



# Global Journal Sport Inovation Research

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gisir>

Volume 1, Nomor 1 Januari 2025

e-ISSN: 5218-2X24

DOI.10.35458

---

## Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Chest Pass* Pada Permainan Bola Basket Melalui Metode Demonstrasri Kelas V UPT SPF SDN Komplex Ikip

Ramadani<sup>1</sup>, Adam Mappaompo<sup>2</sup>, Samsia<sup>3</sup>

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

Email : [1ramadaani19@gmail.com](mailto:1ramadaani19@gmail.com)

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

Email : [1m.adam.mappaompo@unm.ac.id](mailto:1m.adam.mappaompo@unm.ac.id)

<sup>3</sup>UPT SPF SD Komplex IKIP

Email : [3samsiarazak@gmail.com](mailto:3samsiarazak@gmail.com)

---

### Artikel info

Received: 02-03-2025

Revised: 03-04-2025

Accepted: 04-05-2025

Published, 25-05-2025

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi chest pass dalam permainan bola basket melalui penerapan metode demonstrasi di kelas V UPT SPF SDN Kompleks IKIP. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan dua siklus, yang masing-masing terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian ini adalah 32 siswa yang mengalami kesulitan dalam memahami teknik chest pass pada tahap awal. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan ketuntasan belajar siswa antara Siklus I dan Siklus II. Pada Siklus I, 37,50% siswa mencapai ketuntasan, sedangkan pada Siklus II, jumlah siswa yang mencapai ketuntasan meningkat menjadi 78,13%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode demonstrasi efektif dalam membantu siswa memahami dan menguasai teknik chest pass, serta meningkatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor siswa. Berdasarkan hasil tersebut, disarankan agar metode demonstrasi diterapkan secara berkelanjutan dalam pembelajaran keterampilan olahraga untuk meningkatkan hasil belajar siswa secara optimal.

---

**Kata Kunci:** metode demonstrasi, chest pass, (PTK),

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



---

## PENDAHULUAN

Pembelajaran yang melibatkan berbagai aspek seperti sikap, pengetahuan, keterampilan, serta nilai-nilai moral atau karakter membantu siswa membangun dasar yang kuat untuk kehidupan mereka. Pendekatan holistik dalam pendidikan ini tidak hanya fokus pada perkembangan intelektual, tetapi juga memperhatikan aspek emosional, sosial, fisik, dan spiritual. Dengan cara ini, siswa memiliki peluang untuk mengembangkan potensi

mereka secara menyeluruh, termasuk pengetahuan, keterampilan, kepribadian yang sehat, dan karakter yang Tangguh (Al Mubarroh et al., 2024).

Pendidikan jasmani di sekolah dasar memiliki peranan penting dalam mengembangkan keterampilan fisik dan sosial siswa. Salah satu aspek yang perlu diperhatikan adalah penguasaan teknik dasar dalam permainan bola basket, khususnya teknik *chest pass*. Teknik ini merupakan salah satu keterampilan fundamental yang harus dikuasai oleh siswa untuk dapat berpartisipasi secara efektif dalam permainan bola basket. Namun, hasil belajar siswa pada teknik *chest pass* sering kali masih rendah, sehingga memerlukan upaya untuk meningkatkannya.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, terdapat bukti bahwa penggunaan metode pembelajaran yang tepat dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam teknik *chest pass*. Misalnya, penerapan metode demonstrasi terbukti efektif dalam mengajarkan keterampilan motorik, termasuk *chest pass*, karena siswa dapat melihat langsung cara pelaksanaan teknik tersebut (Liwa'ul Hamdi, 2023). Metode ini memungkinkan siswa untuk meniru dan berlatih secara langsung setelah menyaksikan demonstrasi dari guru atau pelatih.

Dalam konteks UPT SPF SDN Komples IKIP, penting untuk meneliti bagaimana penerapan metode demonstrasi dapat meningkatkan hasil belajar *chest pass* pada siswa kelas V. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas metode demonstrasi dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa dalam melakukan *chest pass*, serta untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan pembelajaran tersebut. Salah satu tantangan yang dihadapi dalam pembelajaran teknik *chest pass* adalah kurangnya motivasi dan minat siswa. Penelitian menunjukkan bahwa ketika siswa terlibat aktif dalam proses pembelajaran melalui metode yang menarik, mereka cenderung lebih termotivasi untuk belajar (Nugroho & Raharjo, 2019). Oleh karena itu, pendekatan yang interaktif dan menyenangkan perlu diterapkan agar siswa tidak hanya belajar teknik, tetapi juga menikmati proses pembelajaran.

