yang bisa diterapkan untuk menekankan siswa supaya lebih banyak aktif untuk belajar dan guru hanya berperan sebagai fasilitator yang memantau setiap kegiatan yang dilakukan oleh siswa didalam pembelajaran (Gani, Winarno, Aminudin, Dimiyati, & Mahardika, 2020; Sistiasih, 2020; Sonjaya, 2020). Gaya mengajar resiprokal terdapat unsur penilaian formatif atau korelatif dari siswa pada pasangannya sehingga dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang gerak yang dipelajari dan dilakukan. Gaya resiprokal ini biasanya dibagi menjadi beberapa bagian yang memiliki peran tertentu secara terorganisir. Peran guru hanyalah sebagai fasilitator, sedangkan siswa berperan aktif sebagai pelaku dan juga sebagai pengamat.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Marisa, Kecamatan Marisa, Kabupaten Pohuwato, Provinsi Gorontalo. Populasi dalam penelitian ini yaitu kelas XI IPA dengan jumlah Siswa 21 yang terdiri dari 6 putra dan 15 putri, dengan latar belakang yang berbeda-beda terhadap tingkat penguasaan materi dalam melakukan *shooting*. Prosedur penelitian menggunakan empat tahap yaitu: tahap persiapan, tahap pelaksanaan tindakan, tahap pemantauan dan evaluasi dan tahap analisis dan refleksi.

Teknik pengumpulan data dikumpulkan dari hasil pemantauan atau observasi awal dengan memberikan kesempatan kepada siswa bagaimana cara melakukan teknik *shooting* tanpa ada tindakan pertama. Pada tahap ini dilaksanakan dengan pedoman pengamatan dan

juga observasi langsung dari peneliti menggunakan lembar penelitian yang tampak pada tabel 1.

Tabel 1. Pedoman Observasi

Persiapan	Gerakan	Akhir Gerakan
1. Berdiri tegak.	1. Dorong bola ke depan atas dengan menggunakan satu lengan hingga lengan lurus.	1. Kedua lengan lurus ke depan rileks.
2. Sikap melangkah menghadap arah gerakan bola dan rendahkan kedua lutut.	2. Bersama dengan itu pinggul, lutut dan tumit naik.	2. Arah pandangan mengikuti arah gerak bola.
3. Bola dipegang menggunakan telapak tangan dan jari pada bagian bawahnya.	3. Saat lengan lurus bola dilepaskan dari pegangan tangan.	
4. Salah satu tangan terbuka kemudian tangan yang lainnya hanya membantu menahan bagian samping bola.	4. Gerakan pelepasan bola dibantu dengan mengaktifkan pergelangan tangan dan jari.	
5. Pandangan ke arah sasaran tembakan.	5. Arah bola yang benar yaitu menyerupai parabola.	

(Saputro, 2014)

Instrumen penilaian tes praktik menggunakan lembar petunjuk pengisian tampak seperti pada tabel 2.

Tabel 2. Instrumen Penilaian *Shooting*

Gerak yang Diamati	Nilai			
	4	3	2	1
Persiapan				
1. Salah satu kaki di depan, bola dipegang di bawah ketinggian dada dengan dua tangan, jari-jari dibuka.				
2. Angkat bola di atas kepala dengan sikut menghadap ke depan, pandangan ke arah basket.				
3. Jari-jari dibuka lebar, kedua tangan atau jari-jari di samping belakang bola.				
4. Tangan kiri menahan bola agar tidak jatuh				
Pelaksanaan				
Bola dilepas dengan cara meluruskan kedua lutut dan lengan ke atas secara bersamaan.				
Sikap Akhir				
Setelah melepas bola telapak tangan menghadap ke bawah.				
Jumlah				
Skor Perolehan				
Skor Maksimum				

(Komarudin, 2016)

1. Skala penilaian diisi dengan memberi tanda (\surd) pada salah satu skor di antara hasil penilaian yang paling sesuai dengan keadaan siswa yang dinilai.

