

## Optimalisasi Keterampilan Bola Basket Siswa dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Pri Cahyadi\*<sup>1</sup>, Evi Susianti<sup>2</sup>, Febi Kurniawan<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Singaperbangsa Karawang  
Email: [pricahyadi515@gmail.com](mailto:pricahyadi515@gmail.com)<sup>1</sup>, [evi.susianti@fkip.unsika.ac.id](mailto:evi.susianti@fkip.unsika.ac.id)<sup>2</sup>, [febi.kurniawan@fkip.unsika.ac.id](mailto:febi.kurniawan@fkip.unsika.ac.id)<sup>3</sup>

### Abstrak

Pembelajaran bola basket dalam penjas merupakan pembelajaran bola besar yang pastinya akan diberikan kepada siswa, dalam bola basket ada 4 keterampilan/Teknik dasar yang harus dipelajari siswa dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani. Perlu diketahui Bersama cabang olahraga dalam dunia Pendidikan merupakan olahraga permainan yang cukup populer dikalangan pelajar, oleh karena itu pemberian materi pembelajaran bola basket di sekolah sangat penting diberikan sehingga pada pelaksanaannya diperlukan suatu tindakan yang mana hal itu hendaknya diarahkan pada pencapaian tujuan yang telah direncanakan, sehingga seluruh komponen, langkah dan usaha hendaknya diperhatikan dan difahami lebih dalam. Tinjauan ini berisi jurnal yang telah disesuaikan dengan pedoman bahan pembelajaran Pendidikan jasmani, yang mana kemudian dijadikan sumber dan disesuaikan dengan topik. Dari 15 jurnal yang telah terkumpul ditemukan faktor, yang mendukung dan penghambat pelaksanaan pembelajaran, sikap profesional dalam membuat metode, menentukan desain pembelajaran yang efektif dan efisien dengan melihat dari segala kendala, untuk meningkatkan keterampilan dalam bola basket. Oleh karena itu diperlukan suatu Langkah kreatif dan usaha yang ditunjukkan untuk meningkatkan kemampuan keterampilan bola basket siswa dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani.

**Kata kunci:** *Optimalisasi, Peningkatan, Keterampilan Bola Basket, Dribble, Passing, Shooting, Lay Up*

### Abstract

Basketball learning in physical education is a big ball learning that will certainly be given to students, in basketball there are 4 basic skills/techniques that students must learn in the physical education learning process. It is necessary to know that together with sports in the world of education, it is a sport game that is quite popular among students, therefore it is very important to provide basketball learning materials in schools so that in its implementation an action is needed which should be directed at achieving the planned goals, so that all components, steps and efforts should be considered and understood more deeply. This review contains journals that have been adapted to the guidelines for physical education learning materials, which are then used as sources and adapted to the topic. From the 15 journals that have been collected, found factors that support and hinder the implementation of learning, professional attitudes in making methods, determining effective and efficient learning designs by looking at all obstacles, to improve skills in basketball. Therefore we need a creative step and effort that is shown to improve the ability of students' basketball skills in the physical education learning process.

**Keywords:** *Optimization, Improvement, Basketball Skills, Dribbling, Passing, Shooting, Lay Up*

## PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha dasar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan, yang diperlukan dirinya, masyarakat, dan Negara. (Erica et al., 2019)

Menurut Sumitro bahwa "Pendidikan adalah proses dalam mana potensi-potensi, kemampuan-kemampuan, kapasitas-kekapasitas manusia yang mudah dipengaruhi oleh kebiasaan-kebiasaan, disempurnakan dengan kebiasaan-kebiasaan yang baik, dengan alat (media) yang disusun sedemikian rupa, dan digunakan oleh manusia untuk menolong orang lain atau dirinya sendiri dalam mencapai tujuantujuan yang telah ditetapkan. (D, 2017)

Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa Pendidikan merupakan suatu proses pengembangan diri oleh manusia untuk meningkatkan kemampuan hidup agar berakhlak baik dan memiliki keterampilan dalam bidang tertentu.

Pendidikan jasmani "Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan, motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial, dan moral, pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat". (Rosdiana 2015:1 dalam Mulyadi, 2018)

Adapun menurut Achmad Paturusi (2012: 4)"Arti pendidikan jasmani secara umum dapat di definisikan sebagai berikut: Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan permainan yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan". Pendidikan jasmani merupakan salah satu aktivitas fisik ataupun fisikis dalam suatu pembelajaran yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan siswa setelah pembelajaran. Dari pengertian ini, mengukuhkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian tak terpisahkan dari pendidikan umum. (Mulyadi, 2018)

Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang melibatkan aktivitas fisik untuk meningkatkan kebugaran tubuh dan mengembangkan kemampuan gerak, pengetahuan, cara hidup sehat, dan menumbuhkan sikap sportif. Berdasarkan ruang lingkup pendidikan jasmani siswa memiliki apresiasi terhadap perilaku bermain dan berolahraga yang termanifestasikan ke dalam nilai-nilai, seperti : kerjasama, menghargai teman dan lawan, jujur, adil, terbuka dan lain-lain, siswa memiliki konsep dan keterampilan berfikir dalam berbagai permainan dan olahraga, dan siswa mampu melakukan berbagai macam bentuk aktivitas permainan dan berbagai cabang olahraga.

