
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Lay Up Shoot* Bola Basket Melalui Media Youtube Tutorial Teman Sebaya Pada Siswa Smpn 5 Kota Bengkulu

Rahman A¹⁾, Mesterjon²⁾, F.E.Perdima³⁾

Affiliation:

1. Pendidikan Jasmani
FKIP UNIVED
Bengkulu

Corresponding Author:

onlyaldian7@gmail.com



Abstrak

Untuk mengetahui sejauh mana peningkatan hasil belajar *Lay Up Shoot* bola basket melalui media Youtube Tutorial teman sebaya pada Siswa SMPN 5 Kota Bengkulu. Desain penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas dengan prosedur penelitian melalui; perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X A SMPN 5 Kota Bengkulu yang berjumlah 36 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu tes *lay up shoot* dan lembar observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media youtube tutorial teman sebaya sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar *lay up shoot* pada permainan bola basket di SMPN 5 Kota Bengkulu. Peningkatan hasil belajar *lay up shoot* pada permainan bola basket menggunakan media youtube tutorial teman sebaya yaitu dengan nilai rata-rata 70,27 di siklus I meningkat menjadi 80,55 di siklus II. 2) Selain meningkatkan kualitas pembelajaran, metode tutorial teman sebaya direkomendasikan untuk membantu guru dalam menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan pada siswa dalam situasi kompetitif serta mampu memotivasi siswa dalam belajar.

Kata Kunci: Bola Basket, *Lay Up Shoot*, Media Youtube, Tutorial Teman Sebaya

Pendahuluan

Bola basket ialah cabang olahraga permainan yang menggunakan bola boleh di oper atau di lempar ke teman. Bola dipantulkan ke lantai di tempat atau sambil berjalan dan tujuannya adalah memasukan bola ke basket atau keranjang dari tim lawan. Dalam permainan bola basket banyak memerlukan kontak fisik dengan pemain lainnya atau pemain lawan, maka kondisi badan yang baik sangat diperlukan. Dalam olahraga bola basket, terdapat beberapa teknik dasar yang perlu dikuasai; yakni *Dribling*, *Shooting*, *Passing*, seperti halnya dalam proses pembelajaran di sekolah.

Salah satu teknik dasar yang paling penting dalam olahraga bola basket yaitu *shooting*. Nilai dari permainan bola basket di peroleh dari hasil kerjasama regu atau tim yang melakukan gerakan *dribbling*, *passing*, dan terakhir dengan menembak ke keranjang lawan. Dalam hal ini teknik merupakan salah satu pondasi dasar bagi seseorang untuk orang dapat bermain bola basket. Dari sekian banyak teknik yang di latih salah satunya adalah *shooting*, karena *shooting* adalah akhir dari serangan. berdasarkan uraian di atas

dapat di katakan, *shooting* mempunyai fungsi penting dalam permainan bola basket, hal ini di sebabkan kemenangan satu regu dalam bermain bola basket ditentukan oleh jumlah poin yang dihasilkan melalui menembak bola ke dalam keranjang.

Terdapat beberapa tehnik yang digunakan untuk memasukkan bola kedalam keranjang, diantaranya adalah tehnik *lay up shoot*. Pada penelitian ini tehnik dasar yang digunakan adalah *lay up shoot*. *Lay up shoot* adalah tembakan yang didahului dengan gerakan dua langkah kaki yang diiringi dengan gerakan lanjutan menempatkan bola ke ring. Menurut Wissel (2000:61) tembakan *lay up shoot* adalah tembakan yang dilakukan dekat dengan keranjang setelah menggiring bola. Rangkaiannya meliputi gerakan memegang bola, berlari atau melangkah kedepan, melompat dan melepas tembakan ke arah ring lawan untuk mencetak angka. Tehnik tak mudah seperti yang terlihat. Banyak siswa kerap bingung saat mengkombinasikan *footwork* dan melepas tembakan ke ring lawan.