Metode demonstrasi memiliki keunggulan dalam memberikan contoh nyata kepada siswa. Dengan melihat langsung bagaimana teknik *chest pass* dilakukan oleh orang yang lebih ahli, siswa dapat memahami dengan lebih baik aspek-aspek teknis yang harus diperhatikan, seperti posisi tubuh, pegangan bola, dan arah lemparan (Salahuddin & Raharjo, 2024). Hal ini menjadi penting karena kesalahan dalam teknik dasar dapat berpengaruh pada performa permainan secara keseluruhan. Selain itu, penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa variasi dalam metode pengajaran dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Dalam konteks ini, mengkombinasikan metode demonstrasi dengan latihan kelompok atau kompetisi kecil dapat menciptakan suasana belajar yang lebih dinamis dan menyenangkan (Indarto, 2013). Dengan demikian, penelitian ini juga akan mengeksplorasi bagaimana variasi metode dapat diintegrasikan dengan demonstrasi untuk mencapai hasil belajar yang lebih baik.

Pentingnya penguasaan teknik *chest pass* tidak hanya terletak pada aspek teknis permainan bola basket, tetapi juga pada pengembangan karakter dan kerja sama tim di antara siswa. Dalam bermain bola basket, kemampuan untuk berkomunikasi dan bekerja sama dengan anggota tim sangatlah penting. Melalui pembelajaran teknik *chest pass*, siswa tidak hanya belajar tentang olahraga tetapi juga nilai-nilai seperti disiplin, tanggung jawab,

dan kerja sama (Azis, 2021). Dalam penelitian ini, peneliti akan melaksanakan tindakan kelas dengan dua siklus. Setiap siklus akan dimulai dengan demonstrasi teknik *chest pass*, diikuti dengan latihan individu dan kelompok. Penilaian akan dilakukan sebelum dan sesudah setiap siklus untuk mengukur peningkatan hasil belajar siswa (Idris et al., 2024). Data yang diperoleh akan dianalisis untuk menentukan efektivitas metode demonstrasi dalam meningkatkan keterampilan teknis siswa.

Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan hasil belajar *chest pass* pada permainan bola basket di SDN Kompleks IKIP. Hasil dari penelitian ini diharapkan tidak hanya bermanfaat bagi pengembangan kurikulum pendidikan jasmani di sekolah tersebut tetapi juga dapat dijadikan referensi bagi penelitian lebih lanjut mengenai metode pengajaran olahraga lainnya.

Melalui penelitian ini, peneliti juga ingin memberikan rekomendasi bagi guru pendidikan jasmani mengenai strategi pengajaran yang efektif untuk meningkatkan keterampilan dasar olahraga di kalangan siswa. Dengan demikian, diharapkan kualitas pendidikan jasmani di sekolah dasar dapat meningkat secara keseluruhan. Akhirnya, penelitian ini bertujuan untuk membangun pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana metode demonstrasi dapat diterapkan secara efektif dalam konteks pembelajaran olahraga di sekolah dasar. Dengan demikian, peneliti berharap bahwa hasil dari penelitian ini dapat memberikan wawasan baru bagi pendidik dan praktisi pendidikan jasmani dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga di Indonesia.

## **METODE**

Menurut (Syaifudin, 2021) Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang berbentuk siklus, dilakukan di kelas V UPT SPF SDN Kompleks IKIP dengan tujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi *chest pass* dalam permainan bola basket. PTK ini berfokus pada tindakan yang dilaksanakan di dalam kelas, baik yang dilakukan oleh guru maupun siswa, untuk mengatasi masalah dalam proses pembelajaran. Penelitian ini mencakup tiga tahapan, yaitu pra-siklus, siklus 1, dan siklus 2, yang dilaksanakan mulai Agustus 2024 dengan melibatkan 32 siswa. Pemilihan kelas ini dilakukan karena ditemukan banyak kelemahan dalam pelaksanaan pembelajaran bola basket oleh guru PJOK dan siswa.

