



## Peningkatan Keterampilan Dribbling Bola Basket Melalui Latihan Berbasis Permainan pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Makassar

Nur Ghoyali Indra Syyam<sup>1</sup>, Bustang<sup>2</sup>, Dedy Putra<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Email: [nurindrasyam@gmail.com](mailto:nurindrasyam@gmail.com)

<sup>2</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Email: [b.bustang@unm.ac.id](mailto:b.bustang@unm.ac.id)

<sup>3</sup>UPT SPF SMP Negeri 1 Makassar

Email: [dedyspd23@guru.smp.belajar.id](mailto:dedyspd23@guru.smp.belajar.id)

### Artikel info

*Received; 02-03-2025*

*Revised; 03-04-2025*

*Accepted; 04-05-2025*

*Published; 25-05-2025*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dribbling bola basket pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Makassar melalui penerapan metode latihan berbasis permainan. Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, dengan jumlah subjek adalah 40 orang siswa yang berada di kelas VIII. Siklus pertama menunjukkan bahwa ada 15 orang siswa (37,50%) yang berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75. Sedangkan pada siklus kedua, persentase siswa yang mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75 meningkat secara signifikan menjadi 32 orang siswa (80%). Metode latihan berbasis permainan terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan dribbling siswa karena dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Melalui pengulangan latihan yang lebih menyenangkan dan relevan dengan konteks permainan, siswa dapat menguasai teknik dribbling dengan lebih baik. Hasil penelitian ini memberikan rekomendasi bahwa latihan berbasis permainan dapat diterapkan sebagai alternatif metode pembelajaran yang efektif dalam pengajaran keterampilan olahraga, khususnya bola basket di sekolah dasar dan menengah.

**Kata Kunci:** Dribbling, Permainan, PTK



artikel global jurnal sport innovation research dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0

## PENDAHULUAN

Peningkatan keterampilan dribbling bola basket melalui latihan berbasis permainan merupakan topik yang relevan dan penting dalam konteks pendidikan jasmani, terutama bagi siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Makassar. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas metode permainan dalam meningkatkan keterampilan dribbling bola, yang merupakan salah satu teknik dasar dalam olahraga bola basket. Dribbling adalah teknik fundamental dalam bola basket yang memungkinkan pemain untuk menggerakkan bola sambil mempertahankan kontrol terhadapnya. Menguasai teknik

dribbling sangat penting bagi pemain, karena dapat memengaruhi kemampuan pemain dalam menyerang dan bertahan di lapangan. Dalam konteks pendidikan, keterampilan ini tidak hanya penting untuk pengembangan fisik siswa tetapi juga untuk membangun kepercayaan diri dan kerja sama tim (Gianusha & Supriyadi, 2019).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam mengendalikan bola saat bergerak, yang mengakibatkan penurunan performa dalam permainan (Lau, Prayoga, & Darumoyo, 2023). Hal ini terjadi di salah satu sekolah, yakni SMP Negeri 1 Makassar, pada siswa kelas VIII yang sering kali menghadapi tantangan dalam menguasai teknik dribbling. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih efektif untuk dapat meningkatkan keterampilan tersebut.

Metode latihan berbasis permainan telah terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan olahraga, termasuk dribbling. Pendekatan ini tidak hanya membuat latihan lebih menyenangkan, tetapi juga menciptakan situasi yang lebih realistis di mana siswa dapat menerapkan teknik yang telah dipelajari (Kusmahendra & Zaitun, 2024). Dengan menggunakan permainan sebagai media pembelajaran, siswa dapat belajar dengan cara yang lebih interaktif dan menarik. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penerapan metode bermain dapat meningkatkan keterampilan dribbling secara signifikan. Salah satunya, sebuah studi menemukan bahwa penggunaan permainan 3 lawan 3 berhasil meningkatkan keterampilan dribbling siswa secara drastis dari siklus pertama ke siklus kedua (Idham, Munzir, & Salbani, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa interaksi sosial dan kompetisi yang ada dalam permainan dapat memotivasi siswa untuk belajar dan berlatih lebih giat.

