

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR CHEST PASS BOLA BASKET MELALUI VARIASI LATIHAN DI MADRASAH IBTIDAIYAH NEGERI 2 MUARO JAMBI

Muhibah¹, Yudha Rello Pambudi²
muhibbahjbi@gmail.com¹, yudharellopambudi@uinjambi.ac.id²
Universitas Islam Negeri Jambi

ABSTRAK

Penelitian ini membahas mengenai masalah hasil belajar peserta didik pada pembelajaran olahraga. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan hasil belajar peserta didik sebelum dan sesudah pembelajaran dengan melalui variasi Latihan dikelas V materi tentang bola basket. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan dua siklus, yang melibatkan 32 siswa kelas V Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Muaro Jambi. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, tes, dan dokumentasi. Pada siklus I, peneliti menemukan bahwa terdapat 18 siswa yang tuntas dari 32 siswa dengan perolehan nilai 56,25% dan siswa yang tidak tuntas sebanyak 14 siswa dengan nilai rata-rata yaitu 43,75%, maka hasil belajar siswa pada siklus I masih kurang oleh karena itu peneliti melakukan perbaikan pada siklus II. Pada siklus II mengalami peningkatan yaitu, siswa yang tuntas pada siklus II sebanyak 30 siswa dengan nilai 93,75% dan ada 2 siswa yang tidak tuntas dengan rata-rata 6,25%. Berdasarkan pemaparan di atas menunjukkan adanya peningkatan pada hasil belajar chest pass bola basket melalui variasi latihan di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Muaro Jambi.

Kata Kunci: Hasil Belajar, Pembelajaran Olahraga, Variasi Latihan.

ABSTRACT

This research discusses the issue of students' learning outcomes in physical education. The aim of this study is to determine the improvement in students' learning outcomes before and after the implementation of exercise variations in the fifth-grade basketball material. This research uses the Classroom Action Research (CAR) method with two cycles, involving 32 fifth-grade students at Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Muaro Jambi. The data collection techniques used were interviews, observations, tests, and documentation. In the first cycle, the researcher found that 18 out of 32 students achieved the minimum learning standard with a success rate of 56.25%, while 14 students did not meet the standard, with an average score of 43.75%. Therefore, improvements were made in the second cycle. In the second cycle, there was a significant increase, with 30 students meeting the standard (93.75%) and only 2 students not achieving the learning goal (6.25%). Based on the findings, it can be concluded that exercise variations effectively improved the students' learning outcomes in performing the chest pass in basketball at Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Muaro Jambi.

Keywords: Learning Outcomes, Physical Education, Exercise Variations.

PENDAHULUAN

Pendidikan olahraga di sekolah dasar memiliki tujuan menjaga kestabilan kesegaran jasmani peserta didik, selain itu pendidikan olahraga juga berfungsi sebagai media penanaman nilai-nilai olahraga yang terdapat didalamnya, seperti sikap sopan, jujur, disiplin, tanggung jawab, pantang menyerah, serta yang paling menonjol dalam olahraga yaitu sikap sportivitas Pendidikan olahraga merupakan bagian dari seluruh proses pendidikan yang melibatkan aktivitas fisik, sehingga pendidikan olahraga tidak boleh terlepas dari tujuan pendidikan. Pendidikan olahraga dan pembentukan karakter yang berjalan beriringan, sebab olahraga menjadi salah satu cara dalam membentuk karakter seseorang terutama peserta didik sekolah dasar. Karakter positif dapat dibentuk melalui

olahraga, dalam membentuk karakter positif ini harus didukung dengan kondisi-kondisi yang positif harus di penuhi seperti kepemimpinan dan pelatih yang baik. Pada usia dini pembentukan karakter positif ini harus dilakukan, karena ketika anak tersebut masih usia kecil akan mudah diarahkan dan dibimbing (Musripah & Annur 2022).

Berdasarkan survei yang dilaksanakan oleh WHO, tingkat kemampuan jasmani anak-anak SD memang menunjukkan penurunan. studi terbaru dari organisasi kesehatan Dunia menyebutkan, mayoritas remaja di 146 negara tidak cukup aktivitas fisik sehingga membahayakan kesehatan mereka saat ini dan di masa depan. Di Indonesia, jumlah anak yang tidak memenuhi standar aktivitas fisik ini 86,4 persen, yang berarti di bawah rata-rata global. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), aktivitas fisik mengacu pada gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka, memerlukan energi, dan dapat dilakukan pada berbagai intensitas, dan kebugaran fisik mengacu pada kinerja atletik dan kemampuan untuk melakukan aktivitas fisik. Ini adalah karakteristik yang menentukan mempengaruhi kemampuan tertentu (Mulyana et al., 2024).

Studi yang dipublikasikan dalam jurnal (Eccleston et al. 2020). ini menemukan bahwa lebih dari 80 persen siswa sekolah di dunia tidak memenuhi standar satu jam aktivitas fisik per hari. Para peneliti menghitung aktivitas siswa sekolah ini dengan menilai semua jenis aktivitas fisik, seperti waktu yang dihabiskan untuk bermain aktif, rekreasi dan olahraga, berjalan dan bersepeda, ataupun jenis transportasi aktif lainnya, serta intensitas pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk kurangnya aktivitas fisik, peningkatan waktu yang dihabiskan di depan layar, dan pola hidup yang lebih sedentari. Penurunan ini berpotensi berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental anak, sehingga penting untuk mendorong lebih banyak aktivitas fisik dan permainan aktif di kalangan anak-anak.

Kementerian Kesehatan Indonesia menyoroti masalah kurangnya aktivitas fisik pada anak-anak sekolah dasar (SD) sebagai isu yang serius. Rendahnya tingkat aktivitas fisik pada anak dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, termasuk obesitas, masalah kesehatan mental, dan gangguan perkembangan fisik serta sosial. Dalam beberapa tahun terakhir, tren aktivitas fisik pada anak-anak di Indonesia menunjukkan penurunan, yang dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup, penggunaan teknologi yang berlebihan, serta kurangnya fasilitas atau dorongan untuk beraktivitas di luar ruangan.

Kementerian Kesehatan RI mendorong sekolah-sekolah dan orang tua untuk memastikan anak-anak mendapatkan setidaknya 60 menit aktivitas fisik per hari. Program "Gerakan Masyarakat Hidup Sehat" (GERMAS) yang dijalankan Kemenkes bertujuan untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya aktivitas fisik bagi kesehatan anak-anak. Selain itu, kementerian juga bekerja sama dengan institusi pendidikan untuk mengintegrasikan kegiatan fisik yang menyenangkan ke dalam kurikulum atau kegiatan ekstrakurikuler di sekolah, seperti senam pagi, permainan tradisional, atau kegiatan olahraga sederhana. konsep literasi fisik telah banyak digunakan dinegara maju. literasi fisik telah ditetapkan sebagai tujuan dalam pendidikan. Dan yang terpenting adalah implikasi dari konsep literasi fisik tersebut (Astuti et al., 2019).

Literasi Fisik harus dipilih, direncanakan dan pada saat penyampaian dapat dijadikan sebagai pusat pembelajaran bagi siswa. Isi pembelajaran ini harus dirancang untuk mengembangkan motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik serta pengetahuan dan pemahaman siswa. Konten yang diberikan pada siswa adalah “apa” dan “bagaimana” untuk diinformasikan dalam literasi fisik (cristoper et al., 2020).

Melalui kebijakan ini, Kementerian Kesehatan berharap dapat menurunkan risiko penyakit tidak menular sejak usia dini, meningkatkan kebugaran fisik, serta membentuk

kebiasaan hidup sehat yang berkelanjutan pada anak-anak Di dalam pendidikan jasmani ini, terdapat cabang olahraga bola basket yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani. Bola basket adalah permainan bola besar yang sangat menarik minat untuk ditonton dengan karakteristik tertentu Usaha memasukan bola kedalam keranjang pihak lawan dan mencengah regu lawan untuk memasukan bola kedalam keranjang sendiri adalah orientasi dan setiap tindakan dalam permainan bola basket Permainan bola basket memiliki nilai-nilai tertentu yang sifatnya universal.

