

**PENGARUH *UNDER BASKET* DAN *CHECK MARK* TERHADAP HASIL BELAJAR *LAY UP SHOOT*****Echa Fajrul Qori\*\*\*, Abdul Rachman Syam Tuasikal**Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan,  
Universitas Negeri Surabaya

\*echa.19053@mhs.unesa.ac.id

**Abstrak**

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Rekreasi atau yang biasa disingkat dengan sebutan PJKR adalah salah satu pelajaran wajib yang ada dipersekolahan. Pembelajaran materi bola basket merupakan salah satu item yang terkandung dalam pembelajaran olahraga. Namun, dalam proses pembelajarannya cenderung menggunakan pembelajaran konvensional yang monoton. Sehingga pendekatan model *under basket* dan *check mark* dapat menjadi salah satu pendekatan yang cukup efektif dilakukan dalam meningkatkan hasil belajar keterampilan *lay up shoot two steps* dalam pembelajaran materi bola basket. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh pendekatan *under basket* dan *check mark* terhadap hasil belajar keterampilan *lay up shoot* pada siswa kelas XI di SMKN 1 Buduran. Jika pendekatan *under basket* dan *check mark* ini berpengaruh maka seberapa besar pengaruh tersebut. Jenis yang digunakan adalah eksperimen semu dengan desain One Group Pretest Posttest menggunakan satu kelas yang dipilih secara acak. Pemilihan mulai dari seluruh kelas sebelas dengan memilih acak jurusan lalu memilih kelas dan terpilih kelas XI BTK 1 sebagai sampel yang terdiri dari 35 siswa. Analisis data yang didapatkan menunjukkan adanya pengaruh pendekatan model *under basket* dan *check mark* terhadap hasil belajar keterampilan *lay up shoot two steps*. Adanya pengaruh dapat dilihat dari hasil uji T atau *sample paired t-test* yang menunjukkan nilai sig (2 Tailed) < 0,00 (kurang dari 0,05) pada kedua ranah baik pengetahuan maupun keterampilan yang artinya terdapat pengaruh pendekatan model atau treatment yang diberikan terhadap hasil belajar. Kemudian pada peningkatan juga dapat dilihat presentase kenaikan pada ranah pengetahuan terdapat peningkatan sebesar 43,78% dan pada ranah keterampilan meningkat sebesar 50,62%.

**Kata Kunci:** pendekatan model *under basket* dan *check mark*; *lay up shoot*; bola basket**Abstract**

Physical Education, Sports and Recreation or what is commonly abbreviated as PJKR is one of the compulsory subjects in schools. Learning basketball material is one of the items contained in sports learning. However, in the learning process it tends to use conventional, monotonous learning. So that the *under basket* and *check mark* model approach can be an approach that is quite effective in improving the learning outcomes of the two steps *lay up shoot* skill in learning basketball material. This study aims to determine whether there is an effect of the *under basket* and *check mark* approach on the learning outcomes of *lay up shoot* skills in class XI students at SMKN 1 Buduran. If the *under basket* and *check mark* approach has an effect, then how big is the influence. The type used was a quasi-experimental design with One Group Pretest Posttest using one class that was randomly selected. The selection started from all eleventh grade by choosing a vocational random and then selecting a class and selected class XI BTK 1 as a sample consisting of 35 students. Analysis of the data obtained showed that there was an influence of the *under basket* and *check mark* model approaches on the learning outcomes of the two steps *lay up shoot* skill. The existence of influence can be seen from the results of the T test or *sample paired t-test* which shows a sig value (2 Tailed) <0.00 (less than 0.05) in both domains of both knowledge and skills, which means that there is an influence of the model approach or treatment given on learning outcomes. Then in the increase it can also be seen that the percentage increase in the realm of knowledge was an increase of 43.78% and in the realm of skills it increased by 50.62%.

