

# UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAKAN *LAY UP SHOOT* BOLA BASKET DENGAN MENGUNAKAN METODE TUTORIAL TEMAN SEBAYA

(Penelitian Tindakan Kelas Pada Siswa Kelas X-1 Sekolah Menengah Atas  
Negeri 16 Semarang Tahun 2024)

Sareska Dwi Putra Yuwono  
[sareskadwi099@gmail.com](mailto:sareskadwi099@gmail.com)  
Universitas Negeri Semarang

## ABSTRAK

Sareska Dwi Putra Yuwono. 2024. Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Lay Up Shoot* Bola Basket Menggunakan Metode Tutorial Teman Sebaya (Penelitian Tindakan Kelas Pada Kelas X-1 Sekolah Menengah Atas Negeri 16 Semarang Tahun 2024).

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

Setelah dilakukannya kegiatan pembelajaran disekolah SMA Negeri 16 Semarang maka akan terlihat hasilnya. Hasil belajarnya ialah suatu results yang ada dari peserta didik sesudah selesai melaksanakan proses pelajaran di kelas. Hasil belajarnya memiliki tiga kriteria yakni *knowledge*, *attitude* dan *skills*. Hasil belajar sebagai pondasi dasar dengan berhasilnya proses belajar. Pelajaran penjas tujuannya guna menunjang peserta didik untuk berusaha tingkatkan fisik agar sehat serta bugar lewat penguasaan gerakan *basic* saat kegiatan olahraga

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah penggunaan metode Tutorial Teman Sebaya dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas X-1 dalam melakukan gerakan *Lay Up Shoot* pada permainan bola basket di SMA Negeri 16 Semarang tahun 2024?”

Metode penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) prosedur penelitian tindakan kelas meliputi tahap perencanaan (*planning*), tahap pelaksanaan (*action*), tahap observasi (*observation*), dan tahap refleksi (*reflection*). Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara melakukan pengamatan dilapangan (observasi), wawancara dan dokumentasi.

Instrumen yang digunakan adalah silabus, RPP, dan instrumen penilaian yang meliputi aspek afektif, kognitif dan psikomotor. Analisis data yang digunakan adalah deskripsi kualitatif. Ketuntasan belajar klasikal yang harus dicapai pada pembelajaran *Lay Up Shoot* adalah 75%. Nilai ketuntasan belajar klasikal pada siklus I mencapai 74,37% (belum tuntas). Sedangkan nilai ketuntasan belajar klasikal pada siklus II mencapai 86,02% (tuntas). Peningkatan hasil belajar siswa setelah diadakan siklus II (*gain*) sebesar 0,8 dengan kriteria tinggi.

Saran dari peneliti yaitu sebagai sumbangan informasi dibidang penelitiandalam melakukan penelitian tindakan kelas pembelajaran pendidikan jasmani. Memotivasi guru untuk lebih kreatif dalam pengembangan proses pembelajaran. Meningkatkan hasil belajar dan keterampilan *Lay Up Shoot*.

## PENDAHULUAN

Ketika berada disekolahan terdapat proses pembelajaran dimana setiap orang dilingkungan sekolah harus mengikuti dan menerima pertumbuhan dari teknologi yang semakin canggih, begitu juga pembelajaran di sekolah PPL SMA Negeri 16 Semarang yang ikut serta dalam perubahan dan pertumbuhan pendidikan di Indonesia. Pertumbuhan pendidikan di Indonesia sendiri terdapat pergantian kurikulum KTSP berubah ke kurikulum tahun 2013.

Kurikulum tahun 2013, jenis pembelajaran terbaik adalah yang dikerjakan oleh siswa agar mandiri dan menangani pekerjaannya sendiri. (Mardiana dkk. 2020, Wirdaningsih dkk. 2017).

Setelah dilakukannya kegiatan pembelajaran disekolah SMA Negeri 16 Semarang maka akan terlihat hasilnya. Hasil belajarnya ialah suatu results yang ada dari peserta didik sesudah selesai melaksanakan proses pelajaran di kelas. Hasil belajarnya memiliki tiga kriteria yakni *knowledge*, *attitude* dan *skills*. Hasil belajar sebagai pondasi dasar dengan berhasilnya proses belajar. Pelajaran penjas tujuannya guna menunjang peserta didik untuk berusaha tingkatkan fisik agar sehat serta bugar lewat penguasaan gerakan *basic* saat kegiatan olahraga.

