

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Dribbling* Permainan Bola Basket melalui Pendekatan Latihan Berulang (*Drilling*) pada Siswa Kelas XI 8 di SMA Negeri 2 Semarang Tahun Ajaran 2024/2025

Efforts to Improve Basketball Dribbling Learning Outcomes through Repetitive Practice (Drilling) Approach among Grade XI-8 Students at SMA Negeri 2 Semarang in the 2024/2025 Academic Year

Amar Ma'ruf¹, Osa Maliki², Tomy Ruly Winarto³

¹Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi/fpipskr, Universitas PGRI Semarang, Jl. Sidodadi Timur Jalan Dokter Cipto No.24, Karangtempel, Kec. Semarang Tim., Kota Semarang, Jawa Tengah, 50232, Indonesia

²Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi/fpipskr, Universitas PGRI Semarang, Jl. Sidodadi Timur Jalan Dokter Cipto No.24, Karangtempel, Kec. Semarang Tim., Kota Semarang, Jawa Tengah, 50232, Indonesia

³Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi/fpipskr, Universitas PGRI Semarang, Jl. Sidodadi Timur Jalan Dokter Cipto No.24, Karangtempel, Kec. Semarang Tim., Kota Semarang, Jawa Tengah, 50232, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan peserta didik yang belum mampu melakukan *dribbling* Bola Basket dengan baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* melalui penerapan metode latihan berulang (*drilling*). Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan di SMA N 2 Semarang dengan subjek penelitian sebanyak 33 peserta didik kelas XI 8. Penelitian dilakukan dalam dua siklus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada siklus I, sebanyak 24 dari 33 siswa atau sebesar 72,72% mencapai ketuntasan belajar. Pada siklus II, terjadi peningkatan jumlah siswa yang tuntas menjadi 30 orang atau sebesar 90,9% dengan rata-rata nilai 83. Temuan ini menunjukkan bahwa metode *drilling* dapat secara signifikan meningkatkan hasil belajar *dribbling* dalam permainan Bola Basket. Dengan demikian, penggunaan metode latihan berulang dapat menjadi alternatif yang efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik peserta didik, khususnya dalam keterampilan dasar Bola Basket.

Kata kunci: Metode *Drill*, Pembelajaran *Dribble* Bola Basket, Hasil Belajar

Abstract

This study was motivated by students' difficulty in performing proper basketball dribbling techniques. The objective of this research was to improve students' dribbling skills through the application of the repetitive practice (drilling) method. The study was conducted as a classroom action research at SMA N 2 Semarang with 33 students of class XI 8 as the research subjects. The research was carried out in two cycles. The results indicated that in the first cycle, 24 out of 33 students (72.72%) achieved mastery learning. In the second cycle, the number of students achieving mastery increased to 30 (90.9%) with an average score of 83. These findings demonstrate that the drilling method significantly enhances students' learning outcomes in basketball dribbling. Therefore, the use of repetitive practice can serve as an effective alternative to improve students' motor skills, particularly in basic basketball techniques.

Keywords: : *Drilling Method, Basketball Dribbling Learning, Learning Outcomes*

<https://dx.doi.org/10.20961/phduns.v22i1.102772>

PENDAHULUAN

Guru sangat memiliki peran dalam dunia pendidikan. Ruh pendidikan sesungguhnya terletak dipundak guru. Bahkan, baik buruknya atau berhasil tidaknya pendidikan hakikatnya ada di tangan guru. Sebab, sosok guru memiliki peranan yang strategis dalam “mengukir” peserta didik menjadi pandai,cerdas, terampil bermoral dan berpengetahuan luas sesuai dengan dengan tujuan pendidikan nasional. Seorang guru yang baik adalah mereka yang memenuhi persyaratan kemampuan profesional baik sebagai peserta didik sebagai pendidik pengajar maupun pemimpin. Disinilah letak pentingnya standar mutu profesional guru untuk menjamin proses belajar mengajar dan hasil belajar yang bermutu. Pembaharuan pendidikan secara nasional mengalami kemajuan yang sangat pesat.

Hal ini, bisa dilihat dengan adanya perubahan dan pembaharuan dari sistem pendidikan baik ditingkat nasional maupun daerah. Adapun perubahan tersebut menyangkut sistem pembelajaran, kurikulum, materi-materi pembelajaran, strategi pembelajaran dalam pendekatan pembelajaran. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani tidak dapat dipisahkan dari unsur permainan maupun bermain. Sesuai dengan keadaan pendidikan jasmani pada masa sekarang, pendidikan jasmani lebih diarahkan pada pemberian kesempatan belajar yang lebih luas dan suasana yang kondusif kepada siswa untuk memperoleh dan mengembangkan pengetahuan, sikap, nilai serta keterampilan- keterampilan sosial yang bermanfaat bagi kehidupan di masyarakat.