Banyak yang diperoleh dengan bermain bola basket diantaranya adalah dapat membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan dan kemampuan jasmani dan manfaatnya bagi rohani dan kejiwaan, kepribadian, dan karakter akan tumbuh kearah yang sesuai dengan tuntunan masyarakat. Olahraga bola basket berguna dalam pemeliharaan kesegaran jasmani dan juga berperan dalam pembentukan kerja siswa. Sebagaimana seperti cabang-cabang olahraga yang lain, bola basket juga dapat digunakan untuk pembinaan sportifitas dan pengembangan sifat-sifat positif lainnya.

Adapun sulitnya kemampuan anak-anak dalam menghadapi beberapa tantangan dalam menguasai teknik basket dengan baik yaitu Koordinasi motorik anak-anak masih berada dalam tahap perkembangan fisik, sehingga kemampuan koordinasi antara tangan dan mata mereka belum sepenuhnya matang, Konsentrasi Perhatian mereka mudah teralihkan, sehingga sulit bagi mereka untuk tetap fokus pada teknik yang benar saat bermain. Minimnya pengalaman bermain atau latihan dapat menghambat pemahaman mereka terhadap strategi dan teknik permainan, Kepercayaan diri Anak-anak mungkin merasa cemas atau kurang percaya diri saat bermain, terutama jika tidak mendapatkan dukungan positif dari pelatih atau teman. Ketahanan Fisik Kebugaran fisik yang belum optimal dapat mempengaruhi stamina dan kemampuan mereka untuk berlari atau melakukan gerakan cepat. Dengan bimbingan, latihan yang tepat, serta dorongan, anak-anak dapat mengatasi hambatan-hambatan ini dan mengembangkan keterampilan mereka dalam bermain basket.

Dalam permainan bola basket terdapat beberapa teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola basket agar dapat bermain dengan baik dan benar. Teknik dasar tersebut yaitu: 1) passing, 2) dribble, 3) shooting, 4) pivot atau cara berputar 5) Rebound dari kelima teknik dasar tersebut. Berdasarkan hasil observasi dilapangan peneliti melihat dalam kurung waktu 1 bulan dari tanggal 9 oktober sampai dengan tanggal 28 oktober bahwa dalam proses pembelajaran guru hanya memberikan bola basket kepada siswa sehingga siswa hanya bermain sendiri dengan teman tanpa mengetahui teknik yang benar bagaimana melakukan teknik dasar khususnya Chest Pass di dalam permainan bola basket, sehingga peserta didik mudah bosan dan menjadi kurang antusias dalam pembelajaran penjas pada materi bola basket. terdapat 70% dari total siswa 32 orang yang tidak mencapai KKTP, kesalahan yang terjadi mengakibatkan banyaknya siswa tidak tercapainya KKTP pada materi bola basket yang telah ditetapkan yaitu 75, berdasarkan total 32 anak 22 orang (70%) tidak mencapai KKTP, 10 orang (30%) hanya 30% yang dapat melakukan dengan benar Maka dapat disimpulkan bahwa pada mata pelajaran bola basket materi Chest Pass sebagian besar tidak mencapai KKTP.

Dengan demikian tampak bahwa kegagalan Chest Pass dari siswa MIN 2 Muaro Jambi masih cukup besar. Oleh karena itu, perlu kiranya dipilih variasi yang sesuai dengan karakteristik siswa yang termasuk dalam permainan bola basket yang masih dalam kemampuan belajar. Sehingga guru harus lebih jeli lagi dalam memilih variasi latihan yang tepat dan sesuai dengan materi yang disampaikan. Dalam hal ini, penggunaan variasi sangat penting bagi peserta didik termotivasi dan mudah untuk mengingat apa yang telah mereka

praktekan dalam kegiatan proses pembelajaran serta bersamangat dalam melakukan materi pembelajaran yang telah disampaikan. Untuk mengetahui hal tersebut perlu dibuktikan melalui penelitian.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR CHEST PASS BOLA BASKET MELALUI VARIASI LATIHAN DI Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 MUARO JAMBI”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas dimana didefinisikan sebagai suatu penelitian tindakan (action research) yang dilakukan oleh guru yang sekaligus sebagai peneliti di kelasnya atau bersama-sama dengan orang lain (kolaborasi) dengan jalan merancang, melaksanakan dan merefleksi tindakan secara kolaboratif dan partisipasif yang bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan mutu (kualitas) proses pembelajaran di kelasnya melalui suatu tindakan (treatment) tertentu dalam satu siklus. Penelitian tindakan kelas ini menggunakan model Kemmis dan McTaggart.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Temuan Umum

1. Profil MIN 2 Muaro Jambi

PROFIL MIN 2 MUARO JAMBI
KECAMATAN KUMPEH ULU KABUPATEN MUARO JAMBI
TAHUN PELAJARAN 2024/2025

Nama Sekolah	: MIN 2 Muaro Jambi
Status	: Negeri
Alamat	: Desa Tarikan
Kecamatan	: Kumpeh ulu
Kabupaten	: Muaro Jambi
Telepon/Hp	: -
Nama Kepala Sekolah	: Moh Maksun Nur.S.Pd.MM
Nama Ketua komite Sekolah	: Husaini
Tahun Pendirian	:1993
Tahun Operasional	:1995

2. Sejarah Singkat MIN 2 Muaro Jambi

Berdirinya MIN 2 Muaro Jambi pada tahun 1995, yang beralamatkan di Jl. Jambi Suak Kandis KM 16 Kecamatan Kumpeh Ulu, Kabupaten Muaro Jambi, desa Tarikan Rt 08. Sekolah tersebut cukup maju dan berkembang pesat di desa Tarikan. MIN 2 Muaro Jambi ini mulai berdiri pada tahun 1995 di desa Tarikan. MIN 2 muaro jambi di tetapkan sebagai Madrasah Negeri sejak tanggal 05 Desember 1995 dengan SK Pendirian sekolah: W.E/6/HK.005/3420/1995 yang sebelumnya berstatus Madrasah Persiapan Negeri, dan merupakan sekolah yang berbasis madrasah.

3. Visi dan Misi Madrasah Ibtidaiyah Negeri 1 Muaro Jambi

a. Visi

“Terwujudnya peserta didik yang berprestasi dan berakhlaqul karimah”