**Keywords:** *under basket* model approach and *check mark*; *lay up shoot*; basketball

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi (PJOK) menjadi salah satu pelajaran wajib mulai dari sekolah dasar sampai sekolah menengah sebagaimana telah tertera dan tercantum di UU RI No. 20 Tahun 2003. Pendidikan jasmani seringkali dikaitkan dengan pembelajaran olahraga. Hal ini merupakan hal yang wajar dan benar adanya karena pada pendidikan jasmani yang diterapkan di sekolah memang menggunakan berbagai macam permainan olahraga yang salah satu diantaranya adalah permainan bola basket. Bola basket merupakan olahraga dalam tim yang menggunakan teknik, fisik, psikologi, kecepatan, ketahanan, dan kerjasama (Prasetyo & Sukarmin, 2017). Dalam permainan bola basket sendiri terdapat berbagai teknik yang digunakan seperti teknik *dribbling*, *passing*, maupun *shooting*.

Pada teknik *shooting* dalam permainan bola basket terbagi menjadi berbagai macam gerak yang salah satunya adalah gerakan *lay up shoot*. Gerakan *lay up shoot* sebagai salah satu *shoot* yang dilakukan dekat ring sehingga gerakan menembak tersebut tampak seperti menaruh bola langsung dalam keranjang (Rahmat et al., 2022). Gerakan *lay up shoot* menjadi salah satu materi dalam pembelajaran PJOK yang tertera pada KD permainan bola besar yakni permainan bola basket. Pembelajaran *lay up shoot* di jenjang SMK masuk dalam materi kelas XI sesuai dengan yang tertera pada buku PJOK SMK kelas XI.

Namun, pada saat pembelajaran olahraga di SMKN 1 Buduran terdapat permasalahan pada materi *lay up shoot* dimana hasil belajar kurang maksimal. Hal ini disebabkan beberapa faktor mulai dari pembelajaran yang kurang menarik bagi siswa karena hampir semua materi menggunakan cara pembelajaran yang sama dan cenderung monoton. Siswa juga kurang termotivasi dengan pembelajaran yang dilakukan. Selain itu pembelajaran *lay up shoot* mungkin dianggap materi yang cukup susah karena dalam gerakan *lay up shoot* sendiri merupakan gabungan dari beberapa gerakan mulai dari *dribble*, gerakan melangkah dan gerakan *shoot* sehingga banyak siswa yang belum memahami baik dari segi pengetahuan maupun keterampilan. Gerakan tersebut merupakan gerakan koordinasi yang dapat menunjukkan kemampuan dalam mengontrol pergerakan tubuh khususnya koordinasi lengan dan lutut (Gaggioli et al., 2013). Dengan adanya permasalahan ini maka penulis mengupayakan pemecahan masalah untuk mendukung hasil belajar keterampilan *lay up shoot* pada siswa kelas XI di SMKN 1 Buduran menggunakan pendekatan model *under basket* dan *check mark*.

Pendekatan dapat menjadi salah satu rangkaian usaha dalam penelitian. (Haryanto, 2017) menjelaskan pendekatan sebagai usaha dalam rangkaian kegiatan penelitian dalam rangka melakukan interaksi dengan orang ataupun dengan kaidah-kaidah tertentu sebagai cara untuk memahami suatu penelitian. Sehingga pendekatan pada model *under basket* dan *check mark* bisa menjadi solusi dari permasalahan dalam memaksimalkan hasil belajar keterampilan *lay up shoot* karena pendekatan ini memiliki gerakan yang sangat mendukung untuk memahami gerak dasar *lay up shoot*, mulai dari pendekatan *under basket* yang dasarnya merupakan gerakan menembak jarak dekat ring atau tembakan di bawah ring tentu hal ini sejalan dengan gerakan *lay up shoot*. (Girma & Solomon, 2018) menjelaskan *under basket* merupakan tembakan di dekat ring yang dilakukan pemain setelah melakukan salah satu dari beberapa gerakan seperti gerakan *dribble drive*, *rebound* ataupun gerakan lainnya.

