

PENGARUH PENERAPAN KONSEP *BEEF* TERHADAP PENINGKATAN HASIL *SHOOTING* BOLA BASKET PADA SISWA KELAS VIII DI SMPN 1 BEJI KABUPATEN PASURUAN

Firman Hidayat*, Dwi Cahyo Kartiko

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya

*hidayatfirman446@gmail.com

Abstrak

PJOK adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani. PJOK suatu bagian yang penting dari perkembangan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan secara menyeluruh, juga sebagai sarana untuk mencapai tujuan pembangunan bangsa melalui prestasi siswa sekolah dalam bidang olahraga, namun sering dijumpai bahwasanya banyak guru PJOK yang mengajar dalam pembelajaran yang diberikan kurang berinovasi dan tidak menggunakan media pembelajaran, sehingga hasil belajar siswa pada pelajaran materi *shooting* bola basket cenderung kurang. Oleh karena itu, alternatif solusinya yaitu dengan memberikan konsep *BEEF* yang belum pernah mereka gunakan, agar hasil belajar siswa dalam materi *shooting* bola basket bisa meningkat. Tujuan dari penelitian ini adalah 1) Mengetahui pengaruh penerapan konsep *BEEF* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Beji Kabupaten Pasuruan. 2) Mengetahui besarnya pengaruh penerapan konsep *BEEF* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Beji Kabupaten Pasuruan. Sampel penelitian yang dilaksanakan adalah siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Beji Kabupaten Pasuruan, jumlah sampel yang diteliti sebanyak 32 siswa sebagai kelas eksperimen. Metode penelitian yang dilakukan dengan salah satu metode statistik yaitu kuantitatif deskriptif. Sedangkan proses pengambilan data dilakukan dengan menggunakan tes keterampilan *shooting free throw* dalam bola basket. Hasil analisa statistik *Wilcoxon*, nilai Z sebesar -4,945 dengan *p-value* sebesar 0,000 lebih kecil dibandingkan nilai *alpha* 0,05 yang berarti menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima., sehingga ada pengaruh penerapan konsep *BEEF* terhadap peningkatan hasil *shooting* bola basket pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Beji Kabupaten Pasuruan, berdasarkan prosentase peningkatan yaitu sebesar 58,397 %.

Kata Kunci: Hasil *shooting*, Konsep *Beef*

Abstract

PJOK is the process of education through physical activity. PJOK an important part of the development of learning to achieve the goal of education as a whole, as well as a means to achieve the goal of nation building through the achievement of school students in the field of sports, but often found that many teachers PJOK who teach in less than innovative learning and not using media learning, so that student learning outcomes on lessons on basketball shooting materials tend to be less. Therefore, the alternative solution is to provide the concept of BEEF that they have never used, so that the results of learning to learn students in basketball shooting material can be increased. The purpose of this research is 1) To know the effect of applying BEEF concept to grade VIII students in SMP Negeri 1 Beji Pasuruan Regency. 2) To know the effect of application of BEEF concept to VIII students in SMP Negeri 1 Beji Pasuruan Regency. The sample of this research is VIII students in SMP Negeri 1 Beji Pasuruan, the number of samples studied are 32 students as experimental class. The research method used is descriptive quantitative statistic method. While the process of data retrieval is done by using a free throw shooting skill test in basketball. Wilcoxon statistical analysis results, the value of Z equal to -4.945 with p-value of 0.000 is smaller than the value of alpha 0.05 which means that H_0 is rejected and H_1 accepted, so there is influence of the concept of BEEF to increase basketball shooting results in class students VIII in SMP Negeri 1 Beji Pasuruan Regency, based on the percentage increase of 58.397%.

Keywords: Shooting Result, Concept, BEEF

PENDAHULUAN

Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan terdapat beberapa materi didalamnya, salah satunya adalah materi olahraga permainan bola basket.

Dalam permainan bola basket diperlukan teknik-teknik dasar seperti mengoper, menembak, dan menggiring bola. Karena itu adalah unsur-unsur yang sangat penting dalam meraih prestasi setinggi-tingginya di dalam olahraga bola basket. Untuk membuat angka sebanyak mungkin, diperlukan *shooting* yang efektif,

karena itu tembakan merupakan unsur yang paling penting agar bisa menang.

