

## **BAB 2**

### **TINJAUAN TEORETIS**

#### **2.1 Kajian Pustaka**

##### **2.1.1 Hakikat Pendidikan**

Hakikat pendidikan adalah proses pembelajaran sebagai upaya untuk pengembangan aktivitas dan kreativitas peserta didik dengan interaksi yang menghasilkan pengalaman belajar. Di Indonesia menginginkan pendidikan yang lebih baik, hal inilah yang melatar belakangi terjadinya pergantian kurikulum secara terus-menerus. Pergantian kurikulum merupakan salah satu usaha yang kekuasaannya maupun internasional agar sesuai dengan fungsi dan tujuan pendidikan nasional sebagaimana tercantum dalam UU No. 20 Tahun 2003.

Pendidikan merupakan salah satu faktor utama didalam manusia yang mampu berjuang demi kemajuan dan pembangunan bangsanya. Bangsa dibangun dari kualitas sumber daya manusia yang memperoleh pendidikan baik dalam bentuk formal, non formal, maupun informal. Pendidikan untuk menjadikan bangsa hidup lebih maju dan berubah kearah yang lebih baik (Nugraha, 2015, pp. 557–558). Pendidikan juga salah satu hal yang penting dalam kehidupan manusia pendidikan manusia tidak akan maju, pada dasarnya segala hal yang kita alami ini adalah ilmu dan ilmu itu berdasar pendidikan.

Pendidikan dapat dikatakan berhasil dan mencapai tujuan jika terjadi perubahan. Perubahan tersebut ialah perubahan tingkah laku, yang memiliki beberapa aspek yaitu : 1) pengetahuan, 2) pengertian, 3) kebiasaan, 4) keterampilan, 5) apresiasi, 6) emosional, 7) hubungan sosial, 8) jasmani, 9) budi pekerti, 10) sikap (Hamalik, 2008, p. 30). Dari pernyataan di atas dapat dikatakan bahwa pendidikan sangat penting dalam tahap proses perkembangan peserta didik karena mereka akan mengalami proses belajar dan pembelajaran. Di dalam proses pendidikan di sekolah para peserta didik diberikan berbagai mata pelajaran. Salah satunya mata pelajaran yang terkandung dalam struktur kurikulum Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah pendidikan jasmani. Berdasarkan pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pendidikan sangat penting bagi peserta didik di dalam pendidikan peserta didik harus berperan aktif untuk

mengembangkan potensi dirinya, di dalam kurikulum peserta didik diberikan berbagai mata pelajaran di sekolahnya adalah pendidikan jasmani.

### 2.1.2 Pendidikan jasmani

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses belajar untuk bergerak dan bergerak untuk belajar. Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, pendidikan jasmani bukan hanya dekorasi atau ornamen yang ditempel pada program sekolah sebagai alat untuk membuat anak sibuk, tetapi penjas adalah bagian penting dari pendidikan. Pendidikan jasmani didefinisikan dalam Undang-undang Sistem Keolahragaan Nasional No. 3 Tahun 2005 sebagai berikut: Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani. Menurut Jesse Feiring Williams (dalam Abduljabar, 2011, p. 36) Pendidikan jasmani adalah sejumlah aktivitas jasmani manusiawi yang terpilih sehingga dilaksanakan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan melalui pengalaman gerak yang mendorong kemampuan fisik, keterampilan motorik, perkembangan kognitif, perkembangan sosial-emosional dan spiritual. Proses pendidikan jasmani yang telah dirancang seperti perkembangan fisik, pengembangan gerak, keterampilan gerak, perkembangan kognitif dan afektif, perkembangan sosial dan perkembangan emosional (Nugraha, 2015)

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan ini bertujuan mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan hidup bersih. Semua itu direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peran yang sangat penting yaitu memberikan kesempatan pada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani olahraga

dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis. Robert Gensemer mengatakan pendidikan jasmani diistilahkan sebagai proses menciptakan “tubuh yang baik bagi tempat pikiran dan jiwa”. Artinya, dalam tubuh yang baik ‘diharapkan’ pula terdapat jiwa yang sehat.

Di dalam Pembelajaran Jasmani Olahraga dan Kesehatan guru harus menyampaikan model pembelajaran untuk mendukung proses belajar mengajar peserta didik hingga dapat menerima ilmu dengan baik dan guru dituntut untuk bisa menyampaikan model pembelajaran tersebut. Ada beberapa model pembelajaran yang dapat digunakan oleh guru tersebut.

### 2.1.3 Model Pembelajaran

Untuk mencapai tujuan pembelajaran ada yang harus ditempuh melalui prosedur serta rencana yang sistematis dalam menyajikan bahan pembelajaran. Dengan kata lain untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan digunakan berbagai model pembelajaran. Istilah model pembelajaran juga dapat diartikan sebagai suatu sistem pembelajaran yang digunakan oleh guru untuk membantu siswa dalam mempelajari materi pelajaran di sekolah. Pada dasarnya model pembelajaran merupakan bentuk representasi akurat, yang memungkinkan seorang guru akan bertindak berdasarkan model itu.

Menurut Mirdad (2020, p. 15) “Definisi model pembelajaran adalah suatu rencana atau pola yang dapat digunakan untuk membentuk kurikulum (rencana pembelajaran jangka panjang) dan merancang bahan-bahan pembelajaran di kelas atau di lapangan.” Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani jangka panjang terkadang sering muncul suatu perasaan jenuh baik dalam diri siswa maupun guru itu sendiri, maka dari itu untuk menghilangkan perasaan jenuh tersebut seorang guru harus memahami serta mampu mengimplementasikan berbagai macam model pembelajaran yang terdapat dalam pendidikan jasmani. tujuan utama dalam menerapkan berbagai macam model pembelajaran tersebut adalah untuk merubah suasana belajar yang tadinya monoton menjadi menyenangkan, kemudian menumbuhkan motivasi dalam belajar dan yang paling penting tidak membuat siswa merasa jenuh terhadap proses pembelajaran yang dilakukan.