Salah satu cabang olahraga yang paling populer adalah bolabasket, penggemar berasal dari segala usia terutama pada kalangan pelajar dan mahasiswa bisa merasakan bahwa bolabasket adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur, dan menyehatkan. Sejalan dengan pertumbuhan dan perkembangan cabang olahraga bolabasket, maka upaya pencapaian prestasi yang maksimal harus selalu diusahakan. Pencapaian prestasi yang maksimal tidak semudah yang dibayangkan, tetapi harus ada persiapan yang matang, usaha keras ditunjang dengan faktor-faktor yang mendukung. Keterampilan bermain bolabasket perlu didukung dengan fisik yang baik, teknik yang baik, mental yang bagus, dan berbagai macam taktik yang dilakukan oleh pelatih, Faktor ada dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal antara lain teknik, psikologis, dan fisik, sedangkan faktor eksternal antara lain fasilitas, motivasi, dan lingkungan. (Niranjan Banik, Adam Koesoemadinata, Charles Wagner, Charles Inyang, 2013).

Pengertian Bola Basket ialah cabang olahraga permainan yang menggunakan bola boleh di oper atau di lempar ke teman. Bola dipantulkan ke lantai di tempat atau sambil berjalan dan tujuannya adalah memasukan bola ke basket atau keranjang dari tim lawan. Dalam permainan bola basket banyak memerlukan kontak fisik dengan pemain lainnya atau pemain lawan, maka kondisi badan yang baik sangat diperlukan. Kondisi fisik yang baik yang harus dimiliki seorang pemain basket dua diantaranya adalah kelincahan dan kecepatan (Sugito, 2013 dalam (Cruz, 2013).

Sedangkan menurut (Siyanto 2014 dalam Rachman, 2018), mengatakan bahwa “Bola Basket adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua regu”. Bola boleh dioper (dilempar ke teman), dipantulkan ke lantai (ditempat atau sambil berjalan), dan tujuannya adalah memasukan bola ke ring lawan. Permainan dilakukan oleh dua regu yang terdiri atas 5 pemain. Setiap regu berusaha memasukan bola ke keranjang lawan dan menjaga (mencegah) keranjangnya sendiri kemasukan sedikit mungkin. Jadi bisa disimpulkan Gerakan dalam permainan bolabasket ini adalah gerakan yang dinamis, yang mana gerakannya terdiri dari gabungan berbagai unsur-unsur gerak yang terkoordinasi dengan rapi, sehingga bisa dimainkan dengan baik. Jika cara memegang bola saja salah, maka si pemain tidak akan bisa melakukan lemparan dengan baik, karena seorang pemain harus bisa menangkap dengan baik karena teknik menangkap adalah teknik dasar yang harus dimiliki seorang pemain basket. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Optimalisasi Keterampilan Bola Basket Siswa Dalam Proses Pembelajaran Penjas”. *Systematic Literatur Review*.

## **METODE**

### **Jenis Penelitian**

Penulisan penelitian yang dilakukan menggunakan pendekatan sistem review. Artikel review merupakan kajian ilmiah yang dilakukan dengan cara melakukan review terhadap artikel jurnal penelitian yang sudah dipublikasikan. Artikel review disusun bukan didasarkan pada penelitian langsung, melainkan disusun dari artikel hasil penelitian.

### **Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian ini menggunakan teknologi mesin pencari Google Chrome dengan menggunakan tiga data base, diantaranya :

1. Google Scholar yang diakses pada link <https://scholar.google.co.id/>
2. SINTA yang diakses pada link <https://sinta.kemdikbud.go.id/>

Data yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari hasil-hasil penelitian yang sudah dilakukan dan diterbitkan dalam jurnal online nasional dan internasional. Dalam melakukan penelitian ini peneliti melakukan pencarian jurnal penelitian yang dipublikasikan di internet menggunakan Google scholar, dan SINTA dengan kata kunci : Optimalisasi keterampilan bola basket siswa dalam proses pembelajaran penjas

Proses pengumpulan data dilakukan dengan penyaringan berdasarkan kriteria yang ditentukan oleh penulis dari setiap jurnal yang diambil. Adapun kriteria pengumpulan jurnal sebagai berikut:

1. Strategi dalam pengumpulan jurnal berbagai literatur dengan menggunakan situs jurnal yang sudah terakreditasi seperti Google scholar, dan SINTA
2. Sumber literatur yang diambil dengan kesesuaian keyword penulisan, keterkaitan hasil penulisan dan pembahasan.
3. Cara penulisan yang efektif untuk setting jurnal adalah dengan memasukan beberapa kata kunci yang terkait dengan judul penulisan, penelusuran dimulai dengan penulisan kata kunci secara sempit terlebih dahulu dan tidak langsung spesifik, misalkan peneliti melakukan pencarian pada

mesin pencarian Google Scholar & SINTA jika akan mencari “Optimalisasi keterampilan bola basket siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani ” maka akan dicari terlebih dahulu dengan keyword yang lebih sempit yaitu Optimalisasi dan semakin menelusuri dengan kalimat yang lebih spesifik seperti keterampilan bola basket siswa dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani.

4. Melakukan pencarian berdasarkan full text.
5. Melakukan penilaian terhadap jurnal dari abstrak apakah berdasarkan tujuan penelitian dan melakukan critical appraisal.