(Firdaus Agusna et al., 2020) menjelaskan *under the basket shoot* atau lebih singkatnya dan lebih umum dikenal dengan sebutan *under basket* merupakan salah satu teknik dasar *shoot* pada olahraga bola basket dimana penggunaan tembakan ini dapat mendukung penggunaan teknik lain seperti *lay up shoot*, agar peragaan *lay up* bisa dijalankan dengan maksimal maka pemain harus dapat melakukan *under basket* terlebih dahulu. Pada saat melakukan gerakan *under basket* ataupun gerakan *shoot* lainnya, pemain membutuhkan teknik *BEEF* yang merupakan singkatan dari empat mekanisme yakni *Balance*, *Eye*, *Elbow* dan *Follow through* (Cahya et al., 2021).

Kemudian pendekatan *check mark* yang juga mendukung gerakan *lay up shoot* sebagai acuan untuk memudahkan dalam pengambilan langkah saat melakukan *lay up shoot*. *Check mark* dalam olahraga lebih dikenal dalam olahraga lompat jauh dimana metode ini digunakan sebagai tanda untuk mengatur langkah saat mendekati balok tumpuan (Hasruddin, 2018). Namun dalam pengertian yang lebih luas, *check mark* bisa diartikan sebagai tanda. *Check mark* yang digunakan dalam melatih gerakan *lay up shoot* dapat dilakukan dengan berbagai cara, mulai dari membiasakan menandakan titik langkah pada garis yang ada dilapangan, menggunakan garis sendiri setelah mengukur langkah, maupun menggunakan media *cones* ataupun media lain yang memiliki fungsi sama dengan *cones* seperti alat bantu ban bekas berwarna, lingkaran tali dan sebagainya. Kedua pendekatan ini jika digabungkan akan menghasilkan gerakan yang relevan dengan gerakan *lay up shoot*, karena akan menghasilkan gerakan yang sama yakni gerakan melangkah dan gerakan menembak jarak dekat sehingga pendekatan ini

dapat membantu siswa dalam mengembangkan pengetahuan serta keterampilan secara sistematis yang akan berakibat pada hasil belajar mereka.

Hasil belajar yang didapatkan siswa dapat berupa perubahan tingkah laku seseorang yang dimana perubahannya relatif permanen (Nurhasanah & Sobandi, 2016). Hasil belajar menunjukkan *feedback* dari kegiatan pembelajaran yang memaparkan seberapa jauh guru, siswa, mekanisme belajar, dan lembaga pendidikan sudah berhasil (James KPOLOVIE et al., 2014). Secara umum hasil belajar dapat didefinisikan sebagai pengukuran diri dan transformasi yang bisa dilihat, dengan membuktikan dan mengukur kapasitas siswa setelah mengalami proses belajar (Németh & Long, 2012). Dalam jurnal lain yang dikemukakan oleh (Andriani & Rasto, 2019) seseorang dikatakan telah belajar jika sudah memperlihatkan perubahan dalam kemampuan mengolah pikiran, keterampilan dan berperilaku. Jika disimpulkan maka hasil belajar akan memberikan dampak kepada siswa baik berupa pengetahuan, sikap dan perilaku.

Studi sebelumnya yang telah dilakukan oleh (Bambang Hariyanto, 2013) yang berjudul "Upaya Meningkatkan Keterampilan Lay Up Shoot Bola Basket Menggunakan Metode *Check mark* dan *Under Basket* Pada Siswa Kelas 8A SMP Negeri 3 Bumijawa Tahun Ajaran 2013/2014". Menjelaskan bahwa metode *under basket* dan *check mark* sangat efektif untuk dilakukan dalam meningkatkan keterampilan siswa. Sebagaimana hasil dari penerapan *check mark* dan *under basket* meningkatkan keterampilan siswa kelas 8A SMP Negeri 3 Bumijawa dalam melakukan *lay up shoot* dimana saat *pre-test* hanya 30% dari 30 siswa yang bisa melakukan *lay up shoot* dan meningkat menjadi 80% dari 28 siswa pada *post-test*.