Menurut Zubaedi (dalam Mirdad, 2020, p. 15) model pembelajaran dapat diartikan pula sebagai pola yang digunakan untuk menyusun kurikulum, mengatur materi, dan memberikan petunjuk bagi guru dikelas

Dalam hal ini, Suherman (2012) menjelaskan “Model pembelajaran tersebut bukan hanya memberikan kemudahan kepada guru saja, tetapi dalam prosesnya model pembelajaran tersebut harus mampu membuat siswa memperoleh informasi, ide, keterampilan, nilai, cara berpikir dan bagaimana mengekspresikan pikirannya” pada intinya hasil dari penerapan sebuah model pembelajaran jangka panjang harus mampu meningkatkan kemampuan siswa untuk kepentingan mereka di masa depan.

Menurut Soekanto, dkk yang dikutip oleh Nurulwati (Djamaluddin & Wardana, 2019) model pembelajaran adalah :

Kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan tertentu. Model berfungsi sebagai pedoman bagi guru dalam merencanakan dan melaksanakan kegiatan mengajar. Dengan demikian, satu model pembelajaran dapat digunakan beberapa model teknik dan strategi pembelajaran sekaligus.

Menurut beberapa pengertian model pembelajaran yang telah dikemukakan di atas maka penulis dapat mengambil kesimpulan bahwa, model pembelajaran adalah satu rencana yang berpijak dari teori psikologi yang digunakan pedoman bagi guru dalam merencanakan dan melaksanakan pembelajaran yang menggambarkan kegiatan dari awal sampai akhir yang disajikan secara khusus oleh guru.

Dalam memilih model pembelajaran yang akan diterapkan di dalam kelas, seorang guru harus mempertimbangkan beberapa hal sebagai berikut :

- 1) Tujuan pembelajaran
- 2) Sifat materi pelajaran
- 3) Ketersediaan fasilitas
- 4) Kondisi peserta didik
- 5) Alokasi yang tersedia

Sejalan dengan hal tersebut faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan peserta didik dalam belajar antara lain sebagai berikut :

- a) Faktor internal berasal dari dalam diri yaitu kesehatan, intelegensi, minat dan motivasi dan cara belajar
- b) Faktor eksternal berasal dari luar diri yaitu keluarga, masyarakat, dan lingkungan

Disamping faktor kemampuan yang dimiliki peserta didik ada faktor lain seperti motivasi belajar, minat dan perhatian, sikap dan kebiasaan, ketentuan, sosial ekonomi, faktor fisik dan psikis. Dengan memperhatikan faktor-faktor di atas, dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan model pembelajaran *discovery learning*.

#### 2.1.4 Model *Discovery Learning*

##### a. Pengertian model *discovery learning*

*Discovery learning* merupakan strategi pembelajaran yang di dalam prosesnya tidak disajikan suatu konsep dalam bentuk jadi (final), tetapi peserta didik dituntut untuk mengorganisasikan sendiri cara belajarnya dalam menemukan konsep. Bruner mengemukakan, bahwa: “*Discovery Learning can be defined as the learning that takes required when student is not presented with subject matter in the final form, but rather is required to organize it himself.*” Bruner mengemukakan pendapatnya berdasarkan pendapat Piaget yang dinyatakan bahwa anak harus berperan aktif dalam belajar di kelas.

Wilcox (dalam Nur, 2000, p. 3) mengatakan bahwa dalam pembelajaran penemuan (*discovery learning*), siswa didorong untuk belajar aktif melalui keterlibatan aktif mereka sendiri dengan konsep-konsep, prinsip-prinsip, dan guru mendorong siswa untuk memilih pengalaman dan melakukan percobaan yang memungkinkan mereka menemukan prinsip-prinsip untuk diri mereka sendiri. Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *discovery learning* adalah strategi pembelajaran yang berpusat pada siswa berusaha sendiri dalam mencari, menyelidiki, mengolah, dan menemukan konsep pengetahuan baru dalam pemecahan masalah, sehingga siswa dapat berkembang pengetahuan dan keterampilannya.

Menurut Widyastuti (2014, p. 34) *discovery learning* merupakan pembelajaran berdasarkan penemuan (*inquiry-based*), konstruktivis dan teori bagaimana belajar. Model pembelajaran yang diberikan kepada peserta didik memiliki skenario pembelajaran untuk memecahkan masalah mereka sendiri. Dalam memecahkan masalah mereka; karena ini bersifat konstruktivis para peserta didik menggunakan pengalaman mereka terdahulu dalam memecahkan masalah. Kegiatan mereka lakukan dengan berinteraksi untuk menggali, mempertanyakan selama bereksperimen dengan teknik *trial and error*.

Menurut Permendikbud Nomor 58 tahun 2014 pada lampiran III dalam jurnal (Wahjudi, 2015, p. 2) Model *discovery learning* mengarahkan peserta didik untuk memahami konsep, arti, dan hubungan, melalui proses intuitif untuk akhirnya sampai kepada suatu kesimpulan. Penemuan konsep tidak disajikan dalam bentuk akhir, tetapi peserta didik didorong untuk mengidentifikasi apa yang ingin diketahui dan dilanjutkan dengan mencari informasi sendiri kemudian mengorganisasi atau mengkonstruksi apa yang mereka ketahui dan pahami dalam suatu bentuk akhir. hal tersebut terjadi bila peserta didik terlibat, terutama dalam penggunaan proses mentalnya untuk menemukan beberapa konsep dan prinsip. *Discovery learning* dilakukan melalui observasi, penentuan dan inferring proses tersebut disebut *cognitive process* sedangkan *discovery* sendiri adalah *the mental process of assimilating concepts and principles in the mind*.

