



Efetifitas Modifikasi Bola Karet terhadap Hasil *Shooting* dalam Pembelajaran Permainan Bola Tangan (Penelitian Tindakan Kelas pada Kelas X SMA Negeri 15 Surabaya)

Hayati^{1*}, Hanipah², Ardhana Hari Pangestu³, Aris Joko Cahyono⁴, Favian Revananda⁵,
Diah Novita Anggraini⁶, Hafish Adji Prasetya⁷, Eko Yulianto⁸, Bambang Yudi Erwanto⁹

¹⁻⁹Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Indonesia

Email: hayati@unipasby.ac.id¹, hanipah563@gmail.com²,
ardhanahp14@gmail.com³, arisdysn@gmail.com⁴, favianreva04@gmail.com⁵, diah5802@gmail.com⁶,
hafish.adji98@gmail.com⁷, ekoyuliantomm@gmail.com⁸, bambangerwanto17@guru.sma.belajar.id⁹

Korespondensi penulis: hayati@unipasby.ac.id*

Abstract. *Limited infrastructure is one of the issues affecting the continuity of education in Indonesia. The unequal distribution of facilities in schools undoubtedly makes the learning process less effective and impacts students' learning outcomes. This is particularly evident in physical education, sports, and health lessons, which require equipment for the learning process. The lack of equipment prevents the expansion of sports education and the introduction of other sports as part of the curriculum. One example is handball, which is rarely taught in schools due to the lack of balls. As a result, some schools resort to using other balls, such as volleyballs, to teach handball. Using a volleyball in handball lessons is ineffective, especially when it comes to shooting. This issue led the researcher to consider modifying the handball with a rubber ball, which is easy to find and resembles the size of a real handball. The researcher then implemented this modification in a two-cycle action research study. The results from the pre-cycle assessment showed that only 2 out of 35 students passed the shooting test. In terms of percentage, this means only about 6% of the students were able to shoot well. Following this, the researcher took action in the first cycle, and 19 students passed, about 54% of the sample. Since the results were still considered suboptimal, the researcher proceeded with the second cycle, where 32 students passed, around 91% of the sample.*

Keywords: *Handball Learning, Rubber Ball Modification, Shooting.*

Abstrak. Keterbatasan sarana prasarana merupakan bagian yang menjadi salah satu permasalahan pada keberlangsungan pendidikan di Indonesia. Tidak meratanya fasilitas pada setiap sekolah tentu saja membuat keberlangsungan pembelajaran tidak maksimal dan mempengaruhi hasil belajar siswa. Terutama keberlangsungan pada mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang sangat membutuhkan alat dalam pembelajarannya, dengan keterbatasan alat membuat pembelajaran olahraga tidak bisa melebarkan sayapnya memperkenalkan olahraga yang lain bisa dijadikan bahan pembelajaran saat pelaksanaannya. Salah satu contohnya adalah olahraga permainan bola tangan yang jarang diterapkan disekolah karena keterbatasan tidak memiliki bola. Hal ini membuat beberapa sekolah yang tetap memasukan pembelajaran bola tangan dengan menggunakan bola lain seperti bola voli. Pemakaian bola voli dalam pembelajaran bola tangan sangat tidak efektif dalam hasil belajar terutama pada saat shooting dari kasus ini akhirnya peneliti tertarik memodifikasi bola tangan menggunakan bola karet yang dapat mudah ditemui dan menyerupai ukuran bola aslinya sehingga dari kasus tersebut peneliti mencoba melakukan penerapan modifikasi dalam penelitian tindakan yang dilakukan dalam 2 siklus. Dimana dari hasil penilaian shooting saat pra siklus yang hanya terdapat 2 siswa yang dinyatakan lulus dari 35 total sampel yang digunakan. Jika dilihat dari persentasi berarti hanya sekitar 6% siswa yang mampu melakukan shooting dengan baik. Dari hasil tersebut dilakukan lah tindakan pada siklus I dan mendapatkan 19 siswa lulus sekitar 54% dari sample yang ada dikategorikan lulus. Dari tindakan pertama yang dirasa masih bisa mendapatkan hasil maksimal akhirnya peneliti melakukan tindakan pada siklus II dengan hasil 32 siswa dinyatakan lulus atau sekitar 91% sample dengan kriteria lulus.