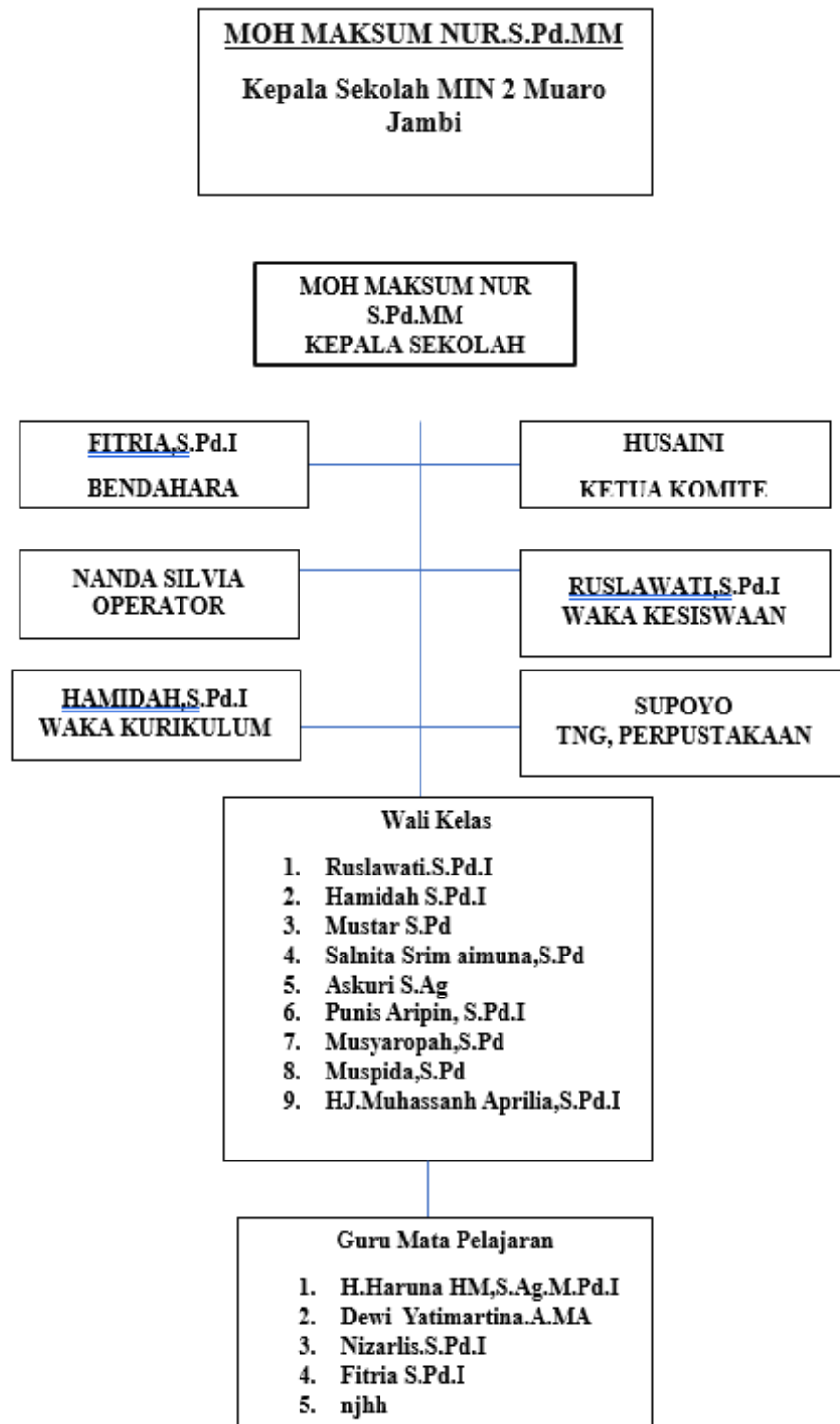
b. Misi

- 1) Meningkatkan kualitas pendidkan yang beriman, bertaqwa, Berilmu pengetahuan dan berteknologi.
- 2) Menumbuh kembangkn pendidikan yang bercirikan islam.

- 3) Menumbuh kembangkan perilaku siswa yang mencerminkan budaya bangsa.
- 4) Membiasakan siswa taat beribadah.
- 5) Membiasakan siswa yang berakhlaqul karimah.

4. Struktur Organisasi MIN 2 Muaro Jambi

Dalam skup yang luas MIN 2 Muaro Jambi merupakan organisasi pendidikan yang nasional yang dibuat kementrian agama yang memiliki badan hokum tersendiri, sedangkan secara mikro, struktur organisasi badan pelaksana pendidikan MIN 2 Muaro Jambi adalah sebagai berikut:



5. Data Guru dan Karyawan

Data tenaga pendidik di MIN 2 Muaro Jambi

Tabel 1 Data Tenaga Pendidik MIN 2 Muaro Jambi

NO	NAMA	L/P	JABATAN
1	Moh Maksum Nur.S.Pd Mm	L	Kepala Sekolah
2	Hamidah,S.Pd.I	P	Wakil Kurikulum
3	Ruslawati	P	Waka Siswa
4	Husaini	L	Komite
5	Fitria,S.Pd.I	P	Bendahara
6	Herizansyah	L	Staf Tu
7	Nanda Silvia	P	Operator
8	Supoyo	L	Pustakawan
9	Mustar,S.Pd	L	Wali Kelas
10	Askuri.S.Ag	L	Wali Kelas
11	Punis Aripin,S.Pd	L	Wali Kelas
12	Musyaropah,S.Pd	P	Wali Kelas
13	Muspida,S.Pd	P	Wali Kelas
14	Hj.Muhassnahn Aprilia.S.Pd.I	P	Wali Kelas
15	H.Haruna HM,S.Ag.M.Pd.I	L	Gmp B.Arab
16	Dewi Yatimartini.A.MA	P	Gmp PPKN
17	Nizarlis.S.Pd.I	L	Gmp SKI
18	Fitria.S.Pd.I	P	Gmp Akidah akhlak dan Fikih
19	Jauharul Anwar.S.Pd	L	Gmp SBDP
20	Ahmad Zamroni	L	Satpam
21	Sasmita	P	Pramubakti

Sumber: Bagian TU MIN 2 Muaro Jambi tentang data siswa

6. Data Siswa

Tabel 2 Data Siswa MIN 2 Muaro Jambi

NO	Kelas	Tahun Ajaran 2024/2025			
		Rombel	L	P	Jumlah
1	L	2	31	21	52
2	LI	2	27	26	53
3	LII	1	17	17	34
4	IV	2	18	27	45
5	V	1	11	21	32
6	VI	1	13	19	32
Jumlah		9	117	131	248

Sumber: Bagian TU MIN 2 Muaro Jambi tentang data siswa

7. Sarana Dan Prasarana

Secara bahasa prasarana merupakan alat yang tidak langsung untuk mencapai tujuan dalam pendidikan seperti bangunan sekolah, lapangan olahraga, uang dan lain-lain, sedangkan sarana merupakan alat yang langsung untuk mencapai tujuan pendidikan seperti buku, perpustakaan, dan lain sebagainya. Adapun sarana dan prasarana di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Muaro Jambi dapat dilihat sebagai Prasaran.

a. Sarana

Tabel 3 Keadaan Sarana Pembelajaran MIN 2 Muaro Jambi

No	Jenis Sarana	Jumlah	Kondisi Umum	
			Baik	Rusak
1	Meja kepek	1	1	
2	Kursi kepek	1	1	
3	Meja guru	16	16	
4	Kursi Guru	16	16	
5	Meja Siswa	249	238	12
6	Kursi Siswa	250	240	10
7	Papan tulis kelas	9	9	
8	Lemari buku	8	8	
9	Lemari Kantor	10	9	1
10	Laptop	4		
11	Printer	2		
12	Infokus	1		
13	Amplifier toa	1		
14	Corong toa	1		
15	Micropon	3		
16	Warles tape	1		
17	Tiang mic	1		
18	Lemari buku bacaan	4		
19	Karpet	6		
20	Alas meja	40		
21	Sapu plastik	10		
22	Tong sampah	12		
23	Rak buku	2		
24	Lonceng	1		
25	Boneka peraga biologi	2		
26	Vas bunga	10		
27	Keranjang buku	25		

Sumber: Bagian TU MIN 2 Muaro Jambi tentang data siswa

b. Prasarana

Tabel 4 Keadaan Prasarana Pembelajaran MIN 2 Muaro Jambi

NO	Jenis Prasarana	Jumlah	Kondisi Umum	
			Baik	Rusak
1	Ruang kepala sekolah	1	1	
2	Ruang guru	1	1	
3	Ruang kelas	9	9	
4	Ruang perpustakaan	1	1	
5	Wc	6	6	
6	Mushola	1	1	
7	Uks	1	1	
8	Kantin	2	2	
9	Tempat parkir	1	1	
10	Saluran drainase	6	6	
11	Sanitasi	9	9	
12	Pagar	1	1	
14	Taman	4	4	
15	Lapangan bolavoli/basket			

Sumber: Bagian TU MIN 2 Muaro Jambi tentang data siswa

B. Temuan Khusus

Observasi pada tanggal 09 Oktober 2024 yang dilaksanakan oleh peneliti pada saat pembelajaran olahraga di kelas V MIN 2 Muaro Jambi di ketahui bahwa pada proses pembelajaran olahraga siswa masih banyak sibuk sendiri dan kurang semangat pada saat proses pembelajaran dan siswa masih belum bisa menjawab pertanyaan dari guru selain itu guru hanya menjelaskan materi dengan metode ceramah, selain itu guru sepenuhnya belum melatih siswa untuk aktif berfikir karena dalam proses belajar model pembelajaran yang guru berikan lebih sering bersifat menjelaskan tanpa melibatkan siswa untuk ikut aktif dalam proses pembelajaran.