Dalam penelitian ini, instrumen penilaian hasil belajar mencakup tiga aspek utama. Aspek kognitif digunakan untuk mengukur pengetahuan siswa tentang bola basket, khususnya materi *chest pass*. Aspek afektif menilai perilaku siswa selama proses pembelajaran, dari pertemuan pertama hingga tes akhir kemampuan. Sedangkan aspek psikomotor fokus pada penilaian keterampilan praktis siswa dalam melakukan *chest pass* selama pelajaran PJOK. Melalui pendekatan metode demonstrasi, diharapkan hasil belajar siswa dapat meningkat secara signifikan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Data Awal**

**Tabel 4.1 Deskripsi Data Awal**

No	Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
1	>75	5	15.63%
2	<75	27	84.38%
	<b>Jumlah</b>	<b>32</b>	<b>100%</b>

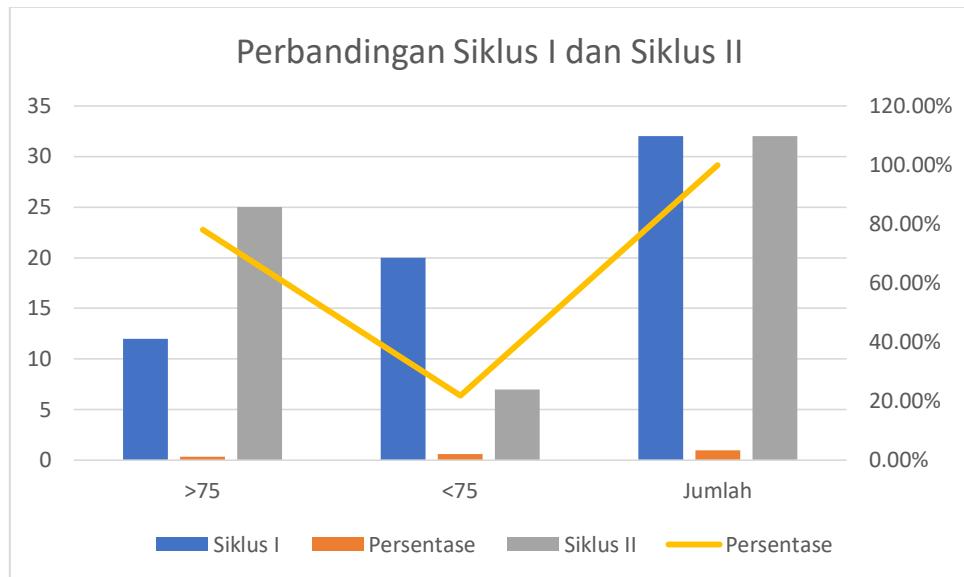
Tabel 4.1 menunjukkan deskripsi data awal mengenai tingkat ketuntasan hasil belajar siswa. Dari 32 siswa yang terlibat dalam penelitian, hanya 5 siswa (15,63%) yang memperoleh nilai di atas 75, sementara 27 siswa lainnya (84,38%) memperoleh nilai di bawah 75. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa belum mencapai tingkat ketuntasan yang diharapkan dalam pembelajaran, dengan hanya sedikit yang berhasil mendapatkan nilai lebih dari 75. Dengan demikian, data ini mengindikasikan adanya kebutuhan untuk memperbaiki proses pembelajaran agar lebih banyak siswa dapat mencapai ketuntasan dalam materi yang diajarkan.

Setelah dilakukan tindakan pra siklus menunjukkan hasilnya pada Tabel 1. Selanjutnya Desain yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas 2 siklus berulang yang meliputi Siklus I dan Siklus II. Berdasarkan tindakan yang telah dilakukan pada setiap siklus, maka dapat diketahui persentase proses dan hasil belajar yang di dapat dari kegiatan pembelajaran pada siklus I dan Siklus II. Hasil yang telah diperoleh tersebut akan dipaparkan seperti di bawah ini:

**Tabel 4.2 Hasil Berdasarkan Siklus I dan II**

No	Ketuntasan	Siklus I	Persentase	Siklus II	Persentase
1	>75	12	37.50%	25	78.13%
2	<75	20	62.50%	7	21.88%
	<b>Jumlah</b>	<b>32</b>	<b>100%</b>	<b>32</b>	<b>100%</b>

Tabel 4.2 menunjukkan hasil belajar siswa berdasarkan ketuntasan pada Siklus I dan Siklus II. Pada Siklus I, terdapat 12 siswa (37,50%) yang berhasil mencapai nilai di atas 75, sementara 20 siswa lainnya (62,50%) memperoleh nilai di bawah 75. Pada Siklus II, terjadi peningkatan signifikan, dengan 25 siswa (78,13%) mencapai nilai lebih dari 75, dan hanya 7 siswa (21,88%) yang memperoleh nilai di bawah 75. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penerapan metode demonstrasi dalam proses pembelajaran berhasil meningkatkan ketuntasan belajar siswa secara signifikan antara Siklus I dan Siklus II.