2. Keterangan skala:

Tabel 3. Skala Penilaian

Skor	Keterangan
4	indikator tampak sangat baik
3	indikator tampak baik
2	indikator tampak cukup
1	indikator tampak kurang

Sumber: (Kusumawati, 2015)

Persentasi capaian kemampuan siswa:

$$\frac{(\text{Jumlah skor yang di peroleh})}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100\% \quad (\text{Komarudin, 2016}). \quad (1)$$

Nilai akhir yang di peroleh siswa: tes unjuk kerja + afektif + kongnisi

Catatan: ketuntasan siswa yang dapat dikategorikan berhasil dalam keterampilan *shooting* yaitu sama atau lebih dari tingkat penguasaannya terhadap nilai KKM 75 dari keseluruhan siswa. Selain itu dikategorikan belum tuntas.

Tahapan analisis data merupakan sesuatu yang penting dalam siklus yang mendasari analisis yang dapat menjadi landasan atau yang biasa disebut sebagai titik tolak untuk kegiatan selanjutnya. Pengumpulan data yang telah dilakukan kemudian diperiksa kembali kelengkapan dan kegunaan kemudian dianalisis untuk memverivikasi data yang dibutuhkan. Selanjutnya dianalisa dengan presedur seperti pada tabel 4.

Tabel 4. Kriteria Keberhasilan

Klasifikasi	Rentang Nilai
Sangat baik	80-100
Baik	70-79
Cukup	60-69
Kurang	45-59
Sangat kurang	0-44

Sumber: (Husdarta & Saputra, 2013)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan dalam 3 siklus penerapan, dan masing-masing siklus tersebut terdiri dari 3 tindakan dan tindakan pembelajaran ini dilakukan dengan gaya resiprokal. Pokok bahasan bola basket dengan sub pokok *shooting* merupakan materi dalam penelitian ini. Proses dan prosedur tindakan yang dilakukan selama penelitian ini berproses disertai dengan penerapan metode resiprokal siswa yang terdiri dari 21 orang dibagi menjadi berkelompok. Setiap kelompok seorang siswa berada di depan untuk permulaan, setiap kali siswa didepan melakukan *shooting* kemudian siswa yang berada dibarisan terdepan berpindah ke belakang untuk bergantian melakukan *shooting* seperti siswa sebelumnya.

Observasi

Pada penilaian keseluruhan siswa, dari 21 siswa, 2 siswa (9,52%) yang memperoleh nilai rata-rata 63,2 atau dalam kategori Cukup dan 19 siswa (90,48%) yang memperoleh nilai rata-rata 50,95 atau dalam kategori kurang, sedangkan nilai rata-rata klasikal 52,12. Apabila dijelaskan melalui persentase capaian siswa maka dapat dilihat pada tabel 5 berikut ini:

Tabel 5. Hasil Keseluruhan Observasi Awal

Klasifikasi	Presentase %
Sangat baik	0
Baik	0
Cukup	9,52
Kurang	90,48
Sangat kurang	0
Jumah	100

Dari data tersebut diperoleh gambaran tentang keterampilan *shooting* dalam permainan bola basket siswa masih jauh dari indikator keberhasilan yang diinginkan sehingga untuk meningkatkan keterampilan *shooting* masih perlu untuk lebih ditingkatkan kembali melalui pembelajaran menggunakan gaya resiprokal. Berdasarkan penelitian, hal ini bisa dikatakan wajar karena dalam beberapa kasus siswa banyak yang belum mahir dalam melakukan gerakan-gerakan yang diharapkan dalam materi bola basket (Yusmawati, 2014). Peneliti melihat bahwa kemampuan mengambil posisi dan gerakan-gerakan tubuh saat melakukan *shooting* tidaklah luwes yang pada tahapan persiapan saja siswa sudah terlihat tidak adanya tekukan pada lutut, kemudian tangan pada saat pelemparan bola ke keranjang juga gerakannya menyerupai tolak peluru yang justru membuat bola menjadi terlalu keatas dan pada hasilnya bola tidak masuk ke keranjang. Tingkat keberhasilan yang masih jauh tersebut tersebut dinilai merupakan suatu hal yang biasa dalam proses pendidikan yang kebanyakan dari siswa tersebut berasal dari ketidaktahuan yang dididik menjadi tahu. Untuk itu, akan dipersiapkan segala sesuatu yang akan digunakan pada tindakan dalam siklus I.

