

PROSIDING SNPO 2018

SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN OLAHRAGA

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN



Penyelenggara :
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Medan
Prodi Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING

SNPO 2018

Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berdasarkan Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

Narasumber :

Prof. Dr. Syawal Gultom, M.Pd. (Rektor Universitas Negeri Medan)
Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Kes. (Dekan FIK Universitas Negeri Semarang)
Dr. Phil. Ichwan Azhari, M.S. (Kepala PUSSIS Universitas Negeri Medan)
Dr. Ardi Nusri, M.Kes. AIFO. (Dosen FIK UNIMED)

THE
Character Building
UNIVERSITY



Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING SNPO 2018 Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

**Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional**

Steering Comitee

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
Drs. Suharjo, M.Pd.
Dr. Albadi Sinulingga, M.Pd.
Dr. Syamsul Gultom, SKM., M.Kes.
Drs. Mesnan, M.Kes.
Akbar Khusyairi Rambe, S.Pd.
Nasiruddin Daulay, S.Pd.

Organizing Comitee

Abdul Harris Handoko, S.Pd., M.Pd
Togi Parulian Tambunan, S.Pd.
Akbar Zahriali, S.Pd.
Rian Handika, S.Pd.
Sri Astuti, S.Pd.
Alan Alfiansyah Putra Karo-karo, S.Pd.

Editor : Dr. Nurhayati Simatupang, M.Kes.
Dr. Imran Akhmad, M.Pd.

Reviewer :

Dr. Sabaruddin Yunis Bangun, M.Pd. (Unimed)
Dr. Sukendo, M.Kes. (UNJA)
Dr. Syahrudin, M.Kes. (UNM)
Dr. Rahma Dewi, M.Pd. (Unimed)
Dr. Amir Supriadi, M.Pd. (Unimed)

Penerbit :

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Jl. Willièm Iskandar Pasar V Medan Estate Medan
Telp: 061-6625972
E-mail: fik@unimed.ac.id
Website: fik.unimed.ac.id

ISBN 978-602-53100-0-3

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun
tanpa ijin tertulis dari penerbit



KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah yang telah diberikan kepada kita semua, sehingga buku Prosiding hasil Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018 pada hari sabtu tanggal 08 September 2018 di Gedung Digital Library Universitas Negeri Medan dapat terwujud.

Buku ini memuat artikel dan hasil penelitian Bapak/Ibu guru / dosen / Mahasiswa Universitas Negeri Medan yang dikumpulkan dan ditata oleh tim dalam kepanitiaan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankan kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Medan, Bapak Prof. Dr. Syawal Gultom, M. Pd. yang telah memfasilitasi semua kegiatan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga ini.
2. Bapak/Ibu segenap panitia Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikirannya demi suksesnya kegiatan ini.
3. Bapak/Ibu guru, dosen dan mahasiswa penyumbang artikel dan hasil penelitian dalam kegiatan ini.

Semoga buku ini dapat memberi kemanfaatan bagi kita semua, untuk kepentingan peningkatan mutu guru dan pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga kesehatan berbasis penelitian nilai-nilai kearifan local guna mendukung prestasi olahraga nasional



Medan, September 2018
Dekan FIK UNIMED

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
NIP. 19660520 199102 1 001



Upaya Memperbaiki Hasil Belajar Lempar Lembing Melalui Penggunaan Media Lembing Yang Dimodifikasi <i>Iskandar Fahmi</i>	218
Upaya Peningkatan Hasil Belajar Lempar Melambung Dengan Media Sederhana Pada Permainan Kasti <i>Ade Satria Hasibuan</i>	225
Upaya Memperbaiki Hasil Belajar Bulutangkis Dengan Gaya Mengajar Resiprokal Pada Siswa SMA <i>Dedy Pradipta</i>	235
Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Dengan Menggunakan Pendekatan Bermain Pada Siswa <i>Raja Ahmad Badawi Daulay</i>	241
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Ritmik Melalui Media Audio Visual <i>Rizky Puspa Sari</i>	244
Peningkatkan Dribbling Bola Basket Melalui Variasi Dan Modifikasi Sarana Pembelajaran <i>Resi Juliandri Samosir</i>	248
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Tendangan Depan Pencak Silat Menggunakan Gaya Mengajar Latihan <i>Siti Amalia Nasuha</i>	253
Perbaikan Passing Chest-Pass Melalui Metode Resiprokal Dan Variasi Pembelajaran Pada Kelas X <i>M. Anas Suri Meirian</i>	258
Penerapan Model Pembelajaran <i>Make A Match</i> Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Materi Lari Sprint <i>Hasanul Fadhilah Marpaung</i>	263
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Atas Bola <i>Volly</i> Dengan Menggunakan Media Modifikasi <i>Sampentua Berutu</i>	271
Upaya Peningkatan Hasil Belajar Servis Bawah Bola Voli Melalui Penerapan Gaya Mengajar Inklusif Dan Modifikasi <i>Syaryani Husein Lubis</i>	277
Meningkatkan Hasil Belajar <i>Lay Up Shoot</i> Melalui Penerapan Variasi Pembelajaran Siswa SMA <i>Brian Devani S., Sabaruddin Yunis</i>	281
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari Sprint Melalui Pendekatan Bermain <i>Onyas Widianingsih</i>	289



