

PENINGKATAN KETERAMPILAN CHEST PASS BOLA BASKET MELALUI METODE PEER TEACHING MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA

Ilham Arvan Junaidi¹⁾

¹⁾Universitas PGRI Palembang

e-mail: arvan_coky@yahoo.com

Abstrak

Rendahnya keterampilan *Chest Pass* mahasiswa program studi pendidikan olahraga dapat menyebabkan tidak mampunya mahasiswa bermain bolabasket dengan baik. Diharapkan dengan penggunaan metode *Peer Teaching* akan dapat meningkatkan keterampilan *Chest Pass* mahasiswa dalam bermain bolabasket. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan keterampilan *Chest Pass* mahasiswa melalui metode *Peer Teaching*. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan menggunakan desain *One Group Pre Test and Post Test Design* dengan menggunakan teknik analisis data uji t. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat peningkatan keterampilan *Chest Pass* mahasiswa dalam bermain bolabasket melalui metode *Peer Teaching*.

Kata Kunci: *chest pass, bola basket, peer teaching*

Abstract

The low skill of Chest Pass of department sports education can cause students can not play bolabasket . It is hoped that using Peer Teaching method will improve the students' Chest Pass skills in playing bolabasket. The purpose of this study is to find out whether there is an increase in skill Chest Pass students through Peer Teaching method. Rresearch used is experimental with One Group Pre Test and Post Test Design by analyze data use t test. From the result of the research it is found that there is an increase of skill of Student Chest Pass in playing bolabasket through Peer Teaching method.

Keywords: chest pass, basket ball, peer teaching

PENDAHULUAN

Permainan bola basket adalah salah satu permainan bolabesar yang populer bagi masyarakat dunia khususnya Indonesia. Seiring berjalannya waktu olahraga bolabasket terus mengalami perkembangan, dimainkan oleh anak-anak bahkan sampai dewasa. Bahkan olahraga bolabasket telah dimasukkan kedalam kurikulum sekolah bahkan perguruan tinggi.

Universitas PGRI Palembang melalui program studi pendidikan olahraga juga telah memasukan olahraga bola-basket dalam kurikulum program studi pendidikan olahraga sebagai matakuliah wajib. Dikarenakan bolabasket juga menjadi salahsatu materi pelajaran

wajib yang ada pada kurikulum sekolah baik pada tingkat dasar maupun menengah.

Bolabasket merupakan cabang olahraga permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri lima orang pemain dan masing-masing regu berusaha memasukkan bola ke keranjang lawan dan berusaha regu lawan memasukkan bola atau membuat skor. Dalam pelaksanaan permainan bolabasket, setiap pemain dapat memainkan bola dengan satu tangan atau dua tangan dengan cara bola dioper, dilempar sesuai dengan peraturan dan ketentuan yang berlaku.

Olahraga bolabasket merupakan olahraga permainan yang menggunakan

rangkaian gerak kompleks dengan karakteristik saling menyerang. Bolabasket dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka (Perbasi 2010:1). Untuk dapat memainkan bolabasket dengan baik, maka dibutuhkan penguasaan Keterampilan *Chest Pass* yang baik pula oleh pemainnya, seperti *passing*, *dribbling* dan *shooting*.

Gerakan dalam permainan bolabasket ini adalah gerakan yang dinamis, yang mana gerakannya terdiri dari gabungan berbagai unsur-unsur gerak yang terkoordinasi dengan rapi, sehingga bisa dimainkan dengan baik. Jika cara memegang bola saja salah, maka si pemain tidak akan bisa melakukan lemparan dengan baik, karena seorang pemain harus bisa menangkap dengan baik karena teknik menangkap adalah teknik dasar yang harus dimiliki seorang pemain basket.

Dari beberapa teknik tersebut *passing* adalah teknik pertama yang harus dikuasai oleh pemain sebelum bermain bolabasket.