Penelitian tindakan kelas dilakukan dengan menggunakan model Kemmis dan Mc.Taggart yang dilaksanakan dalam dua siklus yang setiap siklusnya terdapat dua pertemuan, pada pertemuan pertama pemberian tindakan dan pertemuan kedua pemberian tes dan praktek. Setiap siklus terdiri dari 4 tahapan yakni perencanaan, pelaksanaan tindakan dan pengamatan, refleksi serta perencanaan ulang.

Penelitian di MIN 2 Muaro Jambi dilaksanakan mulai pada tanggal 12 Februari sampai selesai, sedangkan yang menjadi subjek dalam penelitian ini ialah siswa kelas V MIN 2 Muaro Jambi yang berjumlah 32 siswa/i. Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan pada pembelajaran olahraga materi Passing Bola Basket menggunakan teknik keterampilan gerak dasar chest pass bola basket dan menggunakan teknik variasi latihan, Moving Target Passing dan Quick Release Passing dengan menggunakan ini didapatkan dari hasil wawancara serta observasi guru dan siswa.

1. Deskripsi Penelitian

a. Pra siklus

Pra siklus merupakan suatu tahapan yang dilakukan peneliti untuk mengidentifikasi masalah yang ada dan mengamati kemampuan siswa saat proses pembelajaran bola basket berlangsung. Kegiatan pra siklus dilaksanakan pada 19 februari 2024. setelah mengamati dan mengobservasi proses pembelajaran secara langsung peneliti juga mewawancarai guru wali kelas V yakni ibu Muspida S.Pd.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilaksanakan oleh peneliti kepada guru wali kelas V belum optimal. hal demikian dapat di tunjukkan dari hasil nilai tes yang diberikan peneliti pada materi Passing yang belum berhasil tuntas dan belum mencapai KKTP.

Selain wawancara terhadap guru, peneliti juga melakukan wawancara terhadap siswa kelas V. dari hasil wawancara yang telah dilaksanakan, beberapa siswa menyatakan bahwa Mereka pada saat belajar bola basket pembelajarannya terasa membosankan. hal ini mereka ungkapkan bahwa proses pembelajaran yang guru berikan sangat monoton, yang dimana mereka kurang mengalami pembelajaran yang aktif dan langsung. mereka mengatakan bahwa aktivitas belajar olahraga yang sering dilakukan adalah guru meminta mereka untuk bermain sendiri sedangkan mereka lebih menyukai dan antusias belajar secara aktif, seperti berkelompok dan berdiskusi.

Rendahnya hasil belajar siswa di sebabkan oleh beberapa faktor. Faktor pertama yaitu kurang nya keterampilan siswa dalam permainan bola basket terhadap gerakan passing sehingga siswa merasa bosan dan tidak tertarik belajar bola basket jika guru tidak menggunakan variasi pembelajaran yang bervariasi dan menarik

faktor kedua yaitu guru tidak menggunakan variasi latihan dalam menyampaikan pembelajaran yang mengarah pada aktivitas siswa, sehingga mengakibatkan hasil belajar yang rendah.

Berdasarkan Dari hasil observasi awal peneliti menemukan bahwa, jumlah siswa

yang yang mencapai KKTP hasil belajar sebanyak 10 siswa, dan yang belum mencapai KKTP sebanyak 22 siswa, nilai rata-rata hanya mencapai (61,72%) dengan kategori "Hasil Belajar Rendah". untuk lebih jelas bisa dilihat pada tabel 4.5 berikut ini.

Tabel 5 Hasil Pre Test Prasiklus

NO	Nama	Nilai
1	AA	50
2	AKA	75
3	AM	70
4	AS	55
5	AR	35
6	AZR	80
7	BIH	75
8	BM	35
9	FM	75
10	HNP	55
11	KN	30
12	KR	70
13	M	75
14	MAH	75
15	MDRA	65
16	MFA	45
17	MIG	50
18	MNA	80
19	MND	25
20	MQ	55
21	MR	30
22	MZIK	60
23	NI	55
24	R	55
25	RAA	85
26	RD	50
27	SM	80
28	SA	80
29	SA	45
30	SA	65
31	SS	50
32	ZZ	65
Jumlah		1975
Rata-rata		61,72%
Siswa tuntas		10
Presentase tuntas		31,25%
Siswa tidak tuntas		22
Presentase tidak tuntas		68,75%

Kriteria tingkat keberhasilan nilai rata-rata hasil belajar siswa adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{A(\text{siswa tuntas})}{B(\text{Jumlah Siswa})} \times 100\%$$

Keterangan:

P: Presentase

A: Jumlah siswa tuntas

B: Jumlah siswa

$$P = \frac{A(\text{siswa tuntas})}{B(\text{Jumlah Siswa})} \times 100\% = P = \frac{10}{32} \times 100\% = \frac{1000}{32} = 31,25\%$$

Berdasarkan tabel hasil belajar siswa kelas V diatas, terdapat 10 siswa yang tuntas atau nilai yang sudah diatas KKTP dan ada 22 siswa yang masih dibawah KKTP atau masih mendapatkan nilai rendah. Presentasi rata- rata yang diperoleh yaitu (nnnnnnn) dan presentase tingkat ketuntasan keberhasilan hasil belajar siswa 31,25 %.

b. Siklus I

1) Tahap perencanaan siklus I (planning)

Tahap perencanaan pada siklus I bertujuan untuk mempersiapkan kebutuhan dalam pelaksanaan penelitian. Pada tahap perencanaan siklus I ini meliputi kegiatan sebagai berikut:

- a) guru dan peneliti menyiapkan Dan menyusun modul ajar yang disesuaikan materi dengan menggunakan teknik keterampilan gerak dasar chest pass bola basket
- b) Peneliti mempersiapkan keperluan penelitian siklus I (lembar observasi dalam keterlaksanaan teknik keterampilan gerak dasar chest pass bola basket lembar observasi hasil belajar siswa, tes hasil belajar, lembar pedoman wawancara, dan LKPD).
- c) Peneliti mensimulasikan teknik keterampilan gerak dasar chest pass bola basket kepada guru kelas V dan memberitahukan mengenai hal-hal yang diperlukan ketika melakukan teknik keterampilan gerak dasar chest pass bola basket

2) Tindakan (Action)

- a) Pelaksanaan tindakan dalam siklus I dilaksanakan dua kali pertemuan. Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 13 februari 2025 dan pertemuan kedua dilaksanakan pada 19 februari 2025. Pada pelaksanaan pertemuan pertama dengan tema teknik keterampilan gerak dasar chest pass bola basket.
- b) Pertemuan pertama pada siklus I dilaksanakan pada hari Rabu 13 Februari 2025 jam pertama pada Pukul 08.00-10.00 WIB.materi yang disampaikan teknik keterampilan gerak dasar chest pass bola basket.

Adapun pelaksanaan tindakan sebagai berikut:

A. KEGIATAN PEMBELAJARAN
a) Guru meminta salah seorang siswa untuk menyiapkan barisan di lapangan sekolah dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada siswa.
b) Guru meminta salah seorang siswa untuk memimpin doa, dan siswa berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing.
c) Guru memastikan bahwa semua siswa dalam keadaan sehat, bila ada siswa yang kurang sehat (sakit), maka guru meminta siswa tersebut untuk beristirahat di kelas.
d) Guru memotivasi siswa untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan mengajukan pertanyaan tentang manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran.
e) Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, dengan cara tanya jawab
f) Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai siswa setelah proses pembelajaran (tujuan pembelajaran) disertai dengan penjelasan manfaat

dari kegiatan bermain bola basket: misalnya bahwa bermain bola basket adalah salah

satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan prestasi cabang olahraga bola basket.