Materi penjasorkes salah satunya pada cabang olahraga bola basket merupakan salah satu yang diajarkan pada siswa kelas X-1 di SMA Negeri 16 Semarang. Terdapat beberapa elemen yang mempengaruhi hasil belajar siswa, terutama pada kelas X-1 di SMA Negeri 16 Semarang, diantaranya adalah motivasi belajar, *interest*, kurangnya keaktifan pelajar hingga berdampak pada tercapainya hasil belajar pelajar, sarana dan prasarana serta metode pembelajaran yang digunakan oleh guru.

Terdapat beberapa tehnik yang ada pada olahraga bola basket yaitu salah satunya

menggunakan teknik *lay up shoot* untuk memasukan bolanya kedalam keranjang. Tembakan *lay up shoot* adalah tembakan yang dilakukan dekat dengan keranjang setelah menerima bola kemudian mengarahkan ke depan ring basket (Wissel, 2000 : 61).

Setelah memilih tehnik dasar bola basket untuk penelitian ini, tidak tertinggal metode pembelajaran adalah suatu cara atau upaya yang dilakukan oleh seorang pendidik supaya proses mengajar pada siswa tercapai sesuai dengan tujuan pembelajaran. Metode pembelajaran sangat *significant* dilakukan hingga pada proses belajar mengajar tersebut lebih menyenangkan dan tidak membuat siswa merasakan bosan. Metode pembelajaran yang digunakan oleh Bapak/Ibu guru pendidikan jasmani di SMA Negeri 16 Semarang adalah metode demonstrasi. Dalam metode demonstrasi ini guru penjas mempraktekkan bagaimana cara melakukan *lay up shoot* yang benar kepada siswa. Sedangkan metode ceramah, guru penjas menyampaikan informasi dan pengetahuan secara lisan tentang gerakan *lay up shoot*.

Pada mata pelajaran penjas pengajar dan pelajar silih berganti data, itulah titik terdapat *process* memperoleh pengetahuan dan pembuatan perilaku sehingga terbentuknya keyakinan diri pada peserta didik. Akibatnya, pengajar setiap harinya terlibat dalam kegiatan olahraga. Ketika melakukan *physical activity* tersebut selama proses pelajaran penjas, pelajar akan melakukan aksi yang termasuk *physical activity*, oleh karena itu umpan balik pengajar selama proses pembelajaran bagi pelajar atau peserta didiknya harus menggembirakan.

Permasalahan seperti diatas peneliti memiliki satu pemikiran yang berkaitan dengan hal tersebut, yaitu perlu suatu *improvements* dalam metode pembelajaran yang diterapkan. Guru harus menjumpai variasi dalam mengajar agar permasalahan seperti itu dapat teratasi. Asal mulainya penelitian saat peneliti mencari alternatif masalah diatas yaitu dengan menggunakan metode Tutorial Teman Sebaya. Dengan metode Tutorial

Teman Sebaya ini peneliti menantikan supaya siswa mampu meningkatkan hasil belajar *lay up shoot* olahraga bola basket.

Alasan lain peneliti ingin melakukan penelitian ini dikarenakan SMA Negeri 16 Semarang belum pernah didatangkan pembelajaran dengan metode Tutorial Teman Sebaya. Sehingga, peneliti kagum dengan adanya penelitian tentang pembelajaran bola basket (*lay up shoot*) dengan menggunakan metode Tutorial Teman Sebaya. Dengan adanya penelitian ini diharapkan memangkas kendala yang ditemukan pada pembelajaran bola basket khususnya materi *lay up shoot*.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti akan melaksanakan penelitian tindakan kelas (PTK) pada siswa kelas X-1 SMA Negeri 16 Semarang yang berjudul : “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Lay Up Shoot* Dengan Metode Tutorial Teman Sebaya (Penelitian Tindakan Kelas Pada Siswa Kelas X-1 Sekolah Menengah Atas Negeri 16 Semarang Tahun 2024)”.