b. Sintaks model *discovery learning*

**Tabel 2. 1. Sintaks dan kegiatan pembelajaran model *discovery learning***

| No | Sintaks                                    | Kegiatan pembelajaran   |
|----|--|---|
| 1  | <i>Stimulation</i><br>Pemberian rangsangan | Pada tahap ini peserta didik diberikan permasalahan yang belum ada solusinya sehingga memotivasi mereka untuk menyelidiki dan menyelesaikan masalah tersebut. Pada tahap ini, guru memfasilitasi mereka dengan memberikan pernyataan, arahan untuk membaca buku atau teks, dan kegiatan belajar yang mengarah pada kegiatan |

|   |  |  |
|---|--|--|
|   |  | <i>discovery</i> sebagai persiapan identifikasi masalah.   |
| 2 | <i>Problem statement</i><br>Identifikasi masalah | Peserta didik diberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin masalah yang berkaitan dengan bahan ajar, kemudian salah satunya, dipilih dan dirumuskan dalam bentuk hipotesis atau jawaban sementara untuk masalah yang diterapkan.   |
| 3 | <i>Data collection</i><br>Pengumpulan data       | Selanjutnya peserta didik melakukan eksplorasi untuk mengumpulkan data atau informasi yang relevan dengan cara membaca literature, mengamati objek, mewawancarai narasumber, melakukan uji coba sendiri dan lainnya. Peserta didik juga diusahakan menjawab pertanyaan atau membuktikan kebenaran hipotesis.   |
| 4 | <i>Data Processing</i><br>Pengolahan data        | Peserta didik melakukan kegiatan mengolah data atau informasi yang mereka peroleh pada tahap sebelumnya lalu dianalisis dan diinterpretasi. Semua informasi baik dari hasil bacaan, wawancara, dan observasi, diolah, diklasifikasi, ditabulasi, bahkan jika dibutuhkan dapat dihitung dengan cara tertentu serta ditafsirkan pada tingkat kepercayaan tertentu. |
| 5 | <i>Verification</i><br>Pembuktian                | Peserta didik melakukan verifikasi secara cermat untuk menguji hipotesis yang ditetapkan dengan temuan alternative, dihubungkan dengan hasil <i>data processing</i> . Tahapan ini bertujuan agar proses belajar berjalan dengan baik dan peserta didik menjadi aktif dan kreatif dalam memecahkan masalah  |
| 6 | <i>Generalization</i>                            | Tahapan akhir adalah proses menarik kesimpulan   |

|  |                    |   |
|--|--------------------|---|
|  | Menarik kesimpulan | yang terdapat dijadikan prinsip umum dan berlaku untuk semua kejadian atau masalah yang sama, dengan memperhatikan hasil verifikasi. Berdasarkan hasil verifikasi maka dirumuskan prinsip-prinsip yang mendasari generalisasi |
|--|--------------------|---|

Sumber: (Kemendikbud, 2013, p. 407)

c. Kelebihan dan kekurangan model *discovery learning*

a) Kelebihan model *discovery learning*

Model *discovery learning* memiliki beberapa kelebihan yang menyebabkan model ini dianggap unggul. Diantara keunggulan pembelajaran *discovery learning* menurut Westwood (2008, pp. 408–409). adalah :

- 1) Peserta didik terlibat dalam keunggulan pembelajaran secara aktif dan topik pembelajaran biasanya meningkatkan motivasi intrinsik.
- 2) Aktivitas belajar dalam pembelajaran Discovery biasanya lebih bermakna daripada latihan kelas dan mempelajari buku teks saja.
- 3) Peserta didik memperoleh keterampilan investigatif dan reflektif yang dapat digeneralisasikan dan diterapkan dalam konteks lain.
- 4) Peserta didik mempelajari keterampilan dan strategi baru
- 5) Pendekatan dari metode ini dibangun di atas pengetahuan dan pengalaman awal peserta didik.
- 6) Metode ini mendorong kemandirian peserta didik dalam belajar.
- 7) Metode ini diyakini mampu membuat peserta didik lebih mungkin untuk mengingat konsep, data atau informasi jika mereka temukan sendiri.
- 8) Metode ini mendukung peningkatan kerja kelompok.

Sementara itu, kemendikbud (2013) menyatakan bahwa kekuatan pembelajaran *discovery* adalah sebagai berikut :

- 1) Metode ini dapat membantu peserta didik memperbaiki dan meningkatkan keterampilan dan proses kognitif mereka
- 2) Metode ini memungkinkan peserta didik berkembang dengan cepat dan sesuai dengan kemampuan mereka sendiri.
- 3) Karena adanya kegiatan diskusi, siswa jadi lebih saling menghargai.

- 4) Memberikan rasa senang dan bahagia bila peserta didik berhasil melakukan penelitian, dan
- 5) Kegiatan pembelajaran menumbuhkan optimisme karena hasil belajar atau temuan mengarah pada kebenaran yang final dan lebih pasti.

b) Kelemahan model *discovery learning*

Meskipun mempunyai banyak keunggulan, tetap saja terdapat beberapa kelemahan dalam penerapan metode ini. Westwood (2008, pp. 410–411) mengemukakan beberapa kekurangan metode ini yang antara lain:

- 1) Penggunaan metode ini menghabiskan banyak waktu;
- 2) Penerapan metode ini membutuhkan lingkungan belajar yang kaya sumber daya.
- 3) Kualitas dan keterampilan peserta didik menentukan hasil atau efektifitas metode ini
- 4) Kemampuan memahami dan mengenali konsep tidak bisa diukur hanya dari keaktifan siswa di kelas.
- 5) Peserta didik sering mengalami kesulitan dalam membentuk opini, membuat prediksi, atau menarik kesimpulan.
- 6) Sebagian guru belum tentu mahir mengelola pembelajaran *Discovery*
- 7) Tidak semua guru mampu memantau kegiatan belajar secara efektif.

Sementara itu, Kemendikbud (2013) menambah beberapa kelemahan lainnya seperti :

- 1) metode ini mengharuskan peserta didik memiliki pemahaman awal terhadap konsep yang dibelajarkan, bila tidak maka mereka akan mengalami kesulitan dalam belajar penemuan, bahkan bisa menyebabkan mereka merasa kecewa.
- 2) Penerapan metode ini membutuhkan waktu yang lama, sehingga kurang sesuai untuk pembelajaran dengan durasi waktu pendek dan juga kelas dengan peserta didik yang besar.
- 3) Guru dan peserta didik harus terbiasa dengan metode ini dan harus konsisten dalam pelaksanaannya

4) Metode ini lebih sesuai digunakan untuk membelajarkan konsep dan pemahaman (kognitif), dibandingkan aspek lainnya.

d. Penerapan Model Pembelajaran *Discovery Learning*

Penerapan pada pembelajaran ini yaitu pertama-tama siswa diberikan pengarahan terlebih dahulu agar paham dan mengerti bagaimana pembelajaran dengan menggunakan model *discovery learning* itu seperti apa, selanjutnya pada pembelajaran kali ini materi yang di berikan yaitu Teknik *dribble* bola basket. Setelah itu siswa dibagi menjadi beberapa kelompok selanjutnya siswa berusaha sendiri untuk mencari, menyelidiki, mengolah dan menemukan konsep pengetahuan baru dalam pemecahan masalah. Setelah siswa mencari, menyelidiki, mengolah apa itu *dribble* bola basket dan variasi latihannya apa saja siswa mempresentasikan hasil diskusi dengan teman satu kelompoknya selanjutnya siswa mempraktekan Teknik *dribble*.