Pendidikan jasmani seyogyanya harus bisa membentuk karakter-karakter yang positif pada diri siswa dan bisa merangsang motivasi siswa untuk bisa berbuat lebih baik dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam proses pembelajaran disekolah. Setiap materi pembelajaran pendidikan harus diselerasikan dengan karakter yang dibentuk dengan kurikulum yang telah ada.

Pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan aktivitas fisik yang akan dilakukan melalui pembelajaran yang diarahkan dan mendorong kepada pendidik agar seluruh potensi peserta didik tumbuh dan berkembang untuk mencapai suatu tujuan secara utuh dan menyeluruh.

Berdasarkan uraian tersebut pendidikan jasmani mempunyai peranan penting dan berbeda yang menjadi ciri khas dibandingkan dengan bidang studi yang lainnya, karena pendidikan jasmani tidak hanya mementingkan pengembangan intelektual saja tetapi pengembangan diri baik dari segi keterampilan menjadi hal yang dikembangkan dalam proses pendidikan jasmani itu sendiri, jika mata pelajaran yang lain lebih mementingkan pengembangan intelektual, maka melalui pendidikan jasmani akan terbina aspek- aspek pendidikan jasmani yang menjadi ciri khas pendidikan diantaranya aspek kognitif, afektif, dan psikomotor maupun aspek sosial.

Hasil observasi bahwasannya pembelajaran *dribble* khususnya di kelas XI 8 SMA N 2 Semarang telah berjalan sebagaimana mestinya namun masih belum maksimal. Hal ini terlihat pada hasil pembelajaran *dribble* yang tergolong masih rendah. Berdasarkan hasil observasi mengindikasikan bahwa pembelajaran *dribble* permainan Bola Basket memang perlu ditingkatkan.

Tentunya proses tersebut dilakukan dengan sadar dan melibatkan interkasi sistematis antar pelakunya untuk mencapai tujuan yang diterapkan.

Sehingga seperti yang peneliti amati permasalahan tersebut antara lain adalah selama proses pembelajaran terkadang siswa merasa bosan dan jenuh, metode yang digunakan konvensional sehingga membuat siswa pasif dan tidak antusias selama proses pembelajaran, selain itu teknik *dribble* masih rendah, berdasarkan informasi terdapat peserta didik yang memiliki nilai PJOK dibawah rata-rata. Sehingga akibatnya hasil belajar siswa menurun tidak memenuhi KKM karna kurangnya kreativitas guru dalam pembelajaran kondisi tersebut akan berdampak pada pencapaian hasil belajar siswa yang kurang memuaskan.

Kesulitan yang dihadapi siswa dalam melakukan *dribble* disebabkan oleh banyak faktor, salah satu diantaranya siswa banyak belum memahami teknik-teknik *dribble* permainan Bola Basket dengan baik dan benar. Kendala atau masalah yang sering di hadapi siswa dalam proses belajar *dribble* permainan Bola Basket menuntut seorang guru harus mampu menganalisa dan mencari solusi yang tepat agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Jika dalam pembelajaran *dribble* permainan Bola Basket belum memiliki kekuatan yang memadai atau teknik-teknik *dribble* permainan Bola Basket dianggap sebagai kendalanya, maka perlu langkah yang tepat disesuaikan dengan kondisi siswa.

Melihat masalah yang dihadapi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terutama pada materi *dribble* permainan Bola Basket dengan melalui penggunaan metode *drill* dapat diterapkan dalam pembelajaran penjas untuk mengatasi kendala yang dihadapi siswa (Sartini dkk, 2019).

Dalam mengatasi masalah ini dengan pertimbangan bahwa metode *drill* adalah metode pembelajaran dengan cara pengulangan- pengulangan gerakan dengan tujuan terjadinya gerakan yang baik dan benar secara otomatisasi (Candra, 2014). Pendekatan *drill* adalah cara yang lebih menekankan komponen- komponen teknik. Gaya mengajar metode *drill* siswa melakukan gerakan-gerakan sesuai dengan apa yang diinstruksikan guru dan melakukannya secara berulang-ulang. Pengulangan gerakan ini dimaksudkan agar terjadi otomatisasi gerakan (Armai dkk, 2018).