Kata kunci: Pembelajaran Bola Tangan, Modifikasi Bola Karet, Lemparan.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan di Indonesia merupakan wadah dalam membengun generasi berkualitas bagi bangsa. Pendidikan tidak hanya diartikan sebagai tempat belajar yang berkaitan dengan pengetahuan melainkan lebih dari itu. Keberhasilan pendidikan sendiri salah satunya dipengaruhi oleh proses pembelajaran yang berkualitas, proses pembelajaran yang menyongsong peserta didiknya. Faktor lainnya ialah tenaga pendidik yang berkualitas dan memiliki prinsip manajemen dalam rangka perubahan yang bermutu (Arnita Niroha Halawa & Dety Mulyanti, 2023). Namun pada praktiknya pembelajaran dalam dunia pendidikan masih memiliki kelemahan. Sering kali Pembelajaran diartikan hanya meningkatkan pengetahuan padahal pembelajaran seharusnya memuat semua aspek perkembangan siswa baik secara kognitif, afektif maupun psikomotor. Darly Siedentop (dalam Abduljabar, 2011), bahwa perkembangan sosial, penguasaan pengetahuan, dan kebugaran bisa didapatkan melalui pendidikan melalui jasmani, maka dari itu pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran yang sangat dibutuhkan dalam aspek pendidikan. Namun (Lesmana et al., 2024) mengatakan secara umum kesalahan yang sering terjadi banyak orang yang menfanggap pendidikan jasmani hanya mencakup aktivitas jasmani.

Pembelajaran pendidikan jasmani lebih dikenal dengan mata pelajaran PJOK (Pendidikan, Jasmani Olahraga dan Kesehatan dimana mata pelajaran ini berfokus pada kebugaran dan kesehatan siswa. Pembelajaran PJOK disekolah sangat khas dengan praktik berbagai jenis olahraga namun terkadang tidak semua sekolah dapat melakukan pembelajaran dengan baik salah satunya adalah ketidak merataan fasilitas yang ada disekolah. Kondisi sarana prasarana yang terbatas dapat menghambat pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah (Widiastuti, 2019). Keterbatasan sarana prasarana bisa menjadikan peserta didik tidak dapat menjalani proses pembelajaran dengan baik. Pada mata pelajaran PJOK sendiri materi pembelajarannya menggunakan banyak jenis aktivitas dan permainan sehingga membutuhkan sarana dan prasarana yang mendukung. Dalam keadaan seperti ini keprofesionalan guru harus ditunjukan bukan hanya dari menguasai materi ajar secara luas dan mendalam dalam hal ini guru dituntut mempersiapkan bahan ajar sesuai dengan substansi keilmuan yang dimilikinya dengan kondisi yang ada (Raibowo et al., 2019). Salah satu materi pelajaran yang ada pada pembelajaran PJOK adalah permainan invas bola tangan.

Bola tangan adalah permainan invasi yang masuk dalam kurikulum pembelajaran dimana bola tangan sendiri adalah olahraga beregu yang dimainkan oleh 7 orang pemain dengan satu penjaga gawang yang setiap regunya berusaha memasukan bola ke gawang lawan (Ningrum, 2021). Cara bermain pada permainan bola tangan sendiri menyerupai teknik dasar

pada permainan basket yaitu passing, dribble dan shooting yang sering digunakan pada permainan bola tangan Gumantan dan Mahfudz, (2018) (dalam Ningrum, 2021). Sedangkan (Bambang, 2018) menyebutkan teknik dasar pada bola tangan terdiri dari teknik melempar menangkap, teknik *dribble* bola, teknik menembak (*shooting*) teknik irama tangan dan langkah, teknik lempar jatuhkan dan teknik bendungan (*block*). Dalam pembelajaran olahraga di sekolah pembelajaran bola tangan sendiri memasukan teknik-teknik dasar sebagai pengetahuan dasar para siswa terhadap olahraga bola tangan. Salah satu teknik yang sering digunakan dalam pembelajaran bola tangan di sekolah adalah *shooting*, *shooting* sendiri adalah salah satu keterampilan yang harus dikuasai karena selaras dengan tujuan permainan bola tangan yaitu memasukan bola sebanyak mungkin pada gawang lawan (Sambutan, 2016). Permainan bola tangan pada pembelajaran olahraga sendiri jarang banyak yang menerapkan karena tidak semua sekolah memiliki bola tangan yang biasa dipakai dalam pertandingan. Keterbatasan inilah yang menyebabkan bola tangan jarang ada dalam pembelajaran permainan invasi. Jikapun ada yang menerapkan permainan bola tangan biasanya bolanya menggunakan bola voli sebagai alternatifnya.