Pembaruan dari penelitian ini terletak pada pengaplikasian subjek penelitian yang sebelumnya pada siswa SMP akan diaplikasikan pada siswa SMK. Penelitian sebelumnya menunjukkan efektivitas dari penerapan pendekatan model *under basket* dan *check mark* pada siswa SMP kelas 8, namun belum ditemukan penerapannya pada siswa SMK. Oleh karena itu penelitian ini dapat memberi kontribusi baru dalam meningkatkan hasil belajar keterampilan *lay up shoot* pada siswa di Sekolah Menengah Kejuruan.

## METODE

Penelitian ini menggunakan jenis eksperimen semu (*quasi-experiment*) dengan penelitian kuantitatif. Dikatakan semu karena subjek tidak dapat dipisah atau berupa kelompok (Maksum, 2018). Desain yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design* yang dimana pada desain ini hanya menggunakan

kelompok eksperimen tanpa menggunakan kelompok kontrol.

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh kelas XI di SMKN 1 Buduran dan sampel dipilih secara acak mulai dari pemilihan kejuruan kemudian pemilihan kelas. Pengambilan data akan dilakukan selama 2 hari, data *pre-test* diambil pada pertemuan pertama kemudian melakukan *treatment* dan pengambilan *post-test* pada pertemuan berikutnya. Proses pengumpulan data akan menggunakan instrumen penelitian berupa RPP yang telah disesuaikan dengan keadaan sekolah. Dalam RPP terdiri dari instrumen tes pengetahuan dan juga terdapat instrumen penilaian keterampilan. Instrumen tes pengetahuan memaparkan 2 soal yang masing-masing soal memiliki kurun nilai 1-4 dengan kriteria penilaian telah tercantum. Tes keterampilan dilakukan dengan mengaplikasikan pola penilaian yang telah ditentukan. Setiap siswa akan melakukan tes sebanyak 5 kali dengan poin per repetisi 1-4 poin. Poin 1 apabila siswa salah dalam langkah *lay up* dan tidak dapat memasukkan bola, poin 2 apabila siswa mampu memasukkan bola tetapi langkah salah, poin 3 apabila siswa melangkah dengan benar tetapi bola tidak masuk, poin 4 apabila langkah benar dan bola masuk.

Data yang telah didapatkan akan diolah untuk mengetahui beberapa komponen yang dapat menjelaskan hasil dari penelitian. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini dimulai dari penghitungan uji statistik deskriptif, uji normalitas, uji *wilcoxon*, *Paired Sample T-Test*, dan peningkatan. Adapun alat yang digunakan adalah aplikasi SPSS 25 *for windows*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan dari analisis data yang bersumber dari data *pre-test* dan *post-test* yang telah dilakukan pada sampel eksperimen. Penghitungan data lebih banyak menggunakan aplikasi SPSS 25 karena hasil lebih akurat dan dapat diujikan kebenarannya. Namun dalam juga terdapat penghitungan manual pada pengolahan data yang sekiranya cukup sederhana.

Populasi yang dijadikan objek merupakan seluruh kelas XI di SMKN 1 Buduran yang total seluruhnya terdapat 456 siswa. Kemudian melakukan pemilihan sampel dengan menggunakan teknik *cluster random sampling* dengan desain *one group pretest-posttest*. Pemilihan dilakukan mulai dari memilih acak kejuruan dan yang terpilih adalah kejuruan busan kemudian dilanjutkan dengan memilih acak salah satu kelas sehingga didapati kelas XI BTK 1 sebagai sampel. Setelah mendapatkan sampel penelitian maka dilakukan proses penelitian dimana diawali dengan pengambilan

data *pre-test* dengan melakukan gerakan *lay up shoot*. Dilanjutkan pada pertemuan berikutnya untuk melakukan *treatment* dan *post-test*.