Siklus I

Pada penilaian keseluruhan siswa, dari 21 siswa, 5 siswa (23,81%) yang memperoleh nilai rata-rata 72,78 atau dalam kategori Baik dan 16 siswa (76,19%) yang memperoleh nilai rata-rata 66,32 atau dalam kategori Cukup, sedangkan nilai rata-rata klasikal 67,86. Jika di jelaskan melalui persentase capaian siswa maka dapat dilihat pada tabel 6 berikut ini:

Tabel 6. Hasil Keseluruhan Siklus I

Klasifikasi	Presentase %
Sangat baik	0
Baik	23,81
Cukup	76,19
Kurang	0
Sangat kurang	0
Jumah	100

Gambaran yang diuraikan berdasarkan hasil belajar siswa pada siklus I tersebut berkenaan dengan keterampilan *shooting* siswa telah mengalami peningkatan dari pada saat observasi, namun hasil yang telah ditetapkan belumlah sesuai dengan peningkatan siklus I. Peningkatan tersebut mulai terjadi karena siswa telah mempelajari gerakan-gerakan yang dibutuhkan dalam olahraga bola basket (Pamuji, 2013) melalui pembelajaran tersebut siswa juga sudah mengkoordinasi mata dengan tangan untuk memperoleh tujuan yang diinginkan (Hanief, 2015). Siswa tersebut akan mengalami suatu otomatisasi apabila melakukan secara berulang-ulang gerakan yang dalam hal ini yaitu *shooting* bola basket. Siswa mulai tertarik untuk bermain bola basket yang mereka nilai menyenangkan untuk dimainkan yang terbukti dari antusiasme mereka yang mulai meningkat yang ditandai mulai seriusnya siswa dalam melakukan keterampilan *shooting* dan lebih aktif dalam mempelajari gerakan keterampilan *shooting* tersebut. Untuk itu, penelitian akan dilanjutkan pada siklus II. Penelitian pada siklus II ini sebelum dilakukan, peneliti melakukan kegiatan refleksi yang diperlukan.

Kegiatan refleksi dilakukan melalui diskusi dengan guru mitra yang bertindak selaku observer dalam proses pembelajaran. Maksud dari refleksi tersebut yaitu sebagai gambaran dan dapat diperoleh dengan kesesuaian perencanaan sehingga mampu meningkatkan pembelajaran pada materi keterampilan *shooting* pada permainan bola basket sesuai indikator keberhasilan penelitian yang ditetapkan (Sampurno & Qohhar, 2020). Kegiatan refleksi tersebut dapat disimpulkan bahwa indikator keberhasilan yang ditetapkan belum tercapai. Hal ini karena beberapa aspek pembelajaran kegiatan siswa yang belum terlaksana secara optimal, sehingga belum nampak pada peningkatan hasil belajar. Buktinya masih banyak siswa yang hanya pada klasifikasi “Cukup”. Peneliti bersama dengan guru mitra berasumsi bahwa siklus harus dilanjutkan.

