

BAB II

LANDASAN TEORETIS

A. Kajian Teori

1. Konsep Belajar dan Pembelajaran

a. Pengertian Belajar

Pada umumnya manusia belajar sepanjang hayatnya melalui berbagai sumber dan sarana, ditinjau dari caranya, orang dapat belajar secara formal, non-formal, dan informal. Ditinjau dari tempat belajarnya, belajar dapat dilakukan di sekolah maupun luar sekolah. Belajar formal biasa diartikan belajar sekolah atau perguruan tinggi, belajar nonformal masih ditekankan pada belajar di suatu lembaga bukan di sekolah, umpamanya di sebuah kelompok belajar, sedangkan belajar informal diartikan belajar tak disengaja, umpamanya karena sering melihat suatu kejadian akhirnya dapat melakukan dengan baik.

Menurut Tilaar (2002:374-378) yang dikutip dalam buku (Hidayat, Cucu at.al, 2016:9-10) mendefinisikan belajar antara lain:

- 1) Belajar adalah perubahan dalam kesiapan untuk menghadapi lingkungan yang terus berubah atau terus diubah (*in the process of being changed*).
- 2) Belajar merupakan proses aktif, kritis, dan kreatif.
- 3) Belajar adalah realitas yang dihadapi anak didik untuk mengubah keberadaannya.
- 4) Belajar diarahkan pada pencapaian tujuan.
- 5) Belajar berpusat pada kebutuhan siswa.

Selanjutnya Anon (2003:3), yang dikutip dalam buku (Hidayat, Cucu at.al, 2016:9) mendefinisikan belajar sebagai berikut: “Belajar pada hakikatnya adalah suatu aktivitas yang mengharapkan terjadinya perubahan tingkah laku (*behavioral change*) pada individu yang belajar”.

Perubahan-perubahan tersebut tidak disebabkan karena faktor kematangan melainkan terjadi karena usaha individu yang bersangkutan. Jadi proses belajar dapat terjadi karena adanya interaksi baik dengan orang lain maupun dengan lingkungannya. Salah satu pertanda bahwa seseorang telah belajar dapat dilihat dari adanya perubahan perilaku dalam dirinya. Perubahan tingkah laku tersebut terjadi secara menyeluruh, baik perubahan pengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotor), maupun perubahan yang menyangkut nilai dan sikap (afektif). Sedangkan menurut Indrawan Budi dan Sani Gunawan (2015:1) “belajar adalah perbuatan manusia yang nampaknya menjadi kebiasaan hidup manusia”.

b. Pengertian Mengajar

Mengajar pada dasarnya merupakan suatu usaha untuk menciptakan kondisi atau sistem lingkungan yang mendukung dan memungkinkan untuk berlangsungnya proses belajar menurut Aunurrahman (2013:34) “Mengajar merupakan suatu keadaan atau suatu aktivitas untuk menciptakan suatu situasi yang mampu mendorong siswa untuk belajar”. Adapun mengajar juga merupakan suatu proses yang sangat kompleks, menurut Husdarta dan Yudha M. Saputra (2010: 3-5) mengemukakan bahwa “Mengajar merupakan upaya guru untuk memberikan rangsangan, dorongan, dan pengarahan kepada siswa supaya terjadi proses belajar”

Berdasarkan definisi mengajar menurut para ahli di atas maka penulis menyimpulkan bahwa “Mengajar adalah suatu kegiatan akademik dimana guru menciptakan kondisi yang mendorong siswa untuk belajar.

c. Pengertian Pembelajaran

Pengertian pembelajaran menurut Sanjaya (Robi Yanur, 2014:122) menjelaskan bahwa, “Pembelajaran adalah suatu proses dimana lingkungan seseorang secara disengaja dikelola untuk memungkinkan ia turut serta dalam tingkah laku tertentu dalam kondisi-kondisi khusus atau menghasilkan respon terhadap situasi tertentu, pembelajaran merupakan bagian khusus dari pendidikan.”