Dalam konteks SMP Negeri 1 Makassar, penerapan latihan berbasis permainan dapat disesuaikan dengan karakteristik siswa dan fasilitas yang tersedia. Dengan memodifikasi latihan agar sesuai dengan tingkat kemampuan siswa, diharapkan dapat menciptakan lingkungan belajar yang positif dan produktif. Selain itu, penting untuk melibatkan siswa dalam proses perencanaan latihan agar siswa merasa memiliki andil atau peran dalam pembelajaran yang sedang berlangsung.

Peningkatan keterampilan dribbling melalui metode bermain juga berpotensi untuk meningkatkan aspek lain dari perkembangan siswa, seperti kerja sama tim, komunikasi, dan strategi bermain. Keterampilan sosial ini sangat penting bagi perkembangan pribadi siswa di luar lapangan. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya fokus pada peningkatan keterampilan teknis, tetapi juga pada pengembangan karakter siswa. Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas metode latihan berbasis permainan dalam meningkatkan keterampilan dribbling pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Makassar. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan kurikulum pendidikan jasmani di sekolah serta memberikan wawasan baru bagi pelatih dan guru olahraga dalam merancang program latihan yang lebih efektif.

Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang meliputi beberapa siklus. Setiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi untuk mengevaluasi kemajuan siswa. Data akan dikumpulkan melalui observasi langsung dan tes keterampilan dribbling sebelum dan setelah penerapan metode bermain. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran jelas tentang berapa besaran pengaruh metode latihan berbasis permainan terhadap peningkatan keterampilan dribbling. Selain itu, penelitian ini juga akan memberikan rekomendasi praktis bagi guru olahraga di SMP Negeri 1 Makassar mengenai cara terbaik untuk mengimplementasikan metode ini dalam proses pembelajaran.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan keterampilan teknis siswa, tetapi juga untuk menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna. Melalui pendekatan yang tepat, diharapkan siswa dapat

mengembangkan kecintaan terhadap olahraga bola basket serta meningkatkan kesehatan fisik dan mental siswa secara keseluruhan.

## **METODE**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dribbling bola basket pada siswa kelas VIII SMP melalui latihan berbasis permainan. Fokus utama dari penelitian ini adalah mengidentifikasi dan mengatasi masalah yang muncul selama proses pembelajaran yang melibatkan guru dan siswa. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang merupakan penelitian yang berorientasi pada perbaikan dan peningkatan proses pembelajaran di kelas. Arikunto (2021) mengemukakan bahwa PTK bertujuan untuk memperbaiki masalah yang muncul di kelas dengan melakukan perubahan yang terencana dan sistematis untuk menyempurnakan pembelajaran. Selain itu, Syaifudin (2021) juga menjelaskan bahwa PTK melibatkan upaya aktif dari guru dan siswa untuk mengidentifikasi serta menyelesaikan masalah yang ada melalui tindakan yang konstruktif.

Penelitian ini melibatkan 40 orang siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Makassar dan menggunakan instrumen penilaian yang mencakup tiga aspek utama, yakni kognitif, afektif, dan psikomotor. Aspek kognitif digunakan untuk menilai pemahaman siswa mengenai teknik dasar dribbling. Aspek afektif digunakan untuk mengukur sikap dan perilaku siswa selama proses pembelajaran berlangsung, dan aspek psikomotor digunakan untuk menilai kemampuan siswa dalam melakukan gerakan dribbling secara praktis. Data diperoleh melalui observasi, tes, dan dokumentasi. Data yang diperoleh dianalisis dengan mempertimbangkan ketiga aspek tersebut untuk mengukur tingkat keberhasilan siswa dalam mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditetapkan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Makassar yang berlokasi di Jl. Baji Areng No. 17, Kel. Baji Mappakasunggu, Kec. Mamajang, Kota Makassar, Sulawesi Selatan. Subjek dalam penelitian ini adalah 40 orang siswa yang berada di kelas VIII. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dribbling bola basket melalui penerapan latihan berbasis permainan. Penelitian ini fokus pada upaya meningkatkan keterampilan teknis siswa dalam dribbling, yang merupakan salah satu elemen dasar dalam permainan bola basket. Dengan menggunakan pendekatan yang berbasis pada permainan, diharapkan siswa dapat lebih aktif dan terlibat dalam pembelajaran, sehingga keterampilan teknis mereka dapat berkembang secara signifikan.