Siklus II

Pada penilaian keseluruhan siswa, dari 21 siswa, 11 siswa (52,38%) yang memperoleh nilai rata-rata 82,18 atau dalam kategori Sangat Baik dan 10 siswa (47,62%) yang memperoleh

nilai rata-rata 77,32 atau dalam kategori Baik, sedangkan nilai rata-rata klasikal 80,09. Jika di jelaskan melalui persentase capaian siswa maka dapat dilihat pada tabel 7 berikut ini:

Tabel 7. Hasil Keseluruhan Observasi Awal

Klasifikasi	Presentase %
Sangat baik	52,38
Baik	47,62
Cukup	0
Kurang	0
Sangat kurang	0
Jumah	100

Berdasarkan uraian hasil belajar siswa pada siklus II tersebut diperoleh gambaran tentang keterampilan *shooting* siswa telah sesuai dengan yang ditetapkan dengan kategori “Baik”. Hal ini juga senada dengan penelitian yang mengungkapkan bahwa akan adanya peningkatan yang signifikan dalam pembelajaran olahraga bola basket menggunakan variasi gaya mengajar (Rahayu, Rahayu, & Rifai, 2017; Sampurno & Suryadi, 2020) sehingga penelitian tidak dilanjutkan pada tahap berikutnya. Penelitian ini dianggap cukup pada siklus II, dasarnya juga sudah jelas bahwa siswa sudah memiliki kategori yang sesuai dengan yang diinginkan oleh guru maupun pihak sekolah. Variasi gaya mengajar yang diberikan guru yang pada kesempatan penelitian ini merupakan gaya resiprokal juga dinilai telah sesuai dengan tujuan pembelajaran. Tujuan tersebut selain untuk kategori penilaian, juga mempunyai unsur kesenangan yang tidak menjemukan.

KESIMPULAN

Mengacu pada hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh, maka penelitian gaya resiprokal untuk meningkatkan keterampilan *shooting* bola basket bisa dikatakan berhasil. Hal ini dikarenakan telah terjadinya peningkatan pesat dalam kriteria ketuntasan belajar. Peningkatan tersebut dinilai oleh peneliti sebagai keberhasilan yang bagus dalam proses pembelajaran. Berdasarkan dari penelitian ini, saran yang dapat diberikan oleh peneliti yaitu khususnya dalam meningkatkan *shooting* bola basket, guru perlu menggunakan gaya resiprokal supaya siswa mengalami peningkatan hasil belajar. Metode resiprokal dapat memberi kesempatan siswa dalam melakukan atau mempraktikkan sendiri bahkan bisa mencatat materi-materi penting dalam kegiatan tersebut serta bertanya pada kelompok ahli. Hal inilah yang perlu mendapat perhatian lebih oleh guru yang dapat menjelaskan kepada para siswa tentang langkah penggunaan metode resiprokal berdasarkan data empiris.