Adanya metode *drill* menuntut seorang guru penjas harus menguasai dan memahaminya dan dapat diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani seorang guru harus aktif dan menciptakan suasana pembelajaran yang sebaik mungkin agar hasil belajar siswa dapat meningkat setelah diadakannya metode *drill* dalam pembelajaran *dribble* permainan Bola Basket dan tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik dengan kemampuan seseorang guru membangkitkan motivasi siswa dalam belajar.

Dalam rangka mencapai tujuan tersebut, pembelajaran yang dilakukan antara guru dan siswa hendaknya mengacu pada peningkatan aktivitas dan partisipasi siswa. Guru tidak hanya melakukan

kegiatan penyampaian pengetahuan, keterampilan, dan sikap kepada siswa akan tetapi, guru diharapkan mampu membawa siswa untuk aktif dalam berbagai bentuk pembelajaran. Penggunaan metode *drill* dalam pembelajaran akan menuntut kreatifitas dan inisiatif guru penjas untuk menciptakan kegiatan belajar mengajar yang beraneka ragam. Pembelajaran yang dilakukan harus efektif agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Dan juga seorang guru harus mampu menciptakan kondisi pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa dalam belajar. Penggunaan metode *drill* dalam pembelajaran yang menuntut kemampuan guru dalam mengorganisasi pembelajaran sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswa pada materi *dribble* permainan Bola Basket.

Metode *drill* adalah metode dalam pengajaran dengan melatih siswa terhadap bahan yang sudah diajarkan atau berikan agar memiliki ketangkasan atau keterampilan dari apa yang telah dipelajari. Metode *drill* merupakan pemberian latihan secara berulang kepada siswa agar memperoleh suatu keterampilan tertentu (Sartini dkk, 2019).

Tujuan pembelajaran metode *drill* adalah untuk membantu siswa dalam menguasai keterampilan motorik, dalam hal ini adalah melakukan gerakan olahraga. Hasil belajar merupakan perubahan perilaku yang diperoleh pembelajar setelah mengalami aktivitas belajar (Sartini dkk, 2019). Perolehan aspek aspek perubahan perilaku tersebut tergantung pada pada yang di pelajari oleh pembelajar. Hasil belajar yang dicapai oleh siswa di sekolah merupakan tujuan dari kegiatan belajarnya. Berkenaan dengan tujuan ini, Bloom mengemukakan taksonomi yang mencakup tiga kawasan, yaitu kawasan kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Menurut (Sudjana, 2016) menyatakan bahwa hasil belajar adalah adanya perubahan tingkah laku dalam dirinya. Perubahan tingkah laku tersebut menyangkut baik perubahan yang bersifat pengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotor) maupun yang menyangkut nilai dan sikap (afektif).

Oleh karena itu, apabila siswa mempelajari pengetahuan tentang konsep, maka perubahan perilaku yang diperoleh adalah tidak hanya berupa penguasaan konsep tetapi juga keterampilan dan sikap. Hasil belajar siswa dapat diketahui melalui penilaian kelas. Penilaian kelas merupakan proses pengumpulan dan penggunaan informasi untuk pemberian keputusan terhadap hasil belajar siswa, berdasarkan tahapan kemajuan belajarnya sehingga didapatkan potret atau profil kemampuan siswa sesuai dengan kompetensi yang ditetapkan dalam kurikulum. Bentuk penilaian kelas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penilaian kinerja (*performance*), penilaian tes tertulis (*paper and pen*), dan penilaian sikap.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan di lapangan olahraga SMA N 2 Semarang. Penelitian dilakukan pada semester ganjil tahun pelajaran 2024/2025, tepatnya pada hari Kamis tanggal 7 dan 14 November 2024. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus dengan masing-masing siklus terdiri atas lima tahapan, yaitu perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, pengumpulan data (pengamatan/observasi), refleksi (analisis dan interpretasi), serta perencanaan tindak lanjut.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI 8 SMA Negeri 2 Semarang, sedangkan sampel yang digunakan adalah siswa kelas XI 8 yang berjumlah 33 peserta didik. Teknik sampling yang digunakan adalah sampling jenuh, karena seluruh populasi dijadikan sampel penelitian.

Pengumpulan data dilakukan melalui dua teknik, yaitu tes dalam bentuk lembar soal dan observasi selama proses pembelajaran berlangsung. Tes digunakan untuk mengukur hasil belajar keterampilan teknik *dribbling* Bola Basket, sedangkan observasi digunakan untuk mengamati aktivitas dan keterlibatan siswa selama pembelajaran.

Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk mengetahui peningkatan hasil belajar siswa pada setiap siklus. Ketuntasan belajar ditentukan berdasarkan nilai minimum yang telah ditetapkan dalam Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sekolah, yaitu 78. Ketuntasan belajar individu dinyatakan tercapai apabila siswa memperoleh nilai ≥ 78 , sedangkan ketuntasan klasikal dicapai apabila minimal 75% dari jumlah siswa memperoleh nilai tersebut.

Secara matematis, ketuntasan klasikal (TK) dapat dirumuskan dengan persamaan berikut:

$$TK = \left(\frac{S_t}{S} \right) \times 100\%$$

dengan:

- TK = Tingkat ketuntasan klasikal (%)
- S_t = Jumlah siswa yang tuntas
- S = Jumlah seluruh siswa

Rumus digunakan untuk menentukan apakah pembelajaran pada siklus tertentu telah memenuhi kriteria keberhasilan secara klasikal.

HASIL

Dalam menentukan hasil penelitian terlebih dahulu melakukan pre-tes. Hal ini berguna untuk mendapatkan data awal. Dalam hal ini, peneliti harus mengetahui pada tahap apa kemampuan peserta didik dalam melakukan *dribbling*. Langkah selanjutnya terdapat hasil yang diperoleh pada saat pembelajaran *dribbling* yang dilakukan oleh peserta didik pada saat peneliti belum melakukan tindakan terhadap peserta didik untuk melakukan pasing bawah. Diperolehnya hasil pre-implementasi pada pembelajaran *dribbling* pada permainan Bola Basket yang dilakukan oleh peserta didik agar memudahkan dalam melihat hasil data yang didapatkan setelah mendapatkan pembelajaran. Berikut terlihat pada tabel 4.1 dibawah ini.

Tabel 1 Hasil hasil belajar pra siklus siswa

Ketuntasan	Jumlah	Prosentase
Tidak tuntas	15	45,45% %
Tuntas	18	54,54%
Jumlah	33	100%

Terlihat pada tabel 4.1. Bahwa data yang didapatkan menunjukkan bahwa ketuntasan yang diperoleh peserta didik hanya 18 siswa/i dengan persentase 54,54%. Kemudian peserta didik yang mendapatkan nilai belum tuntas sebanyak 15 siswa/i dengan persentase 45,45% dan dapat disimpulkan dari hasil diatas masih jauh dari indikator keberhasilan pembelajaran yang seharusnya. Hasil tindakan siklus I dalam bentuk mengetahui peningkatan setelah mendapatkan pembelajaran *dribbling* pada permainan Bola Basket yang menggunakan metode latihan berulang (*drilling*) untuk sebuah inovasi memperbaiki keterampilan siswa dalam melakukan *dribbling*.

Tabel 2 Hasil hasil belajar siswa pada siklus 1

Ketuntasan	Jumlah	Prosentase
Tidak tuntas	9	27,27%
Tuntas	24	72,72%
Jumlah	33	100%

Dapat dilihat dari tabel 4.2. Bahwa sebanyak 24 peserta didik mendapatkan nilai tuntas pada saat melakukan pasing bawah dengan persentase 72,72%. Kemudian terdapat 9 peserta didik dengan persentase 27,27% yang mendapatkan masih belum tuntas. Hal ini dapat dinilai sebagai keberhasilan metode pembelajaran *drilling* pada permainan Bola Basket dalam memperbaiki nilai *dribbling*, metode *drilling* dianggap belum maksimal karena motivasi siswa dalam melakukan gerakan secara berulang masih kurang sehingga masih menyisakan 9 peserta didik yang belum

tuntas. Maka diperlukan refleksi dengan adanya penambahan perlakuan yang sama dapat dilakukan seorang guru, memberikan tambahan motivasi dan memberikan langkah-langkah teknik *dribbling* bawah secara detail agar menuntaskan seluruh peserta didik melalui tindakan pada siklus II. Hasil tindakan siklus II berdasarkan hasil evaluasi dari tindakan siklus I, dalam siklus II mendapatkan suatu peningkatan nilai peserta didik. Berikut penjelasan melalui tabel dibawah ini:

Tabel 3 Perbandingan hasil belajar pra siklus dengan siklus 1

Ketuntasan	Jumlah peserta didik	Prosentase	KKM	Nilai Rata-rata
Tidak tuntas	3	9,1%	78	74
Tuntas	30	90,9%	78	83
Jumlah	33	100%	78	79