Shooting atau tembakan dalam permainan bola basket ialah suatu usaha memasukkan bola ke daerah pertahanan lawan. Dalam bola basket *shooting* merupakan hal yang terpenting untuk menentukan sebuah hasil kalah menangnya suatu tim.

Berdasarkan hasil observasi dan pengamatan dengan guru PJOK di SMPN 1 Beji yaitu Pak Agus Nursochi pada tgl 20 januari 2017 peneliti melihat bahwa masih banyak peserta didik yang melakukan tembakan dengan teknik gerakan yang tidak benar. Harapan peneliti melalui latihan *shooting* menggunakan konsep *BEEF* (*Balance, Eye, Elbow, Follow Through*) ini untuk meningkatkan hasil *shooting* bola basket pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Beji Kabupaten Pasuruan. Penyebab hasil *shooting* kurang maksimal salah satunya adalah siswa kurang memperhatikan dengan baik teknik *shooting* yang diberikan oleh guru PJOK. Dengan adanya penerapan konsep *BEEF* ini peneliti berharap hasil *shooting* siswa bisa meningkat sesuai harapan.

Sesuai dengan latar belakang yang telah di jelaskan maka telah dilakukannya penelitian dengan judul **“Pengaruh Penerapan konsep *BEEF* Terhadap Peningkatan Hasil *Shooting* Bola Basket pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Beji Kabupaten Pasuruan.”**

KAJIAN PUSTAKA

Pengertian *Shooting* Menurut Nuril Ahmadi (2007: 18) Usaha memasukan bola ke keranjang diistilahkan dengan menembak dapat dilakukan dengan satu tangan, dua tangan, dan *lay-up*.

Pengertian *BEEF* (*Balance, Eye, Elbow, Follow Through*) *BEEF* adalah sebuah konsep shooting yang memudahkan atlet untuk memahami dan menguasai teknik tembakan dengan baik dan benar. Keuntungan melakukan tembakan dengan konsep *BEEF* adalah efisien dan efektif mudah di mengerti. Kriteria Konsep *BEEF*, Dengan demikian peserta didik dikatakan mempunyai keterampilan jika mempunyai kriteria Gerakan dari *fase* persiapan sampai *fase follow Through* ialah gerakan yang dilakukan secara berkelanjutan (tidak patah-patah).

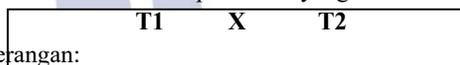
Peningkatan gerakan yang dilaksanakan secara berkelanjutan, di awali dengan proses persiapan, pelaksanaan, dan gerakan lanjutan. Jika gerakan dari langkah-langkah tersebut dilakukan dengan lancar atau berkelanjutan, maka akan mendapatkan hasil *shooting* yang baik.

METODE

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (*Quesy Experimental Design*) dengan pendekatan deskriptif kuantitatif.

Deskriptif ialah salah satu jenis analisis penelitian yang tujuannya untuk menyajikan gambaran lengkap mengenai setting sosial atau untuk eksplorasi dan klarifikasi mengenai suatu fenomena atau kenyataan sosial, dengan jalan mendeskripsikan sejumlah variabel yang berkenaan dengan masalah dan unit yang diteliti antara fenomena yang diuji (<http://id.m.wikipedia.org/wiki/> penelitian deskriptif diakses pada 2 februari 2017 pukul 15:33 WIB). Sedangkan deskriptif kuantitatif itu sendiri berarti menyajikan angka-angka.

Desain penelitian ini masuk kedalam kategori desain Praeksperimen (*preexperimental Design*) yaitu dengan menggunakan *One Group Pretest-Posttest Design*. Artinya dalam desain penelitian disini tidak ada kelompok kontrol, dan subjek tidak ditempatkan secara acak. Kelebihan desain ini adalah dilakukannya *pre-test* dan *post-test* sehingga dapat diketahui dengan jelas perbedaan hasil setelah perlakuan yang diberikan.