#### 2.1.5 Belajar dan Hasil Belajar

Belajar adalah suatu proses atau upaya yang dilakukan setiap individu untuk mendapatkan perubahan tingkah laku, baik dalam bentuk pengetahuan keterampilan, sikap dan nilai positif sebagai suatu pengalaman dari berbagai materi yang telah dipelajari. Definisi belajar juga diartikan sebagai segala aktivitas psikis yang dilakukan oleh setiap individu sehingga tingkah lakunya berbeda antara belum dan sesudah belajar, perubahan tingkah laku atau tanggapan, karena adanya pengalaman baru, memiliki kepandaian/ilmu setelah belajar, dan aktivitas berlatih.

Belajar merupakan sesuatu yang berproses dan merupakan unsur yang fundamental dalam masing-masing tingkatan pendidikan. Menurut M. Sobry Sutikno, pengertian belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan oleh seseorang untuk mendapatkan pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Dalam hal ini, perubahan adalah sesuatu yang dilakukan secara sadar (disengaja) dan bertujuan untuk memperoleh suatu yang lebih baik dari sebelumnya.

Hasil belajar merupakan bagian terpenting dalam pembelajaran. Hasil belajar pada hakekatnya adanya perubahan pola-pola sambutan dalam tingkah

laku individu. Perubahan tingkah laku ini merupakan manifestasi perubahan belajar. Hal ini menjelaskan kepada kita bahwa tujuan akhir (hasil) belajar yang kita harapkan adalah adanya perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik.

Menurut Sudjana (dalam Ahmadiyanto, 2016, p. 784) bahwa hasil belajar adalah “perubahan tingkah laku sebagai hasil belajar dalam pengertian yang lebih luas mencakup bidang kognitif, afektif dan psikomotor.” Lebih lanjutnya menggunakan klasifikasi hasil belajar dengan membaginya menjadi tiga ranah, yaitu:

a. Ranah Kognitif (*Cognitive Domain*)

Berkenaan dengan hasil belajar intelektual yang terdiri dari enam aspek, yaitu pengetahuan atau ingatan, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi.

- 1) Pengetahuan. Istilah pengetahuan dimaksudkan pengetahuan faktual disamping pengetahuan hafalan atau untuk diingat. Pengetahuan merupakan tipe hasil belajar ini menjadi prasyarat bagi tipe hasil belajar berikutnya.
- 2) Pemahaman merupakan tipe hasil belajar yang lebih tinggi dari pada pengetahuan. Misalnya menjelaskan dengan susunan kalimatnya sendiri sesuatu yang dibaca atau didengar, memberi contoh lain dari yang telah dicontohkan, atau menggunakan petunjuk penerapan pada kasus lain.
- 3) Aplikasi ada penggunaan abstraksi pada situasi konkret situasi khusus. Abstraksi tersebut mungkin berupa ide, teori atau petunjuk teknis.
- 4) Analisis adalah usaha memilih suatu integritas menjadi unsur-unsur atau bagian-bagian sehingga jelas hierarkinya atau susunannya. Analisis merupakan kecakapan yang kompleks, yang memanfaatkan ketiga tipe sebelumnya. Bila kecakapan analisis telah berkembang pada seseorang, maka ia dapat mengaplikasikannya pada situasi baru secara kreativitas.
- 5) Sintesis merupakan penyatuan unsur-unsur atau bagian-bagian kedalam bentuk menyeluruh. Berpikir sintesis adalah berpikir divergen. Dalam berpikir divergen pemecahan atau jawabannya belum dapat dipastikan.

6) Evaluasi adalah pemberian keputusan tentang nilai sesuatu yang mungkin dilihat dari segi tujuan, gagasan, cara bekerja, pemecahan, metode, materiil, dan lain-lain. Evaluasi ini perlu adanya suatu kriteria atau standar tertentu.

b. Ranah Afektif (*Affective Domain*)

Berkenaan dengan sikap yang terdiri dari lima aspek, yakni penerimaan, jawaban atau reaksi, penilaian, organisasi, dan internalisasi.

1) Receiving/Attending, yakni semacam kepekaan dalam menerima rangsangan dari luar yang datang kepada peserta didik dalam bentuk masalah, situasi, gejala, dan lain-lain. Dalam tipe ini termasuk kesadaran, keinginan untuk menerima stimulus, kontrol, dan seleksi gejala.

2) Responding atau jawaban, yakni reaksi yang diberikan oleh seseorang terhadap stimulus yang datang dari luar. Hal ini mencakup ketepatan reaksi, perasaan, kepuasan dalam menjawab stimulus dari luar yang datang pada dirinya.

3) Valuing (penilaian) berkenaan dengan nilai dan kepercayaan terhadap gejala atau stimulus tadi. Dalam evaluasi ini termasuk di dalamnya kesediaan menerima nilai, latar belakang, atau pengalaman untuk menerima nilai dan kesepakatan terhadap nilai tersebut.

4) Organisasi, yakni pengembangan dari nilai ke dalam satu sistem organisasi, termasuk hubungan satu nilai dengan nilai lain, pemantapan, dan prioritas nilai yang telah dimilikinya. Yang termasuk ke dalam organisasi ialah konsep tentang nilai, organisasi sistem lain.