Sedangkan menurut Aunurrahman (2013:34) “pembelajaran merupakan proses belajar mengajar di mana di dalamnya terjadi interaksi guru dan siswa dan antara sesama siswa untuk mencapai suatu tujuan yaitu terjadinya perubahan sikap dan tingkah laku siswa”

Dari beberapa pengertian pembelajaran yang telah dikemukakan, maka dapat disimpulkan beberapa ciri pembelajaran sebagai berikut:

- 1) Merupakan upaya sadar dan disengaja.
- 2) Pembelajaran harus membuat siswa belajar.
- 3) Tujuan harus ditetapkan terlebih dahulu sebelum proses dilaksanakan.
- 4) Pelaksanaannya terkendali, baik isinya, waktu, proses maupun hasilnya
- 5) Berdasarkan definisi pembelajaran menurut para ahli di atas maka penulis menyimpulkan bahwa “pembelajaran merupakan suatu sistem yang di dalamnya terdapat proses interaksi yang bertujuan untuk merubah sikap dan tingkah laku siswa menjadi lebih baik.

d. Belajar Gerak

Proses belajar gerak keterampilan menurut Fitts dan Posner sebagaimana dikutip oleh Hidayat, Cucu at.al 2016:20 terjadi dalam tiga fase belajar, yaitu “fase kognitif, fase asosiatif, dan fase otomatisasi.” Ketiga fase tersebut dapat penulis jelaskan sebagai berikut:

Fase Kognitif adalah fase penyampaian informasi tentang konsep gerak atau bentuk keterampilan gerak yang akan dipelajari. Karakteristik kognitif seringkali

dicirikan dalam bentuk perencanaan, formula hipotesis, dan merumuskan langkah maju secara bertahap, dari masukan dan keluaran, sepanjang berlangsungnya rangkaian kesatuan proses informasi.

Fase Asosiatif adalah pemberian kesempatan pada siswa untuk mencoba-coba konsep gerak yang telah dipahami dalam praktek. Bentuk latihan pada tahap ini memiliki ciri-ciri: bentuk latihan sederhana, berlangsung perlahan-lahan, dan kemungkinan besar banyak koreksi.

Fase Otomatisasi adalah tahap di mana keterampilan gerak yang telah dipelajari sebelumnya diulang-ulang secara terus menerus, sehingga respon motoriknya menjadi lebih cepat, tepat dan cermat serta gerakannya sudah tidak terganggu oleh situasi lingkungannya.

2. Konsep Pembelajaran Pendidikan Jasmani

a. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang di desain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif serta kecerdasan emosi. Menurut Hidayat, Cucu et.al (2016:1) “Pendidikan jasmani merupakan suatu proses interaksi sistematis antara anak didik dengan lingkungan sekolah yang di kelola melalui aktivitas jasmani secara efektif dan efisien untuk mencapai tujuan yang di harapkan”. Menurut Mulya, Gumilar dan Resty Agustriyani (2014:4) “Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan

perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam fisik, mental, serta emosional”.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani mengutamakan tentang pemahaman karakteristik pertumbuhan dan perkembangan yang merata dari ketiga aspek belajar yaitu aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Selain dari itu, proses belajar merupakan suatu interaksi yang terjadi baik itu interaksi murid dengan murid maupun murid dengan guru. Ini menunjukkan bahwa berhasil atau gagalnya pencapaian tujuan pembelajaran sangat bergantung terhadap proses belajar yang di alami oleh siswa, baik ketika berada di lingkungan sekolah, rumah ataupun lingkungan keluarga.

Pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Pertama terdiri dari permainan, atletik, senam lantai, renang (aktivitas air), sepakbola, bola basket, bola voli dan aktivitas luar kelas. Dalam pendidikan jasmani, permainan merupakan olahraga yang paling digemari siswa, salah satu diantaranya adalah permainan bola basket.

b. Tujuan Pendidikan Jasmani

Menurut (Hidayat, Cucu at.al, 2016:5) “Tujuan utama pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah adalah membantu peserta didik untuk mengembangkan keterampilan gerak mereka, di samping agar mereka merasa senang dan mau berpartisipasi dalam berbagai aktivitas jasmani”.

Secara umum tujuan pendidikan jasmani adalah yang diajarkan di sekolah adalah untuk mencapai tujuan pendidikan secara keseluruhan komponen pengembangan. Menurut Bucher (Suherman, Adang 2009: 7) Tujuan dari pendidikan jasmani diklasifikasikan ke dalam empat kategori tujuan yaitu:

- 1) Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*).
- 2) Perkembangan gerak. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, sempurna (*skillful*).
- 3) Perkembangan mental. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani ke dalam lingkungannya.
- 4) Perkembangan sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

c. Manfaat pendidikan jasmani

Tentu, pendidikan jasmani tidak hanya menyebabkan seseorang terdidik fisiknya, tetapi juga semua aspek yang terkait dengan kesejahteraan total manusia, seperti yang dimaksud dengan konsep “kebugaran jasmani sepanjang hayat”. Seperti diketahui, dimensi hubungan tubuh dan pikiran menekankan pada tiga domain pendidikan, yaitu: psikomotor, afektif, dan kognitif. Beberapa ahli dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga, Syer & Connolly (1984); Clancy (2006); Begley (2007), menyebutkan hal senada bahwa “tubuh adalah tempat bersemayamnya pikiran.” Ada unsur kesatuan pemahaman antara tubuh dengan pikiran.

3. Ruang Lingkup Materi Pendidikan jasmani

Pendidikan jasmani dapat dicapai oleh para guru pendidikan jasmani, maka dari itu harus memahami standar isi kurikulum pendidikan jasmani yang diajarkannya. Menurut Hidayat, Cucu *et.al* (2016:7) mengemukakan bahwa standar isi kurikulum pendidikan jasmani tersebut antara lain mencakup:

- a. Aktivitas permainan dan olahraga, aktivitas yang berisikan tentang materi pembelajaran permainan seperti, permainan sepak bola, bola voli, bola basket, dan lain-lain.

- b. Aktivitas pengembangan diri, aktivitas yang berisikan tentang materi pembelajaran kebugaran jasmani seperti, kekuatan, kelincahan, kelentukan, dan lain-lain.
- c. Aktivitas uji diri, aktivitas yang berisikan tentang materi pembelajaran seperti, senam lantai, senam alat, dan aktivitas fisik lainnya untuk meningkatkan keberanian dan kapasitas diri.
- d. Aktivitas ritmik, aktivitas yang berisikan kegiatan-kegiatan yang mengandung estetika gerak tubuh, seperti senam aerobik, SKJ, dan lain-lain.
- e. Aktivitas *aquatic* (air), aktivitas yang berisikan tentang materi pembelajaran di air, seperti permainan air, renang, keselamatan di air, serta etika di kolam renang.
- f. Aktivitas di luar gedung sekolah (*outdoor school*), aktivitas yang berisikan materi pembelajaran dengan kegiatan di alam bebas seperti, berkemah, mendaki gunung, menelusuri sungai, menjelajah, dan sebagainya.

4. Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani

Sebagai bagian integral dari pendidikan maka tujuan pendidikan jasmani harus sesuai dengan tujuan Pendidikan Nasional menurut Undang-Undang Republik Indonesia nomor 2 tahun 1989 tentang sistem pendidikan nasional, Bab II Pasal 4:

Pendidikan nasional bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mandiri serta tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Sedangkan tentang pendidikan jasmani terdapat dalam Undang-undang Nomor 4 Tahun 1950 Tentang Dasar-dasar Pendidikan dan Pengajaran di Sekolah, Bab VI Pasal 9, yang berbunyi: “Pendidikan jasmani yang menuju kepada keselarasan antara tumbuhnya badan dan perkembangan jiwa, dan merupakan suatu usaha untuk membuat bangsa Indonesia menjadi bangsa yang sehat dan kuat lahir batin, diberikan kepada segala jenis sekolah”. Baik dari tujuan

pendidikan maupun pendidikan jasmani keduanya mengacu pada pendidikan anak seutuhnya yang harus meliputi kesatuan jasmani dan rohani, pertumbuhan jiwa dan raga menuju keselarasan untuk menghindari pendidikan yang hanya mengarah kepada intelektualisme.

5. Model *Cooperative Learning*

Dalam kegiatan pembelajaran siswa mempunyai latar belakang yang berbedabek dari segi lingkungan keluarga keadaan ekonomi dan tingkat pemahaman siswa terhadap suatu materi. Hal tersebut tentu menjadi bahan pertimbangan dalam menentukan model pembelajaran yang akan digunakan dalam mengajar. Dalam proses pembelajaran terdapat beberapa model yang biasa digunakan oleh guru untuk mengajar atau menyampaikan informasi kepada siswa. Salah satu dari model tersebut adalah model pembelajaran *Cooperative Learning*.

Model pembelajaran ini merupakan sistem pembelajaran yang memberi kesempatan pada siswa untuk bekerja sama dengan sesama siswa dengan latar belakang yang berbeda beda dalam menyelesaikan suatu tugas. *Cooperative learning* merupakan kegiatan belajar siswa yang dilakukan dengan cara berkelompok. Model pembelajaran kelompok adalah rangkaian kegiatan belajar yang dilakukan oleh siswa dalam kelompok-kelompok tertentu untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan. Dalam pelaksanaannya guru bertindak sebagai fasilitator.

Pembelajaran *Cooperative learning* adalah teknik pengelompokan yang didalamnya siswa bekerja terarah pada tujuan belajar bersama dalam kelompok kecil yang umumnya terdiri dari 4-6 orang. Strategi pembelajaran kooperatif

merupakan serangkaian kegiatan pembelajaran yang dilakukan oleh siswa di dalam kelompok, untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Terdapat empat hal penting dalam strategi pembelajaran kooperatif, yakni :

- a. adanya peserta didik dalam kelompok,
- b. adanya aturan main dalam kelompok,
- c. adanya upaya belajar dalam kelompok,
- d. adanya kompetensi yang harus dicapai oleh kelompok.

Maka dapat disimpulkan dari beberapa pendapat yang dikemukakan oleh para ahli mengenai model cooperative learning memiliki beberapa persamaan dan perbedaan , persamaannya yaitu *Student Teams Achievement Division (STAD)*, *Jigsaw*, *TGT (Teams Games Tournaments)* adapun perbedaannya *Teams-Assisted-Individualization*, *Numbered-Head-Together*, *Think Pair Share*, *Two Stay Two Stray*, *Role Playing*, *Pair Check*, *Cooperative Script Model* pembelajaran yang dipilih pada pendekatan kolaboratif pada penerapan kali ini adalah model pembelajaran *Team Games Tournament*.

6. Teams Games Tournament (TGT)

Team Games Tournament pada mulanya dikembangkan oleh David DeVries dan Keith Edwards, ini merupakan metode pembelajaran pertama dari Johns Hopkins. Dalam metode ini, para siswa dibagi dalam tim belajar yang terdiri atas empat sampai lima orang yang berbeda-beda tingkat kemampuan, jenis kelamin, dan latar belakang etniknya. Guru menyampaikan pelajaran, lalu siswa bekerja dalam tim mereka untuk memastikan bahwa semua anggota tim telah menguasai pelajaran. Selanjutnya diadakan turnamen, di mana siswa memainkan game