Litertur review dimulai dengan materi hasil penulisan yang secara sekuensi diperhatikan dari yang paling relevan, relevan, dan cukup relevan. Kemudian membaca abstrak, setiap jurnal terlebih dahulu untuk memberikan penilaian apakah permasalahan yang dibahas sesuai dengan yang hendak dipecahkan dalam suatu jurnal. Mencatat poin-poin penting dan relevansinya dengan permasalahan penelitian, untuk menjaga agar tidak terjebak dalam unsur plagiat, penulis juga hendaknya mencatat sumber informasi dan mencantumkan daftar Pustaka. Jika memang informasi berasal dari ide atau hasil penulisan orang lain. Membuat catatan, kutipan, atau informasi yang disusun secara sistematis sehingga penulis dengan mudah dapat mencari Kembali jika sewaktu-waktu diperlukan (Darmadi, 2011 dalam Nursalam, 2016). (Abarca, 2021)

Setiap jurnal yang dipilih berdasarkan kriteria, dibuat sebuah kesimpulan yang menggambarkan penjelasan keterampilan dalam bola basket dalam Pendidikan jasmani. Sebelum penulis membuat kesimpulan dari beberapa hasil literatur, penulis akan mengidentifikasi dalam bentuk ringkasan secara singkat berupa tabel yang berisi nama penulis, tahun penulis, rencana studi, sampel, instrument (alat ukur). Dan hasil penelitian. Setelah hasil penulisan dari beberapa literatur sudah dikumpulkan penulis akan menganalisa Optimalisasi keterampilan bola basket siswa dalam proses pembelajaran penjas dalam bentuk pembahasan.

## **HASIL**

Ada beberapa hasil yang dapat dijadikan acuan mengenai apa saja hal yang perlu diperhatikan dalam langkah dan usaha pengoptimalan keterampilan bola basket siswa dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani yang mana hasil penulisan jurnal tersebut tertuang pada lampiran Tabel 1, 15 jurnal dengan kisaran tahun publikasi mulai tahun 2012 sampai 2022 yang dijadikan sumber baca dan perbandingan dalam memenuhi kriteria pembuatan artikel review baru yang memenuhi kriteria.

Dalam hal pengoptimalan keterampilan dalam pembelajaran bola basket peran guru sangat berpengaruh terhadap hasil pembelajaran, karena Guru menjadi pedoman bagi siswa untuk suka atau tidaknya dengan pembelajaran yang disampaikan. Oleh karena itu seorang Guru harus lebih kreatif dan inovatif untuk pengembangan model pembelajaran, mungkin itu pengembangan permainan untuk meningkatkan motivasi siswa dalam melaksanakan pembelajaran penjas siswa tingkat SMP karena dijenjang tingkat SMP masih dalam transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah pertama jadi siswa masih memiliki sifat ingin bermain dan mengharapkan pelajaran yang menyenangkan, contohnya dengan pengembangan model permainan.

Lalu pengembangan modul juga bisa digunakan untuk meningkatkan hasil belajar keterampilan bola basket dijenjang tingkat SMA, karena di masa transisi dari anak-anak remaja biasanya siswa sudah mulai malu-malu dalam melakukan pembelajaran dengan menggunakan permainan. Anak dijenjang SMA biasanya lebih efektif menggunakan modul untuk dipelajari sendiri dan dipraktikkan kemudian.

Modifikasi alat juga sangat berguna, melihat banyak sekolah saat ini yang sarana dan prasarannya di bawah rata-rata. Ini juga menjadi faktor penghambat untuk seorang Guru dalam

megoptimalisasian keterampilan bola basket dalam proses Pendidikan jasmani, sekali lagi Guru dituntut untuk kreatif dengan alat seadanya atau dengan memodifikasi alat agar pembelajaran yang di targetkan bisa tercapai, jadi modifikasi alat juga efektif untuk meningkatkan keterampilan bola basket dalam proses Pendidikan jasmani. Kemudian imagery/mental siswa juga berpengaruh dalam peningkatan hasil pembelajaran, oleh karena itu seorang Guru harus lebih perhatian kepada siswa didiknya sendiri.

Motorik dalam proses pelaksanaan keterampilan bola basket juga sangat dibutuhkan, dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran bola basket koordinasi tubuh siswa sangat diperlukan karena dalam olahraga bola basket bukan hanya kaki yang menjadi pusat Gerakan, tangan pun menjadi pusat gerakan, kaki menjadi control untuk menahan tubuh tangan menjadi control untuk mengendalikan bola. Jadi koordinasi dalam pembelajaran bola basket sangat penting karena menunjang segala gerakan yang dilakukan dalam pelajaran permainan bola basket.

Berdasarkan Tabel 1 dalam lampiran beberapa potongan materi yang menjelaskan berbagai macam metode untuk meningkatkan optimalisasi keterampilan bola basket siswa dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani telah diambil dari berbagai sumber jurnal yang dipublikasi, dapat dirangkum dan disesuaikan dengan topik artikel review yang telah ditentukan, dan pada akhirnya pemenuhan sumber materi untuk melengkapi artikel review usaha pengoptimalan keterampilan bola basket siswa dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani dapat dijabarkan pada bagian pembahasan.

## **PEMBAHASAN**

Pendidikan jasmani dan olahraga di Indonesia merupakan suatu mata pelajaran yang tidak asing lagi ketika didengar oleh telinga, namun pada kenyataannya pendidikan jasmani dan olahraga di Indonesia masih memerlukan perhatian khusus. Adanya kasus tersebut tentu saja tidak serta merta muncul dengan sendirinya namun tentu saja disebabkan oleh suatu faktor dan kondisi yang seharusnya memerlukan tindakan identifikasi. Secara umum tindakan identifikasi ini perlu dilakukan karena pada faktannya masih ada beberapa problematika dalam pendidikan jasmani di Indonesia, yaitu kurang efektifnya pengajaran pendidikan jasmani di Lembaga-lembaga sekolah, terbatasnya kompetensi keahlian dan profesionalitas guru pendidikan jasmani, terbatasnya sumber-sumber yang dijadikan untuk fasilitas pendukung proses pengajaran pendidikan jasmani.