5) Karakteristik nilai atau internalisasi nilai, yakni keterpaduan semua sistem nilai yang telah dimiliki seseorang, yang mempengaruhi pola kepribadian dan tingkah laku, kedalamnya termasuk keseluruhan nilai dan karakteristiknya.

c. Ranah Psikomotor (*Psychomotor Domain*)

Berkenaan dengan hasil belajar keterampilan dan kemampuan bertindak.

Ada enam aspek ranah psikomotor, yakni:

1) Gerakan refleksi (keterampilan pada gerakan yang tidak sadar)

- 2) Keterampilan pada gerakan-gerakan dasar
- 3) Kemampuan perseptual, termasuk di dalamnya membedakan visual, membedakan auditif, motoris, dan lain-lain.
- 4) Kemampuan di bidang fisik, misalnya kekuatan, keharmonisan, dan ketepatan.
- 5) Gerakan-gerakan skill mulai dari keterampilan sederhana sampai pada keterampilan yang kompleks.
- 6) Kemampuan yang berkenaan dengan komunikasi non-decursive seperti gerakan ekspresif dan interpretatif.

Dari penjelasan para ahli di atas dapat disimpulkan hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki peserta didik setelah menerima pengalaman belajarnya. Kemampuan-kemampuan tersebut mencakup aspek kognitif, afektif, psikomotorik. Hasil belajar dapat dilihat melalui kegiatan evaluasi yang bertujuan untuk mendapatkan data pembuktian yang akan menunjukkan tingkat kemampuan peserta didik dalam mencapai tujuan pembelajaran.

#### 2.1.6 Sejarah Bola Basket

Permainan Bola Basket dimainkan oleh dua regu yang berlawanan. Tiap-tiap regu yang melakukan permainan di lapangan terdiri dari 5 orang, sedangkan pemain pengganti sebanyak-banyaknya 7 orang, sehingga tiap regu paling banyak terdiri dari 12 orang pemain. Permainan Bola Basket dimainkan di atas lapangan keras yang sengaja diadakan untuk itu, baik di lapangan terbuka maupun di ruangan tertutup. Pada hakekatnya, tiap-tiap regu mempunyai kesempatan untuk menyerang dan memasukkan bola sebanyak-banyaknya keranjang sendiri untuk sedapat mungkin tidak kemasukan.

Permainan bola basket diciptakan oleh Prof. Dr. James A Naismith salah seorang guru pendidikan jasmani Young Mens Christian Association (YMCA) Springfield, Massachusetts, Amerika Serikat pada tahun 1891. Gagasan yang mendorong terwujudnya cabang olahraga baru ini ialah adanya kenyataan bahwa waktu itu keanggotaan dan pengunjung sekolah tersebut kian hari kian merosot. Sebab utamanya adalah rasa bosan dari para anggota dalam mengikuti latihan

olahraga Senam yang gerakannya kaku. Disamping itu kebutuhan yang dirasakan pada musim dingin untuk tetap melakukan olahraga yang menarik semakin mendesak.

Dr. Luther Gullick, pengawas kepala bagian olahraga pada sekolah tersebut menyadari adanya gejala yang kurang baik itu dan segera menghubungi Prof. Dr. James A. Naismith serta memberi tugas kepadanya untuk menyusun suatu kegiatan olahraga yang baru yang dapat dimainkan di ruang tertutup pada sore hari. Dalam menyambut tugasnya itu Naismith menyusun suatu gagasan yang sesuai dengan kebutuhan ruang tertutup yakni permainan yang tidak begitu keras, tidak ada unsur menendang, menjegal dan menarik serta tidak sukar dipelajari. Langkah pertama, diujinya perubahan dari permainan Football, Baseball, Lacrosse dan Sepakbola. Tetapi tidak satupun yang cocok dengan tuntutannya. Sebab disamping sulit dipelajari, juga permainan tersebut masih terlalu keras untuk dimainkan di ruangan tertutup yang berlampu. Dari hasil percobaan yang dilakukan itu Naismith akhirnya sampai pada kesimpulan bahwa permainan yang baru itu harus mempergunakan bola yang bentuknya bulat, tidak menjegal, dan harus menghilangkan gawang sebagai sasarannya.

Untuk menjinakkan bola sebagai pengganti menendang dilakukan gerakan mengoper dengan tangan serta *dribble* sebagai puncak kegairahan, gawang diganti dengan sasaran lain yang sempit dan terletak di atas para pemain, sehingga dengan obyek sasaran yang demikian pengutamaan tembakan tidak terletak pada kekuatan seperti yang terjadi pada waktu menendang, melainkan pada ketepatan menembak. Semula Naismith akan menggunakan kotak kayu untuk sasaran tembakan tersebut, tetapi berhubung waktu percobaan dilakukan yang ada hanya keranjang (basket) buah persik yang kosong, maka akhirnya keranjang itulah dijadikan sasaran tembakan. Dari perkataan basket ini kemudian permainan baru yang ditemukan Prof. Dr. James A. Naismith tersebut dinamakan Basketball.

Menurut PERBASI (2014) Pengertian bola basket adalah permainan yang menggunakan bola yang dapat didorong, ditepuk dengan telapak tangan, melempar dan menangkap, hingga menggiring ke segala arah dalam lapangan permainan. Permainan bola basket menurut Sugito (2013) cabang olahraga yang

menggunakan bola yang dioper atau dilempar ke teman satu tim. Lalu memantulkan bola ke lantai, baik di tempat manapun sambil berjalan dengan tujuan memasukkan bola ke keranjang tim lawan.

#### 2.1.7 Teknik Dasar Bola Basket

Teknik dasar bola basket yang harus dikuasai antara lain yaitu cara mengumpan (*passing*), menggiring (*dribble*) dan menembak (*shooting*). Permainan bola basket telah banyak mengalami perubahan hingga sekarang. Ciri bola basket modern adalah : *Body contact, Dinamis, Team Work*.

Cara memegang bola: Bola berada pada telapak tangan, Jari tangan dibuka posisi relax, Ibu jari dekat dengan badan berada dibelakang bolamembentuk huruf “V” terbalik.