### **Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui penggunaan metode Tutorial Teman Sebaya dalam upaya meningkatkan hasil belajar materi *Lay Up Shoot* pada siswa SMA Negeri 16 Semarang kelas X-1 tahun 2024.

### **METODE PENELITIAN**

#### **Subyek Penelitian**

Subyek penelitian ini adalah siswa kelas X-1 yang berjumlah 36 siswa, terdiri dari 16 siswa laki-laki dan 20 siswa perempuan. Peneliti cenderung memilih kelas X-1 atas dasar tidak mencukupi keberhasilan pada proses pembelajaran *lay up shoot* dalam materi PJOK cabang olahraga bola basket.

#### **Obyek Penelitian**

Obyek penelitian ini adalah keterampilan melakukan *lay up shoot* dalam pembelajaran bola basket pada siswa kelas X-1 SMA Negeri 16 Semarang tahun 2024.

### **Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada semester genap tahun 2024/2025 yang terdiri dari 2 tahap atau tindakan. Tindakan pertama (Siklus 1) pada hari Rabu 21 Februari 2024 dan tindakan kedua (Siklus 2) pada hari Rabu 6 Maret 2024. Penentuan waktu penelitian mengacu pada kalender sekolah dan jadwal mata pelajaran yang ada di kelas X-1.

### **Lokasi Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil lokasi di SMA Negeri 16 Semarang dengan pertimbangan peneliti karena mendapatkan penempatan PPL 1 PPG Prajabatan Gelombang 1 tahun 2023, yang kemudian peneliti juga peduli akan sekolah SMA Negeri 16 Semarang serta berupaya untuk membantu mengembangkan dengan cara memberikan metode Tutorial Teman Sebaya.

### **Teknik Pengumpulan Data**

#### a. Tehnik Observasi

Observasi atau yang disebut pula dengan pengamatan, meliputi kegiatan pemuatan perhatian terhadap sesuatu objek dengan menggunakan seluruh indra (Suharsimi Arikunto, 2006:156). Jadi, observasi adalah cara untuk mengumpulkan data dengan mengadakan pengamatan. Observasi bertujuan untuk mengetahui hasil proses pembelajaran *lay up shoot* dengan metode tutorial teman sebaya, sarana dan prasarana yang tersedia, dan metode pembelajaran yang digunakan di SMA Negeri 16 Semarang.

#### b. Tehnik Komunikasi

Teknik komunikasi adalah tehnik pengumpulan data melalui kontak secara pribadi atau personal antara pengumpul data dan sumber data, yaitu: wawancara, kuesioner atau angket. Dalam hal ini wawancara dengan guru olahraga SMA

Negeri 16 Semarang yaitu Bapak Lilo Sukma Wirawan, S.Pd.

c. Tehnik Dokumentasi

Dokumentasi digunakan untuk bukti otentik bahwa peneliti telah melakukan penelitian di sekolah tersebut. Dokumentasi tersebut berupa data hasil penelitian dan berupa foto.

d. Tes

Tes adalah antrian pernyataan atau latihan serta alat lainnya yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok (Suharsimi Arikunto, 2006:150). Tes dilaksanakan pada tiap akhir setiap siklus. Tes digunakan untuk mendapatkan data tentang hasil *lay up shoot*.

### **Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Suharsimi Arikunto, 2006:160). Dalam penelitian ini menggunakan beberapa instrumen penelitian, diantaranya: 1) Silabus, 2) RPP, 3) Instrumen Penilaian.

a. Silabus

Silabus adalah sebuah rencana pembelajaran pada suatu mata pelajaran yang mencakup standar kompetensi, kompetensi dasar, materi pokok, kegiatan pembelajaran, indikator, penilaian, alokasi waktu dan sumber belajar. Silabus juga digunakan sebagai pedoman dalam rangka pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP).

b. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

RPP merupakan seperangkat rencana yang menggambarkan proses dan

prosedur pengorganisasian kegiatan pembelajaran untuk mencapai satu kompetensi dasar (KD) yang telah ditetapkan dalam standar isi dan dijabarkan didalam silabus.

c. Instrumen Penilaian

Instrumen penilaian yang digunakan adalah untuk mengetahui hasil belajar siswa terhadap tehnik dasar lay up shoot yang meliputi aspek afektif, kognitif dan psikomotor.