Passing bolabasket selalu berkaitan dengan tangkapan. *Passing* yang tepat dan akurat serta tangkapan yang baik akan meningkatkan kualitas tim. *Passing* yang akurat dan tangkapan yang baik akan memberi peluang sedekat mungkin dengan ring basket untuk memasukkan bola. Ahmadi (2007: 13) menyatakan, "dengan *passing* pemain dapat melakukan gerakan mendekati ring basket untuk kemudian tembakan".

passing mempunyai peran yang sangat vital untuk membantu sebuah tim dalam mendapatkan poin. Memasukkan bola ke ring lawan akan dapat dilakukan dengan cepat jika didukung *passing* yang

akurat serta tangkapan yang baik. Dengan *passing* yang akurat dan tangkapan yang baik akan lebih cepat memindahkan bola untuk selanjutnya memasukkan bola ke ring lawan, dibandingkan dengan teknik *dribble*.

Passing bertujuan untuk mengoper bola dari pemain satu kepada lainnya untuk menjalin kerjasama. *Passing* bisa dilakukan dengan menggunakan dua atau satu tangan. *Passing* yang dilakukan secara taktis, tepat waktu, dan akurat dapat menciptakan peluang untuk membuat angka. Melalui *passing* yang tepat dan akurat akan menciptakan tim yang baik. Wissel (2008: 71) menyatakan, "*passing* dan tangkapan yang baik penting bagi permainan tim, dan keahlian seperti itulah yang membuat bolabasket menjadi permainan tim yang indah". Selanjutnya Sodikun (2012: 77) menjelaskan "*passing* merupakan keterampilan bermain pertama bolabasket, sebab dengan cara inilah pemain dapat melakukan gerakan mendekati ring (basket) dan seterusnya melakukan tembakan".

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, melalui *passing* yang cepat dan tepat permainan dapat dilakukan dengan cepat. Di samping itu, melalui *passing* akan lebih mudah untuk menyerang pertahanan lawan, karena lawan tidak mempunyai kesempatan untuk bertahan atau memperketat penjagaan.

Keberhasilan *passing* bolabasket tidak terlepas dari penguasaan teknik yang baik dan benar. Teknik yang benar akan menghasilkan *passing* yang baik dan efektif. Sedangkan kesalahan teknik *passing* adalah sebuah kegagalan, sehingga akan menguntungkan pihak lawan. Dalam permainan bolabasket ada beberapa macam *passing* yang sering digunakan menurut Ahmadi (2007: 13-15) yaitu:

1)*Chest Pass* (Operan Dada); 2)*Bounce Pass* (Operan Pantul); 3)*Overhead Pass* (*Passing* dari Atas Kepala). Salah satu jenis *passing* yang sering digunakan adalah *Chest Pass*.

Chest Pass dengan menggunakan dua tangan mungkin merupakan umpan yang paling sering digunakan dalam pertandingan bolabasket. Ini adalah umpan yang bisa diandalkan dan dilakukan untuk memindahkan dari seorang pemain ke rekan satu timnya. *Passing* ini sangat bermanfaat (tepat) untuk *passing* jarak pendek dengan perhitungan demi kecepatan dan kecermatan, bila kawan yang akan menerima tidak dijaga ketat. Menurut Sodikun (2012: 49) jarak *passing* yang paling baik untuk *passing* ini adalah antara 4-7 meter, tergantung pada kekuatan atau kemampuan pelempar.

Peningkatan kemampuan *passing* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti sarana dan prasarana, metode latihan yang efektif dan efisien, dan berbagai hal lainnya. Penggunaan metode dalam belajar merupakan salah faktor penentu keberhasilan seseorang dalam mengajar. Pendidik tidak boleh hanya terpaku pada salah satu metode pembelajaran, melainkan mencari metode lain yang dianggap mampu mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan. Untuk peningkatan Keterampilan *Chest Pass*, metode pembelajaran yang tepat sangat menentukan dalam peningkatan keterampilan *chest Pass* dalam permainan bolabasket.

Pada pengajaran keterampilan olahraga, penggunaan metode pembelajaran merupakan hal yang sangat penting demi tercapainya tujuan belajar yang diharapkan. Penggunaan serta pemilihan metode pembelajaran yang baik dan tepat dalam proses belajar mengajar adalah penting, karena metode merupakan

penghubung antara dosen dengan mahasiswa, antara pendidik dengan peserta didik. Selain itu juga metode merupakan sarana penyalur dan pengarah secara timbal balik antara pendidik dengan mahasiswa, antara pendidik dengan peserta didik.