PERBAIKAN PASSING CHEST-PASS MELALUI METODE RESIPROKAL DAN VARIASI PEMBELAJARAN PADA KELAS X

M. Anas Suri Meirian

Pascasarjana Universitas Negeri Medan
anasyoen@gmail.com

Abstrak. Tujuan Penelitian untuk mengetahui peningkatan hasil belajar passing chest pass pada bola basket melalui Metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran. Metode penelitian ini bersifat PTK dan Subjek berjumlah 31 siswa. instrumen penelitian berupa Analisis data dilakukan dengan reduksi data dan paparan data. Setelah data terkumpul dan dilakukan analisis maka diperoleh hasil analisisnya: (1) dari tes hasil belajar siklus I persentase nilai rata-rata 7,3. Namun belum memenuhi kriteria ketuntasan secara klasikal yang diharapkan yaitu 80%. (2) dari tes hasil belajar siklus II diperoleh data sebanyak 27 orang siswa (87,09%) yang telah mencapai ketuntasan dalam belajar dan 4 orang siswa (12,91%) masih belum tuntas. Dengan persentase nilai rata-rata 8,7. Peningkatan persentase nilai rata-rata hasil belajar siswa dari tes sebelumnya yaitu 12.15% dan peningkatan ketuntasan klasikalnya sebesar 10%. Berdasarkan hasil analisis data dapat dikatakan bahwa melalui penggunaan Metode Pembelajaran Resiprokal Dan Variasi Pembelajaran dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap Perbaikan Proses belajar Dan hasil belajar passing *chet-pass* bola basket pada siswa

Kata Kunci : Variasi Pembelajaran, Perbaikan Passing Chest pass.

PENDAHULUAN

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti pada 18 febuari s/d 20 febuari 2015 , ternyata siswa belum mampu melakukan *passing chest-pass* dengan benar. Saat melakukan *chest-pass*, siswa masih belum memfokuskan pandangan ke arah target yang akan dipassing, siswa masih lebih banyak melihat ke kanan, ke kiri, tidak melakukan gerakan yang benar, cara memegang bola juga masih salah. Factor – factor tersebut sangat menentukan keberhasilan seorang siswa dalam melakukan *chest-pass*. Guru pendidikan jasmani perlu meningkatkan / memperbaiki kekurangan-kekurangan ini dengan menambah variasi pembelajaran atau gaya mengajar yang sesuai, serta dapat memotivasi siswa lebih baik lagi.

Menurut peneliti, permasalahan – permasalahan yang dipaparkan diatas, dapat disebabkan karena masih kurangnya kemampuan guru dalam menerapkan variasi dalam tehnik dan strategi pembelajaran. Selama ini guru pendidikan jasmani hanya menggunakan gaya mengajar komando dan ceramah. Penggunaan gaya mengajar yang tepat akan membantu guru dalam menyampaikan materi pelajaran. Aktifitas yang diberikan dalam pengajaran harus bermanfaat dari segi psikologis, sehingga aktifitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran, dalam hal ini diperlukannya variasi pembelajaran atau strategi mengajar yang sesuai dengan topik atau materi yang diajarkan pada siswa.

Gaya mengajar resiprokal menekankan pada siswa untuk bekerja didalam suatu kelompok yang dibentuk sedemikian hingga agar setiap anggotanya dapat berkomunikasi dengan nyaman dalam



menyampaikan pendapat ataupun bertanya dalam rangka bertukar pengalaman keberhasilan belajar satu dengan yang lainnya.