1) Lembar pengamatan di lapangan (aspek afektif).

Untuk mengetahui sikap dan pemahaman peserta didik pada pembelajaran *lay up shoot* menggunakan metode tutorial teman sebaya pada siswa kelas X-1 di SMA Negeri 16 Semarang tahun 2024 menggunakan lembar pengamatan.

2) Kuesioner (aspek kognitif)

Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dan responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui (Suharsimi Arikunto, 2006:151). Pada penelitian ini untuk mengetahui pengetahuan siswa kelas X-1 SMA Negeri 16 Semarang tahun 2024 tentang *lay up shoot* dengan menggunakan 15 item pertanyaan.

3) Tes praktik (aspek psikomotor)

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini menggunakan tes praktik (psikomotor) yang terdiri dari 3 aspek yang digunakan penilaian, yaitu langkah *lay up shoot*, gerakan saat melepas bola dan masuk tidaknya bola.

Sesuai dengan penjelasan diatas maka pelaksanaan praktik dalam penelitian ini terdapat dua tahapan yaitu:

a) Fase Persiapan

*Testee* berbaris diluar garis *three point* sesuai kelompok sambil memegang bola untuk melakukan *lay up shoot* secara bergantian.

b) Fase Pelaksanaan

*Testee* melakukan *lay up shoot* dengan cara tanpa men-*dribble* atau dengan kata lain statis, langsung melakukan langkah *lay up shoot*, melepas bola dan memasukkan ke dalam basket.

### Analisis Data

Analisis data penelitian merupakan proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan teman dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang didasarkan oleh data.

Data yang diperoleh dari tindakan yang di analisis untuk memastikan apakah dengan metode tutorial teman sebaya dapat meningkatkan hasil belajar *lay up shoot* bola basket pada siswa kelas X-1 SMA Negeri 16 Semarang. Pada penelitian ini menggunakan tehnik analisis deskripsi kualitatif, yaitu suatu metode penelitian yang bersifat menggambarkan kenyataan atau fakta dengan data yang diperoleh bertujuan untuk mengetahui hasil belajar siswa yang dicapai juga memperoleh respon siswa terhadap kegiatan pembelajaran serta aktivitas siswa selama pembelajaran.

Untuk menganalisa tingkat keberhasilan siswa atau presentase keberhasilan siswa setelah proses belajar mengajar setiap siklusnya dilakukan dengan memberi evaluasi berupa tes praktek pada tiap akhir putaran. Analisa ini dihitung dengan menggunakan statistika sederhana (Daryanto, 2011:191-192) yaitu:

a. Untuk menilai tes Praktek

Peneliti melakukan penjumlahan nilai yang diperoleh siswa, yang selanjutnya dibagi dengan jumlah siswa yang ada dikelas tersebut sehingga diperoleh rata-rata tes praktek yang dirumuskan:

$$X = \frac{\sum K}{\sum N}$$

Dengan:

$X$  = Nilai rata-rata

$\sum X$  = Jumlah semua nilai siswa

$\sum N$  = Jumlah siswa (Daryanto, 2011:191)

b. Untuk menghitung ketuntasan belajar

Ada dua kategori ketuntasan belajar yaitu secara perorangan dan secara klasikal. Berdasarkan petunjuk pelaksanaan belajar mengajar kurikulum 2013, yaitu seorang siswa telah tuntas belajar bila telah mencapai skor 75% atau nilai 75, dan kelas disebut tuntas belajar bila di kelas tersebut terdapat 85% yang telah mencapai daya serap lebih dari atau sama dengan 75%. Untuk menghitung persentase ketuntasan belajar digunakan rumus sebagai berikut:

$$N = \frac{\text{Skor Perolehan Siswa}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

N = Nilai

1) Ketuntasan belajar secara individu

$$P = \frac{\sum \text{Skor yang diperoleh Siswa}}{\sum \text{Skor Maksimal}} \times 100$$