Proses penelitian ini dilakukan dengan mengamati langsung aktivitas pembelajaran yang terjadi di lapangan. Selama pembelajaran, peneliti mengukur hasil belajar siswa dengan memerhatikan tiga aspek penilaian utama, yakni aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotor. Penelitian ini mengandalkan metode *drill* yang diterapkan melalui latihan-latihan berbasis permainan, di mana siswa diberikan kesempatan untuk berlatih secara berulang dan aktif dalam situasi yang lebih menyenangkan dan menantang. Melalui metode ini, diharapkan siswa dapat lebih mudah menguasai teknik dasar dribbling, meningkatkan keterampilan motorik, serta memperbaiki pemahaman siswa terhadap strategi permainan bola basket.

**Tabel 1.** Deskripsi Data Awal

No	Ketuntasan Nilai	Frekuensi	Persentase
1	>75	5	12,50%
2	<75	35	87,50%
	<b>Jumlah</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Tabel 1 menunjukkan deskripsi data awal mengenai hasil belajar keterampilan dribbling bola basket pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Makassar sebelum penerapan latihan berbasis permainan. Dari total 40 orang siswa yang terlibat dalam penelitian, hanya 5 orang siswa (12,50%) yang berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75. Sedangkan 35 orang siswa lainnya (87,50%) masih belum mencapai ketuntasan dengan nilai di bawah 75. data ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa belum menguasai teknik dribbling dengan baik, yang mungkin disebabkan oleh kurangnya latihan atau pemahaman yang tepat mengenai teknik dasar dribbling. Oleh karena itu, hasil ini menunjukkan perlunya peningkatan dalam metode pembelajaran, yang dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan latihan berbasis permainan untuk memperbaiki keterampilan dribbling siswa.

#### **Hasil Siklus I**

**Tabel 2.** Hasil Belajar Siswa pada Siklus I

No	Ketuntasan Nilai	Frekuensi	Persentase
1	>75	15	37.50%
2	<75	25	62.50%
	<b>Jumlah</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Tabel 2 menunjukkan hasil belajar siswa pada Siklus I dalam peningkatan keterampilan dribbling bola basket melalui latihan berbasis permainan di kelas VIII SMP Negeri 1 Makassar. Dari total 40 orang siswa, sebanyak 15 orang siswa (37,50%) berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75. Sedangkan 25 orang siswa lainnya (62,50%) masih belum mencapai ketuntasan dengan nilai di bawah 75. Meskipun ada peningkatan dibandingkan dengan data awal, masih terdapat sebagian besar siswa yang belum mencapai hasil yang diharapkan. Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun metode latihan berbasis permainan mulai memberikan dampak positif, masih banyak siswa yang perlu mendapatkan lebih banyak latihan dan perhatian untuk menguasai keterampilan dribbling dengan baik. Oleh karena itu, evaluasi dan perbaikan pada siklus berikutnya sangat diperlukan untuk dapat lebih memaksimalkan hasil pembelajaran.

## Hasil Siklus II

**Tabel 3.** Hasil Belajar Siswa pada Siklus II

No	Ketuntasan Nilai	Frekuensi	Persentase
1	>75	32	80%
2	<75	8	20%
	<b>Jumlah</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Tabel 3 menunjukkan hasil belajar siswa pada Siklus II dalam peningkatan keterampilan dribbling bola basket melalui latihan berbasis permainan di kelas VIII SMP Negeri 1 Makassar. Dari total 40 siswa, sebanyak 32 siswa (80%) berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sementara 8 siswa (20%) masih belum mencapai ketuntasan dengan nilai di bawah 75. Hasil ini menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan Siklus I, di mana hanya 37,50% siswa yang mencapai ketuntasan. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa penerapan latihan berbasis permainan semakin efektif dalam membantu siswa menguasai teknik dribbling bola basket. Dengan mayoritas siswa mencapai ketuntasan, dapat disimpulkan bahwa pendekatan yang digunakan pada Siklus II berhasil meningkatkan keterampilan siswa secara keseluruhan, meskipun masih ada sebagian kecil siswa yang perlu perhatian lebih lanjut untuk mencapai hasil yang maksimal.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dribbling bola basket pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Makassar melalui penerapan metode latihan berbasis permainan. Dalam penelitian ini, data yang diperoleh dianalisis berdasarkan dua siklus, yakni Siklus I dan Siklus II, yang bertujuan untuk memantau perkembangan keterampilan siswa dari satu siklus ke siklus berikutnya. Pembahasan hasil penelitian ini akan mencakup evaluasi terhadap perkembangan keterampilan siswa pada masing-masing siklus dan faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan tersebut.