Guna mengatasi permasalahan tersebut di atas, peneliti ingin menggunakan media

tutorial youtube teman sebaya sebagai salah satu upaya meningkatkan hasil belajar *lay up shoot* pada olahraga bola basket. Menurut Arjangga dan Suprihatin (2010:92), metode tutorial teman sebaya adalah suatu metode pembelajaran yang dilakukan dengan cara memberdayakan siswa yang memiliki daya serap yang tinggi dari kelompok siswa itu sendiri untuk menjadi tutor bagi teman-temannya, dimana siswa yang menjadi tutor bertugas untuk memberikan materi belajar dan latihan kepada teman-temannya (tutee) yang belum faham terhadap materi atau latihan yang diberikan guru yang dilandasi aturan yang telah disepakati bersama dalam kelompok tersebut, sehingga akan terbangun suasana belajar kelompok yang bersifat kooperatif bukan kompetitif. Metode tutor sebaya dengan media youtube diyakini dapat meningkatkan kemampuan *lay up shoot* siswa pada olahraga bola basket. Oleh karena itu, penulis akan melakukan penelitian yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Lay Up Shoot* Bola Basket Melalui Media Youtube Tutorial Teman Sebaya pada Siswa SMPN 5 Kota Bengkulu”.

Metode Penelitian

Metode penelitian ini merupakan PTK (Penelitian Tindak Kelas) Peran peneliti dalam penelitian ini sebagai perencana kegiatan, pelaksana pembelajaran, pengumpul data, penganalisis, dan pelapor hasil penelitian. Dalam melakukan tindakan penelitian, peneliti berkolaborasi dengan guru pendidikan jasmani di SMPN 5 Kota Bengkulu yang posisinya sebagai kolaborator.

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan di permudah Arikunto (2014:194). Instrumen penelitian yang digunakan yaitu tes *lay up shoot* dan lembar observasi. Lembar observasi digunakan untuk memperoleh data penelitian dengan cara mengamati kegiatan siswa selama mengikuti proses pembelajaran yang digunakan langsung oleh observer.

PRELIMINARY DATA

No	Siswa	Nilai Lay UpShoot	Keterangan
1	AA	60	Tidak Lulus
2	AO	70	Lulus
3	APP	70	Lulus
4	APM	60	Tidak Lulus
5	CM	70	Lulus
6	DDTS	50	Tidak Lulus
7	DA	60	Tidak Lulus
8	DD	70	Lulus
9	ERK	50	Tidak Lulus
10	F	80	Lulus
11	G	60	Tidak Lulus
12	H	50	Tidak Lulus
13	Hi	50	Tidak Lulus
14	INR	60	Tidak Lulus
15	K	70	Lulus
16	LNIS	50	Tidak Lulus
17	LM	50	Tidak Lulus
18	MAF	70	Lulus
19	MIA	70	Lulus
20	NA	60	Tidak Lulus
21	NL	50	Tidak Lulus
22	RM	70	Tidak Lulus
23	RY	60	Tidak Lulus
24	SY	50	Tidak Lulus
25	SA	50	Tidak Lulus
26	SU	60	Tidak Lulus
27	SY	60	Tidak Lulus
28	SYN	70	Lulus
29	VP	70	Lulus
30	HK	60	Tidak Lulus
Tingkat Kelulusan = 30%			

Gambar 1. Sampel Preliminary Pengambilan Data Lay Up Shoot Bola Basket

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil nilai pra-siklus dikumpulkan dari hasil tes *lay up shoot* yaitu 65. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai rata-rata siswa tidak mencapai nilai standar ketuntasan pelajaran pendidikan jasmani dan rohani kelas XA SMPN 5 Kota Bengkulu yaitu 75. Sehingga dapat disimpulkan juga bahwa kemampuan *lay up shoot* permainan bola basket di kelas XA SMPN 5 Kota Bengkulu masih rendah.