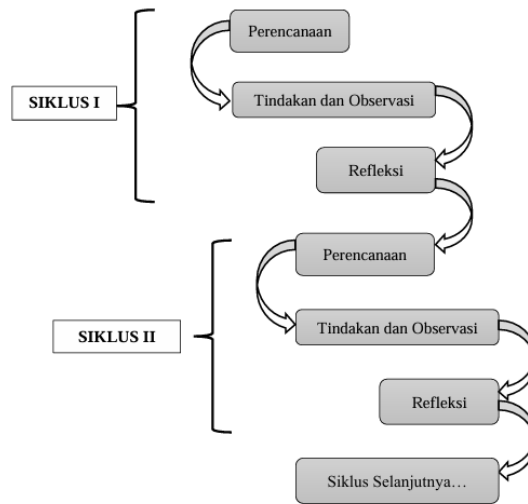
Namun penggunaan bola voli sebagai alternatif dalam pembelajaran bola tangan tidak sepenuhnya bisa mengatasi dalam pembelajaran terutama dalam keterampilan *shooting*, ukuran bola voli yang terlalu besar menyulitkan penerapan keterampilan shooting pada pembelajaran bola tangan hal ini disebabkan karena shooting pada bola tangan biasanya diarahkan dengan pergelangan tangan dengan jari-jari mencengkram kuat pada kulit bola. Permukaan kulit pada bola voli juga sulit untuk dicengkram oleh tangan yang tidak terbiasa mencengkramnya hal ini membuat tidak efektifnya keterampilan shooting pada permainan bola tangan. Dari kasus yang di dapatkan oleh peneliti ini membuat peneliti tertarik memodifikasi bola yang digunakan pada pembelajaran bola tangan di SMAN 15 Surabaya yang juga menerapkan permainan bola tangan menggunakan bola voli yang dimodifikasi menggunakan bola karet yang menyerupai ukuran bola tangan yang sebenarnya. Modifikasi menurut (Budi, 2021) usaha untuk mengubah atau menyesuaikan. Modifikasi pada penelitian ini dilakukan untuk melihat efektivitas hasil belajar siswa dalam permainan invasi bola tangan terutama dalam keterampilan shooting. Teknik shooting sendiri adalah salah satu teknik yang sangat utama untuk keberhasilan permainan bola tangan jika dilaksanakan dalam bentuk pertandingan oleh karena itu teknik ini dijadikan salah satu penilaian pada pembelajaran bola tangan (Anggraini & Widodo, 2022). Maka dari itu penelitian ini dilakukan dalam penelitian tindakan kasus dengan mengangkat studi kasus yang terjadi di SMA Negeri 15 Surabaya

seberapa efektif modifikasi bola karet terhadap hasil belajar shooting pada permainan bola tangan.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas atau *classroom action research*, dimana penelitian ini menggabungkan tindakan nyata dengan prosedur penelitian yakni tindakan yang disiplin melalui penyelidikan pribadi untuk memahami proses perbaikan dan reformasi (Purwanto, 2008). Menurut (Leony Sanga Lamsari, 2019) jenis penelitian ini mampu menawarkan cara dan prosedur baru untuk memperbaiki dan meningkatkan profesionalisme pendidik dalam proses belajar mengajar di kelas dengan melihat pada siswa. Penelitian tindakan kelas sendiri dipilih karena mengangkat masalah yang dialami peneliti saat pembelajaran keterampilan shooting pada permainan bola tangan. Tujuan penelitian tindakan kelas menurut (Sri Astutik et al., 2021) adalah untuk perbaikan/ peningkatan praktik pembelajaran secara berkesinambungan yang pada dasarnya melekat pada misi guru profesional. Penelitian ini sendiri sebagai bukti bahwa gurunya berinovasi dalam meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah (Utomo et al., 2024). Penelitian ini dilakukan di SMAN Negeri 15 dengan dua siklus dimana populasi yang diambil adalah siswa kelas X, Sugiyono (2018) mengartikan populasi sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas: *obyek/subyek* yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dari populasi tersebut ditarik satu kelas sampel yang merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2018). Kelas yang digunakan pada sampel ini adalah kelas X-1 dengan jumlah sampel sebanyak 35 siswa yang dipilih dengan pertimbangan tertentu atau *purposive sampling*.

