

**PERBEDAAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR CHEST PASS BOLA BASKET
ANTARA MODEL PEMBELAJARAN INDIVIDU
DAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS X RSBI 1**

Oleh:

Rellya Runasari

STKIP Al Islam Tunas Bangsa

Email: rere.relyya@yahoo.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan hasil belajar gerak dasar *chest pass* bola basket melalui model pembelajaran individu dan model pembelajaran kelompok pada siswa kelas X RSBI 1 SMA Negeri 2 Bandar Lampung. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian eksperimen dengan *pre test* dan *post test*. Sampel yang digunakan sebanyak 30 orang yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu model pembelajaran individu dan model pembelajaran kelompok, pembagian kelompok berdasarkan *Ordinal Pairing*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah format penilaian gerak dasar *chest pass* bola basket. Berdasarkan hasil perhitungan dan analisis data yang diperoleh dari tes pengukuran pada penelitian ini adalah tes akhir pada *chest pass* bola basket dengan menggunakan model pembelajaran individu memiliki rata-rata 75,67, sedangkan tes akhir pada *chest pass* bola basket dengan menggunakan model pembelajaran kelompok memiliki rata-rata 72,4. Implikasi pada penelitian ini model pembelajaran individu memiliki pengaruh yang lebih tinggi daripada model pembelajaran kelompok untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar *chest pass* bola basket.

Kata kunci: bola basket, chest pass, model pembelajaran

Abstract: This study aims to find out the differences in learning outcomes of basic motion chest pass basketball through individual learning model and group learning model in grade X students RSBI 1 SMA Negeri 2 Bandar Lampung. The research method used is experimental research method with pre test and post test. The sample used were 30 people divided into two groups, namely individual learning model and group learning model, group division based on Ordinal Pairing. The instrument used in this research is the basic motion assessment format of basket ball chest pass. Based on the results of the calculation and data analysis obtained from the measurement test in this study is the final test on basket ball chest pass using individual learning model has an average of 75.67, while the final test on the basket ball chest pass with menggunakan group learning model has a flat 72.4. The implications in this study of individual learning models have a higher influence than the group learning model to improve the learning outcomes of basic motion chest pass basketball.

Keywords: basketball, chest pass, learning model

PENDAHULUAN

Pendidikan sebagai salah satu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup melalui aktivitas jasmani berupa gerak. Gerak

sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya secara alami dan berkembang searah dengan zaman. Pendidikan Jasmani merupakan bagian yang integral dari pendidikan secara

keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Permainan bola basket merupakan suatu bentuk permainan yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani sehingga tujuan Pendidikan Jasmani yakni meningkatkan kemampuan fungsional seseorang untuk memenuhi tuntutan tugasnya sehari-hari dengan tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti dan setelah melakukan kegiatan segera terjadi pemulihan, dan masih mempunyai tenaga cadangan kemampuan fungsional agar dapat melaksanakan sesuatu kegiatan tanpa kelelahan yang berarti. Pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah seperti bola basket dapat dilakukan dalam kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler, permainan bola basket merupakan salah satu materi yang dipelajari dalam upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani.

Beberapa model pembelajaran pendidikan yang dikenal selama ini antara lain; model komando, model pembelajaran penugasan, model pembelajaran kelompok, model pengajaran berpasangan, model pengajaran individu, penemuan terbimbing, dan pemecahan masalah. Berdasarkan model-model di atas

model pembelajaran individu dan model pembelajaran kelompok lah yang sesuai dalam memperbaiki gerak dasar *chest pass* bola basket.

Berdasarkan pengalaman dan observasi yang pernah dilakukan di SMA Negeri 2 Bandar Lampung khususnya pada cabang olahraga bola basket, ternyata penguasaan gerak dasar bola basket relatif rendah, terutama pada gerak dasar *chest pass* yang menyebabkan rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar *chest pass* bola basket, sulitnya penguasaan gerak dasar pada saat pelepasan bola kearah dada teman, hal ini diduga akibat rendahnya kemampuan guru pendidikan jasmani dalam mencari model-model pembelajaran gerak dasar *chest pass* bola basket, terbukti dari nilai keterampilan gerak dasar *chest pass* siswa rata-rata masih kurang.

Berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh siswa, diketahui bahwa siswa yang mendapat nilai masih kurang. Adapun kriteria ketuntasan minimal (KKM) pada mata pelajaran pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga yang ditetapkan di SMA Negeri 2 Bandar Lampung adalah 73. Kenyataan ini menarik untuk dikaji lebih jauh dengan menggunakan pendekatan, yakni perbedaan model pembelajaran individu dan kelompok terhadap hasil belajar gerak dasar *chest pass* bola basket pada siswa kelas X RSBI 1 SMA Negeri 2 Bandar Lampung.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen.

Metode eksperimen bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh akibat dari suatu perlakuan atau *treatment*. Penelitian ini bertujuan adalah untuk mengetahui perbandingan model pembelajaran individu dan model pembelajaran kelompok terhadap peningkatan hasil belajar *chest pass* bola basket siswa, sehingga diketahui mana dari kedua model pembelajaran yang lebih efektif dalam meningkatkan hasil belajar. Penelitian ini sebagai perlakuannya adalah pembelajaran gerak dasar *chest pass* bola basket yang dilakukan melalui model individu dan pembelajaran gerak dasar *chest pass* bola basket melalui model pembelajaran kelompok.

Variabel penelitian adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian Suharsimi, (1998:99). Ibnu (1996:56) variabel penelitian dapat diartikan sebagai objek pengamatan yang menjadi titik perhatian dalam suatu penelitian.

Populasi menurut Sudjana (1989:182) menyatakan bahwa totalitas semua nilai yang mungkin muncul dari hasil menghitung atau mengukur, baik berupa kuantitatif mengenai karakteristik tertentu dari semua anggota kumpulan yang lengkap dan jelas yang ingin dipelajari sifat-sifatnya dinamakan populasi. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X RSBI 1 SMA Negeri 2 Bandar Lampung sebanyak 30 orang. Arikunto, S (2002:120) sampel adalah bila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semuanya sehingga penelitian populasi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh populasi yang ada sehingga

disebut populasi sampel, berjumlah 30 orang.

Pelaksanaan penelitian berlangsung selama tiga bulan dengan tahapan sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

Seluruh sampel selanjutnya dites *passing* bola ke dinding atau tembok, kegiatan tes ini merupakan tes awal. Hasil penilaian disusun berdasarkan dari hasil terbesar sampai hasil terkecil, kemudian dikelompokkan ke dalam dua kelompok menggunakan teknik *ordinal pairing*. Pada akhirnya terbagi ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok I sebagai kelompok eksperimen yang diberi perlakuan model pembelajaran individu, kelompok II sebagai kelompok eksperimen yang diberi model pembelajaran kelompok.

b. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Tahap ini merupakan inti dari pelaksanaan penelitian secara keseluruhan, karena itu kedua kelompok eksperimen masing-masing diberi perlakuan yang beda dengan beban latihan sama, seperti berikut:

Waktu penelitian : 12 minggu

Frekuensi : 2 X seminggu

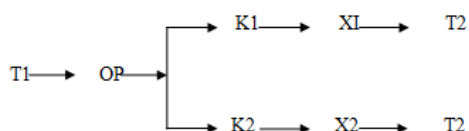
Set : 2 x 30 menit

c. Tahap Mengambilan Data

Setelah 12 minggu dari masing-masing kelompok perlakuan selanjutnya dilakukan tes kembali sebagai tes akhir seperti pada tes awal.

Adapun rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-test post-test group design*, yaitu rancangan penelitian yang berdasarkan pembagian kelompok, diawali dan diakhiri dengan melakukan tes pada masing-masing kelompok.