Oleh karena adanya problematika tersebut dibutuhkan keahlian dan kompetensi khusus pendidik untuk memahami dan mempunyai strategi serta langkah dalam mengoptimalkan keterampilan bola basket siswa dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani. Seorang pendidik diharapkan mampu memahami segala hal yang berkaitan dengan pengaplikasian pembelajaran

Seorang Pendidik diharapkan mampu memahami segala hal yang berkaitan dengan pengaplikasian pembelajaran, contoh pembelajaran yang dapat dilakukan adalah adanya umpan balik atau feedback. Tenaga pendidik juga sangat berpengaruh terhadap perkembangan siswa dalam pembelajaran Pendidikan jasmani dengan lebih perhatian terhadap siswa yang mereka didik agar siswa melakukan apa yang dipelajari dengan sungguh-sungguh.

Keterampilan dasar dalam bola basket adalah hal yang dipelajari sedari awal untuk menunjang semua kegiatan yang dilakukan dalam permainan bola basket, karena dalam olahraga bola basket seluruh badan menjadi pusat gerakan. Jadi motorik juga sangat berpengaruh dalam kegiatan pembelajaran bola basket karena koordinasi sangat di butuhkan didalam pembelajaran bola basket, karena jika motoric siswa bagus maka gerak koordinasinya pun juga akan mudah dibentuk. Namun tidak hanya sekedar itu saja terdapat suatu hubungan yang signifikan antara stimulasi psikososial,

asupan zinc, dan pengetahuan ibu dengan perkembangan motorik anak ataupun peserta didik. Seorang pendidik juga diharapkan mampu memahami perkembangan gerak, karena kondisi perkembangan gerak dasar peserta didik di sekolah perlu mendapat perhatian khusus bagi pendidik, sekolah, maupun orang tua. Karena ketiga elemen itu memiliki tanggung jawab dalam hal membuat desain ulang strategi serta program yang diharapkan mampu meningkatkan perkembangan gerak dasar pada siswa, Program yang telah disiapkan diharapkan juga dapat memperhatikan perbedaan kemampuan awal yang dimiliki oleh siswa laki-laki maupun perempuan.

Guru juga dapat melakukan modifikasi. Modifikasi ini dapat berupa pembuatan Permainan modifikasi yang merupakan alternatif kegiatan pembelajaran bagi anak yang diharapkan dapat memberikan kontribusi positif pada peningkatan kemampuan gerak manipulatif anak, Kemampuan gerak dasar manipulatif ini pada hakikatnya merupakan salah satu capaian tugas perkembangan anak dalam aspek motorik yang tentu saja mampu membantu anak menjalani kehidupannya sehari-hari. Dari pola gerak manipulatif, anak-anak bisa diajarkan berbagai macam kegiatan yang bersifat positif seperti melompat, melempar, melewati rintangan, memanjat dan aspek koordinasi gerak, termasuk rasa kinetic.

Untuk memaksimalkan upaya pengoptimalan keterampilan bola basket dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani, pendidik dapat melakukan pengembangan model permainan, pengembangan modul, dan variasi Latihan yang merupakan alternatif kegiatan pembelajaran bagi siswa yang diharapkan dapat berkontribusi positif terhadap peningkatan keterampilan bola basket. Kemampuan gerak yang dilatih dengan menggunakan pengembangan model permainan bisa diajarkan untuk melatih perkembangan keterampilan bola basket dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani karena dengan menggunakan pengembangan model permainan dapat meningkatkan motivasi siswa karena materi yang di sampaikan berupa permainan yang tidak membosankan yang membuat siswa tidak cepat jenuh.

Setelah memahami apa saja yang perlu diperhatikan dan dilakukan dalam proses pembelajaran maka guru diharapkan tidak hanya sebatas membuat instrumen penilaian saja, seharusnya guru juga melakukan analisis tentang tingkat reliabilitas, validitas, tingkat kesukaran dan persebaran ranah pengetahuannya, kedua guru diharapkan mampu memahami cara menganalisis instrumen penilaian, ketiga guru diharapkan mampu memahami kategori instrumen penilaian yang baik, dan yang keempat guru diharapkan untuk melakukan evaluasi terhadap instrument penilaian tiap tahunnya. Selanjutnya, untuk memaksimalkan peningkatan keterampilan bola basket pada siswa Guru juga diharapkan mampu untuk Mengkaji Penerapan Kognitif dalam Tuntutan Psikomotorik Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, salah satunya adalah faham akan sistem informasi. model pengolahan informasi dalam pembelajaran keterampilan bola basket dimulai dari Input sensori-Presepsi-Keputusan-Output keterampilan bola basket. Keterampilan bola basket akan dapat dilaksanakan dengan baik dan benar oleh siswa, apabila siswa sudah memiliki motor program ataupun penanaman kognitif di dalam dirinya terhadap gerak yang akan dilakukannya itu. Motor program terbentuk karena adanya proses persepsi yang terjadi setelah organ-organ penerima rangsang (reseptor) mendapat masukan sensoris (informasi) dari luar. Imgaery/mental juga sangat diperlukan dalam melaksanakan proses pembelajaran, oleh karena itu peran guru sangat penting dan harus lebih perhatian kepada seluruh siswa yang menjadi peserta didiknya.