Setelah data terkumpul dilakukan pengolahan data mulai dari penghitungan *mean*, standar deviasi, varian, nilai minimum dan nilai maksimum dengan hasil sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi Nilai Pre-Test**

| Variabel     | N  | Mean  | SD    | Var    | Min   | Maks  |
|--------------|----|-------|-------|--------|-------|-------|
| Pengetahuan  | 31 | 61.69 | 14.41 | 207.66 | 37.50 | 75.00 |
| Keterampilan | 31 | 51.93 | 12.15 | 147.76 | 35.00 | 75.00 |

Berdasarkan tabel di atas, peneliti memaparkan hasil uji deskripsi data *pre-test* dari sampel yang berjumlah 31 siswa. Tabel tersebut menunjukkan data *pre-test* pada ranah pengetahuan mulai dari nilai *mean* sebesar 61,69, nilai standar deviasi sebesar 14,41, nilai varian sebesar 207,66, nilai minimum sebesar 37,50, nilai maksimal sebesar 75,00. Kemudian pada ranah keterampilan didapati nilai *mean* sebesar 51,93, nilai standar deviasi sebesar 12,15, nilai varian sebesar 147,76, nilai minimum sebesar 35,00 dan nilai maksimum sebesar 75,00.

**Tabel 2. Distribusi Nilai Post-Test**

| Variabel     | N  | Mean  | SD    | Varian | Minimum | Maksimum |
|--------------|----|-------|-------|--------|---------|----------|
| Pengetahuan  | 31 | 88.70 | 15.59 | 243.28 | 50.00   | 100.00   |
| Keterampilan | 31 | 78.22 | 8.51  | 72.59  | 60.00   | 95.00    |

Berdasarkan tabel di atas, peneliti memaparkan hasil uji deskripsi data *pre-test* dari sampel yang berjumlah 31 siswa. Tabel tersebut menunjukkan data *pre-test* pada ranah pengetahuan mulai dari nilai *mean* sebesar 88,70, nilai standar deviasi sebesar 15,59, nilai varian sebesar 243,28, nilai minimum sebesar 50,00, nilai maksimal sebesar 100,00. Kemudian pada ranah keterampilan didapati nilai *mean* sebesar 78,22, nilai standar deviasi sebesar 8,51, nilai varian sebesar 72,59, nilai minimum sebesar 60,00 dan nilai maksimum sebesar 95,00.

Nilai *mean* menunjukkan rata-rata nilai baik pada *pre-test* dan *post-test*. Pada kedua ranah yakni pengetahuan dan keterampilan dapat dilihat bahwa kedua nilai *mean post-test* lebih besar dari nilai *mean pre-test*. Tahap ini memaparkan tentang hasil uji hipotesis melalui data yang didapatkan dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang menunjukkan terjadinya peningkatan hasil belajar keterampilan *lay up shoot* setelah diberikannya *treatment* yang meliputi *under basket* dan *check mark*.

Perolehan data melalui uji normalitas memiliki tujuan untuk memastikan data berdistribusi normal (merata). Berikut hasil uji normalitas yang didapatkan menggunakan aplikasi SPSS 25 *Kolmogorov-Smirnov Test*:

**Tabel 3. Uji Normalitas**

| Kelompok              | N  | Statistic | Sig   | Status       |
|-----------------------|----|-----------|-------|--------------|
| Pre-Test Pengetahuan  | 31 | 0,330     | 0,00  | Tidak Normal |
| Post-Test Pengetahuan | 31 | 0,378     | 0,00  | Tidak Normal |
| Pre-Test Keterampilan | 31 | 0,144     | 0,101 | Normal       |
| Pre-Test Keterampilan | 31 | 0,142     | 0,116 | Normal       |