Terdapat beberapa macam metode pembelajaran yang dapat digunakan untuk mengimplementasikan strategi pembelajaran dalam Sutikno (2009: 94) diantaranya : (1)ceramah; (2)tanya jawab; (3)diskusi; (4)demosntrasi; (5)metode kisah; (6)simulasi; (7)karyawisata; (8)tutorial; (9)suri teladan; (10)team teaching; (11) paraktek; (12) kerja kelompok; (13) penugasan; (14) brainstorming. Selanjutnya metode pembelajaran dijabarkan ke dalam teknik dan gaya pembelajaran. Salah satu Metode Pembelajaran yang dapat digunakan adalah metode pembelajaran *peer teaching*.

Peer teaching adalah metode pembelajaran dengan mahasiswa lain sebagai tutor atau pengajarnya. Silberman (1996: 157) berpendapat "beberapa ahli percaya bahwa satu mata pelajaran benar-benar dikuasai hanya apabila seseorang siswa mampu mengajarkan kepada peserta lain". Lie (2002: 12) menyatakan "banyak penelitian menunjukkan bahwa pengajaran oleh rekan sebaya (*peer teaching*) ternyata lebih efektif daripada pegajaran oleh guru". *Peer teaching* adalah pola belajar antara sesama mahasiswa. Dalam proses ini pendidik tidak dapat dipisahkan dari proses perubahan afektif mahasiswa dalam belajar.

Suatu pembelajaran dapat dikatakan berhasil dan berkualitas dari segi proses apabila seluruh dan sebagian besar peserta didik terlibat aktif dalam proses pembelajaran dan mampu menyerap materi yang diajarkan, sehingga

pembelajaran tersebut dapat dikatakan berhasil apabila terjadi perubahan suatu perilaku dalam bentuk teknik olahraga terhadap suatu konsep yang telah ditetapkan.

Peer teaching mengarahkan instruksi dari pendidik yang bertanggungjawab dan menerapkan semua isi pelajaran, pembagian tugas dan keputusan dalam pembelajaran, selama pembelajaran pendidik memegang kendali semua unsur pembelajaran kecuali interaksi yang terjadi selama dan setelah mahasiswa mengalami pembelajaran. *Peer teaching* dapat mengurangi permasalahan kecil pendidik, mengamati praktek pembelajaran dan umpan balik yang diterima para mahasiswa.

Untuk menjadi seseorang tutor mahasiswa harus mempunyai kemampuan pengetahuan tentang kunci penyampaian pembelajaran dan kemampuan dalam penguasaan keterampilan praktek di lapangan. Metzler (2005: 340) mengungkapkan: Seorang pendidik harus dapat membantu tutor untuk memahami dan menyelesaikan proses pembelajaran yang merupakan tanggung jawab dari tutor. Suatu rencana yang baik untuk tutor meliputi: 1) klarifikasi dari sasaran hasil belajar; 2) harapan dari tutor (apa yang mereka lakukan dan yang tidak dilakukan); 3) tugas presentasi dan pemahamannya; 4) tugas struktur dan pemahamannya; 5) bagaimana cara berkomunikasi dengan pelajar; 6) bagaimana cara memberikan pujian; 7) bagaimana cara mengajar dengan aman; 8) bagaimana cara menilai penguasaan atau menyelesaikan tugas; 9) mengetahui ketika ada pertanyaan pada pendidik.

Menurut Silberman (2007: 165) ada beberapa jenis metode *peer teaching* yaitu: 1) Pertukaran dari Kelompok-Kelompok; 2)

Belajar melalui Jigso (*Jigsaw Learning*); 3) Setiap Peserta Didik adalah Pengajar (*Every One is a Teacher Here*); 4) Pelajaran Teman Sebaya (*Peer Lesson*); 5) Studi Kasus yang Dibuat Peserta Didik (*Student-Created Case Studies*); 6) Dalam Berita (*In the News*); 7) Penggunaan Poster pada Sesi (*Poster Session*).

Ada beberapa unsur yang digunakan dalam metode pembelajaran *peer teaching* dalam pengajaran Keterampilan *Chest Pass*, seperti yang diungkapkan Metzler (2005:347) "*directnes profile for the sport education model when used in physical education instruction: (1) content selection, (2) manajerial control, (3) task presentation, (4) engangement patterns, (5) instructional interaction, (6) pacing, (7) task Regression*".