##### 1) Mengumpan (*passing*)

*Passing* berarti mengoper, sedangkan *catching* artinya menangkap. Setiap pemula harus belajar mengenai cara mengoper dan menangkap bola dengan temannya. Kemampuan mengoper dan menangkap harus sama baiknya, tidak boleh hanya mahir sebagian. Dalam *passing* terdapat beberapa teknik antara lain :

- 1) *Chest pass* (operan dada)
- 2) *Bounce pass* (operan pantul)
- 3) *Overhead pass* (operan di atas kepala)
- 4) *Baseball pass*
- 5) *Behind back pass*

##### 2) Menggiring (*dribble*)

*Dribble* dalam istilah permainan bola basket adalah *dribble* basket. *Dribble* atau *dribble* adalah salah satu teknik dalam permainan bola basket yang memiliki tujuan untuk melewati hadangan lawan serta untuk mendekati target. Dalam *dribble* ada macam-macam antara lain:

- 1) *Control dribble*
- 2) *Speed dribble*
- 3) *Foot fire dribble*
- 4) *Retreat dribble*
- 5) *Crossover dribble*

6) *Reverse dribble*

7) *Behind-The back dribble*

3) Menembak (*shooting*)

*Shooting* merupakan cara untuk mencetak angka. Biasanya para pemula dalam olahraga bola basket akan men-shooting bola dengan cara asal melempar (yang penting masuk). Pedoman dalam melakukan shooting dalam bola basket adalah B.B.E.F (B = *beef*, B = *balance*, E = *eyebow*, F = *follow through*).

Dalam *shooting* ada macam-macam, yaitu:

1) *Set shoot*

2) *Lay-up shoot*

3) *Jump shoot*

4) *Underhand shoot*

5) *Pivot*

6) *Jump stop*

7) *Rebound*

2.1.8 Menggiring (*dribble*)

*Dribble* merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari bola basket dan penting bagi permainan individu maupun tim. *Dribble* adalah salah satu cara membawa atau menguasai bola sambil bergerak dan memantulkan bola pada lantai. Pada awalnya, bola harus lepas dari tangan sebelum kaki diangkat dari lantai. Sementara saat *mendribble* tidak boleh menyentuh bola secara bersamaan dengan dua tangan atau bola diam dalam genggam tangan (Naismith et al., 1891). *Dribble* dilakukan dengan kekuatan dari siku, pergelangan tangan, telapak tangan, jari-jari, dan sedikit bantuan dari bahu. Jari harus selalu rileks namun tegas menekan. *Dribble* yang legal adalah selama posisi tangan tidak berada di bawah bola dan bola harus meninggalkan tangan sebelum kaki tumpuan (*pivot foot*) berpindah posisi.

*Dribble* merupakan suatu teknik fundamental yang menyenangkan dan mengagumkan, tetapi *dribble* akan menjadi suatu yang menakutkan jika dipakai hanya untuk menunjukkan kemampuan personal. Situasi saat pemain memegang bola dan belum melakukan *dribble* sering disebut bola hidup. Pemain harus

belajar melakukan *dribble* tanpa melihat bola, biasakan mata agar melihat keseluruhan atau sekeliling lapangan (*peripheral vision*). *Dribble* pada dasarnya adalah gerakan yang harus mengarah pada ring, namun *dribble* juga dapat menjadi cara untuk membuka peluang bagi pemain lain agar mendapatkan ruang untuk mencetak skor. *Dribble* merupakan keterampilan individu yang berpengaruh besar dalam sebuah tim. Oleh karena itu, sebelum pemain melakukan *dribble*, pemain harus mengetahui tujuan melakukan *dribble*, sehingga dapat dilakukan secara efektif dan efisien.

Menurut (Naismith et al., 1891) untuk menjadi pemain yang efektif harus ahli dalam melakukan *dribble* dengan tangan manapun, baik dengan tangan yang kuat maupun tangan lemah. Buatlah bola menjadi perpanjangan tangan, tegakkan kepala untuk melihat seluruh lapangan. Sangat penting mengetahui kapan harus melakukan *dribble* dan kapan tidak boleh melakukan *dribble*. Meminimalkan pemakaian *dribble* dan menggunakan sesuai dengan kebutuhan lebih baik karena jika melakukan *dribble* terlalu banyak, rekan tim cenderung tidak bergerak dan memudahkan pihak lawan. Terdapat beberapa macam tipe gerak dalam melakukan *dribble* bola basket. Keputusan pemilihan tipe *dribble* harus disertai dengan waktu penggunaan yang tepat. Bahwasannya prinsip dasar dalam melakukan *dribble* harus mempunyai tujuan yang efektif. Adapun gerakan dasar pada *dribble* bola basket yaitu:

a) *Control Dribble*

*Control dribble* dapat digunakan ketika dijaga dengan ketat, harus tetap melindungi dan menjaga bola selalu di bawah kontrol. *Control dribble* dilakukan dengan mengangkat kepala melihat ring, *dribble* bola dekat badan, *dribble* sebatas lutut atau lebih rendah, bola lepas dari tangan sebelum mengayunkan kaki *pivot*, *dribble* bola dengan ujung jari, dan tangan yang tidak *dribble* melindungi bola.

b) *Speed Dribble*

*Speed dribble* adalah *dribble* yang dilakukan dengan berlari. Agar bola tidak terlepas saat melakukan *dribble*, diperlukan dorongan ke depan sehingga pemain terlihat sedikit mengejar bola (Kosasih, 2008, hlm. 40). Bola tidak boleh

melebihi pinggang saat melakukan *dribble* ini dengan maksud agar bola mudah dijangkau dan tidak mudah terkena steal. *Speed dribble* sangat berguna ketika harus cepat membawa bola dalam lapangan yang kosong dan harus cepat mencapai keranjang.

c) *Footfire Dribble*

*Footfire dribble* adalah metode berhenti sementara sambil menjaga *dribble* tidak mati ketika mendekati pemain lawan dalam lapangan terbuka. Terutama pada akhir *fast break* yang memungkinkan untuk mendapat keseimbangan dan membaca posisi pemain lawan. Untuk melakukan *footfire dribble* dilakukan dengan cepat dalam mengubah *speed dribble* menjadi *control dribble* dan kemudian berhenti dengan tetap *mendribble* bola. *Dribble* di tempat menghadap ring basket dengan kaki terentang selebar bahu. Gerakkan kaki keatas dan kebawah dengan cepat dan rapat ke tanah.