Data dapat dikatakan berdistribusi normal apabila memiliki nilai Sig > 0,05 dan tidak normal apabila nilai Sig < 0,05. Berdasarkan tabel Uji Normalitas di atas diketahui *pre-test* dan *post-test* pada ranah pengetahuan memiliki nilai sama yakni 0,00 yang artinya data berdistribusi tidak normal karena memiliki nilai Sig < 0,05, sehingga harus dilakukan uji nonparametrik yang akan dilakukan menggunakan uji *wilcoxon*. Kemudian untuk Uji Normalitas pada ranah keterampilan *pre-test* dan *post-test* mendapati nilai 0,10 dan 0,11, yang artinya data berdistribusi normal karena kedua data tersebut mendapati nilai Sig > 0,05.

Uji *wilcoxon* dilakukan apabila suatu data dinyatakan berdistribusi tidak normal dengan melihat nilai signifikansi. Berikut adalah hasil penghitungan uji *wilcoxon* pada ranah pengetahuan:

**Tabel 4. Uji Wilcoxon Ranah Pengetahuan**

| Test Statistic       |                     |
|----------------------|---------------------|
| Z                    | -4,010 <sup>b</sup> |
| Asymp. Sig (2Tailed) | 0,000               |

Pada uji *wilcoxon* memiliki syarat untuk hipotesis diterima. Hipotesis diterima apabila memiliki nilai Asymp. Sig < 0,05. Berdasarkan tabel di atas maka hipotesis pada ranah pengetahuan dinyatakan diterima karena memiliki nilai Asymp. Sig < 0,05.

Penggunaan *Paired Sample T-Test* berfungsi sebagai penunjuk adanya pengaruh *treatment* terhadap *post-test*. Berikut adalah hasil perhitungan dari uji *Paired Sample T-Test*:

**Tabel 5. Paired Sample T-Test**

| Variabel     | Tes       | Mean  | Selisih Mean | Sig (2 Tailed) |
|--------------|-----------|-------|--------------|----------------|
| Pengetahuan  | Pre-Test  | 61.69 | 27.01        | 0.00           |
|              | Post-Test | 88.70 |              |                |
| Keterampilan | Pre-      | 51.93 | 26.29        | 0.00           |

| Variabel | Tes       | Mean  | Selisih Mean | Sig (2 Tailed) |
|----------|-----------|-------|--------------|----------------|
|          | Test      |       |              |                |
|          | Post-Test | 78.22 |              |                |

Uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan adanya pengaruh apabila suatu data memiliki nilai hitung sig < 0,05 dan tidak adanya pengaruh apabila nilai hitung sig > 0,05. Berdasarkan tabel perhitungan uji *Paired Samle T-Test* di atas mendapati nilai Sig (2 Tailed) pada ranah pengetahuan 0,00 < 0,05 dan pada ranah Keterampilan 0,00 < 0,05. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara pendekatan model *under basket* dan *check mark* terhadap hasil belajar *lay up shoot* pada kedua ranah baik pengetahuan maupun keterampilan.

Peningkatan hasil belajar keterampilan *lay up shoot* dapat diketahui melalui selisih nilai *mean post-test* dan *pre-test* dibagi dengan nilai *mean pre-test* dan dikalikan dengan 100% untuk mendapatkan hasil dalam presentase. Adapun peningkatan hasil belajar keterampilan *lay up shoot* pada tabel di bawah ini:

**Tabel 6. Peningkatan Hasil Belajar**

| Variabel     | Tes       | Mean  | Hasil dalam Persen |
|--------------|-----------|-------|--------------------|
| Pengetahuan  | Pre-Test  | 61.69 | 43,78%             |
|              | Post-Test | 88.70 |                    |
| Keterampilan | Pre-Test  | 51.93 | 50,62%             |
|              | Post-Test | 78.22 |                    |