Jadi dalam metode pembelajaran *peer teaching* diberikan kepada kelompok dengan motivasi belajar tinggi dan juga kelompok dengan motivasi belajar rendah. Dalam pembelajaran ini seorang tutor akan memperhatikan gerakan-gerakan yang dilakukan kelompoknya dan seorang tutor berhak mengoreksi gerakan-gerakan yang dianggap salah tanpa ragu-ragu, dan kelompoknya tanpa malu-malu akan bertanya pada tutornya karena perasaannya sesama teman.

Pada metode *peer teaching* penjelasan siswa yang menjadi tutor lebih memungkinkan berhasil. Mahasiswa melihat masalah dengan cara yang berbeda dibandingkan dosen. Bahasa yang digunakan juga lebih akrab dan mudah dipahami oleh mahasiswa lainnya. Metode *peer teaching* lebih unggul dikarenakan proses pembelajaran melibatkan mahasiswa yang lebih terampil dalam gerak, khususnya dalam keterampilan bolabasket.

Metode pembelajaran *peer teaching* memupuk rasa sosial dan bertanggung

jawab antar sesama teman. Metode ini menjelaskan kembali pelajaran (cara-cara, konsep) kepada teman yang belum mengerti, dalam hal ini mahasiswa yang lebih terampil akan membantu mahasiswa lainnya dalam mengajarkan Keterampilan *Chest Pass*. Mahasiswa melihat masalah dengan cara yang berbeda dibandingkan orang dewasa dan menggunakan bahasa yang lebih akrab dan mudah dipahami oleh mahasiswa lainnya.

Dari beberapa kajian yang telah dikemukakan sebelumnya maka Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat peningkatan keterampilan *chest pass* Bola Basket Melalui Metode *Peer Teaching* Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan pendekatan kuantitatif, dengan menggunakan desain penelitian *one group Pre Test and Post Test Design* (Sugiyono, 2014:110). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa yang mengambil matakuliah per-mainan

bolabasket di Program Studi Pendidikan Olahraga FKIP Universitas PGRI Palembang yang berjumlah 221 dengan sebaran 189 putra dan 32 orang mahasiswa putrid. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* (Sugiyono, 2008: 68). didatkan jumlah sampel putra berjumlah 24 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan Tes keterampilan *Passing* dari Depdikbud (1977: 12-13).

Data hasil digunakan untuk analisis adalah data selisih antara *pre test* dan *post test*. Kemudian data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan analisis Uji t. Sebelum data diolah menggunakan teknik analisis tersebut terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan yaitu normalitas menggunakan uji *Lilliefors* dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data tersebut dengan menggunakan statistic Uji t ditemukan bahwa terdapat rata-rata nilai pre test 18,33 dan post test 21,42. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Deskripsi data

Nama	Pre Test	Post Test
Mean	18,33	21,42
Sd	1,79	1,79
Median	18	21
tertinggi	22	25
terendah	15	19

Dari analisis data tersebut dengan menggunakan rumus uji-t, didapatkan hasil bahwa terdapat Peningkatan keterampilan *Chest Pass* Bola Basket

Melalui Metode *Peer Teaching* Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Peningkatan keterampilan *Chest Pass* Bola Basket Melalui Metode *Peer Teaching* Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga

Var	Mean	sd	t	df	Sig. (2-tailed)
Post_Test - Pre_Test	3.083	1.176	12.84	23	.000

Hasil analisis yang dilakukan dengan menggunakan teknik uji-t menunjukkan bahwa $t_{hitung} 12,84 > t_{tabel} 1.83$ dengan $\alpha = 0.05$. Hal ini menunjukkan terdapat Peningkatan keterampilan *Chest Pass* Bola Basket Melalui Metode *Peer Teaching* Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga. Perbandingan hasil yang dirasakan oleh setiap subjek sebelum dan sesudah diberikan metode pembelajaran *peer teaching* memperlihatkan perbedaan dimana rata-rata nilai kemampuan *Chest Pass* siswa sebelum diberikan metode pembelajaran *Peer Teaching* sebesar 18,33 menjadi meningkat nilai kemampuan *Chest Pass* siswa sesudah diberikan perlakuan yaitu sebesar 21,42.