Pendidik yang professional juga diharapkan dapat memahami apa itu Kontrol Visual dan Motor Program yang cocok, efektif dan efisien jika diberikan kepada siswa. Contohnya strategi audio visual, Audio visual merupakan salah satu usaha atau strategi yang dapat dilakukan oleh para guru untuk memberi variasi latihan, sehingga siswa dapat menunjukkan kemampuan dalam mengkombinasikan



keterampilan manipulative lokomotor dan nonlokomotor baik yang dilakukan secara perorangan maupun kelompok. Tak hanya sekedar memahami apa itu Kontrol Visual dan Motor Program yang cocok, efektif dan efisien jika diberikan kepada siswa, pendidik juga harus faham betul apa itu definisi belajar beserta implikasinya. Penjas memainkan peran penting dalam fungsi kognitif seseorang. Pendekatan kognitif sosial ini menekankan pada persepsi dan kognisi siswa dalam pelajaran penjas dan pengaruh dari faktor-faktor situasional serta kontekstual yang menyertainya. Riset kognitif sosial mengenai pembelajaran dan motivasi menunjukkan dengan jelas bahwa pemikiran atau kognisi siswa pada gilirannya akan mempengaruhi perasaan, perilaku motivasional, dan penguasaan ketrampilan dalam penjas dari siswa. Dalam strategi persiapan pembelajaran, seorang Guru juga diharapkan untuk menyusun desain pembelajaran serta model yang tepat dalam proses pembelajaran.

Guru juga harus memahami karakteristik siswa dalam pembelajaran dengan mencocokkan setiap siswa menggunakan metode apa, metode audio visual juga efektif digunakan dalam peningkatan hasil keterampilan bola basket dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani, karena dengan audio visual siswa bisa melihat dan mendengar penjelasan bagaimana cara melakukan gerakan yang sedang dipelajari. Contoh menggunakan audio visual basic lay up, metode tersebut efektif untuk meningkatkan hasil belajar lay up bola basket dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani.

Dan aspek penting dari penelitian ini adalah ditemukannya suatu fakta bahwa pengoptimalan keterampilan bola basket pada siswa tidak hanya dapat dilakukan dengan serta merta memberi materi dan praktik saja, namun pendidik juga harus faham betul faktor apa saja yang menghambat, mendukung proses pembelajaran sehingga keterampilan bola basket siswa akan maksimal. Dari sumber jurnal serta jurnal yang dikumpulkan dan disesuaikan dengan topik maka ditemukan bahwa tiap sumber bacaan saling memperkuat dan mendukung satu sama lain. Sehingga dari setiap jurnal tersebut jika dibandingkan satu sama lain akan terlihat selaras dan padu serta saling melengkapi, dan pada akhirnya 15 jurnal tersebut mampu memaparkan dan memberi penjelasan mengenai upaya pengoptimalan keterampilan bola basket siswa dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani.

## **SIMPULAN**

Keterampilan dasar bola basket adalah kemampuan individu yang dikuasai player/pemain dari awal mereka merintis di dunia olahraga bola basket, karena dengan mempelajari keterampilan dasar bola basket bisa menjadikan pemain lebih baik didalam pertandingan bola basket. Optimalisasi keterampilan bola basket dalam pembelajaran Pendidikan jasmani bisa dilakukan dengan cara pengembangan model permainan, karena dalam pembelajaran jika menggunakan permainan sangat menyenangkan dan tidak membosankan seperti yang disampaikan dalam penelitian Dedi Wahyu Prasetyo dan Yustinus Sukarmin (2017). Bukan hanya menggunakan model permainan pengembangan modul yang disampaikan oleh Ahmad Kurniadi dan Ever Sovensi (2021) dan variasi Latihan yang diteliti oleh Imam Hari Priyono, S. Pd., MM. (2013, Irma Suriani (2018) juga penelitian Manggarani Dwi Hartanti, Nurhasan, dan Abdul Rachman Syam Tuasikal (2020) juga sangat efektif untuk meningkatkan keterampilan bola basket dalam pembelajaran Pendidikan jasmani. Seperti pada pembahasan 15 jurnal diatas bahwa semua metode yang telah diteliti sangat efektif untuk meningkatkan hasil belajar keterampilan bola basket, hanya saja tergantung dari sikap kepedulian Guru/Tenaga Pengajar bagaimana mereka menyampaikan metode yang mereka gunakan agar siswa tidak bosan dan tertarik/termotivasi untuk mengikuti pembelajaran bola basket dengan metode yang digunakan. Dibuatnya penelitian ini juga untuk mempermudah pembaca mencari metode apa saja yg cocok digunakan untuk meningkatkan keterampilan bola basket dengan membaca 1 penelitian, dan menjadikannya lebih efektif karena di 1 penelitian terdapat beberapa penelitian yang di analisis.