Rancangan penelitian dapat dilihat pada bagan berikut :



Keterangan :

T1 = Tes Awal (*Pre test*)

OP = *Ordinal Pairing*

K1 = Kelompok perlakuan model pembelajaran individu

K2 = Kelompok perlakuan model pembelajaran kelompok

X1 = Perlakuan model pembelajaran perseorangan

X2 = Perlakuan model pembelajaran kelompok

T2 = Tes Akhir (*Post test*)

Suharsimi (2002: 112) instrumen penelitian adalah alat pada waktu penelitian menggunakan suatu metode. Keberhasilan suatu penelitian banyak ditentukan oleh instrumen yang digunakan, sebab data yang diperoleh untuk menjawab pertanyaan penelitian dan menguji melalui instrumen tersebut. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah dengan cara analisis keterampilan gerak dasar *chest pass*.

Data dikumpulkan melalui instrumen penelitian, selanjutnya skor diproses menjadi nilai. Menghitung nilai *chest pass* bola basket dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

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

Kemudian data dianalisis adalah data dari hasil tes awal dan akhir. Menghitung hasil tes awal dan akhir dengan menggunakan teknik analisis data uji t. Syarat dalam menggunakan uji t adalah uji normalitas dan uji homogenitas.

Berdasarkan kenormalan atau tidaknya serta homogen atau tidaknya varians antara kedua kelompok sampel maka analisis yang digunakan dapat dikemukakan sebagai berikut:

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji t untuk mengetahui perbedaan peningkatan hasil belajar *chest pass* bola basket antara model pembelajaran individu dan model pembelajaran kelompok.

Tabel 1. Hasil Analisis Uji t Perbedaan

Data	t _{hitung}	t _{tabel}	Kesimpulan
Tes awal model pembelajaran individu dan model pembelajaran kelompok	0,112	2,145	Tidak ada perbedaan
Tes akhir model pembelajaran individu dan model pembelajaran kelompok	1,775	2,145	Tidak ada perbedaan

Berdasarkan tabel di atas dapat digambarkan perolehan hasil perhitungan untuk mencari perbedaan peningkatan hasil belajar *chest pass* bola basket untuk tes awal model pembelajaran individu dan model pembelajaran kelompok diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 0,112 dan nilai t_{tabel} pada taraf signifikan 0,05 atau pada taraf kepercayaan 95% didapat sebesar 2,145. Jika $-t_{tabel} \leq t_{hitung} \leq +t_{tabel}$ maka H_0 diterima H_a ditolak. Maka berdasarkan hasil perhitungan penelitian didapat nilai $t_{hitung} = 0,112 < t_{tabel} = 2,145$ artinya pada tes awal tidak ada perbedaan hasil belajar *chest pass* bola basket antara model pembelajaran individu dan kelompok.

Hasil perhitungan tes akhir diperoleh nilai $t_{hitung} = 1,775$ dengan nilai t_{tabel} sebesar 2,145. Maka $t_{hitung} < t_{tabel}$ artinya pada tes akhir tidak ada perbedaan yang signifikan antara model pembelajaran individu dan model pembelajaran kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa baik model pembelajaran individu maupun kelompok sama-sama meningkatkan hasil belajar *chest pass* bola basket siswa.

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas X RBSI 1 SMA Negeri 2 Bandar Lampung dengan memberikan dua model pembelajaran yang berbeda yaitu model pembelajaran individu dan model pembelajaran kelompok, maka dapat digambarkan deskripsi data seperti pada tabel berikut :

Tabel 2. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Keterangan	Model Pembelajaran Individu		Model pembelajaran kelompok	
	Tes Awal	Tes Akhir	Tes Awal	Tes Akhir
Jumlah	1037	1135	1033	1086
Rata-rata	69,13	75,67	68,87	72,4
Standar deviasi	6,48	3,89	6,20	5,99
Varians	41,98	15,10	38,41	35,83

Pelaksanaan penelitian ini model pembelajaran individu dan kelompok juga memiliki berapa kelebihan dan kelemahan yaitu Model pembelajaran individu memiliki kelebihan a) siswa memiliki intensitas dalam pembelajaran yang lebih banyak, b) tidak memerlukan ruang yang luas, c) siswa lebih berkonsentrasi terhadap pembelajaran. Model pembelajaran individu juga memiliki kelemahan a) timbulnya kejenuhan pada siswa, b) tidak ada interaksi dengan teman, c) dalam model pembelajaran individu memerlukan alat-alat yang banyak.