Keterangan:

T1 : *Pre-test*

X : *Treatment*

T2 : *Post-test*

(Maksum, 2012: 98)

Sampel adalah sebagian kecil individu yang akan menjadi wakil dari penelitian. Sampel yang baik harus dapat menggambarkan populasi. (Maksum, 2012: 53-54). Dan dalam perencanaan penelitian ini akan menggunakan metode *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang ciri atau karakteristiknya sudah diketahui lebih dulu berdasarkan ciri atau sifat populasi (Maksum, 2012: 60).

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua aspek saja yaitu aspek pengetahuan dan keterampilan.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan analisis menggunakan perhitungan manual dan dengan menggunakan program IBM SPSS *for windows release 21.0*. hasil perhitungan statistik yang dikerjakan peneliti mendapat deskripsi data dari hasil penelitian yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Kelompok kontrol

Tabel 1 Hasil Perhitungan *Shooting Pre Test* dan *Post Test*

Deskripsi	Pre-test	Post-test	Selisih
Rata-rata	35,59	56,37	20,78
Standar Deviasi	6,4	9,81	3,41
Varian	40,93	96,21	55,28
Nilai Minimum	28,75	40,00	11,25
Nilai Maksimum	50,00	68,75	18,75
Peningkatan	58,39 %		

Berdasarkan hasil analisis Tabel 1 di atas, sehingga dapat tercantum hasil data yang diperoleh sebelum diberikan perlakuan berupa penerapan konsep *BEEF* (*pre-test*) yaitu menghasilkan jumlah nilai rata-rata sebesar 35,58 dengan standar deviasi 6,39, varian sebesar 40,92 dengan nilai minimum yaitu 28,75 dan nilai maksimumnya adalah 50.

Sedangkan hasil data yang diperoleh sesudah diberikan perlakuan berupa penerapan konsep *BEEF* (*post-test*) yaitu menghasilkan jumlah nilai rata-rata sebesar 56,36 dengan standar deviasi 9,80, varian sebesar 96,20 dengan nilai minimum yaitu 40,00 dan nilai maksimumnya adalah 68,75.

2. Uji Normalitas

Uji Normalitas dilaksanakan untuk menguji apakah data yang dianalisis berdistribusi normal atau tidak. Dari perhitungan IBM SPSS for windows release 21.0 menggunakan uji normalitas *Kolmogrov-Smirnov*. Berikut hasil pengujian normalitas pada Tabel 3 :

Tabel 2 Tabel Pengujian Normalitas

Deskripsi	Pre-test	Post-test
N	32	32
Mean	35,58	56,36
P-Value	0,000	0,079
Status	Tidak Normal	Normal

Dari tabel di atas, dapat dijelaskan bahwa nilai signifikansi dari peningkatan hasil *shooting* dalam materi bola basket untuk nilai *pre-test* diperoleh nilai signifikan (*p-value*) lebih rendah dari nilai alpha (5%), sehingga tergolong distribusi data yang tidak normal. Oleh karena itu, diputuskan bahwa uji statistik inferensial nonparametrik akan digunakan untuk menguji kelompok data yang tidak memenuhi asumsi normal.

3. Uji Beda

Tabel 3: Uji Beda Wilcoxon Nilai Pre-Test Dan Post-Test Kelompok Sejenis

Kelompok Uji	N	Z	p value	alpha
<i>Pre-test</i> Eksperimen – <i>Post-test</i> Eksperimen	32	-4,945	0,000	0,05

Berdasarkan Tabel 3 diatas dapat dijelaskan bahwa nilai *p-value* pada kelompok eksperimen lebih kecil dibanding dengan nilai *alpha* hal ini membuktikan jika terdapat adanya perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dan *pos-test* pada kelompok eksperimen. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dari penerapan konsep *BEEF* dalam pembelajaran PJOK.