Tabel 1. Hasil Penilaian Lay up shoot Siklus I

No	Siswa	Skor	Nilai	Ket.
1	AP	6	60	Belum Tuntas
2	Aa	7	70	Belum Tuntas
3	ANF	7	70	Belum Tuntas
4	AQ	7	70	Belum Tuntas
5	AWFR	6	60	Belum Tuntas
6	AB	8	80	Tuntas
7	AFR	7	70	Belum Tuntas
8	AF	8	80	Tuntas
9	CDN	7	70	Belum Tuntas
10	CEP	6	60	Belum Tuntas
11	DS	7	70	Belum Tuntas
12	DP	6	60	Belum Tuntas
13	DFDS	8	80	Tuntas
14	DNRC	7	70	Belum Tuntas
15	DZS	8	80	Tuntas
16	EDR	8	80	Tuntas
17	EDH	8	80	Tuntas
18	FK	7	70	Belum Tuntas
19	IB	8	80	Tuntas
20	IY	7	70	Belum Tuntas
21	J	6	60	Belum Tuntas
22	KH	7	70	Belum Tuntas
23	LCN	6	60	Belum Tuntas
24	MOP	8	80	Tuntas
25	MK	8	80	Tuntas
26	MFM	7	70	Belum Tuntas
27	MGA	8	80	Tuntas
28	MK	7	70	Belum Tuntas
29	MRI	6	60	Belum Tuntas
30	MRF	7	70	Belum Tuntas
31	MSDS	6	60	Belum Tuntas
32	NHK	7	70	Belum Tuntas
33	NFA	6	60	Belum Tuntas
34	RSAF	7	70	Belum Tuntas
35	STP	8	80	Tuntas
36	TMA	6	60	Belum Tuntas
			70,27	11 siswa tuntas

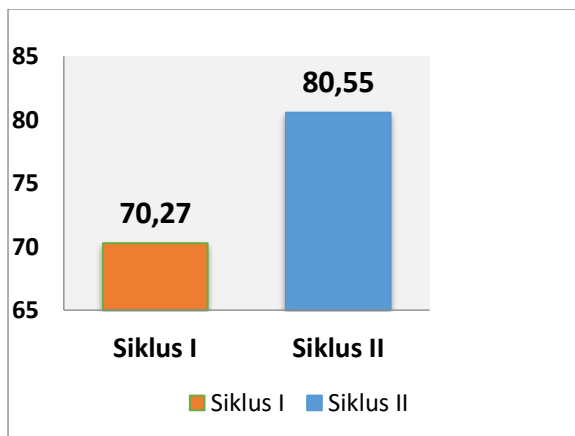
Tabel 1 menunjukkan bahwa total nilai rata-rata lay up shoot siswa kelas X A SMPN 5 Kota Bengkulu yaitu 70,27 dengan ketuntasan klasikal sebesar 31%. Hasil penelitian pada siklus I ini belum mencapai indikator keberhasilan yaitu dengan total ketuntasan lebih dari 75% (indikator keberhasilan dapat dilihat di bab III). Selain itu juga nilai rata-rata siklus I belum memenuhi kriteria ketuntasan belajar penjasdes di SMPN 5 Kota Bengkulu karena masih <75. Namun, siklus I mengalami peningkatan dibanding hasil tes pra-siklus.

Tabel 2. Hasil Penilaian Lay up shoot Siklus II

No	Siswa	Skor	Nilai	Ket.
1	AP	9	90	Tuntas
2	Aa	8	80	Tuntas
3	ANF	8	80	Tuntas
4	AQ	8	80	Tuntas
5	AWFR	7	70	Belum Tuntas
6	AB	9	90	Tuntas
7	AFR	8	80	Tuntas
8	AF	7	70	Belum Tuntas
9	CDN	8	80	Tuntas
10	CEP	8	80	Tuntas
11	DS	9	90	Tuntas
12	DP	8	80	Tuntas
13	DFDS	9	90	Tuntas
14	DNRC	7	70	Belum Tuntas
15	DZS	8	80	Tuntas
16	EDR	8	80	Tuntas
17	EDH	7	70	Belum Tuntas
18	FK	8	80	Tuntas
19	IB	7	70	Belum Tuntas
20	IY	9	90	Tuntas
21	J	8	80	Tuntas
22	KH	7	70	Belum Tuntas
23	LCN	8	80	Tuntas
24	MOP	8	80	Tuntas
25	MK	9	90	Tuntas

26	MFM	8	80	Tuntas
27	MGA	9	90	Tuntas
28	MK	8	80	Tuntas
29	MRI	7	70	Belum Tuntas
30	MRF	8	80	Tuntas
31	MSDS	9	90	Tuntas
32	NHK	8	80	Tuntas
33	NFA	8	80	Tuntas
34	RSAF	9	90	Tuntas
35	STP	8	80	Tuntas
36	TMA	8	80	Tuntas
			80,55	29 siswa tuntas