## DAFTAR PUSTAKA

- 20, U. R. N. 20 T. 2003. (2018). Pengertian Peserta didik. *Journal of Japan Society for Bronchology*, 1(20), 99. [https://doi.org/10.18907/jjsb.1.0\\_99\\_2](https://doi.org/10.18907/jjsb.1.0_99_2)
- Abarca, R. M. (2021). Metode Penelitian. *Nuevos Sistemas de Comunicación e Información*, 2013–2015.
- Artikel, I. (2020). *PENDAHULUAN Kemampuan didik pada mata psikomotorik pelajaran peserta ini diperlukan keterlibatan seorang pendidik dan peserta didik . Seorang pendidik berperan penuh dalam memberikan bimbingan dan arahan baik itu berupa bahan ajar yang melibatkan kemampua. 0383*, 143–154.
- Barat, J., & Educability, M. (2016). *Judika (jurnal pendidikan unsika)*. 4(November), 231–242.
- Becker, F. G., Cleary, M., Team, R. M., Holtermann, H., The, D., Agenda, N., Science, P., Sk, S. K., Hinnebusch, R., Hinnebusch A, R., Rabinovich, I., Olmert, Y., Uld, D. Q. G. L. Q., Ri, W. K. H. U., Lq, V., Frxqwu, W. K. H., Zklfk, E., Edvhg, L. V, Wkh, R. Q., ... )2015. (ح. فاطمی. Implementasi Kooperatif NHT Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bola Basket. *Syria Studies*, 7(1), 37–72. [https://www.researchgate.net/publication/269107473\\_What\\_is\\_governance/link/548173090cf22525dcb61443/download%0Ahttp://www.econ.upf.edu/~reynal/Civilwars\\_12December2010.pdf%0Ahttps://think-asia.org/handle/11540/8282%0Ahttps://www.jstor.org/stable/41857625](https://www.researchgate.net/publication/269107473_What_is_governance/link/548173090cf22525dcb61443/download%0Ahttp://www.econ.upf.edu/~reynal/Civilwars_12December2010.pdf%0Ahttps://think-asia.org/handle/11540/8282%0Ahttps://www.jstor.org/stable/41857625)
- Budi Darmawan, G. E. (2014). Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Dan Kemampuan Gerak (Motor Ability) Terhadap Peningkatan Keterampilan Menembak (Jump Shoot) Bola Basket. *JST (Jurnal Sains Dan Teknologi)*, 2(2), 238–243. <https://doi.org/10.23887/jst-undiksha.v2i2.2900>
- Cruz, A. P. S. (2013). Definisi Permainan Bola Basket Bola. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- D, K. R. D. (2017). UU SISDIKNAS No.20(2003). *Indikator Tingkat Pendidikan*, 13–37. <http://etheses.iainkediri.ac.id/72/3/vii%20BAB%20II.pdf>
- Davi Sofyan. (2020). Pengaruh Model Cooperative Learning Tipe Student Teams Achievement Division Terhadap Keterampilan Lay-Up Shoot Bola Basket. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 6(2), 690–695. <https://doi.org/10.31949/educatio.v6i2.740>
- Dina Hakiky, L. B. (2020). Implementasi Penggunaan Media Pembelajaran Digital Game Based Learning terhadap Motivasi Belajar dan Keterampilan Gerak Dasar Shooting Bola Basket. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 20(1), 72–82. <https://doi.org/10.17509/jpp.v20i1.24555>
- Erica, D., Haryanto, H., Rahmawati, M., & Vidada, I. . (2019). Peran orang tua terhadap pendidikan anak usia dini dalam pandangan islam. *Perspektif Pendidikan dan Keguruan*, 10(2), 58-66. *Universal Pendidikan, april 2017*, 8–22.
- Erwan, M. T., suryansah, S., & Nopiana, R. (2018). Pengaruh Variasi Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Tehnik Dasar Passing Chest Pass Bola Basket Pada Siswa Smpn 1 Suralaga Tahun Pelajaran 2017/2018. *Jurnal Porkes*, 1(1), 14–20. <https://doi.org/10.29408/porkes.v1i1.1096>
- FAJAR, M. (2017). Peranan Intelegensi Terhadap Perkembangan Keterampilan Fisik Motorik Peserta Didik Dalam Pendidikan Jasmani. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(1), 58–66. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3664>
- Hartanti, M. D., Nurhasan, N., & Syam Tuasikal, A. R. (2020). Pengaruh Pembelajaran Sirkuit Berbasis Pendekatan Sainifik Terhadap Hasil Belajar Dribble Dan Shooting Bola Basket. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 111. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.8614>
- Hasil, P., Renang, B., & Bebas, G. (2018). *JUARA : Jurnal Olahraga*. 3(1), 0–6.
- Heckman, J. J., Pinto, R., & Savelyev, P. A. (2013). Landasan Optimalisasi Perhubungan. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 10–23.
- Izzaty, R. E., Astuti, B., & Cholimah, N. (1967a). Pendekatan Penelitian. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 5–24.
- Izzaty, R. E., Astuti, B., & Cholimah, N. (1967b). Pengertian Optimalisasi. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 5–24.
- Kurniadi, A. (2019). *Gelanggang Olahraga : Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. 5, 9–25.
- Lay, P., Shoot, U. P., Media, M., Basic, V., Up, L. A. Y., Meningkatkan, S. U., Lay, H., Shoot, U. P., Siswa,