Metode pembelajaran *Peer Teaching* merupakan metode pembelajaran yang menempatkan mahasiswa sebagai subjek dalam pembelajaran. Mahasiswa mengambil peran dalam mengajarkan teman sebayanya.

Metode pembelajaran *peer teaching*. Metode ini memupuk rasa sosial dan bertanggung jawab antar sesama teman. Metode ini menjelaskan kembali pelajaran (cara-cara, konsep) kepada teman yang belum mengerti, dalam hal ini mahasiswa akan lebih terampil akan membantu mahasiswa lainnya dalam mengajarkan *chest pass* bolabasket.

Mahasiswa melihat masalah dengan cara yang berbeda dibandingkan orang dewasa dan dengan menggunakan bahasa yang lebih akrab dan mudah dipahami oleh mahasiswa lainnya. Metode *peer*

teaching lebih unggul dikarenakan proses pembelajaran melibatkan pengajar dan melibatkan mahasiswa yang lebih terampil dalam gerak khususnya dalam keterampilan bolabasket.

Dalam kegiatan pembelajaran *peer teaching*, mahasiswa akan cepat memahami materi yang diberikan karena peserta akan cepat mengerti materi yang diajarkan apabila disampaikan oleh teman sebayanya.

Selain itu, terdapat kegiatan-kegiatan yang dapat menumbuhkan motivasi mahasiswa dalam belajar sehingga mahasiswa yang pada awalnya memiliki motivasi belajar yang rendah sebelum belajar, selama kegiatan belajar berlangsung motivasi belajar itu dapat tumbuh karena adanya tutor yang akan mengajarkan tentang isi dari materi pelajaran tersebut, sehingga mahasiswa tidak merasa sulit, serta susah selama proses pembelajaran berlangsung.

Dalam meningkatkan *Chest Pass* dengan menggunakan metode *peer teaching* selain diperlukan tutor yang memang mengerti dan bisa mengajarkan kepada mahasiswa lainnya. Perkuliahan juga ditentukan olah sejauh mana tutor dalam menguasai materi yang akan diajarkan kepada mahasiswa lainnya. Untuk itu motivasi belajar sangat dibutuhkan dalam perkuliahan agar tetap berjalan dengan semangat yang tinggi, ketekunan, usaha yang keras, disiplin dan dilaksanakan secara terus menerus

PENUTUP

Simpulan

Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat Peningkatan keterampilan *Chest Pass* Bola Basket Melalui Metode *Peer Teaching* Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga. dari hasil penelitian tersebut diberikan saran kepada pelatih/ dosen agar menerapkan metode pembelajaran *Peer Teaching* dalam upaya meningkatkan keterampilan *Chest Pass*.

Saran

Berdasarkan pada temuan tersebut, maka disarankan bagi dosen sebelum memulai latihan/perkuliahan agar dapat mengetahui kelemahan dan kelebihan dari masing-masing metode pembelajaran serta mengetahui tingkat motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa. Hal ini dikarenakan, dengan mengetahui kelemahan serta kelebihan dari masing-masing metode pembelajaran dan tingkat motivasi belajar yang dimiliki mahasiswa, dosen/pelatih dapat memberikan latihan supaya target latihan akan tercapai sesuai dengan tuntutan yang diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, N. 2007. *Permainan Bola Basket*. Solo: Era Intermedia.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 1977. *Tes Keterampilan Bermain Bola basket SLTA*. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional.
- Lie, A. 2002. *Cooperative Learning*. Jakarta: Grasindo.
- Metzler, M. W. 2005. *Instructional Models for Physical Education*. Georgia State University.
- Silberman, M. 2007. *Active Learning 101 Strategi Pembelajaran Aktif*. Terjemahan. Yogyakarta: Pustaka Insan Madani.
- Sodikun, I. 2012. *Olahraga Pilihan Bola Basket*. Padang: UNP Press.
- Sugiyono. 2008. *Metode Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wissel, H. 1996. *Bola Basket : Langkah Untuk Sukses*. Jakarta: Rajawali Sport.