Model pembelajaran kelompok memiliki kelebihan a) dapat memupuk rasa kerjasama, b) latihan lebih menyenangkan karena dilakukan bersama, c) adanya persaingan yang sehat, d) tidak memerlukan alat-alat yang banyak. Model pembelajaran kelompok juga memiliki kelemahan a) adanya sifat-sifat pribadi yang ingin menonjolkan diri, b) bila kecakapan tiap anggota tidak seimbang, akan menghambat latihan atau didominasi oleh seseorang, c) dalam kelompok ini siswa mendapat porsi yang sedikit dalam pembelajaran, d) memerlukan ruang yang cukup luas. Model

pembelajaran individu dan model pembelajaran kelompok dapat diterapkan di sekolah apabila ditunjang sarana dan prasarana yang memadai.

Berdasarkan hasil analisis statistik menunjukkan adanya perbedaan antara keterampilan *chest pass* bola basket antara siswa yang diajar dengan model pembelajaran individu dengan model pembelajaran kelompok. Rata-rata nilai tes akhir keterampilan *chest pass* bola basket pada siswa yang diajar dengan model pembelajaran individu 75,67 lebih baik dibandingkan dengan keterampilan *chest pass* bola basket yang diajar dengan model pembelajaran kelompok yaitu 72,4.

Hasil analisis menunjukkan bahwa model pembelajaran individu sangat tepat untuk meningkatkan keterampilan *chest pass* bola basket. Model pembelajaran individu memiliki pengaruh yang positif terhadap peningkatan kemampuan keterampilan *chest pass* pada bermain bola basket.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Model pembelajaran individu dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar *chest pass* bola basket pada siswa kelas X RSBI 1 SMA Negeri 2 Bandar Lampung dengan rata-rata tes awal 69,13 dan tes akhir 75,67.
2. Model pembelajaran kelompok dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar *chest pass* bola basket pada siswa kelas X RSBI 1 SMA

Negeri 2 Bandar Lampung dengan rata-rata tes awal 68,87 dan tes akhir 72,4.

3. Ada perbedaan antara model pembelajaran individu dan model pembelajaran kelompok terhadap hasil belajar gerak dasar *chest pass* bola basket pada tes akhir rata-rata model pembelajaran individu sebesar 75,67 sedangkan model pembelajaran kelompok sebesar 72,5 dimana model pembelajaran individu memiliki pengaruh yang lebih tinggi daripada model pembelajaran kelompok untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar *chest pass* bola basket pada siswa kelas X RSBI 1 SMA Negeri 2 Bandar Lampung.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti
Bagi peneliti perlu kajian lebih komprehensif dengan sampel yang lebih banyak serta variabel yang berbeda dan bagi peneliti lain sebagai bahan referensi penelitian sejenis. .
2. Bagi Siswa
Bagi siswa dengan penelitian ini diharapkan adanya peningkatan keterampilan *chest pass* dalam bermain bola basket.
3. Bagi Guru Pendidikan Jasmani
Untuk guru pendidikan jasmani baik model pembelajaran individu maupun model pembelajaran kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan *chest pass* bola

basket, memadukan kedua model tersebut diharapkan akan dapat memberikan hasil yang lebih signifikan lagi.

DAFTAR PUSTAKA

Arikuto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, PT. Rineka Cipta, Jakarta

Ibnu Subiyanto. 1993. *Metodelogi Penelitian* . Universitas Guna Darma. Jakarta.

Lutan. 1998. *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Depdikbud. Jakarta

Lutan, Rusli. 2000. *Manajemen Penjaskes*. Depdikbud. Jakarta.

Lutan, Rusli dan Toho Cholik M, 1996/1997. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Dirjen Dikti. Jakarta.

Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-Prinsip dan Penerapannya*. Dirjen OR Depdiknas. Jakarta.

Perbasi. 2006. *Peraturan Permainan Bola Basket*. Jakarta : PB PERBASI

Sudjana. 1992. *Metode Statistika*. Tarsito: Bandung.