- P., & Viiia, K. (2015). Pembelajaran Lay Up Shoot Menggunakan Media Audio Visual Basic Lay Up Shoot Untuk Meningkatkan Hasilbelajar Lay Up Shoot Pada Siswa Kelas Viiia Smp Kanisius Pati Tahun 2013/2014. *E-Jurnal Physical Education, Sport(Health and Recreation)*, 1509–1521.
- Mulyadi, M. D. (2018). Pengaruh Gaya Mengajar Komando Terhadap Hasil Belajar Long Pass Sepakbola Di Smp Pgrl Cikembar Kabupaten Sukabumi Tahun 2018. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 12–26.
- Munir, A., Arief Nur Wahyudi, & Aba Sandi Prayoga. (2021). Pendekatan Model Discovery Learning dalam Keterampilan Teknik Shooting Permainan Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Modern*, 6(2), 68–73. <https://doi.org/10.37471/jpm.v6i2.190>
- Ningsih, & Utami, R. S. (2019). Hubungan antara konformitas kelompok dengan perilaku agresif pada siswa di smp negeri 3 medan. *Universitas Medan Area*, 7(2010), 1–103.
- Niranjana Banik, Adam Koesoemadinata, Charles Wagner, Charles Inyang, H. B. (2013). *Keterampilan Bola Basket*. <https://doi.org/10.1190/segam2013-0137.1>
- Nofrizal Beje Purwoto. (2017). *Pendidikan jasmani*. 93(1), 259.
- Prasetyo, D. W., & Sukarmin, Y. (2017). Pengembangan model permainan untuk pembelajaran teknik dasar bola basket di SMP. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 12. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12758>
- Priyono, I. H. (2013). Upaya Peningkatan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Bola Basket Melalui Variasi Latihan Dribble Pada Kelas XI IPA III SMA Negeri Jatiroto. *Jurnal Multilateral*, 14(1), 36–43.
- Rachman, T. (2018a). Hakikat Bola Basket. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 10–27.
- Rachman, T. (2018b). Pengertian Bola Basket. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 10–27.
- Rusdiana, A. (2014). *Pelatihan Penulisan Artikel Jurnal Ilmiah*. i–31.
- Saichudin, & Munawar, S. A. R. (2019). *Penulis: Dr. Saichudin, M.Kes Sayyid Agil Rifqi Munawar, S.Or*.
- Sampurno, H. W., & Qohhar, W. (2020). Perbandingan Gaya Mengajar Terhadap Hasil Shooting Bola Basket. *Physical Activity Journal*, 1(2), 142. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2493>
- Sudjarwo. (2015). *MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SHOOTING BOLA BASKET DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA GAMBAR Heri Rustanto*. 12.
- Suriani, I., Studi, P., Jasmani, P., Olahraga Jurusan, D., & Olahraga, D. (2018). Pengaruh Model Latihan Crossover Dan Model Latihan High or Speed Terhadap Hasil Belajar Dribbling Dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa Sma Negeri 1 Pangkajene. *Jurnal Muara Pendidikan*, 3(2), 112–123.
- Tranat. (2012). Analisis Pengaruh Pendidikan, Pelatihan, dan Pengalaman Kerja terhadap Produktivitas Kerja. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 1(2012), 16–61.
- Wahyu, D., & Setio, A. (2017). *Universitas Negeri Semarang Tahun 2017*. 024, 1–71.
- Yosi, M., Fahmi, N., Nurrochmah, S., & Hariadi, I. (2021). *Pengaruh Pembelajaran Modifikasi Bola terhadap Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan Passing Bolabasket*. 648–657.
- 20, U. R. N. 20 T. 2003. (2018). Pengertian Peserta didik. *Journal of Japan Society for Bronchology*, 1(20), 99. [https://doi.org/10.18907/jjsb.1.0\\_99\\_2](https://doi.org/10.18907/jjsb.1.0_99_2)
- Abarca, R. M. (2021). Metode Penelitian. *Nuevos Sistemas de Comunicación e Información*, 2013–2015.
- Artikel, I. (2020). *PENDAHULUAN Kemampuan didik pada mata psikomotorik pelajaran peserta ini diperlukan keterlibatan seorang pendidik dan peserta didik . Seorang pendidik berperan penuh dalam memberikan bimbingan dan arahan baik itu berupa bahan ajar yang melibatkan kemampua*. 0383, 143–154.
- Barat, J., & Educability, M. (2016). *Judika (jurnal pendidikan unsika)*. 4(November), 231–242.
- Becker, F. G., Cleary, M., Team, R. M., Holtermann, H., The, D., Agenda, N., Science, P., Sk, S. K., Hinnebusch, R., Hinnebusch A, R., Rabinovich, I., Olmert, Y., Uld, D. Q. G. L. Q., Ri, W. K. H. U., Lq, V., Frxqwu, W. K. H., Zklfk, E., Edvhg, L. V, Wkh, R. Q., ... )2015. (ح. فاطمی. Implementasi Kooperatif NHT Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bola Basket. *Syria Studies*, 7(1), 37–72. [JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING VOLUME 4 NOMOR 4 TAHUN 2022](https://www.researchgate.net/publication/269107473_What_is_governance/link/548173090cf22525dcb61443/download%0Ahttp://www.econ.upf.edu/~reynal/Civilwars_12December2010.pdf%0Ahttps://think-</a></p>
</div>
<div data-bbox=)