4. Besar Peningkatan

Tabel 4 Hasil Penghitungan Peningkatan Hasil Shooting Bola Basket

Kelompok	Mean			Peningkatan
	Pre-test	Post-test	Selisih	
Eksperimen	35,58	56,36	20,78	58,39%

Sesuai Tabel 3 di atas bisa dijelaskan bahwa besar peningkatan hasil *shooting* siswa pada olahraga bola basket dalam pembelajaran PJOK saat diterapkan konsep *BEEF* sebesar 58,39 %. Jadi, dapat dikatakan bahwa dengan penerapan konsep *BEEF* memberikan pengaruh terhadap peningkatan hasil *shooting* siswa pada materi bola basket dalam pembelajaran PJOK.

PEMBAHASAN

Pada bagian ini akan membahas tentang pengaruh penerapan konsep *BEEF*, konsep *BEEF* ialah suatu model pembelajaran yang belum pernah diterapkan dalam pembelajaran PJOK di SMP Negeri 1 Beji Kabupaten Pasuruan. Masih banyak peserta didik yang melakukan tembakan dengan teknik gerakan yang tidak benar. Harapan peneliti melalui latihan *shooting* menggunakan konsep *BEEF* (*Balance, Eye, Elbow, Follow Through*) ini bertujuan untuk meningkatkan hasil *shooting* bola basket pada siswa kelas VIII di SMPN 1 Beji Kabupaten Pasuruan. Penyebab hasil *shooting* kurang maksimal salah satunya adalah siswa kurang memperhatikan dengan baik teknik *shooting* yang diberikan oleh guru PJOK. Dengan adanya penerapan konsep *BEEF* ini peneliti berharap hasil *shooting* siswa bisa meningkat sesuai harapan.

Hal tersebut membuat peneliti melakukan penelitian menggunakan konsep *BEEF* yang bertujuan untuk meningkatkan teknik *shooting* siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK di sekolah. Sebelum diberikannya *treatment* konsep *BEEF* siswa terlebih dahulu diberikan *pre-test* sebagai data awal kemampuan *shooting* siswa. Selanjutnya, untuk pertemuan berikutnya siswa diberikan materi konsep *BEEF*. Pada awal pengenalan materi para siswa merasa bingung dalam memahami konsep *BEEF*, hal ini disebabkan karena istilah *BEEF* merupakan hal yang baru dan belum pernah diberikan oleh guru PJOK di sekolah tersebut, tetapi setelah dijelaskan secara rinci tentang bagaimana melakukan konsep *BEEF*, siswa merasa termotivasi untuk melakukannya. Antusiasme siswa untuk melakukan konsep *BEEF* pun cukup tinggi, siswapun merasa senang ketika melakukannya, hal ini dibuktikan dengan tertibnya para siswa dalam mengikuti pembelajaran.

Setelah pemberian 2 kali *treatment* selesai siswa diberikan tes akhir (*post-test*) untuk mengetahui apakah ada peningkatan setelah dilakukannya *treatment* konsep *BEEF*. Pada saat pelaksanaan *post-test* siswa diminta

untuk melakukan *shooting free throw* dengan konsep BEEF sebanyak 5 kali.

Dari hasil penelitian menggunakan perhitungan manual dan program IBM SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) for Windows release 21.0, dapat diketahui bahwa antara hasil *pre-test* dan hasil *post-test* mengalami peningkatan. Hasil tes tersebut dapat disimpulkan bahwa nilai akhir peserta didik pada materi *shooting* bola basket menggunakan konsep BEEF dengan rata-rata *pre-test* sebesar 35,58 meningkat pada *post-test* sebesar 56,36 dengan selisih sebesar 20,78.

Langkah selanjutnya untuk mengetahui adanya pengaruh konsep BEEF terhadap hasil *shooting* bola basket dilakukan pengujian menggunakan *Wilcoxon*, dengan cara melihat perbedaan rata-rata pada nilai *post-test*. Dari hasil pengujian terdapat nilai Z sebesar -4,945. Hal ini menunjukkan ada pengaruh yang signifikan pada siswa menggunakan konsep BEEF pada saat proses pembelajaran. Besarnya pengaruh penggunaan konsep BEEF terhadap peningkatan hasil *shooting* bola basket dalam pembelajaran PJOK sebesar 58,39 %.