### Hasil Siklus I

Pada Siklus I, hasil belajar siswa menunjukkan bahwa hanya 37,50% dari 40 siswa yang berhasil mencapai ketuntasan, yaitu memperoleh nilai di atas 75, sementara 62,50% siswa lainnya belum mencapai ketuntasan. Ini menunjukkan bahwa meskipun latihan berbasis permainan telah diterapkan, masih banyak siswa yang belum menguasai keterampilan dribbling dengan baik. Kemungkinan, faktor-faktor yang mempengaruhi hasil ini meliputi ketidakbiasaan siswa dalam melakukan latihan yang lebih aktif dan interaktif, serta mungkin keterbatasan waktu yang digunakan dalam latihan. Pada tahap ini, metode latihan berbasis permainan memang memberikan kesempatan bagi siswa untuk berlatih dengan cara yang menyenangkan, namun mungkin belum sepenuhnya efektif untuk mengatasi kekurangan keterampilan dasar dribbling, seperti kontrol bola dan koordinasi tangan.

Selain itu, keberhasilan yang masih terbatas pada Siklus I dapat juga dipengaruhi oleh faktor motivasi siswa yang bervariasi. Beberapa siswa mungkin masih merasa kesulitan

untuk beradaptasi dengan cara baru dalam berlatih, sehingga memerlukan waktu lebih untuk dapat menguasai teknik dasar dengan baik. Meskipun demikian, peningkatan jumlah siswa yang berhasil mencapai ketuntasan dari data awal (12,50%) ke Siklus I (37,50%) sudah menunjukkan adanya dampak positif dari penerapan metode berbasis permainan, meskipun masih banyak yang perlu diperbaiki.

### **Hasil Siklus II**

Pada Siklus II, hasil belajar siswa mengalami peningkatan yang signifikan. Sebanyak 80% siswa berhasil mencapai ketuntasan, sementara hanya 20% yang belum mencapai ketuntasan. Hal ini menunjukkan adanya perubahan yang positif dalam penguasaan keterampilan dribbling bola basket oleh siswa. Peningkatan ini dapat dikaitkan dengan beberapa faktor, di antaranya adalah peningkatan keterampilan dan pemahaman siswa mengenai teknik dribbling yang diperoleh melalui latihan berulang dalam suasana yang lebih menyenangkan. Pada Siklus II, siswa telah lebih terbiasa dengan latihan berbasis permainan yang mengutamakan keterlibatan aktif dan pengulangan teknik, yang tentunya membantu mereka dalam meningkatkan keterampilan praktis.

Peningkatan yang sangat signifikan dari Siklus I ke Siklus II menunjukkan bahwa siswa telah mulai menguasai teknik dasar dribbling dengan lebih baik. Dengan menggunakan latihan berbasis permainan, siswa tidak hanya dilatih untuk menguasai teknik, tetapi juga belajar untuk mengaplikasikannya dalam konteks permainan yang nyata. Latihan berbasis permainan cenderung memberikan konteks yang lebih relevan bagi siswa, di mana mereka bisa merasakan langsung manfaat dari keterampilan yang mereka pelajari, sehingga meningkatkan motivasi dan rasa percaya diri mereka. Metode ini juga memungkinkan siswa untuk belajar secara lebih aktif, yang sesuai dengan prinsip-prinsip pembelajaran yang menyarankan keterlibatan langsung dalam aktivitas fisik sebagai cara untuk mempercepat penguasaan keterampilan.

Selain itu, adanya umpan balik yang lebih cepat selama Siklus II juga berperan dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Ketika siswa melakukan kesalahan atau masih merasa kesulitan, guru dapat langsung memberikan koreksi dan pengarahan, yang mempercepat proses pembelajaran. Dengan waktu latihan yang lebih panjang dan teknik pengajaran yang semakin diperbaiki, siswa dapat mempraktikkan keterampilan dribbling dengan lebih baik dan lebih percaya diri, yang berkontribusi pada pencapaian ketuntasan yang lebih tinggi pada Siklus II.