Pada awalnya guru menjadi leader atau contoh dalam mempraktekkan strategi yang sesuai. Kemudian siswa diminta untuk melakukannya bersama teman – teman dalam suatu kelompok sehingga jelas dalam pelaksanaannya model ini tidak lepas dari pendekatan pembelajaran koperatif. Selain itu yang perlu ditekankan adalah pendekatan dialogis dalam pembelajaran baik antara guru dengan siswa maupun antara siswa dengan siswa. Guru dituntut untuk memiliki kemampuan, teliti dan peka dalam mengamati pembelajaran. Pada perosesnya, mungkin saja siswa memiliki kecendrungan tidak aktif, tidak terlibat dalam mengikuti proses pembelajaran dan menunggu guru harus melakukan berbagai cara untuk membangkitkan kreatifitas siswa.

Variasi pembelajaran merupakan suatu bentuk pemecahan masalah. Dalam proses pembelajaran ini siswa memperoleh kesempatan untuk mengembangkan kreatifitasnya, semangat dalam mengikuti proses pembelajaran maupun melihat bakatnya dalam pembelajaran ini. Metode ini memungkinkan jawaban – jawaban yang beranekaragam akan memberikan ransangan kepada siswa untuk bertanya melakukan gerakan *passing chest-pass* secara benar. Sasaran resiprokal dan variasi pembelajaran adalah mendorong siswa untuk meningkatkan dan memelihara perhatian siswa terhadap relevansi dalam proses belajar mengajar dan memberi kesempatan untuk pegulangan terhadap materi yang diajarkan dengan seorang pengamat. Dari latar belakang tersebut, peneliti merasa tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai “Upaya perbaikan proses belajar *passing chest-pass* dalam bola basket melalui penerapan metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran pada siswa kelas X MAN 2 Model Medan T.A. 2014/2015”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (*classroom action research*). Penelitian tindakan kelas merupakan suatu pencerminan terhadap kegiatan belajar berupa suatu tindakan yang disengaja dimunculkan didalam kelas secara bersamaan, tindakan tersebut diberikan oleh guru yang dilakukan oleh siswa dalam pelaksanaannya yang berguna untuk mengungkapkan kesulitan belajar siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

Penelitian ini dilaksanakan di lapang Basket MAN 2 Model Medan tanggal 18-20 Februari 2015 dengan subjek seluruh siswa kelas X Ilmu Islam 1 MAN 2 Model Medan yang berjumlah 31 orang siswa. Instrument penelitian yang digunakan adalah dengan lembar anfortofolio perbaikan hasil belajar *passing chest pass* pada bola basket. Tes proses belajar diberikan setelah pengajaran dengan menggunakan gaya mengajar resipikal dan variasi pembelajaran dalam melakukan rangkain *passing chest pass* pada bola basket (sikap awal, sikap pelaksanaan dan sikap lanjutan). Dan penelitian menilai setiap proses pelaksanaan rangkaian teknik *passing chest pass* pada bola basket yang dilakauakan siswa.



Tim penilai adalah guru pendidikan jasmani dan mahasiswa FIK UNIMED yang telah lulus mata kuliah basket minimal memperoleh nilai "B". Untuk mendapatkan hasil proses passing chest pass pada bola basket maka ditentukan suatu bentuk kemampuan passing chest pass pada bola basket.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di MAN 2 Model Medan, terlebih dahulu penelitian melakukan data awal yang bertujuan untuk melihat dan merumuskan masalah yang diperoleh dari hasil data awal yang dilakukan. Tes yang diberikan kepada siswa berupa tes gerkan Passing Chest pass yang dilakukan sebelum menentukan perencanaan.

Adapun deskripsi hasil data yang diperoleh peserta didik dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Perbaikan Proses belajar Passing Chest-pass Bola Basket

NO	Perlakuan	Aspek Yang Dinilai			Jumlah
		Tahap Awalan	Tahap Gerakan	Tahap Akhir Gerakan	
1	Post-test Siklus I	Jumlah : 70 Rata-rata : 2,2	Jumlah : 75 Rata-rata : 2,4	Jumlah : 83 Rata-rata : 2,5	Jumlah : 228 Rata-rata : 7,3
2	Post-test Siklus II	Jumlah : 85 Rata-rata : 3,06	Jumlah : 90 Rata-rata : 3,2	Jumlah : 95 Rata-rata : 3,2	Jumlah : 270 Rata-rata : 8,7

Hasil data siklus I terlihat peningkatan dalam perbaikan hasil belajar passing chest pass dimana jumlah pada teknik *passing chest pass Bola basket*, teknik tahap awal 70, teknik tahap gerakan 75, tahap akhir gerakan 83 dan jumlah total keseluruhan 228. Nilai rata-rata yang diperoleh 7,3. Pada siklus I ini berarti Perbaikan passing chest pass siswa belum tuntas karena belum mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) 75. Hasil data pada siklus II terlihat peningkatan hasil belajar *passing chest pass* pada siswa dimana jumlah pada teknik *tahap awal* 85, teknik tahap gerakan 90, tahap akhir gerakan 95 dengan jumlah total 270. Pada siklus II siswa mendapat nilai rata-rata 8,7. Berdasarkan hasil data siklus II siswa telah tercapai kriteria ketuntasan minimal (KKM). Hal ini menyatakan pada siklus II siswa dinyatakan tuntas dalam pembelajaran *passing chest pass* melalui metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran.