Tabel 2 menunjukkan bahwa total nilai rata-rata *lay up shoot* siswa kelas XA SMPN 5 Kota Bengkulu siklus II yaitu 80,55 dengan ketuntasan klasikal sebesar 81%. Hasil penelitian pada siklus II sudah mencapai indikator keberhasilan yaitu dengan total ketuntasan lebih dari 75%. Selain itu juga nilai rata-rata siklus II sudah memenuhi kriteria ketuntasan belajar penjasokes di SMPN 5 Kota Bengkulu karena lebih dari 80% siswa sudah mendapatkan nilai di atas 75. Siklus II mengalami peningkatan dibanding siklus I. Perbandingan hasil siklus I dan II dapat dilihat pada grafik di bawah ini.



Grafik 1. Nilai Rata-Rata Siswa Pada Siklus I dan Siklus II

Grafik 1 menunjukkan bahwa terdapat suatu peningkatan yang baik dari nilai rata-rata pada siklus I (70,27) dan nilai rata-rata hasil *lay up shoot* pada siklus II (80,55). Peningkatan

tersebut mencapai 10 point. Peningkatan point ini dapat dikategorikan sebagai kategori tinggi dan memuaskan karena seluruh siswa mampu mencapai indikator keberhasilan. Itu berarti bahwa siklus II telah mampu meningkatkan kemampuan *lay up shoot* permainan bola basket pada siswa. Selain itu, hasil dari lembar observasi menunjukkan bahwa kualitas pembelajaran sudah mencapai kriteria pembelajaran yang baik.

Hasil dari tes kemampuan *lay up shoot* pada siklus II ini menunjukkan peningkatan dari siklus I ke siklus II. Kualitas belajar yang dilakukan oleh guru juga menunjukkan peningkatan yang lebih baik. Hasil tes kemampuan *lay up shoot* siswa menunjukkan peningkatan nilai rata-rata. Berdasarkan hasil lembar observasi menunjukkan bahwa kualitas pembelajaran bola basket menggunakan tutor sebaya pada siklus II ini lebih baik dari pada siklus sebelumnya. Ini dapat dilihat dari hasil lembar observasi yang sudah mencapai kategori sangat tinggi dengan persentase 100%. Penguasaan materi serta pemanfaatan sumber belajar dan media pembelajaran sudah sangat efektif dilakukan oleh peneliti. Itu dapat disimpulkan bahwa kualitas pembelajaran bola basket sudah lebih baik dari sebelumnya.

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan hasil tes *lay up shoot* pada permainan bola basket menggunakan metode youtube tutor sebaya di kelas XA SMPN 5 Kota Bengkulu. Nilai rata-rata pada pra-siklus yaitu 65 meningkat menjadi 70,27 di siklus I dan meningkat menjadi 80,55 di siklus II. Ini menunjukkan bahwa media youtube tutorial teman sebaya mampu meningkatkan kemampuan *lay up shoot* Permainan bola basket di SMPN 5 Kota Bengkulu.

Pembahasan

Penelitian ini membuktikan bahwa media youtube tutorial teman sebaya mampu meningkatkan kemampuan *lay up shoot* Permainan bola basket di SMPN 5 Kota Bengkulu. Terdapat peningkatan hasil tes *lay up shoot* pada permainan bola basket menggunakan media youtube tutorial teman sebaya di SMPN 5

Kota Bengkulu. Nilai rata-rata pada pra-siklus yaitu 65 meningkat menjadi 70,27 di siklus I dan meningkat menjadi 80,55 di siklus II. Berdasarkan hasil lembar observasi menunjukkan bahwa kualitas pembelajaran bola basket menggunakan metode media youtube tutorial teman sebaya pada siklus 2 ini lebih baik dari pada siklus sebelumnya. Ini dapat dilihat dari hasil lembar observasi yang sudah mencapai kategori sangat tinggi dengan persentase 100%.

