

**ANALISIS TINGKAT PEMAHAMAN SISWA KELAS XI-5 TERHADAP
PEMBELAJARAN MATERI PJOK PADA PERMAINAN BOLA BASKET
DI SMA N 2 SEMARANG**

¹Zulita Dwi Aprilia, ²Osa Maliki, ³Narfangurohim

¹UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

^{2,3}SMA N 2 SEMARANG

¹zulita_rachman18@gmail.com, ²osamaliki@upgris.ac.id,

³narfangurohim11@guru.sma.belajar.id

ABSTRACT

This research was conducted with the aim of analyzing the level of understanding of class XI-5 students regarding learning the game of basketball at SMA N 2 Semarang which includes dribbling, passing, shooting and pivoting. Basic technique is the main foundation in the game of basketball which influences students' ability to carry out more complex strategies and tactics. A good understanding of basic techniques is very important to improve technical and strategic skills in the game of basketball. This research uses a quantitative descriptive method by collecting data through a questionnaire survey and using a questionnaire instrument to measure students' theoretical knowledge about basic basketball techniques. The research sample consisted of 36 students from class XI-5 who actively participated in PJOK basketball lessons. The research results show that the majority of students have a fairly good basic understanding of basic basketball techniques, but there are still gaps in consistently applying these techniques in the game. The research results show that the majority of students have a good understanding of basic basketball technical theory, but their mastery in applying these techniques in the game is still relatively low. This is caused by several factors, including lack of intensive training, limited learning time, and lack of playing experience. Based on these findings, researchers recommend that basketball learning at SMA N 2 Semarang focus more on strengthening students' understanding of basic techniques, as well as developing more practical and interactive teaching methods in this sport.

Keywords: Understanding, Basic Techniques, Basketball, SMA N 2 Semarang.

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis tingkat pemahaman siswa kelas XI-5 terhadap pembelajaran permainan bola basket di SMA N 2 Semarang yang meliputi *dribbling*, *passing*, *shooting*, dan *pivot*. Teknik dasar merupakan fondasi utama dalam permainan bola basket yang mempengaruhi kemampuan siswa dalam melaksanakan strategi dan taktik yang lebih kompleks. Pemahaman yang baik terhadap teknik dasar sangat penting untuk meningkatkan

keterampilan teknis dan strategi dalam permainan bola basket. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pengumpulan data melalui survei kuesioner dan menggunakan instrument angket untuk mengukur pengetahuan teori siswa tentang teknik dasar bola basket. Sampel penelitian ini terdiri dari 36 siswa dari kelas XI-5 yang aktif mengikuti pembelajaran PJOK bola basket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki pemahaman dasar yang cukup baik tentang teknik dasar bola basket, namun masih terdapat kesenjangan dalam penerapan teknik-teknik tersebut secara konsisten dalam permainan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pemahaman yang baik tentang teori teknik dasar bola basket, namun penguasaan mereka dalam menerapkan teknik-teknik tersebut dalam permainan masih terbilang rendah. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain kurangnya latihan intensif, keterbatasan waktu pembelajaran, dan kurangnya pengalaman bermain. Berdasarkan temuan ini, peneliti merekomendasikan agar pembelajaran bola basket di SMA N 2 Semarang lebih difokuskan pada penguatan pemahaman siswa terhadap teknik dasar, serta pengembangan metode pengajaran yang lebih praktis dan interaktif dalam olahraga ini.

Kata Kunci : Pemahaman, Teknik Dasar, Bola Basket, SMA N 2 Semarang.

A. Pendahuluan

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan kepada seluruh siswa sekolah, baik siswa putra maupun siswa putri mulai dari tingkat dasar sampai tingkat atas (Mahfud, Gumantan, & Nugroho, 2020). Materi pendidikan jasmani berbeda dengan materi pembelajaran yang lain, karena selain diajarkan pelajaran teori, siswa-siswi juga diajarkan praktik yang berupa aktivitas jasmani atau olahraga yang disesuaikan dengan kemampuan dan karakteristik anak (Fahrizqi, Agus, et al., 2021). 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 (Nugroho & Gumantan, 2020).