Dalam tabel di atas terlihat bahwa peningkatan yang signifikan dengan hasil 90,9% peserta didik mendapatkan nilai tuntas pada pembelajaran pasing bawah pada permainan bola voli pada siklus II dengan rata-rata nilai 83. Yang belum tuntas hanya menyisakan 3 peserta didik yaitu sebesar 9,1% dengan rata-rata nilai 74. Dengan peningkatan ketuntasan Pada siklus I ke siklus II yaitu 6 peserta didik sebesar 18,1%. Dengan dengan persentase yang didapatkan yaitu 72,72% menjadi 90,9% pada siklus ke II dengan jumlah rata-rata nilai peserta didik sejumlah 79. Dengan metode pembelajaran siklus II yang menggunakan metode *drilling* pada pelaksanaan permainan Bola Basket yang dilakukan peserta didik dapat disimpulkan berhasil.

PEMBAHASAN

Penelitian tindakan kelas yang dilakukan melalui dua siklus ini dilakukan untuk mengetahui apakah penggunaan metode pendekatan latihan berulang (*drilling*) dapat meningkatkan hasil belajar materi *dribbling* permainan Bola Basket pada siswa kelas XI 8 SMA N 2 Semarang semester ganjil tahun pelajaran 2024/2025. Pada saat siklus I siswa banyak ditemukan belum mendapatkan ketuntasan yang besarnya 27,27% dengan jumlah 9 peserta didik. Pada siklus I siswa mendapatkan nilai kurang dari nilai KMM yaitu 78 karena kondisi cuaca yang ekstrim sehingga siswa mengalami penurunan motivasi dan energi untuk terus melakukan *drilling*. Pada siklus II yang mendapatkan nilai lebih dari nilai KKM yaitu 78, keberhasilan atau nilai tuntas yang didapatkan peserta didik hingga 90,9% yang peserta didik dapatkan pada saat penilaian permainan Bola Basket teknik *dribbling* yang menggunakan metode latihan berulang (*drilling*).

Secara keseluruhan hasil belajar dapat meningkat setelah diberikan pembelajaran dengan menggunakan metode pendekatan latihan berulang (*drilling*). Metode pembelajaran dapat mempengaruhi hasil belajar siswa, karena metode pembelajaran mempunyai peranan penting dalam proses pembelajaran karena dapat menekankan siswa lebih aktif dalam proses

pembelajaran.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil data di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan hasil belajar siswa menggunakan metode pendekatan latihan berulang (*drilling*) di kelas XI 8 SMA Negeri 2 Semarang.

Berdasarkan uraian kesimpulan di atas dapat disarankan sebagai berikut: Setiap guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan harus mampu memberikan variasi metode pembelajaran yang dapat meningkatkan keaktifan siswa dalam belajar sehingga hasil belajar siswa dapat meningkat dan tujuan pembelajaran dapat tercapai.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan rasa syukur yang mendalam kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat, kesehatan, serta kemudahan dalam menyelesaikan penelitian ini hingga tersusun menjadi artikel ilmiah yang utuh. Penelitian ini tidak akan dapat terlaksana dengan baik tanpa adanya dukungan dari berbagai pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah memberikan bantuan, semangat, dan kerja sama selama proses berlangsung.

Ucapan terima kasih disampaikan kepada seluruh pihak di SMAN 2 Semarang, khususnya pihak manajemen sekolah, guru PJOK, serta peserta didik kelas XI 8 yang telah memberikan ruang, waktu, dan partisipasi aktif selama kegiatan penelitian ini berlangsung. Antusiasme dan keterlibatan para siswa dalam mengikuti setiap proses pembelajaran menjadi salah satu faktor penting dalam keberhasilan penelitian ini.

REFERENSI

- Armai, Arief. *Pengertian Metode Drill*, Jakarta : Bumi Aksara, 2018. hasibuan, J. J. dan Mujiono. *Proses Belajar Mengajar*, Bandung : Rosdakarya, 1993.
- Candra, B. 2014. Penerapan Model Pembelajaran Drill and Practice Terhadap Hasil Belajar Chest Pass Pada Permainan Bola Basket (Studi Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Kota Mojokerto). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* Volume 02 Nomor 01 Tahun 2014, 141 – 145.
- Danny Kosasih. 2008. *Fundamental Basketball*. Semarang: Karmedia.
- Sudjana, Nana. 2016. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. BANDUNG: PT. REMAJA ROSDAKARYA.
- Sartini, Wa Ode Sitti, and Muhammad Rusli. "MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SHOOTING PERMAINAN BOLA BASKET MELALUI PENERAPAN METODE DRILL." *Fair PlayJournal* 1.1 (2019).