akademik dengan anggota tim lain untuk menyumbangkan poin bagi skor timnya. TGT menambahkan dimensi kegembiraan yang diperoleh dari penggunaan permainan. Teman satu tim akan saling membantu dalam mempersiapkan diri untuk permainan dengan mempelajari lembar kegiatan dan menjelaskan masalah-masalah satu sama lain, memastikan telah terjadi tanggung jawab individual (Robert E. Slavin, 2008). merupakan sistem pembelajaran kelompok dengan tujuan agar siswa saling bekerja sama, bertanggung jawab, saling membantu memecahkan masalah, dan saling menolong satu sama lain untuk berprestasi. Yang dimaksud tipe *Team Games Tournament* dalam penelitian ini adalah membagi beberapa kelompok yang setiap kelompoknya terdiri dari empat siswa kelompok yang dibentukpun merupakan kelompok yang heterogen terdiri dari satu siswa berkemampuan tinggi dua siswa berkemampuan sedang dan satu siswa berkemampuan rendah bertujuan untuk memberikan kesempatan pada siswa saling mendukung.

7. Konsep Permainan Bola basket

Salah satu jenis permainan bola tangan tersebut adalah bola basket, Permainan bola basket adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing masing terdiri dari 5 orang pemain. Kemudian setiap regu berusaha memasukan bola kedalam keranjang regu lawan. Setiap tim atau regu berusaha untuk dapat mencegah lawannya memasukan bola atau membuat angka atau skor.

Pada permainan ini ada beberapa teknik atau cara mengolah bola yang diperbolehkan oleh setiap pemain diantaranya, bola diperbolehkan untuk

mengumpan (*passing*), digelindingkan, atau dipantulkan / di *dribble* pada lantai kesegala arah sesuai dengan ketentuan dan peraturan yang sudah ditetapkan.

Bola basket juga memberi peluang demokratisasi yang lebih besar. Novak (1979) dalam *Calhoun* (1987) menggambarkan sifat permainan bola basket:

Ibarat musik jazz yang penuh unsur improvisasi. Ada untuk unsur kebebasan berbuat, eksplosif, penuh alunan irama cepat atau lambat yang dinamis dan menggetarkan. Menonjol pula sifat-sifat individualistik, namun di dalam pelaksanaannya, tetap membutuhkan kerja sama dengan semangat persatuan yang utuh”.

Maka dapat diartikan bahwa permainan bola basket aktivitas olahraga yang memiliki intensitas berubah-ubah, di dalam pelaksanaannya membutuhkan kerjasama tim, dengan memunculkan beberapa kemampuan individual pada saat bertanding. Adapun untuk menjadi pemain bola basket yang baik, terlebih dahulu harus memiliki penguasaan teknik dasar bola basket yang baik.

a. Teknik dasar permainan bola basket

Adapun teknik dasar dalam bola basket menurut Indrawan, Budi dan Deni Nurhidayat (2013:7), “Teknik dasar keterampilan bola basket mutlak dan harus dimiliki oleh para pemain, karena permainan bola basket merupakan permainan yang kompleks gerakannya”. Maka dapat disimpulkan permainan bola basket gerakannya terdiri dari gabungan unsur-unsur gerak yang terkoordinasi dengan benar sehingga atlet dapat bermain dengan baik.

Secara umum unsur atau teknik dasar dalam permainan bola basket terdiri dari: *dribble* (menggiring bola), *passing* (mengoper bola), dan *shooting* (menembak). Teknik-teknik di atas perlu dikuasai dengan cermat dan dilakukan dengan sempurna, sebab akan mempengaruhi gerak secara keseluruhan.

Dikarenakan banyak teknik dasar dalam permainan bola basket dan sesuai dengan permasalahan penelitian ini, maka penulis hanya membahas teknik *shooting*.