- g) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: kemampuan mengevaluasi keterampilan gerak spesifik chest pass bola basket.
- h) Guru menjelaskan aspek apa saja yang dinilai oleh guru dari pembelajaran keterampilan permainan bola basket. Aspek tersebut meliputi aspek keterampilan gerak dan kebugaran, aspek pengetahuan, aspek pengembangan karakter serta nilai-nilai positif terhadap aktivitas jasmani dan manfaatnya.
- i) Dilanjutkan dengan pemanasan agar siswa terkondisikan dalam materi yang akan diajarkan dengan perasaan yang menyenangkan. Langkah-langkah kegiatan pembelajaran ini dengan menggunakan model penugasan, dengan prosedur sebagai berikut:
 - j) Siswa menerima dan mempelajari LKPD yang berisi perintah dan indikator tugas teknik dasar keterampilan gerak spesifik chest pass bola basket.
 - k) Siswa melaksanakan tugas gerak sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran chest pass
 - l) Salah seorang siswa di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan, apakah manfaatnya.
- m) Guru dan siswa melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas belajar gerak.
- n) Guru menginformasikan kepada siswa, kelompok dan siswa yang paling baik penampilannya selama pembelajaran permainan bola basket. Guru menugaskan siswa untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang teknik dasar keterampilan gerak spesifik *chest pass*. Hasilnya dijadikan sebagai tugas yang akan dinilai. Selanjutnya guru memberi tugas kepada siswa untuk membaca dan mempelajari materi pembelajaran yang akan dipelajari minggu yang akan datang, yaitu: teknik dasar keterampilan gerak spesifik menembak bola ke sasaran tertentu dalam permainan bolabasket.
- e) Berdoa dipimpin oleh salah satu siswa dan menyampaikan salam.
- f) Siswa kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, dan bagi siswa yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.

1) Pertemuan kedua

Pertemuan kedua siklus 1 dilaksanakan pada hari Rabu Tanggal 19 Februari 2025. Adapun tindakan pada pertemuan kedua sebagai berikut:

A. KEGIATAN PEMBELAJARAN

1. Kegiatan Awal

Pada awal pembelajaran guru mengucapkan salam, Kemudian guru meminta siswa untuk berdoa bersama-sama yang dipimpin oleh ketua kelas. Guru lalu mengkomunikasikan kehadiran siswa, untuk membangkitkan semangat, guru mengajak siswa untuk bersama-sama melakukan tepuk profil pelajar pancasila, dan guru memotivasi siswa supaya semangat dalam proses pembelajaran, guru menanyakan pembelajaran kemarin.

2. Kegiatan Inti

a. Guru membahas ulang tentang hasil LKPD kemarin.

b. Guru memberikan contoh ulang dan menjelaskan kembali mengenai hasil LKPD yang dikerjakan siswa.

c. Siswa diberikan lembar evaluasi atau tes dari kegiatan yang telah dilakukan.

3. Kegiatan Penutup

d. Peserta didik bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran hari ini.

e. Peserta didik bersama guru melakukan refleksi atas pembelajaran yang telah berlangsung:

1. Apakah pembelajaran hari ini menyenangkan?

Guru menyampaikan materi yang akan dipelajari di pertemuan berikutnya.

Guru dan peserta didik berdoa bersama.

Pembelajaran di akhiri dengan salam

2) Observasi siklus I

Observasi telah selesai dilaksanakan oleh guru peneliti pada hari Rabu 13 Februari 2025. Kolaborator melakukan evaluasi terhadap proses belajar mengajar yang telah dilakukan oleh guru peneliti menggunakan teknik Keterampilan gerak dasar chest pass bola basket.

a) Observasi Hasil Belajar Siswa

Untuk melihat berapa besar peningkatan hasil belajar siswa dalam kegiatan belajar mengajar Olahraga pada materi passing bola basket pertama ini dilaksanakannya pengisian dan lembar kerja peserta didik dan praktek yang benar tentang teknik Keterampilan gerak dasar chest pass bola basket. Pengamatan hasil belajar siswa menggunakan teknik Keterampilan gerak dasar chest pass bola basket diperoleh nilai rata-rata () dengan kategori "Hasil Belajar Meningkatkan" namun belum mencapai target keberhasilan penelitian.

Tabel 6 Nilai post tes Hasil Belajar Siswa Siklus I

No	Nama	Nilai
1	AA	65
2	AKA	80
3	AM	80
4	AS	65
5	AR	65
6	AZR	80
7	BIH	60
8	BM	65
9	FM	90
10	HNP	65

11	KN	70
12	KR	80
13	M	70
14	MAH	65
15	MDRA	85
16	MFA	70
17	MIG	55
18	MNA	75
19	MND	35
20	MQ	65
21	MR	70
22	MZIK	100
23	NI	80
24	R	75
25	RAA	90
26	RD	80
27	SM	75
28	SA	75
29	SA	85
30	SA	75
31	SS	75
32	ZZ	75
Jumlah		2340
Rata-Rata		73,13
Siswa Tuntas		18
Presentase Tuntas		56,25%
Siswa Tidak Tuntas		14
Presentase Tidak Tuntas		43,75%

Berdasarkan table 6 diketahui bahwa hasil belajar siswa di siklus I memperoleh 18 siswa dengan >70 sedangkan 14 siswa belum berhasil dengan nilai <70. Peresentase siswa yang berhasil yaitu 56,25% standar keberhasilan yaitu 75%. Oleh sebab itu, pada siklus II perlu adanya peningkatan hasil belajar siswa pada pembelajaran teknik keterampilan gerak dasar chest pass bola basket

Pada siklus I menunjukan bahwa adanya hasil belajar siswa yang meningkat, yaitu pra tindakan 14 siswa yang mencapai KKTP pada hasil belajar siswa dan siklus I

memperoleh 18 siswa yang mencapai KKTP. Namun pada siklus I masih ditemukan kekurangan hasil belajar siswa yang belum mencapai target ketuntasan peneliti. Maka dari itu peneliti akan melanjutkan penelitian ini ke siklus II.

b) Hasil Observasi Aktivitas Belajar Siswa dan Guru siklus I

Kegiatan pembelajaran pada siklus pertama dapat dikatakan cukup baik aktivitas belajar siswa dan aktivitas belajar guru dengan persentase 56,25% walaupun belum berhasil secara maksimal berdasarkan alat ukur dan lembar kolaborasi. Walaupun pembelajaran berlangsung cukup baik namun masih ada beberapa peserta didik yang belum terlibat aktif dalam proses pembelajaran, masih ada peserta didik yang asik sendiri dikelas dan juga siswa yang kurang berpartisipasi dalam mengerjakan tugas kelompok dan melamun. Hasil belajar siswa dalam kegiatan pembelajaran rendah hal ini dapat dilihat dari siswa belum menunjukkan perubahan, kurangnya rasa ingin bertanya dimana guru harus memancing terlebih dahulu agar siswa mau bertanya, untuk informasi lebih lengkap dapat dilihat pada lampiran lembar observasi aktivitas belajar siswa dan guru siklus I.

3) Refleksi Siklus I

Setelah pertemuan kedua di siklus I, peneliti dan guru melakukan refleksi terhadap pelaksanaan tindakan pada siklus I. Refleksi ini bertujuan untuk mengetahui kekurangan yang terdapat pada pelaksanaan siklus I dan dijadikan sebagai pedoman pelaksanaan pada siklus II. Adapun refleksi dari siklus I dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

No	Hasil Refleksi
1	Apakah ada kendala pada kegiatan pembelajaran?
2	Apakah semua siswa aktif dalam kegiatan pembelajaran?
3	Apa saja kesulitan siswa yang dapat diidentifikasi pada kegiatan pembelajaran
4	Apakah siswa yang memiliki kesulitan ketika berkegiatan dapat teratasi dengan baik?
5	Apakah seluruh siswa dapat dianggap tuntas dalam pelaksanaan pembelajaran?

c. Siklus II

1) Perencanaan

Dalam pelaksanaan siklus II merupakan perbaikan kegiatan pada siklus I. Adapun perencanaan pada siklus II sebagai berikut:

- Guru bersama peneliti menyusun modul ajar yang akan digunakan untuk melaksanakan penggunaan teknik variasi latihan, Moving Target Passing dan Quick Release Passing. Modul ajar disusun sedikit berbeda dengan siklus I, Letak perbedaannya yaitu pada siklus II menggunakan teknik variasi latihan Moving Target Passing dan Quick Release Passing.
- Peneliti mempersiapkan keperluan penelitian siklus I (lembar observasi keterlaksanaan keterampilan gerak dasar chest pass bola basket oleh guru, lembar observasi hasil belajar siswa, tes hasil belajar, lembar pedoman wawancara dan media pembelajaran).
- Peneliti mensimulasikan teknik keterampilan gerak dasar chest pass bola basket kepada guru kelas V dan memberitahukan mengenai hal-hal yang diperlukan ketika melakukan teknik keterampilan gerak dasar chest pass bola basket

2) Tindakan

Pelaksanaan tindakan dalam siklus II dilaksanakan dua kali pertemuan. Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 3 februari 2025 dan pertemuan kedua dilaksanakan pada 28 Februari 2025. Pada pelaksanaan pertemuan pertama dengan tema pertemuan

pertama variasi Latihan Moving Target Passing dan Quick release Passing.