Olahraga merupakan suatu aktivitas untuk melatih tubuh seseorang, bukan hanya secara jasmani juga rohaninya (Aguss, Fahrizqi, & Wicaksono, 2021). Oleh karena itu, yang termasuk dalam kegiatan olahraga yaitu semua

kegiatan jasmani yang dilandasi semangat untuk melatih diri sendiri maupun orang lain. Olahraga juga dapat dikatakan sebagai sarana menuju peningkatan kualitas dan ekspresi hidup. Fungsi utama olahraga yaitu untuk menyehatkan badan serta memastikan bahwa organ-organ tubuh masih sehat dan normal (Fahrizqi, 2018). Pentingnya olahraga sangat dibutuhkan untuk tubuh manusia. Adapun dampak karena kurangnya berolahraga yaitu melambatnya metabolisme tubuh, insomnia, mudah lelah, berat badan mudah naik atau susah untuk berkurang sampai dengan rentan terserang penyakit kronis (Agus & Fahrizqi, 2020). Melakukan olahraga secara rutin dapat membantu memperlancar denyut jantung, sehingga sirkulasi oksigen ke seluruh tubuh menjadi lebih lancar dan efektif dalam mengurangi dampak negatifnya. Olahraga dapat dilakukan dalam berbagai bentuk, salah satunya adalah dengan bermain bola basket.

Permainan bola basket merupakan permainan yang menggunakan bola besar, dimainkan oleh dua regu yang masing-masing terdiri dari lima orang pemain yang

bertujuan memasukan bola ke keranjang lawan dan menjaga keranjang sendiri agar tidak kemasukan bola (Gumantan, Mahfud, et al., 2021). Untuk dapat bermain bola basket dengan baik harus menguasai teknik dasar secara terampil dan untuk mendapatkan keterampilan diperlukan latihan yang teratur, kontinyu, dan berkesinambungan (Fahrizqi et al., n.d.). Terampil diartikan sebagai suatu perbuatan atau tugas, dan sebagai indikator suatu tingkat kemahiran (Pratomo & Gumantan, 2020). Peranan pembelajaran bola basket selain dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa yang berkaitan dengan mata pelajaran pendidikan jasmani juga dapat meningkatkan bakat, minat dan keterampilan (Gumantan & Mahfud, 2018).

Olahraga bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang populer dan sering diajarkan di tingkat sekolah menengah, Pelajaran olahraga bola basket menjadi salah satu bagian penting dalam kurikulum pendidikan jasmani termasuk di SMA N 2 Semarang. Sebagai olahraga yang menggabungkan teknik, kekuatan

fisik, dan strategi, bola basket membutuhkan pemahaman yang baik mengenai berbagai kemampuan dasar yang mendasari setiap gerakan dan taktik dalam permainan. Kemampuan dasar tersebut meliputi teknik *dribbling*, *passing*, *shooting*, serta keterampilan lain seperti *pivot* dan pertahanan. Penguasaan teknik dasar ini sangat penting, karena tanpa pemahaman yang baik terhadap dasar-dasar permainan, siswa akan kesulitan dalam mengembangkan keterampilan lanjutan dan berkontribusi secara efektif dalam permainan. Namun, dalam praktiknya, tidak semua siswa memiliki pemahaman yang memadai terhadap gerak dasar bola basket. Beberapa siswa mungkin mengalami kesulitan dalam menguasai gerakan tertentu, baik karena kurangnya latihan atau kurangnya pemahaman teori tentang cara melakukan gerakan tersebut dengan benar. Oleh karena itu, penting untuk menganalisis sejauh mana siswa kelas XI-5 SMA Negeri 2 Semarang memahami dan menguasai gerak dasar bola basket, yang menjadi kunci utama dalam pembelajaran olahraga ini.

B. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif, yang bertujuan untuk menggambarkan tingkat pemahaman siswa kelas XI-5 di SMA N 2 Semarang terhadap teknik dasar pada permainan bola basket. Penelitian deskriptif kuantitatif ini menekankan pada pengumpulan data dalam bentuk angka-angka yang kemudian dianalisis untuk memperoleh gambaran yang jelas mengenai tingkat pemahaman siswa terhadap teknik dasar bola basket.

2. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, karena penelitian ini berfokus pada pengumpulan dan analisis data numerik yang diharapkan dapat menggambarkan fenomena yang terjadi di lapangan. Pengumpulan data dilakukan kepada peserta didik melalui pemberian angket atau kuesioner yang berisi pertanyaan-pertanyaan terkait pemahaman teknik dasar bola basket.

3. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA N Semarang yang beralamatkan di jalan Jl. Sendangguwo Baru I No.1,

Gemah, Kec. Pedurungan, Kota Semarang, Jawa Tengah 50191. Penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober 2024.

4. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI-5 di SMA N 2 Semarang, yang terdiri dari 36 siswa secara purposive sampling. Sampel ini dipilih karena mereka merupakan kelompok yang mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani dengan topik bola basket dalam kurikulum yang sedang diajarkan pada saat penelitian berlangsung. Sampel tersebut mewakili populasi siswa yang mempelajari permainan bola basket di sekolah.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Hasil Penelitian

Hasil penelitian Analisis Tingkat Pemahaman Siswa Kelas XI-5 Terhadap Pembelajaran Materi PJOK Pada Permainan Bola Basket di SMA N 2 Semarang dalam penelitian ini diukur dengan 23 butir pernyataan yang valid dan 2 butir pertanyaan yang tidak valid. Kemudian 2 pertanyaan yang tidak valid tersebut dihilangkan, sehingga dalam pengambilan data sesungguhnya tersisa 23 butir

pertanyaan dengan rentang skor 1 – 4. Berdasarkan hasil penelitian data dilapangan diperoleh skor minimum sebesar = 12, skor maksimum = 21, mean = 16.7, median= 210, modus = 19.5, dan standard deviasi = 2.365. Tabel distribusi hasil penelitian tingkat pemahaman siswa peserta didik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan terhadap materi bola basket kelas XI-5 SMA N 2 Semarang dapat dikategorikan sebagai berikut:

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
>19,51	Sangat Baik	5	14
16,81X 19,51	Baik	8	22
14,12X 16,81	Sedang	13	36
11,43X 14,12	Kurang	7	19
<11,43	Sangat Kurang	3	8
Jumlah		36	100

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pemahaman siswa dalam pembelajaran PJOK materi bola basket kelas XI-5 SMA N 2 Semarang yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 14%,

kategori baik sebesar 22%, kategori sedang sebesar 36%, kategori kurang sebanyak sebesar 19%, dan kategori sangat kurang sebesar 8%. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat diartikan pemahaman siswa Kelas XI-5 SMA N 2 Semarang terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan materi bola basket adalah sedang. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa sebagian besar siswa kelas XI-5 SMA N 2 Semarang masih mempunyai pemahaman yang belum baik. Pemahaman yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sikap siswa dalam mengerti dan memahami materi bola basket. Hal tersebut dikarenakan materi bola basket tidak diajarkan secara keseluruhan, siswa kelas XI-5 SMA N 2 Semarang hanya menerima sebanyak 2 kali pertemuan, sehingga lebih banyak memberikan materi secara praktek, sehingga menyebabkan sebagian besar masih belum baik dalam memahami materi bola basket. Untuk menguasai teknik bola basket seorang pemain juga harus memahami dengan baik teknik dasar permainan, cara bermain dan juga taktik dalam pertandingan. Seperti hanya pemahaman dalam

menembak, melempar/passing, dan juga lay up. Dengan menguasai materi bola basket seorang pemain akan dapat menguasai pertandingan dengan baik.

Berdasarkan hasil penelitian juga diperoleh pemahaman siswa dalam pembelajaran PJOK materi bola basket sebagian besar juga masih berkategori kurang. Hal tersebut menunjukkan jika banyak siswa kelas XI-5 yang masih pemula dalam mengenal bola basket, sehingga pemahaman menjadi kurang. Berbagai kendala dialami oleh siswa yaitu ketika di sekolah dasar sebelumnya anak belum dikenalkan olahraga bola basket, kurangnya sarana dan di lingkungan tempat mereka tinggal, dan olahraga bola basket kurang dikenal oleh masyarakat di pedesaan. Materi bola basket sebenarnya materi yang cukup familiar di Indonesia, akan tetapi tidak semua guru mampu menguasai materi dengan baik. Sedangkan hasil pemahaman siswa yang baik dan sangat baik menunjukkan jika beberapa siswa memang sangat menguasai materi bola basket baik secara teori dan juga secara praktek. Hal tersebut