Siswa juga haruslah berperan aktif dalam menggunakan metode resiprokal tersebut. Antusiasme siswa dalam menjalankan setiap tahapan-tahapan pokok bahasan yang diberikan oleh guru sangat diperlukan dalam setiap kegiatan pembelajaran yang melibatkan setiap metode belajar. Metode resiprokal ini merupakan salah satu variasi saja, bukan sebagai patokan yang harus dilakukan mutlak dalam setiap prosedur pembelajaran. Hal lain menyangkut kegiatan siswa, ada beberapa langkah penting yang perlu mendapatkan perhatian, yaitu: kemampuan siswa menjadi tutor bagi teman kelompok terutama dalam anggota kelompok yang mengalami kesulitan belajar sebagai wujud tanggung jawab atas ketuntasan kelompoknya, kemampuan siswa dalam kelompok, kesiapan belajar siswa, aktivitas belajar siswa dalam kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- Acikmese, Y., Ustundag, B. C., Uzunovic, T., & Golubovic, E. (2020). Artificially Intelligent Assistant for Basketball Coaching. In S. Avdaković, A. Mujčić, A. Mujezinović, T. Uzunović, & I. Volić (Eds.), *Lecture Notes in Networks and Systems* (Vol. 83, pp. 417–427). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-24986-1_33
- Akinci, Y., & Kirazci, S. (2020). Effects of visual, verbal, visual + verbal feedback on learning of dribbling and lay-up skill. *Sport Mont*, 18(1), 63–68. <https://doi.org/10.26773/smj.200211>
- Djami, Y. Y. A. (2018). *Basket Untuk Pemula (Teori & Praktik)*. Yogyakarta: Deepublish. Retrieved from <https://ebooks.gramedia.com/id/buku/basket-untuk-pemula-teori-praktik>
- Fallo, I. S., Ardimansyah, & Hidayati, N. (2020). Dimensi pembelajaran permainan kasti berbasis perkembangan motorik dengan gaya mengajar komando pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(1), 59. <https://doi.org/10.31571/jpo.v9i1.1399>
- Friskawati, G. F., & Sobarna, A. (2019). Faktor internal pencapaian hasil belajar pendidikan jasmani pada siswa SMK. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 18(3), 327–335. <https://doi.org/10.17509/jpp.v18i3.15004>
- Gani, R. A., Winarno, M. E., Aminudin, R., Dimiyati, A., & Mahardika, D. B. (2020). Pengaruh gaya mengajar resiprokal terhadap keterampilan teknik grab start. *Jurnal Keolahragaan*, 8(1), 98–107. <https://doi.org/10.21831/jk.v8i1.31167>
- Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2020). Motivasi untuk hasil pembelajaran senam lantai . *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 145. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.8646>
- Hanief, Y. N. (2015). Pengaruh gaya mengajar terhadap hasil belajar lay-up shoot bola basket ditinjau dari koordinasi mata-tangan. *Efektor*, 2(2), 54–65. <https://doi.org/10.29407/e.v2i2.69>
- Hermawan, D. A., & Rachman, H. A. (2018). Pengaruh pendekatan latihan dan koordinasi mata tangan terhadap ketepatan shooting peserta ekstrakurikuler basket. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 100–109. <https://doi.org/10.21831/jk.v0i0.20349>
- Hidayatullah, F. (2019). Pemetaan kompetensi pengetahuan pembina dan pelatih ekstrakurikuler bola basket di tingkat sekolah menengah kabupaten Bangkalan.

- Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 17(2), 67–76.
<https://doi.org/10.20527/multilateral.v17i2.5703>
- Husdarta, J., & Saputra, Y. M. (2013). *Belajar dan Pembelajaran. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Juravle, G., & Spence, C. (2015). Speed of reaction to sensory stimulation is enhanced during movement. *Acta Psychologica*, 161, 154–161.
<https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2015.09.002>
- Komarudin. (2016). *Penilaian Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung: Remaja Rosdakarya. Retrieved from <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=1135117>
- Kusumawati, M. (2015). *Penelitian Pendidikan Penjasorkes*. Bandung: Alfabeta. Retrieved from <https://cvalfabeta.com/product/penelitian-pendidikan-penjasorkes/>
- Kusumawati, M., & Muhamad, M. (2020). Analisis biomekanika teknik shooting dalam cabang olahraga bola basket. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 11(1), 23–30.
<https://doi.org/10.33558/motion.v11i1.1979>
- Mastiyah, S. (2018). Analisis strategi pembelajaran sains dengan perspektif psikologi perkembangan peserta didik kelas v pada buku tematik tema 8 sub tema 3 memelihara ekosistem. *E- Jurnal Mitra Pendidikan*, (Vol 2 No 4 (2018): Jurnal Mitra Pendidikan Edisi April).
- Muttaqin, Y., Hidayah, T., & Mukarromah, S. B. (2019). Grooving the shoot free throw drill training and concentration on free throw shooting outcome . *Journal of Physical Education and Sports*, 8(3), 288–293. Retrieved from <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/31274>
- Okubo, H., & Hubbard, M. (2020). Analysis of Arm Joint Torques at Ball-Release for Set and Jump Shots in Basketball. *Proceedings*, 49(1), 4.
<https://doi.org/10.3390/proceedings2020049004>
- Pamuji, R. (2013). Pengaruh gaya mengajar komando dan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar chet pass dalam permainan bola basket. *Pedagogik*, 1(1), 24–33. Retrieved from <http://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/pedagogik/article/view/1218/1085>
- Rahayu, P., Rahayu, T., & Rifai, A. (2017). Pengaruh gaya mengajar latihan dan koordinasi mata tangan terhadap hasil pembelajaran dribbling bola basket. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(2).
- Rizal, B. T., & Kasriman, K. (2020). Pengaruh gaya mengajar dan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan smash bola voli. *Jurnal MAENPO: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 10(2), 72. <https://doi.org/10.35194/jm.v10i2.1065>
- Robalo, R. A. M., Diniz, A. M. F. A., Fernandes, O., & Passos, P. J. M. (2020). The role of variability in the control of the basketball dribble under different perceptual setups. *European Journal of Sport Science*. <https://doi.org/10.1080/17461391.2020.1759695>
- Sampurno, H. W., & Qohhar, W. (2020). Perbandingan gaya mengajar terhadap hasil shooting bola basket. *Physical Activity Journal*, 1(2), 152.
<https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2493>
- Sampurno, H. W., & Suryadi, S. (2020). Perbandingan gaya mengajar komando dengan gaya mengajar diskoveri terhadap hasil belajar menembak (shooting) dalam pembelajaran bola basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(1), 82. <https://doi.org/10.31571/jpo.v9i1.1643>