Hasil penelitian ini didukung oleh beberapa teori yang berkaitan dengan peningkatan hasil belajar *lay up shoot* melalui media youtube tutorial teman sebaya. Menurut Arjangga dan Suprihatin (2010:94), metode tutorial teman sebaya adalah suatu metode pembelajaran yang dilakukan dengan cara memberdayakan siswa yang memiliki daya serap yang tinggi dari kelompok siswa itu sendiri untuk menjadi tutor bagi teman-temannya, dimana siswa yang menjadi tutor bertugas untuk memberikan materi belajar dan latihan kepada teman-temannya (tutee) yang belum faham terhadap materi atau latihan yang diberikan guru yang dilandasi aturan yang telah disepakati bersama dalam kelompok tersebut, sehingga akan terbangun suasana belajar kelompok yang bersifat kooperatif bukan kompetitif.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa media youtube tutorial teman sebaya sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar *lay up shoot* pada permainan bola basket di SMPN 5 Kota Bengkulu. Peningkatan hasil belajar *lay up shoot* pada permainan bola basket menggunakan media youtube tutorial teman sebaya yaitu dengan nilai rata-rata 70,27 di siklus I meningkat menjadi 80,55 di siklus II.

Daftar Pustaka

Arikunto, Suharsimi. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta

Arjangga, R., & Suprihatin, T. (2010). Metode Pembelajaran Tutor Teman Sebaya Meningkatkan Hasil Belajar Berdasar Regulasi-Diri. *Makara Human Behavior*

Studies in Asia, 14(2), 91-97. <https://doi.org/10.7454/mssh.v14i2.666>

Farudhi, Saiful. (2019). *Pengaruh Latihan Plyometric Front Cone Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Hasil Lay Up Bola Basket*. SKRIPSI:UN PGRI KEDIRI

Hamid, Usman. (2015). *Dynamo : Digital Nation Movement*. Yogyakarta : Bentang Pustaka

Handayanto, Andika. (2014). *Berani Sukses Karena Andal Memakai Youtube*. Yogyakarta: Mediakom.

Jalinus, Nizwardi. (2016). *Media dan Sumber Pembelajaran*. Jakarta: Kencana

Kosasih. (2008). *Fundamental Basketball*. Bandung : Karmedia.

Moleong, L. J. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Nuril Ahmadi. (2007). *Permainan Bola Basket*. Surakarta: Era Intermedia

Oliver, Jon. (2007). *Dasar-Dasar Bola Basket*. Bandung: PT. Intan Sejati.

PB. PERBASI. (2012). *Peraturan Permainan Bola Basket*. Jakarta: Direktorat Keolahragaan Dirjen PLS Pemuda dan Olahraga

Pridani (2017). Keterampilan Lay Up Permainan Bola Basket Dengan Penerapan Metode Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Team Achievement Divisions (STAD) Siswa Kelas X MIPA SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah. *KINESTETIK : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 1 (1) 2017. ISSN 2477-3311*.

Setiawan, B.G. (2015). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Lay Up Shoot* Bola Basket Menggunakan Metode Tutorial Teman Sebaya (Penelitian Tindakan Kelas Pada Kelas X MIA 3 Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Pati Tahun 2014)

Suhendar, T. (2022). Meningkatkan Keterampilan Lay Up Shoot Dalam Proses Belajar Mengajar Permainan Bola Basket Dengan Metode Tutorial Teman Sebaya Pada Siswa Kelas X. IPA II SMA Negeri 3 Cimahi Tahun Ajaran 2020-2021. *Jurnal UNISAedu Vol. 5 No. 5. November 2022 e-ISSN: 2549-1563*

Sugito. (2013). Hubungan Kelicahan Dan Kecepatan Dengan Kemampuan Dribble Dalam Permainan Bola Basket Pada

-
- MahaSiswa Tingkat II Prodi Penjaskersek
Fkip Unip Kediri”dalam jurnal
Sugito(Efector no.23,2013)
- Sumiyarsono.(2002). *Keterampilan Bolabasket.*
Yogyakarta: FIK UNY.
- Wicaksana, F. (2015). *Tingkat Keterampilan Lay
Up Shoot Peserta Ekstrakurikuler
Bolabasket Di Sma N 1 Imogiri Bantul
Yogyakarta.* SKRIPSI
- Wissel, Hal. (2000). *Bola Basket Dilengkapi
Dengan Program Pemahiran Tehnik dan
Taktik.* Jakarta : PT. Raja Grafindo
Persada