Gambar 1. Perbandingan Siklus I dan Siklus II

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari Tabel 4.1 dan Tabel 4.2, dapat dilakukan pembahasan mengenai efektivitas penerapan metode demonstrasi dalam meningkatkan hasil belajar siswa pada materi chest pass dalam permainan bola basket di kelas V UPT SPF SDN Kompleks IKIP.

Pada tahap awal, yakni sebelum dilaksanakannya siklus pertama, data menunjukkan bahwa mayoritas siswa, yaitu 27 dari 32 siswa (84,38%), masih belum mencapai ketuntasan belajar dengan nilai di bawah 75. Hal ini mengindikasikan adanya kesulitan dalam memahami materi chest pass yang diajarkan dalam pembelajaran bola basket. Dalam hal ini, guru menghadapi tantangan besar untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap teknik dasar tersebut. Fakta ini menunjukkan bahwa metode pengajaran yang digunakan sebelumnya belum sepenuhnya efektif dalam membantu siswa mencapai standar ketuntasan yang diinginkan.

Setelah dilakukan tindakan pada Siklus I, yaitu dengan penerapan metode demonstrasi yang lebih intensif dan terstruktur, terdapat peningkatan yang signifikan meskipun tidak sepenuhnya memadai. Pada Siklus I, jumlah siswa yang mencapai ketuntasan belajar dengan nilai lebih dari 75 meningkat menjadi 12 siswa (37,50%), sementara 20 siswa (62,50%) masih belum mencapai ketuntasan. Peningkatan ini memberikan indikasi positif bahwa metode demonstrasi mulai memberikan dampak pada pemahaman siswa. Melalui metode ini, siswa dapat melihat secara langsung bagaimana teknik chest pass dilakukan oleh guru, yang kemudian mereka tiru dan praktikkan. Metode demonstrasi memungkinkan siswa untuk mendapatkan gambaran yang lebih jelas dan konkret mengenai gerakan yang harus dilakukan dalam permainan bola basket. Namun, meskipun ada peningkatan, masih banyak siswa yang belum sepenuhnya memahami atau menguasai teknik tersebut, yang menunjukkan bahwa perlu adanya perbaikan lebih lanjut dalam pendekatan pembelajaran.

Peningkatan yang signifikan terjadi pada Siklus II, setelah dilakukan evaluasi dan refleksi terhadap hasil Siklus I. Dalam Siklus II, sebanyak 25 siswa (78,13%) berhasil

mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sedangkan hanya 7 siswa (21,88%) yang masih berada di bawah nilai 75. Hasil ini menunjukkan bahwa penerapan metode demonstrasi yang telah diperbaiki dan ditingkatkan dalam Siklus II berhasil memberikan dampak yang jauh lebih positif pada pemahaman dan keterampilan siswa. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan ini adalah perbaikan dalam cara penyampaian materi dan pemberian kesempatan yang lebih banyak bagi siswa untuk berlatih. Selain itu, umpan balik yang lebih terarah dari guru juga membantu siswa dalam memperbaiki kesalahan-kesalahan teknis yang mereka lakukan selama praktik. Guru yang menunjukkan gerakan secara langsung dan memberikan contoh yang jelas memungkinkan siswa untuk lebih mudah memahami teknik chest pass serta meningkatkan keterampilan motorik mereka dalam melakukan gerakan tersebut.

Peningkatan hasil belajar ini juga dapat dilihat dari aspek afektif dan psikomotor siswa. Pada aspek afektif, metode demonstrasi membantu siswa untuk lebih aktif dan berpartisipasi dalam proses pembelajaran. Mereka menjadi lebih percaya diri untuk mencoba gerakan yang diajarkan karena melihat contoh yang jelas dari guru. Hal ini berpengaruh pada motivasi dan sikap positif siswa terhadap pelajaran, yang pada gilirannya meningkatkan kualitas proses belajar mereka. Dari segi psikomotor, penerapan metode demonstrasi memungkinkan siswa untuk secara langsung berlatih dan merasakan gerakan tubuh yang benar dalam melakukan chest pass, sehingga keterampilan motorik mereka berkembang dengan lebih baik.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa metode demonstrasi merupakan pendekatan yang efektif untuk meningkatkan hasil belajar siswa, terutama dalam pembelajaran keterampilan praktis seperti chest pass dalam bola basket. Peningkatan ketuntasan belajar antara Siklus I dan Siklus II membuktikan bahwa dengan penerapan metode yang tepat, didukung oleh evaluasi dan refleksi yang terus-menerus, siswa dapat mencapai tingkat pemahaman dan keterampilan yang lebih baik. Oleh karena itu, penggunaan metode demonstrasi dalam pembelajaran PJOK, khususnya dalam materi bola basket, dapat dijadikan strategi yang efektif untuk meningkatkan hasil belajar siswa secara keseluruhan.