- asia.org/handle/11540/8282%0Ahttps://www.jstor.org/stable/41857625
- Budi Darmawan, G. E. (2014). Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Dan Kemampuan Gerak (Motor Ability) Terhadap Peningkatan Keterampilan Menembak (Jump Shoot) Bola Basket. *JST (Jurnal Sains Dan Teknologi)*, 2(2), 238–243. <https://doi.org/10.23887/jst-undiksha.v2i2.2900>
- Cruz, A. P. S. (2013). Definisi Permainan Bola Basket Bola. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- D, K. R. D. (2017). UU SISDIKNAS No.20(2003). *Indikator Tingkat Pendidikan*, 13–37. <http://etheses.iainkediri.ac.id/72/3/vii%20BAB%20II.pdf>
- Davi Sofyan. (2020). Pengaruh Model Cooperative Learning Tipe Student Teams Achievement Division Terhadap Keterampilan Lay-Up Shoot Bola Basket. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 6(2), 690–695. <https://doi.org/10.31949/educatio.v6i2.740>
- Dina Hakiky, L. B. (2020). Implementasi Penggunaan Media Pembelajaran Digital Game Based Learning terhadap Motivasi Belajar dan Keterampilan Gerak Dasar Shooting Bola Basket. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 20(1), 72–82. <https://doi.org/10.17509/jpp.v20i1.24555>
- Erica, D., Haryanto, H., Rahmawati, M., & Vidada, I. (2019). Peran orang tua terhadap pendidikan anak usia dini dalam pandangan islam. *Perspektif Pendidikan dan Keguruan*, 10(2), 58–66. *Universal Pendidikan, april 2017*, 8–22.
- Erwan, M. T., suryansah, S., & Nopiana, R. (2018). Pengaruh Variasi Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Tehnik Dasar Passing Chest Pass Bola Basket Pada Siswa Smpn 1 Suralaga Tahun Pelajaran 2017/2018. *Jurnal Porkes*, 1(1), 14–20. <https://doi.org/10.29408/porkes.v1i1.1096>
- FAJAR, M. (2017). Peranan Intelegensi Terhadap Perkembangan Keterampilan Fisik Motorik Peserta Didik Dalam Pendidikan Jasmani. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(1), 58–66. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3664>
- Hartanti, M. D., Nurhasan, N., & Syam Tuasikal, A. R. (2020). Pengaruh Pembelajaran Sirkuit Berbasis Pendekatan Saintifik Terhadap Hasil Belajar Dribble Dan Shooting Bola Basket. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 111. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.8614>
- Hasil, P., Renang, B., & Bebas, G. (2018). *JUARA : Jurnal Olahraga*. 3(1), 0–6.
- Heckman, J. J., Pinto, R., & Savelyev, P. A. (2013). Landasan Optimalisasi Perhubungan. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 10–23.
- Izzaty, R. E., Astuti, B., & Cholimah, N. (1967a). Pendekatan Penelitian. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 5–24.
- Izzaty, R. E., Astuti, B., & Cholimah, N. (1967b). Pengertian Optimalisasi. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 5–24.
- Kurniadi, A. (2019). *Gelanggang Olahraga : Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. 5, 9–25.
- Lay, P., Shoot, U. P., Media, M., Basic, V., Up, L. A. Y., Meningkatkan, S. U., Lay, H., Shoot, U. P., Siswa, P., & Viiiia, K. (2015). Pembelajaran Lay Up Shoot Menggunakan Media Audio Visual Basic Lay Up Shoot Untuk Meningkatkan Hasilbelajar Lay Up Shoot Pada Siswa Kelas Viiiia Smp Kanisius Pati Tahun 2013/2014. *E-Jurnal Physical Education, Sport(Health and Recreation)*, 1509–1521.
- Mulyadi, M. D. (2018). Pengaruh Gaya Mengajar Komando Terhadap Hasil Belajar Long Pass Sepakbola Di Smp Pгри Cikembar Kabupaten Sukabumi Tahun 2018. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 12–26.
- Munir, A., Arief Nur Wahyudi, & Aba Sandi Prayoga. (2021). Pendekatan Model Discovery Learning dalam Keterampilan Teknik Shooting Permainan Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Modern*, 6(2), 68–73. <https://doi.org/10.37471/jpm.v6i2.190>
- Ningsih, & Utami, R. S. (2019). Hubungan antara konformitas kelompok dengan perilaku agresif pada siswa di smp negeri 3 medan. *Universitas Medan Area*, 7(2010), 1–103.
- Niranjan Banik, Adam Koesoemadinata, Charles Wagner, Charles Inyang, H. B. (2013). *Keterampilan Bola Basket*. <https://doi.org/10.1190/segam2013-0137.1>
- Nofrizal Beje Purwoto. (2017). *Pendidikan jasmani*. 93(1), 259.
- Prasetyo, D. W., & Sukarmin, Y. (2017). Pengembangan model permainan untuk pembelajaran teknik dasar bola basket di SMP. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 12. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12758>
- Priyono, I. H. (2013). Upaya Peningkatan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Bola Basket

- Melalui Variasi Latihan Dribble Pada Kelas XI IPA III SMA Negeri Jatiroto. *Jurnal Multilateral*, 14(1), 36–43.
- Rachman, T. (2018a). Hakikat Bola Basket. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 10–27.
- Rachman, T. (2018b). Pengertian Bola Basket. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 10–27.
- Rusdiana, A. (2014). *Pelatihan Penulisan Artikel Jurnal Ilmiah*. i–31.
- Saichudin, & Munawar, S. A. R. (2019). *Penulis: Dr. Saichudin, M.Kes Sayyid Agil Rifqi Munawar, S.Or.*
- Sampurno, H. W., & Qohhar, W. (2020). Perbandingan Gaya Mengajar Terhadap Hasil Shooting Bola Basket. *Physical Activity Journal*, 1(2), 142. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2493>
- Sudjarwo. (2015). *MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SHOOTING BOLA BASKET DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA GAMBAR Heri Rustanto*. 12.
- Suriani, I., Studi, P., Jasmani, P., Olahraga Jurusan, D., & Olahraga, D. (2018). Pengaruh Model Latihan Crossover Dan Model Latihan High or Speed Terhadap Hasil Belajar Dribbling Dalam Permainan Bolabasket Pada Siswa Sma Negeri 1 Pangkajene. *Jurnal Muara Pendidikan*, 3(2), 112–123.
- Tranat. (2012). Analisis Pengaruh Pendidikan, Pelatihan, dan Pengalaman Kerja terhadap Produktivitas Kerja. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 1(2012), 16–61.
- Wahyu, D., & Setio, A. (2017). *Universitas Negeri Semarang Tahun 2017*. 024, 1–71.
- Yosi, M., Fahmi, N., Nurrochmah, S., & Hariadi, I. (2021). *Pengaruh Pembelajaran Modifikasi Bola terhadap Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan Passing Bolabasket*. 648–657.