Berdasarkan hasil penelitian berupa kegiatan awal, kegiatan lanjutan (siklus I) dan siklus II dalam proses pembelajaran *passing chest pass pada Bola basket*, ternyata telah diperoleh peningkatan hasil belajar secara signifikan. Hal ini dari hasil lembar observasi pada siklus II, Pada kegiatan pendahuluan untuk penilaian persiapan sarana pembelajaran siklus II sangat baik. Dikarenakan guru sudah menyiapkan sarana pembelajaran sebelum proses pembelajaran dimulai. Pada penilaian untuk mengkomunikasikan tujuan pembelajaran guru sudah dapat menyampaikan pembelajaran dengan sangat

baik. Dalam menghubungkan dengan pembelajaran yang lalu guru belum maksimal melakukannya. Memotivasi siswa dalam hal ini guru sudah sangat baik, ini terlihat pada saat guru memberikan gambaran hal-hal yang akan dilakukan pada proses pembelajaran.



Hal ini dapat dilihat dari meningkatnya nilai Persentase Ketuntasan Klasikal (PKK) serta nilai rata-rata hasil belajar siswa. Berdasarkan hasil tes hasil belajar dengan melalui metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran. Pembelajaran yang dilakukan peneliti dapat meningkatkan hasil belajar siswa pada materi passing chest pass. Dari tes belajar siswa siklus II, data analisis dan dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil belajar telah mencapai ketuntasan klasikal. Dalam hal ini guru dapat memperbaiki kesalahan-kesalahan dalam melakukan teknik passing chest pass pada bola basket melalui metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran.

KESIMPULAN

Melalui metode pembelajaran resiprokal dan variasi pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar passing chest pass pada bola basket pada siswa kelas X MAN 2 Model Medan tahun ajaran 2016/2017.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril Drs. 2007. *Permainan Bola Basket*. Jakarta. Era Intermedia.
- Arikunto.S., Suhardjono, Supriadi. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas*. Penerbit Bumi Aksara Jakarta.
- Agus Kristianto, (2010). *Penelitian Tindakan Kelas*. Penerbit Bumi Aksara Jakarta.

Albadi Sinulingga & Nurhayati Simatupang. 2018. The Difference Between Certified And Non Certified PE Teachers Performance Based On Range Of Service Period. Atlantis Press. 3rd Annual International Seminar on Transformative Education and Educational Leadership (AISTEEL 2018). *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, Volume. 200. Hal 215-219.



- Djamarah, dan Aswan Zain. 2002. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Drs. Akros Abidin, M.pd,(1999). Bola basket kembar. Jakarta: PT rajaGrafindo.
- Ega Trisna Rahayu,(2013). *Satrategi Pembelajaran Pendidikan jasmani*. Penerbit Alfabeta bandung.
- Ika kusumasari, S.pd, M.pd. 2012.
- Ibrahim S. 2009. *Bola Basket Dasar*. Diktat. Universitas Negeri Medan (UNIMED).
- J.J. Hasibuan. (1986). *Bermain, Mainan dan Permainan*.Bandung: PT.remaja rosda.
- Muhajir (2002). *Pendidikan Jasmani, Teori dan Praktek*. Jakarta. Penerbit Erlangga.
- Oliver, Jon. 2007. *Dasar-Dasar Bola Basket*. Jakarta. Pakar Raya.
- Prusak, A. Keven. 2005. *Permainan Bola basket*. Jakarta.
- Sadirman. 2006. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. Departemen Pendidikan Nasional.
- Supandi. 1992. *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta. Departemen Pendidikan Nasional.
- Suparno, SP. 1992. *Pendidikan Kesegaran Jasmani*. DEPDEIKBUD Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan.
- Sodikun. 1998. *Peraturan dan Pertandingan Bola Basket*. Erlangga. Jakarta.
- Sutikno, Sobry. (2007). *Belajar dan Pembelajaran*.Bandung: Prospect

THE
Character Building
UNIVERSITY