Adapun menurut Fajar Setiyoko (2017, 3) dalam permainan bola basket , tentunya ukuran lapangan bola basket menjadi sangat penting untuk di pahami terlebih dahulu bagi para pemain maupun sekedar penonton permainan ini. Bola basket di Indonesia dinaungi oleh PERBASI (Persatuan Basket Indonesia) PERBASI menentukan ukuran Lapangan bola basket yang digunakan untuk standar permainan di Indonesia.

b. *Dribbling* (menggiring bola)

Dribbling merupakan bagian yang tak terpisahkan dari bola basket dan penting bagi permainan individual dan tim. Seperti operan, *dribbling* adalah salah satu cara membawa bola. Menurut Indrawan Budi dan Deni Nurhidayat (2013:7) “*dribbling* adalah suatu usaha membawa bola ke depan”. Maka dapat disimpulkan bahwa *dribbling* merupakan salah satu tehnik membawa bola kedepan untuk mempermudah penyerangan dalam menambah point.

Sedangkan permainan bola basket menurut Muhajir (2016:33) adalah sebagai berikut:

- a) Menggiring bola (*dribbling*)
- b) Menggiring bola tinggi
- c) Menggiring bola rendah
- d) Keterampilan gerak dasar menggiring bola
- e) Menggiring bola basket mengikuti teman yang didepannya
- f) Adu cepat menggiring bola basket melalui rintangan (zig-zag) dalam bentuk lari berantai
- g) Lomba cepat mengambil bola basket dan menggiring melalui rintangan (zig-zag), dalam bentuk lari berantai

Maka dapat disimpulkan *dribbling* pada dasarnya gerakan yang harus mengarah pada ring. Namun *dribbling* juga dapat menjadi cara untuk membuka peluang bagi pemain lain agar mendapat ruang untuk mencetak skor. Disamping itu pula dengan menguasai teknik dasar *dribbling*, membantu pemain memindahkan bola dan menjauhkan dari penjagaan. Setiap tim paling tidak butuh seorang pen-*dribbling* ahli yang dapat membawa bola dengan cepat dilapangan pada suatu trobosan cepat (*fast break*) dan melindunginya terhadap penjagaan, maka setiap pemain harus dapat menguasai teknik dasar *dribbling*.

c. *Shooting* (menembak)

Shooting (menembak) Menurut Indrawan Budi dan Deni Nurhidayat (2013:9) adalah “Suatu gerakan mengarahkan dan mengusahakan agar bola jatuh tepat di sasaran”. Sedangkan permainan bola basket menurut Muhajir (2016:33) adalah sebagai berikut Keterampilan gerak dasar menembak (*shooting*):

- a) Menembak bola (*shooting*) dengan dua tangan
- b) Menembak bola (*shooting*) dengan satu tangan
- c) Variasi gerak dasar shooting menggunakan satu tangan
- d) Gerak dasar *lay-up shoot*

Maka dapat disimpulkan dari kedua pendapat tersebut *shooting* adalah Keahlian yang sangat penting di dalam olahraga basket. Teknik dasar seperti operan, *dribbling*, bertahan, dan *rebounding* mungkin mengantarkan anda memperoleh peluang besar membuat skor, tapi tetap saja anda harus mampu melakukan tembakan. Sebetulnya menembak dapat menutupi kelemahan teknik dasar lainnya.

d. *Passing* (operan)

Menurut Indrawan, Budi dan Deni Nurhidayat (2013: 8) ada 5 kegunaan passing adalah untuk :

- a) Mengalihkan bola dari arah padat pemain.
- b) Menggerakkan bola dengan cepat pada *fast break*.
- c) Membangun permainan yang ofensif.
- d) Mengoper ke rekan yang sedang terbuka untuk menembakan.
- e) Mengoper dan memotong untuk melakukan tembakan sendiri.