Selain itu, penelitian ini juga memberikan gambaran bahwa dalam pembelajaran, aspek kognitif, afektif, dan psikomotor harus diperhatikan secara seimbang, karena ketiga aspek ini saling berkaitan dan mendukung proses belajar siswa. Dengan demikian, keberhasilan ini tidak hanya dapat dilihat dari peningkatan nilai kognitif siswa, tetapi juga dari peningkatan sikap dan keterampilan praktis mereka yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam berolahraga.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode demonstrasi dalam pembelajaran bola basket, khususnya pada materi chest pass, efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa kelas V UPT SPF SDN Kompleks IKIP. Terjadi peningkatan signifikan pada ketuntasan belajar siswa antara Siklus I dan Siklus II, dari 37,50% menjadi 78,13%. Hal ini menunjukkan bahwa metode demonstrasi mampu

membantu siswa memahami dan menguasai teknik chest pass dengan lebih baik, baik dari aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor. Oleh karena itu, metode demonstrasi dapat dijadikan strategi yang efektif dalam pembelajaran keterampilan olahraga.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung saya dalam penyusunan skripsi ini. Terutama kepada pihak Sekolah SD Kompleks IKIP, yang telah memberikan kesempatan, fasilitas, serta dukungan yang sangat berharga selama proses penelitian. Saya juga berterima kasih kepada kepala sekolah, guru-guru, dan staf yang telah memberikan bantuan informasi dan data yang dibutuhkan. Tak lupa, ucapan terima kasih saya sampaikan kepada dosen pembimbing lapangan yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi yang luar biasa selama proses penyusunan skripsi ini. Saya juga berterima kasih kepada keluarga dan teman-teman yang selalu memberikan dukungan dan semangat, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi positif bagi perkembangan dunia pendidikan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Al Mubarroh, N. R., Wibowo, S., & Zakaria, M. R. (2024). Penerapan Pembelajaran Berbasis Permainan Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa pada Materi Gerak Lokomotor. *Jurnal Intelek Dan Cendikiawan Nusantara*, 1(4), 5708–5718.
- Arikunto, S. (2021). *Dasar-dasar evaluasi pendidikan edisi 3*. Bumi Aksara.
- Azis, S. (2021). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Chest Pass Dalam Permainan Bola Basket Dengan Menggunakan Media Audio Visual Pada Siswa Kelas X Sman 2 Luwu Tahun Ajaran 2019/2020*. UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO.
- Idris, A., Sungkowo, S., & Setyaningsih, P. (2024). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Chest Pass Bola Basket Melalui Media Audiovisual. *Prosiding Webinar Penguatan Calon Guru Profesional*, 81–88.
- Indarto, J. (2013). *Meningkatkan Hasil Belajar Chest Pass Bola Basket Melalui Penerapan Model Pembelajaran Student Teams-Achievement Divisions Pada Siswa Kelas Vi Sd Muhammadiyah 3 Kecamatan Banjarsari Kota Surakarta Tahun Pelajaran 2012/2013*.
- Liwa’ul Hamdi, S. (2023). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Chest-Pass Dalam Bola Basket Melalui Penerapan Metode Pembelajaran Resprokal Dan Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas IX MTS Swasta Islamiyah Belawan*.
- Nugroho, A., & Raharjo, F. M. (2019). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Passing Chest Pass Dalam Bermain Bola Basket Dengan Penerapan Variasi Pembelajaran Dan Modifikasi Bola Siswa Kelas VIII SMP Santa Maria Medan Tahun Ajaran 2019/2020. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 7(1), 24–29.
- Salahuddin, H., & Raharjo, H. P. (2024). UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR CHEST PASS DALAM PERMAINAN BOLA BASKET DENGAN MENGGUNAKAN AUDIO VISUAL PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 3 SEMARANG. *Prosiding Webinar Penguatan Calon Guru Profesional*, 714–721.
- Syaifudin, S. (2021). Penelitian Tindakan Kelas. *Journal Of Islamic Studies*, 1(2).