d) *Change of Pace Dribble*

*Change of pace dribble* berguna untuk menipu dan menghindari awan, Untuk melakukan perpindahan langkah, mengubah metode dari cepat ke terkontrol dan kembali lagi ke cepat. Kemampuan dalam *dribble* ini tergantung pada gerak mengecoh dan kecepatan. Contoh latihannya adalah pemain melakukan *speed dribble* lalu berhenti ke *low dribble*, pemain melakukan *face to face dribble* (*dribble* berhadapan dengan defender) lalu dengan segera kembali melakukan *speed dribble*. Sesaat sebelum momen perubahan kecepatan ajarkanlah pemain melakukan tipuan seperti *head fake* (tipuan gerak kepala), *eye fake* (tipuan mata), dan tipuan-tipuan seolah-olah pemain akan melakukan passing atau shooting.

e) *Retreat Dribble*

*Retreat dribble* dilakukan untuk mengatasi masalah ketika ditekan lawan. Hal tersebut biasanya dikombinasikan dengan mengubah arah dari depan dan *mendribble* untuk menghindari halangan 2 lawan dengan mundur dulu ke belakang sambil tetap *mendribble* dan merubah arah ke depan dengan cepat untuk menghindari jebakan. Untuk melakukan *dribble* mundur, gunakan langkah mundur yang pendek dan cepat dengan *mendribble* bola ke belakang.

### 2.1.9 Variasi Latihan

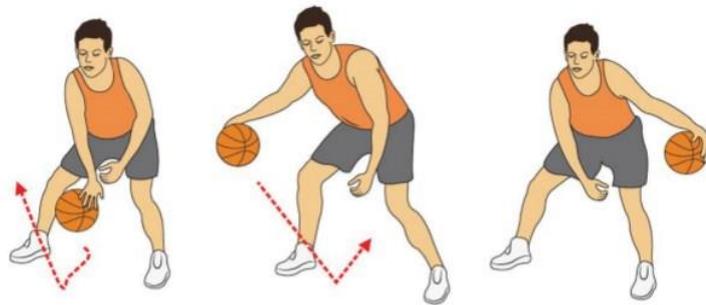
Variasi latihan dalam suatu pembelajaran sangatlah penting untuk diberikan kepada peserta didik agar tidak terjadi kebosanan atau kejenuhan kepada peserta didik saat melakukan suatu proses pembelajaran. Menurut kamus besar bahasa Indonesia, pengertian variasi latihan merupakan sebuah tindakan atau hasil dari keadaan semula. Variasi dapat diasumsikan dengan berbagai macam bentuk latihan yang beragam serta berubah.

Budiwanto (dalam s. Shinta 2020, p. 56) menyatakan “bahwa kemampuan seorang pelatih untuk kreatif, untuk menemukan dan untuk bekerja dengan imajinasi untuk mendapatkan suatu keberhasilan menjadi tantangan penting yang harus dilalui seorang pelatih dalam proses latihan yang diberikan”. Kemampuan seorang pelatih dalam memberikan variasi latihan memang dibutuhkan dalam menyiasati perkembangan formasi pertahanan yang mulai sulit ditembus dan lagi untuk meminimalisir tingkat kejenuhan pada atlet. Muhajir (2007, p. 199) mengatakan “variasi latihan dilakukan terutama untuk mempelajari teknik permainan bola basket, agar siswa menguasai unsur-unsur dalam permainan”. Variasi rangkaian latihan mengandung unsur-unsur dasar, antara lain melempar, menangkap bola, *dribble* dan menembak bola ke keranjang. Latihan dimulai dengan gerak-gerak sederhana. Kemudian dilanjutkan dengan bentuk-bentuk yang lebih rumit dan berakhir pada penerapan teknik-teknik yang dipelajari dalam jenis permainan dari rangkaian permainan yang sesuai.

Variasi latihan yang peneliti gunakan untuk pembelajaran yaitu variasi latihan *crossover*, *stop and go* dan *dribble zig-zag*.

#### a. *Dribble Crossover*

Variasi latihan *dribble crossover* merupakan teknik *dribble* yang memindahkan atau merubah arah bola dari tangan ke tangan kiri atau sebaliknya di depan lutut serendah mungkin untuk melewati lawan



**Gambar 2. 1. Dribble Crossover**

Sumber: (Robert & Brown, 2004)

b. *Dribble Stop and Go*

*Dribble stop and go* gerakan *dribble* yang di lakukan dengan *dribble* mendadak, *dribble* bola satu atau dua kali dalam keadaan berhenti selama sesaat kemudian lanjutkan mendribble bola.



**Gambar 2. 2 Dribble Stop and Go**

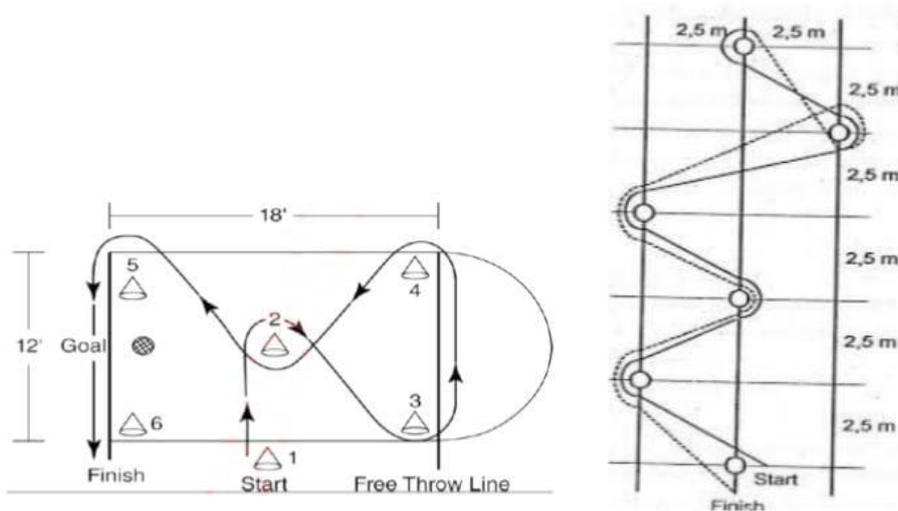
Sumber: (Robert & Brown, 2004)

c. Variasi latihan *Dribble zig-zag*

Melalui variasi latihan *dribble* zig-zag demikian untun mencapai suatu prestasi dalam permainan bola basket faktor yang mempengaruhi tindakan yang

efisien *dribble* yang sangat tepat diperlukan teknik yang benar. Dalam penelitian tindakan kelas (PTK) ini memiliki beberapa tujuan sebagai berikut :