- Sanjani, M. A. (2020). Tugas dan peran guru dalam proses peningkatan belajar mengajar. *Serunai : Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(1), 35–42. <https://doi.org/10.37755/sjip.v6i1.287>
- Saputro, G. R. P. (2014). *Pengaruh Metode Latihan Shooting Dengan Konsep BEEF Terhadap Keterampilan Shooting Bola Basket Pemula* (Universitas Negeri Yogyakarta). Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta. Retrieved from <https://eprints.uny.ac.id/14513/1/Skripsi.pdf>
- Sistiasih, V. S. (2020). Peningkatan penguasaan teknik renang gaya dada dengan metode pembelajaran resiprokal. *Jurnal Porkes*, 3(1), 63–70. <https://doi.org/10.29408/porkes.v3i1.2201>
- Sonjaya, S. (2020). Penerapan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil pembelajaran passing bawah permainan bola voli pada siswa. *Cakrawala Pedagogik*, 4(1), 82–90. <https://doi.org/10.51499/cp.v4i1.143>
- Suprayitno. (2018). Hasil belajar sepak sila permainan sepak takraw (studi eksperimen tentang pengaruh gaya mengajar dan kemampuan motorik pada mahasiswa PJKR FIK Unimed). *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(1), 58–68. <https://doi.org/10.24114/jik.v17i1.9964>
- Temmasonge, A. (2019). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Teknik Dasar Pivot Bolabasket Dengan Menggunakan Variasi Latihan Pivot Bagi Tim Bolabasket Putri Smpk Mardi Wiyata Kota Malang* (Universitas Negeri Malang). Universitas Negeri Malang, Malang. Retrieved from <http://karya-ilmiah.um.ac.id/index.php/Penjaskes/article/view/78952>
- Vencúrik, T., Nykodým, J., Bokůvka, D., Rupčić, T., Knjaz, D., Dukarić, V., & Struhár, I. (2021). Determinants of dribbling and passing skills in competitive games of women's basketball. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph18031165>
- Wanena, T. (2018). Kontribusi power otot tungkai, kekuatan otot lengan, dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan jump shot bolabasket pada mahasiswa FIK Uncen tahun 2017. *Journal Power Of Sports*, 1(2), 8–13. <https://doi.org/10.25273/jpos.v1i2.2250>
- Wang, J., Liu, W., & Moffit, J. (2010). What Skills and Tactics Are Needed to Play Adult Pick-Up Basketball Games? *ICHPER-SD Journal of Research*, 5(2), 41–47.
- Yusmawati. (2014). Upaya peningkatan hasil belajar lay-up bola basket. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 1(2), 77–85. <https://doi.org/10.15294/jpehs.v1i2.3205>