Pada pertemuan pertama pada tindakan siklus II di laksanakan pada hari senin tanggal 12 Maret 2025, pelaksanaan pembelajaran ini dilakukan selama 2 jam pembelajaran yakni pukul 08.00.10.00 WIB.adapun pelaksanaan tindakan sebagai berikut:

KEGIATAN PEMBELAJARAN

PENDAHULUAN

- 1.Guru meminta salah seorang siswa untuk menyiapkan barisan di lapangan sekolah dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada siswa.
- 2.Guru meminta salah seorang siswa untuk memimpin doa, dan siswa berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing.
- 3.Guru memastikan bahwa semua siswa dalam keadaan sehat, bila ada siswa yang kurang sehat (sakit), maka guru meminta siswa tersebut untuk beristirahat di kelas.
- 4.Guru memotivasi siswa untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan mengajukan pertanyaan tentang manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran.
- 5.Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, dengan cara tanya jawab
- 6.Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai siswa setelah proses pembelajaran (tujuan pembelajaran) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan bermain bola basket: misalnya bahwa bermain bola basket adalah salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan prestasi cabang olahraga bola basket.
- 7.Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: kemampuan menguasai keterampilan chest pass dengan gerakan variasi latihan :*moving target Passing* dan *Quick release Passing*.
- 8.Guru menjelaskan aspek apa saja yang dinilai oleh guru dari pembelajaran keterampilan permainan bola basket. Aspek tersebut meliputi aspek keterampilan gerak dan kebugaran, aspek pengetahuan, aspek pengembangan karakter serta

nilai-nilai positif terhadap aktivitas jasmani dan manfaatnya

Kegiatan Inti

Langkah-langkah kegiatan pembelajaran inti dengan menggunakan model penugasan, dengan prosedur sebagai berikut:

- a) Siswa menerima dan mempelajari LKS (task sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas teknik dasar keterampilan gerak spesifik chest pass.

Siswa melaksanakan tugas gerak sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada materi pembelajaran, yaitu: gerakan variasi latihan,*moving target Passing* dan *Quick release Passing*.

Kegiatan Penutup

- a) Salah seorang siswa di bawah bimbingan guru melakukan gerakan

pendinginan, guru mempertanyakan, apakah manfaatnya.

- b) Guru dan siswa melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan- kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas belajar gerak.
- c) Guru menginformasikan kepada siswa, kelompok dan siswa yang paling baik penampilannya selama pembelajaran permainan bola basket.
- d) Guru menugaskan siswa untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang teknik dasar keterampilan gerak spesifik . serta permainan menyerupai bola basket. Hasilnya dijadikan sebagai tugas yang akan dinilai. Selanjutnya guru memberitugas kepada siswa untuk membaca dan mempelajari materi pembelajaran yang akan dipelajari minggu yang akan datang, yaitu: teknik dasar keterampilan gerak spesifik menembak bola ke sasaran tertentu dalam permainan bola basket.
- e) Berdoa dipimpin oleh salah satu siswa dan menyampaikansalam.
- f) Siswa kembali ke kelas yang dilakukan dengan
tertib, dan bagi siswa yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.

a) Pertemuan Kedua

Pertemuan kedua siklus II dilaksanakan pada hari Rabu 12 Maret 2025.

Adapun tindakan pada pertemuan kedua sebagai berikut:

KEGIATAN PEMBELAJARAN

1. Kegiatan Awal

Pada awal pembelajaran guru mengucapkan salam, kemudian guru meminta siswa untuk berdoa bersama-sama yang dipimpin oleh ketua kelas. Guru lalu mengkomunikasikan kehadiran siswa, untuk membangkitkan semangat, guru mengajak siswa untuk bersama sam melakukan tepuk profil pelajar pancasila, dan guru memotivasi siswa supaya semangat dalam proses pembelajaran, guru menanyakan pembelajaran kemarin.

2. Kegiatan Inti

- a. Guru membahas ulang tentang materi variasi latihan kemarin.
- b. Guru mempraktekan ulang gerakan yang benar
- c. Guru memberikan waktu kepada siswa untuk bertanya mengenai materi yang di ajarkan.
- d. Siswa diberikan lembar evaluasi atau tes dari kegiatan yang telah dilakukan.

1. Kegiatan Penutup

- e. Siswa bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran hari ini.
- f. Siswa bersama guru melakukan refleksi atas pembelajaran yang telah berlangsung: Apakah pembelajaran hari ini menyenangkan?
- g. Guru dan peserta didik berdoa bersama.
- h. Pembelajaran di akhiri dengan salam.

3) Observasi siklus II

a) Observasi Hasil Belajar Siswa

Guru dan peneliti sudah melaksanakan yang sesuai dengan modul Ajar yang sudah dipersiapkan, pada siklus II ini sudah menunjukkan peningkatan hasil belajar siswa, terlihat

dari siswa yang sangat antusias saat guru membagikan kelompok dan siswa antusias mengenai pembelajaran yg akan dilakukan menggunakan variasi latihan moving target passing dan quick release passing , begitupun juga dengan penyampaian materi yang disampaikan oleh guru yang mudah di pahami oleh siswa, sehingga tidak membuat siswa mudah bosan mengenai materi yang disampaikan, karena saat pembelajaran guru menggunakan variasi latihan dalam pembelajaran bola basket membuat siswa mudah untuk memahami pembelajaran dan merasa senang.

Berdasarkan hasil observasi siklus II diperoleh nilai rata rata hasil belajar siswa mengalami peningkatan yaitu:

Tabel 7 Nilai Post Tes Hasil Belajar Siswa Siklus II

N0	Nama	Nilai
1	AA	80
2	AKA	90
3	AM	75
4	AS	80
5	AR	75
6	AZR	90
7	BIH	100
8	BM	85
9	FM	85
10	HNP	95
11	KN	75
12	KR	80
13	M	75
14	MAH	90
15	MDRA	95
16	MFA	90
17	MIG	65
18	MNA	85
19	MND	55
20	MQ	85
21	MR	80
22	MZIK	100
23	NI	90
24	R	80
25	RAA	90
26	RD	75
27	SM	80
28	SA	85
29	SA	75
30	SA	90
31	SS	80
32	ZZ	90
Jumlah		2665
Rata-rata		83,90%
Siswa tuntas		30
Presentase tuntas		93,75
Siswa tidak tuntas		2

Presentase tidak tuntas	6.25%
--------------------------------	-------

b) Hasil Observasi Aktivitas Belajar Siswa dan Guru Siklus I

Pada hasil observasi aktivitas guru dan siswa siklus II mengalami peningkatan pada saat proses pembelajaran berlangsung (93,75%) dengan kategori "Sangat Tinggi".