Beberapa faktor yang dapat menjelaskan peningkatan keterampilan dribbling pada siswa adalah penggunaan metode latihan berbasis permainan yang lebih menarik dan menyenangkan. Melalui latihan berbasis permainan, siswa tidak hanya fokus pada teknik, tetapi juga mendapatkan kesempatan untuk berlatih dalam konteks yang lebih alami dan relevan dengan permainan bola basket. Hal ini membantu siswa memahami bagaimana keterampilan dribbling diterapkan dalam situasi permainan yang sesungguhnya, yang meningkatkan penguasaan mereka terhadap teknik tersebut.

Selain itu, faktor motivasi siswa juga berperan penting dalam peningkatan hasil belajar. Ketika siswa merasa terlibat dalam permainan yang menyenangkan, mereka cenderung lebih termotivasi untuk berlatih dan berusaha lebih keras. Sebagai tambahan, adanya variasi dalam jenis latihan juga membantu menjaga minat siswa, sehingga mereka tidak merasa bosan dan tetap bersemangat dalam menjalani proses pembelajaran.

Selain itu, pendekatan yang lebih terstruktur dalam Siklus II, di mana latihan dilakukan dengan lebih fokus pada penguatan teknik dasar dan penilaian yang lebih sistematis, turut

membantu siswa dalam mengatasi tantangan mereka dalam dribbling. Pendekatan ini memotivasi siswa untuk berusaha lebih maksimal karena mereka dapat melihat perkembangan keterampilan mereka dari siklus ke siklus.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa metode latihan berbasis permainan dapat secara signifikan meningkatkan keterampilan dribbling bola basket pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Makassar. Meskipun pada Siklus I masih banyak siswa yang belum mencapai ketuntasan, Siklus II menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam keterampilan dribbling mereka. Hal ini membuktikan bahwa dengan latihan yang berulang, metode berbasis permainan yang menyenangkan dan relevan, serta umpan balik yang tepat, siswa dapat lebih mudah menguasai keterampilan dasar dribbling dalam permainan bola basket. Keberhasilan yang diperoleh di Siklus II diharapkan dapat menjadi dasar bagi peningkatan lebih lanjut di siklus-siklus berikutnya.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan untuk meningkatkan keterampilan dribbling bola basket pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Makassar melalui metode latihan berbasis permainan, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode ini memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan siswa. Pada Siklus I, meskipun terdapat peningkatan dibandingkan data awal, masih banyak siswa yang belum mencapai ketuntasan. Namun, pada Siklus II, terjadi peningkatan yang signifikan, di mana 80% siswa berhasil mencapai ketuntasan dalam keterampilan dribbling bola basket.

Peningkatan ini menunjukkan bahwa latihan berbasis permainan dapat meningkatkan motivasi, keterlibatan, dan keterampilan praktis siswa dalam menguasai teknik dribbling. Selain itu, keberhasilan dalam Siklus II juga mencerminkan pentingnya pengulangan latihan dan pemberian umpan balik yang efektif dalam proses pembelajaran. Dengan demikian, metode latihan berbasis permainan terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan dribbling bola basket siswa dan dapat dijadikan alternatif yang baik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S. (2021). *Dasar-dasar evaluasi pendidikan edisi 3*. Bumi Aksara.
- Gianusha, G. A., & Supriyadi. (2019). Metode bermain untuk meningkatkan keterampilan dribble bola basket. *Indonesia Performance Journal*, 3(2), 65–70.
- Idham, Munzir, & Salbani. (2023). Meningkatkan teknik dasar dribbling dalam permainan bola basket dengan training game pada Kelas VI di SD Negeri 24 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 4(1), 1–12.
- Kusmahendra, R., & Zaitun, Z. (2024). Meningkatkan keterampilan dribbling bola basket melalui metode bermain Siswa Kelas VIII SMP Labschool FIP UMJ. *SEMNASFIP*.
- Lau, D. T., Prayoga, A. S., & Darumoyo, K. (2023). Meningkatkan kemampuan dribbling bola basket melalui modifikasi permainan 3 on 3. *JURNAL PENDIDIKAN OLAHRAGA*, 6, 206–211.
- Syaifudin, S. (2021). Penelitian tindakan kelas. *Journal Of Islamic Studies*, 1(2).