Berdasarkan tabel di atas maka dapat diketahui besaran pengaruh dari pemberian *treatment* terhadap hasil *post-test*. Pada ranah pengetahuan meningkat sebesar 43,78% dan pada ranah keterampilan meningkat sebesar 50,62%. (Rahmat et al., 2022) menjelaskan *lay up shoot* merupakan gerakan menembak menggunakan satu tangan pada jarak yang dekat ring dan posisi tubuh melayang dengan prinsip *lay up shoot* yang diawali melangkah sebanyak 2 kali sebelum melakukan *shoot*. Gerakan *lay up* merupakan gerakan menggiring bola sambil berlari dengan tangan kanan kemudian mengambil langkah dengan kaki kanan diikuti dengan kaki kiri lalu dilanjutkan dengan gerakan melompat dan *shoot* dibawah ring (Kumar, 2016).

(Aprilia et al., 2021) juga menjelaskan bahwa *lay up shoot* merupakan salah satu bagian dari *under basket shoot* dari beberapa *shoot* lain seperti *hook shoot* bahkan *slam dunk*. Dengan ini *lay up shoot* dan basket dapat menjadi dua teknik yang berkesinambungan hanya saja pada gerakan *lay up shoot* diawali dengan gerakan melangkah.

Berdasarkan analisis data dan uraian di atas, dapat terjawab hipotesis tentang adanya pengaruh pendekatan model *under basket* dan *check mark* terhadap hasil belajar keterampilan *lay up shoot* pada siswa kelas XI di SMKN 1 Buduran. Dengan mempelajari gerak dasar *lay up shoot* yang meliputi gerakan melangkah dan gerakan menembak dibawah ring siswa terlihat lebih mudah memahami ketika diaplikasikannya pendekatan *under basket* dan *check mark*. Selain itu pembelajaran juga tidak monoton dan tidak membosankan dengan konsep materi yang sama pada semua materi yang menggunakan pembelajaran langsung atau konvensional. Siswa juga mampu belajar menggabungkan dua gerak dasar antara gerak melangkah dan gerakan menembak. Dengan hal diketahui juga bagaimana peningkatan hasil belajar setelah siswa mendapatkan perlakuan yang diberikan.

## PENUTUP

### Simpulan

Mengacu pada hasil penelitian yang telah dilakukan terkait pendekatan model *under basket* dan *check mark* terhadap hasil belajar keterampilan *lay up shoot* pada siswa kelas XI di SMKN 1 Buduran dapat diambil kesimpulan:

- 1) Terdapat pengaruh yang signifikan antara pendekatan model *under basket* dan *check mark* terhadap hasil belajar keterampilan *lay up shoot* pada siswa kelas XI di SMKN 1 Buduran.
- 2) Dengan adanya perlakuan yang diberikan terdapat peningkatan hasil belajar baik pada ranah pengetahuan maupun keterampilan.

### Saran

Melalui kesimpulan yang dikemukakan, peneliti memiliki saran supaya pembelajaran PJOK materi *lay up shoot* dengan pendekatan model *under basket* dan *check mark* dapat diaplikasikan di SMKN 1 Buduran:

- 1) Dikarenakan penelitian ini bukan merupakan akhir dan masih jauh dari kata sempurna sehingga masih dapat dikembangkan lagi.
- 2) Diharapkan sekolah memberi fasilitas baik sarana maupun prasarana terutama pada olahraga materi bola basket.
- 3) Dengan adanya perlakuan, siswa dapat lebih giat dalam mengikuti pembelajaran karena pembelajaran lebih bervariasi dan tidak monoton.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, R., & Rasto, R. (2019). Motivasi belajar sebagai determinan hasil belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 4(1), 80.