4) Refleksi

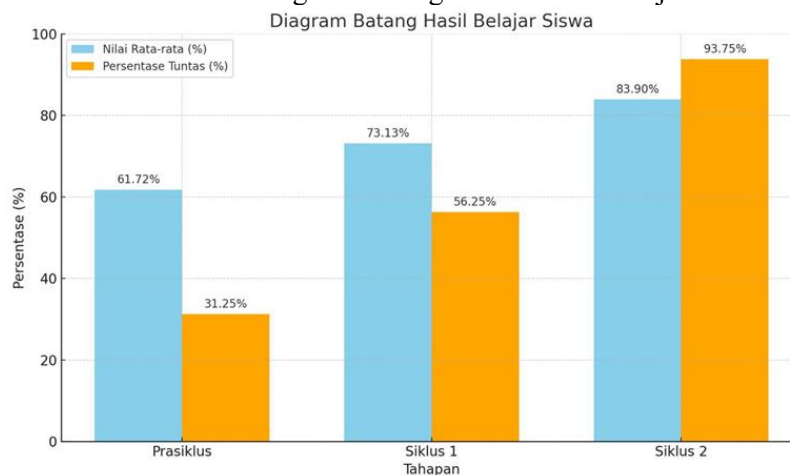
Berdasarkan hasil pengamatan pada siklus II, hasil belajar siswa telah mengalami peningkatan, Dapat disimpulkan bahwa pada siklus II mengalami keberhasilan yaitu: Suasana pada saat proses pembelajaran lebih menyenangkan, pembelajaran yang bervariasi sehingga nilai siswa meningkat, siswa lebih memahami teknik passing yang baik dengan teknik variasi latihan moving target passing dan quick release passing.

Berdasarkan hasil observasi diperoleh hasil belajar siswa mengalami peningkatan, siklus I dengan presentase nilai rata-rata 56,25% dan siklus II dengan peresentase nilai rata rata 93,75%. Diperoleh peningkatan 66,67% dari siklus I ke siklus II. Dengan begitu hasil belajar siswa dengan teknik variasi latihan moving target passing dan quick release passing sudah mengalami peningkatan dengan kategori" Hasil Belajar Siswa Sangat Tinggi". Berikut informasi lebih detail mengenai peningkatan hasil belajar siswa pada pra siklus, siklus I, dan II yaitu:

Tabel 8 Perbandingan Nilai Hasil Belajar Siswa Pra Siklus, Siklus I dan Siklus II

Kriteria	Kondisi		
	Pra Siklus	Siklus I	Siklus II
Nilai Terendah	25	35	55
Nilai Tertinggi	85	100	100
Nilai Rata-Rata	61,72%	73,13%	83.90%
Siswa Tuntas	10	18	30
Siswa Tidak Tuntas	22	14	2
Presentase Tuntas	31,25%	56,25%	93,75%
Presentase Tidak Tuntas	68,75%	43,75%	6,25%

Gambar 1 Diagram Batang Grafik Hasil Belajar



Berdasarkan uraian tabel ditunjukan perbandingan pra siklus, siklus 1 dan Siklus II dapat disimpulkan nilai hasil belajar siswa telah mengalami peningkatan.

C. Analisis Data

Tahap-Tahap analisis data dilakukan setelah semua data terkumpul, data tersebut berupa hasil belajar siswa, LKPD, hasil observasi aktivitas belajar siswa dan hasil observasi aktivitas mengajar guru. Hasil data yang diperoleh dari pengumpulan data

dengan teknik observasi sebagai berikut:

1. Berdasarkan proses hasil belajar siswa, diperoleh data pada prasiklus yaitu dengan presentase nilai tuntas 31,25% dengan kategori "Hasil Belajar Rendah" dengan nilai rata-rata 61,72% yang termasuk dalam kategori "Hasil Belajar rendah", akhir siklus I dengan nilai tuntas 56,25% dengan kategori "Hasil Belajar rendah dengan nilai rata-rata 73,13% yang termasuk dalam "Hasil Belajar sedang", pada akhir siklus II diperoleh nilai tuntas dengan kategori "Hasil Belajar Sangat Tinggi dengan nilai rata-rata 83,90% yang termasuk kategori "Hasil Belajar Sangat Tinggi" atau meningkat.
2. Aktivitas mengajar guru dan belajar siswa siklus I yaitu 75.5% dengan kategori "sedang" dan aktivitas mengajar guru dan belajar siswa siklus II yaitu 92.5% dengan kategori "sangat tinggi". Hal ini menunjukkan telah terjadinya peningkatan pada aktivitas pembelajaran didalam kelas.

D. Pembahasan

Kondisi awal hasil belajar siswa kelas V MIN 2 MUARO JAMBI yang diperoleh peneliti melalui observasi dan tes yang menunjukkan bahwa rata-rata hasil belajar siswa kelas V menunjukkan skor 61,72% yang mana masuk dalam pengkategorian hasil belajar pada kategori rendah. Berdasarkan kondisi awal hasil belajar siswa tersebut, maka peneliti menggunakan variasi latihan pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

Peneliti dengan bantuan guru olahraga melakukan tindakan, dimana tindakan dilakukan dalam dua siklus dan tiap siklus terdapat dua pertemuan. Melalui variasi latihan guru lebih menjadi fasilitator, dan siswa yang aktif dalam proses pembelajaran yang berlangsung. Diketahui bahwa pembelajaran olahraga merupakan suatu pembelajaran yang melatih fisik. Oleh karena itu, melalui variasi latihan dapat membuat proses pembelajaran yang menarik, guru dapat mengembangkan kemampuan fisik siswa, dan dapat membuat kesiapan siswa untuk menghadapi tantangan di dunia nyata.

Berdasarkan hasil pada pertemuan pertama dan kedua, maka diperoleh hasil belajar siswa dengan mencari reratanya. Pada siklus I menunjukkan siswa kelas V yang memperoleh nilai rata-rata hasil belajar 73,13%. Hal tersebut belum memenuhi indikator keberhasilan dalam penelitian ini yaitu, 75%-100% kelas V memperoleh skor hasil belajar dalam kriteria tinggi dengan batas minimal skor hasil belajar sebesar 75%-100% di setiap siklusnya. Selain itu, rata-rata hasil belajar kelas V juga mengalami peningkatan dari kondisi awal yaitu 31,25% menjadi 56,25% di siklus I dan siklus II menjadi 93,75% dimana dari kategori hasil belajar sudah menjadi meningkat.

Meskipun pada pelaksanaan tindakan pada siklus I telah menunjukkan adanya pencapaian indikator keberhasilan, namun dalam pelaksanaan tindakan pada siklus I terdapat beberapa hal yang kurang maksimal. Hal-hal tersebut diantaranya yaitu 1) siswa kurang bisa mempraktekan materi pelajaran dengan benar 2) masih ada siswa yang kurang paham dalam melakukan teknik passing yang baik 3) beberapa siswa masih bingung dengan gerakan yang benar.

Meskipun sudah mencapai pencapaian indikator keberhasilan, peneliti belum merasa puas dikarenakan masih terdapat beberapa kendala dalam pelaksanaan tindakan pada siklus I yang dianggap dapat diatasi dengan rekomendasi yang telah direncanakan pada refleksi siklus I. Oleh karena itu peneliti memutuskan untuk melakukan tindakan lagi untuk melakukan rekomendasi yang telah direncanakan pada tahap refleksi di siklus I guna memperbaiki kendala-kendala yang dihadapi pada siklus I.

Pada siklus II menunjukkan siswa kelas V yang memperoleh nilai rata-rata hasil belajar 83,90%, Hal tersebut menunjukkan bahwa pada siklus II ini indikator keberhasilan penelitian sudah sangat tinggi. Dalam pelaksanaan tindakan di siklus II ini, selain terjadi

peningkatan hasil belajar, hasil refleksi siklus I yang dihadapi pada siklus II sudah mulai nampak hasilnya dengan rekomendasi yang telah direncanakan pada refleksi siklus I. Siswa mulai memahami teknik permainan passing yang benar.