Sedangkan permainan bola basket menurut Muhajir (2016:42) adalah sebagai berikut Melempar dan menangkap bola:

- a) Keterampilan teknik melempar bola setinggi dada (*chest pass*)
- b) Teknik melempar bola pantul (*bounce pass*)
- c) Keterampilan teknik melempar bola dari atas kepala (*over head pass*)
- d) Keterampilan gerak dasar menangkap bola

Passing (operan) yang baik penting bagi permainan tim dan keahlian seperti itulah yang membuat bola basket menjadi permainan tim yang indah. Passing merupakan keahlian paling besar yang sering diabaikan. Pemain jarang berlatih passing karena kurang mendapat perhatian fans dibandingkan si pencetak skor (point). Mengembangkan teknik passing menjadi kita pemain yang lebih andal, baik dan sangat menolong rekan satu tim.

e. Teknik *Chest pass*

Mengoper bola merupakan salah satu keterampilan yang harus dimiliki dan dikuasai oleh anggota tim basket, mengoper bola dalam permainan bola basket menuntut untuk memerlukan ketelitian dan ketangkasan hal ini dimaksudkan agar bola yang di oper tidak diterima oleh lawan.

Operan dada adalah operan yang umum dilakukan bila tidak ada pemain bertahan di antara pengoper dan teman setimnya. Cara melakukan operan ini

adalah memegang bola setinggi dada dan dekat dengan badan, siku di tekuk dan jari-jari terbuka memegang bola. Saat bola di lepaskan, lengan dan tangan di luruskan dengan telapak menghadap ke luar. Jenis operan ini adalah yang paling akurat menurut H. Budi Indrawan dan Deni Nurhidayat (2014 : 28)

8. *Chest pass* Dalam Permainan Bola Basket

Untuk bermain bola basket yang baik, terlebih dahulu harus memiliki penguasaan teknik dasar bola basket yang baik. Dengan demikian penguasaan teknik dasar keterampilan bola basket mutlak dan harus dimiliki oleh para pemain, karena permainan bola basket merupakan permainan yang kompleks gerakannya. Artinya, gerakannya terdiri dari gabungan unsur-unsur gerak yang terkoordinasi dengan benar sehingga atlet dapat bermain dengan baik.

a. Pengertian *chest pass*

Chest pass adalah gerakan passing atau mengoper bola kepada rekan satu tim, yang dilakukan dengan cara mengangkat bola didepan dada lalu mendorong bola dengan kuat. Jenis operan ini merupakan jenis passing yang sangat cocok dan efektif dilakukan ketika tidak ada lawan yang menghalangi diantara pengoper/pemberi bola dan penerima bola karena *passing* yang dilakukan sangat cepat dan tepat sasaran. Operan atau passing dalam permainan basket bertujuan untuk beberapa hal berikut:

- 1) Mengalihkan bola dari daerah padat pemain.
- 2) Menggerakan cepat bola pada *fast break*.
- 3) Menciptakan permainan yang *offensive*.
- 4) Mengoper bola ke arah teman yang sedang bebas hambatan lawan.

5) Mengoper dan memotong untuk melakukan tembakan sendiri

Salah satu operan yang sering dipakai untuk mempertahankan bola adalah *Chest pass* atau operan dada. Nah, di sini akan kita bahas mengenai pengertian dan cara melakukan *Chest pass* dalam permainan bola basket.



Gambar 2.1 passing *chest pass*

Sumber: <http://www.tutorialolahraga.com/2015/08/pengertian-chest-pass.html>

Pada saat melakukan *chest pass* ada beberapa urutan teknik di antaranya:

- 1) Cara memegang bola
- 2) Awalan
- 3) Tolak atau lemparan
- 4) Gerakan lanjut
- 5) Menerima bola

b. Cara Melakukan *Chest pass*

Chest pas tidak dilakukan secara sembarang atau tanpa teknik. Dalam melakukan operan dada ada beberapa langkah yang harus dilakukan agar operan tepat jatuh ke sasaran yaitu teman. Berikut langkah-langkah melakukan *Chest pass* dalam bola basket:

- 1) Pegang bola dengan kedua tangan ditahan ke depan dada dan ujung jari kedua tangan
- 2) Posisikan ibu jari di belakang bola dengan tangan dan ujung jari menyebar ke arah sisi bola
- 3) Posisikan siku dekat dengan tubuh
- 4) Letakkan kaki pada posisi *triple threat* dengan tumpuan berat badan pada kaki yang belakang
- 5) Pindahkan berat badan ke depan saat melangkah untuk mengoper bola
- 6) Luruskan lengan dan putar ibu jari ke bawah sehingga tangan lurus pada saat melakukan tolakan, akhiri dengan sentakan pergelangan tangan
- 7) Pandangkan mata ke arah bola yang dilempar dan arah bola lurus ke depan

Itulah beberapa hal mengenai pengertian dan cara melakukan *chest pass* dalam permainan bola basket yang perlu di pahami oleh pemain dari setiap team. Dengan mengetahui atau menguasai *chest pass* dan teknik-tekniknya, maka pemain akan mampu bermain dengan baik dan memiliki potensi untuk mendapat *point*.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian yang penulis lakukan ini adalah penelitian yang sudah di lakukan oleh Arif Zaenudin Mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya angkatan 2013. Permasalahan

yang diteliti oleh penulis adalah penerapan metode pembelajaran *Number Head Together* untuk meningkatkan hasil belajar *chest pass* permainan bola basket.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut diperoleh kesimpulan bahwa terdapat peningkatan hasil belajar siswa terhadap pembelajaran *chest pass* permainan bola basket dengan menggunakan metode *Number Head Together* pada siswa kelas IX A SMP NEGRI 16 Tasikmalaya.

C. Kerangka Pemikiran

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis mengajukan beberapa kerangka pemikiran penelitian ini sebagai berikut:

1. Pembelajaran *Cooperative Learning* Menurut Rusman (2013:202) merupakan “Bentuk pembelajaran dengan cara siswa belajar dan bekerja dalam kelompok-kelompok kecil secara kolaboratif yang anaggotanya terdiri dari empat sampai enam orang dengan struktur kelompok yang bersifat heterogen”. Yang dimaksud pembelajaran kooperatif dalam penelitian ini adalah pembelajaran *chest pass* secara berkelompok dimana kelompoknya dilakukan secara heterogten.
2. Pembelajaran kooperatif tipe TGT adalah salah satu metode pembelajaran kooperatif yang mudah diterapkan, melibatkan aktivitas seluruh siswa tanpa harus ada perbedaan status, melibatkan peran siswa sebagai tutor sebaya dan mengandung unsur permainan dan reinforcement. Aktivitas belajar dengan permainan yang dirancang dalam pembelajaran kooperatif tipe TGT memungkinkan siswa dapat belajar lebih rileks disamping menumbuhkan tanggung jawab, kerja sama, persaingan sehat dan keterlibatan belajar

(Kiranawati, 2007). Menurut Robert E. Slavin (2008), pembelajaran kooperatif tipe TGT terdiri dari 5 komponen utama, yaitu : presentasi di kelas, tim (kelompok), game (permainan), turnamen (pertandingan), dan rekognisi tim (perhargaan kelompok). Prosedur pelaksanaan TGT dimulai dari aktivitas guru dalam menyampaikan pelajaran, kemudian siswa bekerja dalam tim mereka untuk memastikan bahwa semua anggota tim telah menguasai pelajaran. Selanjutnya diadakan turnamen, di mana siswa memainkan game akademik dengan anggota tim lain untuk menyumbangkan poin bagi skor timnya.

D. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan pada anggapan dasar dan pengertian hipotesis di atas, maka penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut. “Dengan menerapkan metode pengajaran *Cooperative learning* tipe *Team Games Tournament* berpengaruh terhadap hasil belajar *chest pass* dalam permainan bola basket siswa kelas VIII C SMP Negeri 9 Tasikmalaya meningkat”.