- 1) Ingin mengetahui variasi zig-zag dapat meningkatkan motivasi belajar *dribble* pada Permainan bola basket
- 2) Ingin mengetahui melalui variasi zig-zag dalam mendribble bola basket dapat meningkatkan prestasi siswa.



**Gambar 2. 3 Variasi latihan *dribble* zig-zag**

## 2.2 Hasil Penelitian yang Relevan

Terdapat beberapa penelitian yang relevan dengan yang dilakukan oleh penelitian diantaranya :

1. Penelitian yang relevan kesatu, penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan Wal Asri T. Muko mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi tahun 2019 yang berjudul “Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Terhadap *Shooting* Dalam Permainan Bola Basket Melalui Metode *Discovery Learning* Pada Siswa Kelas XI MIA III SMA Negeri 1 Kabila”. Hasil dari penelitian tersebut menyimpulkan bahwa permasalahan yang diteliti oleh Wal Asri T. Muko yaitu mengenai ketidakmampuan siswa dalam gerakan *Shooting* yang baik dari gerakan (posisi awal, pelaksanaan, dan gerakan akhir) di SMA 1 Negeri Kabila. Cara pemecahannya di lakukan dengan menggunakan metode pembelajaran *Discovery Learning*. Penelitian tindakan kelas ini, bertujuan untuk

meningkatkan kemampuan Shooting pada siswa berupa gerakan (posisi awal, pelaksanaan, dan gerakan akhir) pada siswa SMA 1 Negeri Kabila. Perbedan dengan yang penulis teliti yaitu objek penelitian dan materi pembelajaran. Sampel penelitian yang penulis lakukan adalah siswa kelas XI MIPA 2 SMA Negeri Singaparna Tahun Ajaran 2022/2023 dan materi pembelajaran yang ditulis oleh Wal Asri T. Muko mengenai *Shooting* dalam Permainan bola basket dan persamaannya terletak pada model pembelajaran yaitu *Discovery Learning*.

2. Penelitian Yang Relevan Kedua Yaitu Penelitian Yang Dilakukan Oleh Imam Hari Priyono Yang Berjudul “Upaya Peningkatan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Bola Basket Melalui Variasi Latihan *Dribble* Pada Kelas Xi Ipa III SMA Negeri Jatiroto”. Permasalahan Yang Diteliti Oleh Imam Hari Priyono Yaitu Mengenai Peningkatan Prestasi Dengan Melakukan Penelitian Peningkatan Kemampuan *Dribble* Dalam Permainan Bola Basket Melalui Variasi Latihan *Dribble Zig-Zag* Pada Kelas XI Ipa Iii SMA Negeri Jatiroto. Perbedaan Dengan Penulis Lakukan Yaitu Objek Penelitian Dan Juga Model Pembelajaran Yang Di Lakukan. Sampel Penelitian Yang Penulis Lakukan Adalah Siswa Kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Singaparna Tahun Ajaran 2022/2023 Dan Model Pembelajaran Yang Penulis Lakukan Yaitu Dengan Model *Discovery Learning* Dan Persamaannya Terletak Pada Materi Pembelajaran *Dribble* Dalam Permainan Bola Basket.

### **2.3 Kerangka Konseptual**

Penelitian tindakan kelas ini diawali dengan kondisi awal adalah guru memberikan proses pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran dengan pendekatan *Teacher Centered Learning* (TCL) dan kurang menghadapkan peserta didik kepada kasus-kasus atau permasalahan untuk mengupayakan pemecahan masalah sehingga menyebabkan teknik dasar *dribble* permainan bola basket tidak tepat sasaran karena pada saat melakukan *dribble* tangan tidak mendorong bola ke lantai melainkan hanya dipukul-pukul saja dengan menggunakan telapak tangan dan kurangnya kreativitas peserta didik karena pada

saat pembelajaran peserta didik mengikuti perintah mahasiswa pada saat PLP di sekolah. Tindakan pertama yang dilakukan perencanaan observasi dan berdiskusi dengan guru pamong kemudian penggunaan model *discovery learning* dalam upaya meningkatkan hasil belajar teknik dasar bola basket dengan menggunakan dengan menggunakan model *discovery learning* di kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Singaparna. Langkah selanjutnya kegiatan observasi, pada kegiatan observasi yang diamati adalah aktivitas guru dan aktivitas peserta didik kemudian refleksi dari setiap pembelajaran atau pertemuan yang dijadikan dasar siklus kedua untuk memperbaiki tindakan pada siklus pertama dan diharapkan mampu meningkatkan kreativitas peserta didik dengan mencapai indikator keberhasilan dalam proses pembelajaran.

Pembelajaran menggunakan *discovery learning* diharapkan memberikan pengaruh positif terhadap meningkatkan hasil belajar *dribble* permainan bola basket peserta didik. Apabila ditindakan siklus kedua sudah mencapai indikator keberhasilan meningkatkan hasil belajar *dribble*, *passing* dan *shooting* permainan bola basket maka tidak melanjutkan siklus ketiga karena sudah mencapai indikator keberhasilan meningkatkan hasil belajar *dribble* permainan bola basket.

#### **2.4 Hipotesis Tindakan**

Berdasarkan kerangka konseptual yang telah dijelaskan, dalam hipotesis tindakan diajukan sebagai berikut, “model *discovery learning* dapat meningkatkan hasil belajar *dribble* pada permainan bola basket untuk peserta didik kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Singaparna semester genap tahun ajaran 2023.”