Selain itu siswa sudah mulai bisa mempraktekan teknik bermain bola basket yang baik. Berdasarkan hasil tindakan pada siklus II, peneliti memutuskan untuk menghentikan siklus karena indikator keberhasilan sudah tercapai dan kendala-kendala pada refleksi siklus I mulai teratasi pada pelaksanaan disiklus II.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap siswa kelas V MIN 2 Muaro Jambi tentang peningkatan pembelajaran chest pass dalam permainan bola basket melalui strategi variasi latihan, diperoleh hasil sebagai berikut: terdapat peningkatan kemampuan teknik dasar chest pass dalam permainan bola basket melalui strategi variasi latihan pada siswa kelas V MIN 2 Muaro Jambi. Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan proses penelitian data pada prasiklus kondisi hasil belajar siswa masih rendah yaitu dengan 10 siswa tuntas presentase (31.25%) dengan kategori “hasil belajar rendah”, dengan nilai rata rata 61,72% yang termasuk dalam kategori “hasil belajar rendah” akhir siklus I dengan 18 siswa tuntas persentase 56,25% dengan kategori “hasil belajar sedang” dengan nilai rata rata 73,13% yang termasuk dalam kategori “hasil belajar tinggi”, pada akhir siklus II diperoleh semua siswa tuntas persentase 93,75% dengan kategori “Hasil belajar sangat tinggi” dengan nilai rata rata 83,90% yang termasuk kategori “Hasil belajar sangat Tinggi” atau meningkat. Aktivitas mengajar guru dan belajar siswa siklus I yaitu dengan kategori “sedang” dan aktivitas mengajar guru dan belajar siswa siklus II yaitu (blablabla) dengan kategori “sangat berhasil”. Hal ini menunjukkan telah terjadinya peningkatan pada aktivitas pembelajaran didalam kelas.
2. Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa dapat meningkat melalui variasi latihan, materi chess pass, di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Muaro Jambi, hal tersebut dapat dilihat dari peningkatan hasil belajar siswa setiap siklus yang dilaksanakan.

Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas untuk meningkatkan hasil belajar siswa, maka penulis menyatakan:

1. Guru sebaiknya selalu memberi dorongan dan motivasi kepada siswa agar lebih rajin dan semangat dalam proses pembelajaran.
2. Hendaknya guru selalu menggunakan variasi latihan pembelajaran yang bervariasi dalam proses pembelajaran.
3. Hendaknya guru dapat berkolaborasi dengan siswa ketika proses pembelajaran siswa dan guru melakukan tanya jawab sehingga anak tersebut aktif dan dapat mendapatkan peran.

DAFTAR PUSTAKA

_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI

Agung Nugroho, & Fajar Mugo Raharjo. (2020). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Passing Chest Pass Dalam Bermain Bola Basket Dengan Penerapan Variasi Pembelajaran Dan Modifikasi Bola Siswa Kelas Viii Smp Santa Maria Medan Tahun Ajaran 2019/2020. Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan, 7(1), 24–29. <https://doi.org/10.55081/jsbg.v7i1.163>

Ahmad, N., Ma'arif, I., Hamid, F., Sulisty, Y. W., & Nenggar, A. H. (2023). Pelatihan Bentuk Latihan Teknik Dasar Bola basket Pada Pemain Jombang Basketball Club. Community

- Education Engagement Journal, 5(1), 14–21. <https://doi.org/10.25299/ceej.v5i1.14326>
- Ananda Aditya Sari Harahap, Yasmin Salsabila, Nabila Fitria, & Nisaiy Darussakinah harahap. (2023). Pengaruh Perkembangan Kemampuan Pada Aspek Kognitif, Afektif Dan Psikomotorik Terhadap Hasil Belajar. *Algebra : Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Sains*, 3(1). <https://doi.org/10.58432/algebra.v3i1.741>
- Anggraeni, D., & Sutiarsih, S. (2018). Peningkatan hasil belajar gerak dasar melempar melalui pendekatan bermain. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(1), 11–17. <https://doi.org/10.21831/jpji.v14i1.21340>
- Annisa Arinil Haq, Dwi Rahayu, Nailul Azmi Denoya, & Salsabila Fitrian. (2024). Implementasi Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) Pada Kurikulum Merdeka di SD Negeri 18 Kota Padang. *Inspirasi Dunia: Jurnal Riset Pendidikan Dan Bahasa*, 3(1), 194–199. <https://doi.org/10.58192/insdun.v3i1.1819>
- Astuti, D., Suhartanto, B., Umami, N., & Agus, A. (2019). Pengaruh Dosis Pupuk Urea dan Umur Panen terhadap Hasil Hijauan Sorgum (*Sorghum bicolor* (L) Moench). *Agrotechnology Innovation (Agrinova)*, 1(2), 45. <https://doi.org/10.22146/agrinova.49134>
- Bausad, A. A., & Musrifin, A. Y. (2019). Analisis Karakter Peserta Didik Kelas V Pada Pembelajaran Penjaskes Di Sekolah Dasar Negeri Se Kota Mataram. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 1(2). <https://doi.org/10.58258/jisip.v1i2.186>
- Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu.
- Candra, O., Zulrafla, Kamaruddin, & Rahmadani, A. (2023). Sosialisasi Teknik Dasar Bola Basket Pada Siswa Ektrakurikuler Bola Basket Sd Al Azhar 37 Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(6), 1–8. <http://bajangjournal.com/index.php/JPM>
- D, C. E. P., D, E. F. P., Ffpmrca, R. F. H., D, R. S. P., D, P. F. P., D, T. M. P. P., D, A. B. P., D, B. J. A. P., & D, C. T. C. P. (2020). Time for change: A.
- Hasil, T., Siswa, B., Sd, I. I., & Candi, M. (2023). 1, 2 1,2. 08(September).
- Iii, B. A. B. (2015). Melly Yunitasari, 2015 PENERAPAN TEKNIK MAKE A MATCH UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN IPS DI SEKOLAH DASAR Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu. 1988, 11–19.
- Krisnayanti, I. G. A. A. H., & Wijaya, S. (2022). Pengaruh Kinerja Guru Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas 5 SD Mata Pelajaran Science Sekolah XYZ. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(2), 1776–1785. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i2.3313>
- Mahyuddin, R., & Sudirman, A. (2021). Korelasi Koordinasi Mata Tangan Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Shooting Bola Basket. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 1(2), 96–101. <https://doi.org/10.55081/joki.v1i2.305>
- Maksum, H., & Wibowo, T. R. (2019). Meningkatkan Hasil Belajar Chest Pass Dalam Permainan Bola Basket Melalui Pendekatan Bermain. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.31571/jpo.v8i1.1213>
- Malik, A. A., & Rubiana, I. (2019). Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket: Studi Deskriptif Pada Mahasiswa. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 3(2), 79–84. <https://doi.org/10.37058/sport.v3i2.1238>
- Mulyana, A., Salsabil, A. M., Muthmainah, A., Aulia, N. F., Syifa, N. Al, Noviyanti, N. S., & Ristianti, R. (2024). Pentingnya Meningkatkan Kebugaran Jasmani pada Anak Sekolah Dasar Melalui Olahraga dan Aktivitas Fisik. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(3), 2705–2712. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i3.1151>
- Musa, M. M., Musripah, M., & Annur, A. F. (2022). Membentuk Karakter Peserta Didik Sekolah Dasar Melalui Pendidikan Olahraga. *Jurnal Riset Pendidikan Dasar (JRPD)*, 3(2), 75. <https://doi.org/10.30595/jrpd.v3i2.13272>
- Mustafa, P. S., & Dwiyogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422–438. <https://doi.org/10.36765/jartika.v3i2.268>
- Prameswara, A. Y., & Pius X, I. (2023). Upaya Meningkatkan Keaktifan dan hasil Belajar Siswa

- Kelas 4 SDK Wignya Mandala Melalui Pembelajaran Kooperatif. *SAPA - Jurnal Kateketik Dan Pastoral*, 8(1), 1–9. <https://doi.org/10.53544/sapa.v8i1.327>
- Rahmat, A., Hoedaya, D., & Rohendi, A. (2021). Hubungan Penguasaan Teknik Dasar, Kekuatan Otot Lengan Dan Self Confidence Dengan Keterampilan Service Pada Permainan Bolavoli. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 2(1), 99–109. <https://doi.org/10.37742/jmpo.v2i1.26>
- Ripandi, A. J. (2023). Hakikat Kurikulum Dalam Pendidikan. *Jurnal Al Wahyu*, 1(2), 123–133. <https://doi.org/10.62214/jayu.v1i2.129>
- Supriatna, E. (2023). Metode Bermain Dalam Pembelajaran Shooting Bola Basket. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(4), 3329–3339.
- Susanto, Y. R., & Nurharsono, T. (2022). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bola Basket Pada Klub Putra Dukun Basketballl Magelang Tahun 2021. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(1), 243–248. <https://doi.org/10.15294/inapes.v3i1.53437>