<https://doi.org/10.17509/jpm.v4i1.14958>

- Aprilia, Y., Sabu, D., & Hariyanto, A. (2021). *Analisis Keberhasilan dan Kegagalan Shooting ( 1 Point , 2 Point , 3 Point ) Pertandingan Final di FIBA World Cup 2019 The Analysis of Success and Failure of Shooting ( 1 Point , 2 Point , 3 Point ) in FIBA World Cup 2019 Final Match*. 17(1), 32–39.
- Bambang Hariyanto. (2013). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Lay Up Shoot Bola Basket Menggunakan Metode Check Mark Dan Under Basket Pada Siswa Kelas 8A Smp Negeri 3 Bumi jawa Tahun Pelajaran 2013/2014*. 1–52.
- Cahya, R. N., Suparto, A., & Prasetyo, D. A. (2021). Konsentrasi dan keseimbangan: Faktor yang mempengaruhi keberhasilan shooting dalam bola basket. *Sriwijaya Journal of Sport*, 1(1), 47–54. <https://doi.org/10.55379/sjs.v1i1.90>
- Firdaus Agusna, L., Rismayadi, A., Kunci, K., & Olahraga, J. K. (2020). *Audio Visual Training: Meningkatkan Kemampuan Under Basket Shoot Kategori Bolabasket usia 13-15 Tahun A B S T R A K I N F O A R T I K E L*. 12(2), 107–112.
- Gaggioli, A., Morganti, L., Mondoni, M., & Antonietti, A. (2013). Benefits of Combined Mental and Physical Training in Learning a Complex Motor Skill in Basketball. *Psychology*, 04(09), 1–6. <https://doi.org/10.4236/psych.2013.49a2001>
- Girma, M. G., & Solomon, W. (2018). Technical problems in teaching basketball practical session: The case of Grade 11 in Alamura Preparatory School. *Journal of Physical Education and Sport Management*, 9(4), 30–42. <https://doi.org/10.5897/jpesm2018.0315>
- Haryanto, S. (2017). Pendekatan Historis Dalam Studi Islam. *Manarul Qur'an: Jurnal Ilmiah Studi Islam*, 17(1), 127–135. <https://doi.org/10.32699/mq.v17i1.927>
- Hasruddin. (2018). *Kontribusi Antara Kecepatan Lari, Panjang Tungkai Dan Daya Ledak Tungkai Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Murid Sd Negeri 257 Akkalibatue Kabupaten Soppeng*. 722(1), 1–11.
- James KPOLOVIE, P., Igho JOE, A., & Okoto, T. (2014). Academic Achievement Prediction: Role of Interest in Learning and Attitude towards School. *International Journal of Humanities Social Sciences and Education*, 1(11), 73–100. [www.arcjournals.org](http://www.arcjournals.org)
- Kumar, P. (2016). Relationship of Selected Kinematic Variables with the Performance of. *International Journal of Physical Education, Sport and Health*, 3(1), 232–234.
- Maksum, A. (2018). Metodologi Penelitian Dalam Olahraga. In *Unesa University Press*.
- Németh, J., & Long, J. G. (2012). Assessing Learning Outcomes in U.S. Planning Studio Courses. *Journal of Planning Education and Research*, 32(4), 476–490. <https://doi.org/10.1177/0739456X12453740>
- Nurhasanah, S., & Sobandi, A. (2016). Minat Belajar Sebagai Determinan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 1(1), 128. <https://doi.org/10.17509/jpm.v1i1.3264>
- Prasetyo, D. W., & Sukarmin, Y. (2017). Pengembangan model permainan untuk pembelajaran teknik dasar bola basket di SMP. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 12. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12758>
- Rahmat, A., Arini, I., Aryadi, D., Suharto, T. H., & Sudirman, R. (2022). Pengaruh Latihan Teknik Footwork dengan 2 Langkah Kaki terhadap Lay Up dalam Permainan Bola Basket Mahasiswa Prodi Penjaskes STKIP Setiabudhi Rangkasbitung. *Journal RESPECS (Research Physical Education and Sport)*, 2(2), 165–171. <https://doi.org/10.31949/respecs.v4i2.3323>