Berdasarkan hipotesis yang diusulkan oleh peneliti bahwa ada pengaruh yang signifikan penerapan konsep BEEF pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Beji Kabupaten Pasuruan. Hal ini dibuktikan dengan H_0 ditolak dan H_a diterima.

Ada beberapa hal yang mempengaruhi peningkatan *shooting* siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Beji Kabupaten Pasuruan pada saat penelitian dilaksanakan di antaranya pada saat pengenalan dan pemberian konsep BEEF siswa terlihat sangat antusias dalam pembelajaran PJOK. Hal itu dikarenakan penyampaian konsep BEEF sangat sederhana dan mudah dipahami. Selain itu siswa belum pernah diberikan materi konsep BEEF sebelumnya oleh guru PJOK. Sehingga siswa merasa tertarik untuk melakukan hal tersebut.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan rumusan masalah serta hasil penelitian tentang penerapan konsep BEEF terhadap peningkatan hasil *shooting* bola basket di SMP Negeri 1 Beji Kabupaten Pasuruan, hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Ada pengaruh yang signifikan terhadap penerapan konsep BEEF terhadap peningkatan hasil *shooting* bola basket di SMP Negeri 1 Beji Kabupaten Pasuruan.
2. Besarnya pengaruh penerapan konsep BEEF terhadap peningkatan hasil *shooting* bola basket di SMP Negeri 1 Beji Kabupaten Pasuruan sesuai

dengan peningkatan prosentase yaitu dengan nilai 58,39 %.

Saran

Saran yang saya ajukan sebagai referensi umum kepada semua pihak, terutama dalam dunia pendidikan antara lain:

1. Guru sebaiknya lebih memperhatikan model pembelajaran yang akan diterapkan sehingga siswa merasa tidak jenuh atau bosan sehingga dapat menurunkan hasil belajar siswa. Selain itu, memodifikasi lapangan bisa membuat siswa lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran PJOK.
2. Memodifikasi garis *free throw* yang didekatkan dengan sasaran dapat dijadikan bahan penelitian selanjutnya agar mendapatkan hasil akhir penelitian yang maksimal, sebaiknya modifikasi yang diterapkan nantinya disesuaikan dengan kondisi siswa dan keadaan di tempat pengambilan data penelitian yang akan dijadikan sebagai tempat penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. 2007. *Permainan Bola Basket*. Surakarta: Era Intermedia.
- Danny Kosasih. (2008). *Fndamental Basketball*. Penerbit : karmedia.
- Dedy Sumiyarsono. (2002). *Keterampilan Bolabasket*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Yogyakarta UNY.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2014. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*. Edisi keempat. Jakarta: Gramedia.
- FIBA. 2014. *Terjemahan PP PERBASI Peraturan Resmi Permainan Bola Basket*. Tanpa Penerbit.
- <http://id.m.wikipedia.org/wiki/penelitiandeskriptif> diakses pada 2 februari 2017 pukul 15:33 WIB
- Ivankovic, Dkk. 2010. *Appliance of Neural Networks in Basketball Scouting*. (http://www.uniobuda.hu/journal/Ivankovic_Rackovic_Markoski_Radosav_Ivkovic_25.pdf), diakses pada 14 februari pukul 12.55 WIB.
- Kristiyandaru, Advendi. 2010. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2009. *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: Tanpa Penerbit.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Malone, Dkk. 2002. *Shooting mechanics related to player classification and free throw success in wheelchair basketball*

([https://www.rehab.research.va.gov/jour/02/39/6/pdf/Malone .pdf](https://www.rehab.research.va.gov/jour/02/39/6/pdf/Malone.pdf))

Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga

Mukholid, Agus. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan*. Surakarta: yudhistira.

Oliver, Jon. 2007. *Dasar-dasar Bola Basket*. Bandung: Pakar Raya

Undang-undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003. *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Restindo Mediatama: Jakarta.

Wissel, Hal. 1996. *Bola Basket*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