dikarenakan beberapa anak tersebut dari sekolah dasar sudah dikenakan olahraga basket, dan bahkan di rumah sering bermain bola basket.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap tingkat pemahaman siswa kelas XI-5 SMA Negeri 2 Semarang terhadap pembelajaran materi bola basket dalam mata pelajaran PJOK, dapat disimpulkan bahwa secara umum tingkat pemahaman siswa masuk dalam kategori **sedang**. Sebanyak 36% siswa berada dalam kategori ini, sedangkan 22% siswa memiliki pemahaman yang baik, dan hanya 14% yang memiliki pemahaman yang sangat baik. Di sisi lain, terdapat 19% siswa yang pemahamannya tergolong kurang, dan 8% lainnya berada dalam kategori sangat kurang.

Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar siswa sudah memahami materi dengan cukup baik, masih ada sejumlah siswa yang perlu mendapatkan perhatian lebih dalam pemahaman tentang peraturan, teknik dasar,

strategi permainan, dan aspek kesehatan dalam bola basket. Oleh karena itu, meskipun ada sebagian siswa yang sudah menunjukkan pemahaman yang baik, pembelajaran materi bola basket perlu dioptimalkan agar seluruh siswa dapat mencapai pemahaman yang lebih merata dan lebih mendalam.

SARAN

Dalam Upaya peningkatan pemahaman siswa terhadap pembelajaran PJOK materi bola basket, disarankan untuk menggunakan pendekatan pembelajaran yang lebih aktif dan praktis, seperti latihan langsung di lapangan, permainan simulasi, dan demonstrasi teknik dasar secara berulang. Hal ini dapat membantu siswa untuk lebih memahami dan mengaplikasikan peraturan serta teknik bola basket dalam situasi nyata.

Pembelajaran sebaiknya memperhatikan perbedaan kemampuan siswa. Bagi siswa yang berada dalam kategori "kurang" atau "sangat kurang", diperlukan pendekatan yang lebih personal dan bimbingan intensif, baik secara individu maupun kelompok kecil.

Siswa perlu dibekali dengan pengetahuan lebih dalam mengenai strategi permainan dan teknik pertahanan atau serangan. Selain itu, edukasi tentang pentingnya pemanasan, pencegahan cedera, dan kebugaran jasmani harus menjadi bagian dari kurikulum yang terintegrasi dengan pembelajaran bola basket.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryan, R. M., & Mardela, R. (2019). Tingkat Kemampuan Shooting Free Throw Atlet Bolabasket. *Jurnal Patriot*, 1(2), 544-553.
- Chabib, A. (2016). TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BERMAIN BOLA VOLI SISWA PUTRA KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 PURING KABUPATEN KEBUMEN, JAWA TENGAH. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 5(5).
- Handoko, D., & Gumantan, A. (2021). Penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran olahraga di SMAN 1 Baradatu. *Journal Of Physical Education*, 2(1), 1-7.
- Isnanda, R., & Jusuf, J. B. K. (2022). Tingkat Pemahaman Siswa Kelas X terhadap Permainan Bola Basket di SMA YPK Tenggarong Kutai Kartanegara. *Borneo Studies and Research*, 3(2), 2254-2262.
- Nasution, M. (2020). "Pengaruh Pembelajaran Aktif terhadap Pemahaman Strategi Permainan Bola Basket." *Jurnal Pendidikan Jasmani* 22(3), 60-66.
- Nickevin, R. (2021). Pengaruh Latihan Dribbling Dengan Model Bermain Terhadap Hasil Dribbling Permainan Bola Basket. *Jurnal Edukasimu*, 1(3).
- Novriliani, E. (2021). Tingkat Keterampilan Bola Basket Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket. *Jurnal Edukasimu*, 1(3).
- Pratama, M. W. U., & Yuliandra, R. (2021). Persepsi Anggota Ekstrakurikuler Bola Basket terhadap Penggunaan Aplikasi Papan Strategi Berbasis Android. *Journal Of Physical Education*, 2(2), 1-7.

Widodo, A. (2018). Makna dan Peran pendidikan jasmani dalam pembentukan insan yang melek jasmaniah/ter-literasi jasmaniahnya. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 9(1), 53-60.