P = Persentase Ketuntasan Belajar

$\sum$  = Jumlah

2) Ketuntasan belajar secara klasikal

$$P = \frac{\sum \text{Skor yang tuntas belajar}}{\sum \text{Siswa}} \times 100$$

P = Persentase Ketuntasan Belajar

$\sum$  = Jumlah (Daryanto, 2011:192)

Tabel 3.1 Kriteria tingkat keberhasilan belajar siswa dalam %

| Tingkat Keberhasilan | Arti          |
|----------------------|---------------|
| >80 %                | Sangat Tinggi |
| 60-79 %              | Tinggi        |
| 40-59 %              | Sedang        |
| 20- 39 %             | Rendah        |
| <20 %                | Sangat Rendah |

Sumber: (Zainal Aqib, 2011:41)

Adapun rumus Hake's Normalized Gain menurut Savinainen & Scott dalam Mu'limah (2011:48) yang digunakan untuk mengetahui peningkatan (gain) pada ketrampilan proses yang diamati pada setiap siklus adalah:

$$(g) = \frac{(S \text{ akhir}) - (S \text{ awal})}{100\% - (S \text{ awal})} \quad (\text{savinainen \& scott, 2002})$$

Keterangan :

G (gain) : peningkatan keterampilan siswa

S awal : rata-rata keterampilan proses awal

S akhir : rata-rata keterampilan proses akhir

Mengklasifikasi *gain* sebagai berikut :

g-tinggi :  $(g) > 0,7$

g-sedang :  $0,7 < (g) > 0,3$

g-rendah :  $(g) < 0,3$

3) Untuk lembar observasi

Lembar observasi aktivitas guru dan siswa.

4) Untuk ranah afektif

Dihitung menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah Skor Perolehan}}{\text{Jumlah Skor Maksimal}} \times 100$$

Tabel 3.2 Kriteria Ketuntasan Minimal Belajar Penjasorkes

| Kriteria Ketuntasan | Kualifikasi  |
|---------------------|--------------|
| $\geq 75$           | Tuntas       |
| $< 75$              | Tidak Tuntas |

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Penelitian tindakan kelas yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerakan *Lay Up Shoot* Dengan Menggunakan Metode Tutorial Teman Sebaya (Penelitian Tindakan Kelas Pada Kelas X-1 Sekolah Menengah Atas Negeri 16 Semarang Tahun 2024)”, menghasilkan kesimpulan sebagai berikut:

Adanya peningkatan hasil belajar pada pembelajaran *lay up shoot* menggunakan metode tutorial teman sebaya pada siswa kelas X-1 SMA Negeri 16 Semarang tahun 2024.

### **Saran**

1. Bagi Sekolah : Penggunaan metode tutorial teman sebaya merupakan sumbangan informasi dibidang penelitian dalam melakukan penelitian tindakan kelas pembelajaran pendidikan jasmani.
2. Bagi Guru: Penggunaan metode tutorial teman sebaya dapat dijadikan motivasi guru agar lebih kreatif dalam pengembangan proses pembelajaran.
3. Bagi Siswa: Penggunaan metode tutorial teman sebaya dapat meningkatkan hasil belajar dan keterampilan *lay up shoot* bola basket.

## DAFTAR PUSTAKA

Daryanto. 2011. Penelitian Tindakan Kelas dan Penelitian Tindakan Sekolah.

Yogyakarta : Gava Media.

Mardiana, M., Deswita, H., & Isharyadi, R. (2020).“Pengaruh model pembelajaran CORE (Connecting, Organizing, Reflecting, Extending) terhadap kemampuan koneksi matematis siswa kelas VIII SMPN 3 Rambah. *Jurnal Absis : jurnal pendidikan matematika dan matematika*, 2(2), 180-187.

Suharsimi Arikunto. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.

Jakarta : PT. Rineka Cipta

Wissel, Hal. 2000. Bola Basket Dilengkapi Dengan Program Pemahiran Tehnik dan Taktik. Jakarta :

PT. Raja Grafindo Persada

Zainal Aqib, dkk. 2011. Penelitian Tindakan Kelas Untuk Guru SD, SLB dan TK. Bandung : Yrama Widya.