Penelitian ini dilakukan dua siklus dengan desain dari model Stephen Kemmis dan Robin McTaggart (dalam Purwanto, 2008), dimana model ini mempunyai tiga komponen yaitu *planning*, *action (observing)* dan *reflecting*. Perbedaan model ini dengan model penelitian tindakan kelas lainnya adalah tidak adanya pembatasan siklus tergantung dari peningkatan yang ingin diperoleh. Desain dari model Mc Taggart digambarkan dalam diagram sistematis pada gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 1. Desain diagram Langkah-langkah PTK model Kemmis dan McTaggart
Sumber gambar: (Purwanto, 2008)

Penelitian tindakan kelas yang dilakukan oleh peneliti nantinya akan melihat efektivitas hasil belajar siswa dari modifikasi bola tangan menggunakan bola karet yang dilihat peningkatan hasil dari observasi awal, tindakan siklus 1 dan tindakan siklus 2 yang telah dilakukan.

3. HASIL dan PEMBAHASAN

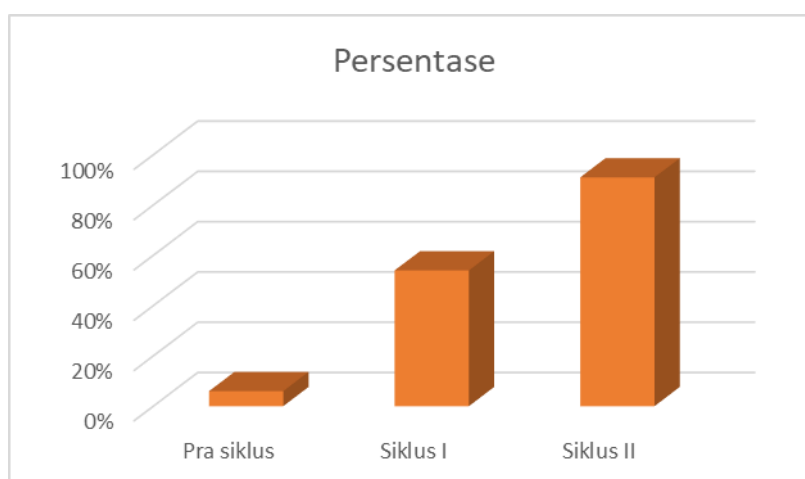
Penilaian hasil belajar dalam shooting pada permainan bola tangan ini dilakukan dengan tes ketepatan shooting pada titik-titik gawang yang telah ditentukan dengan jarak yang sama. Observasi dari hasil awal dimana masih menggunakan bola voli sebagai media pembelajaran terlihat sangat kesulitan sehingga akhirnya peneliti memodifikasi menggunakan bola karet dan dilihat efektivitas dari penggunaan bola karet terhadap hasil shooting dalam pembelajaran permainan bola tangan. Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus dengan acuan penilaian KKM yang ada pada tempat peneliti yaitu SMA Negeri 15 Surabaya yang telah dipilih sebagai sampel sebanyak 35 siswa dari kelas X-1 dengan hasil yang di paparkan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Data Perbandingan Hasil Tindakan

No	Nilai KKM	Pra siklus		Siklus I		Siklus II		Keterangan
		F	%	F	%	F	%	
1	< 78	33	94%	16	46%	3	9%	Belum Lulus
2	>78	2	6%	19	54%	32	91%	Lulus
Jumlah		35	100%	35	100%	35	100%	

Hasil data diatas menunjukan bahwa dari hasil nilai pra siklus di dapatkan hanya 2 orang yang lulus dari jumlah total 35 siswa jika dipersantasekan hanya 6% siswa yang lulus dari batas KKM yang ada pada pembelajaran. Setelah dilakukan prosedur tindakan pada siklus I dimana sudah dimasukan nya modifikasi bola karet pada pembelajaran terlihat sebanyak 19

siswa lulus dan 16 siswa belum lulus dapat diartikan sekitar 54% dari total siswa sudah ada dalam kriteria lulus. Hasil dari siklus 1 ini dirasa belum cukup efektif akhirnya peneliti melakukan tindakan siklus II dimana dari hasil tindakan yang dilakukan pada siklus II dari 35 siswa terdapat 32 siswa yang sudah memenuhi kriteria lulus atau sekitar 91% dari jumlah sampel. Dari hasil pada tabel diatas dapat disimpulkan bahwa dengan modifikasi bola karet pada pembelajaran permainan bola tangan sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar shooting. Untuk lebih jelas persentase peningkatan keberhasilnya digambarkan dalam diagram batang pada gambar 2 berikut



Gambar 2. Diagram Persentase Hasil Belajar Shooting

Dari gambar 2 dapat dilihat hasil persentase diagram dari pra siklus, siklus I dan siklus II bahwa terjadi peningkatan yang efektif dalam hasil belajar shooting dalam permainan bola tangan dari modifikasi bola karet yang telah diterapkan.

4. KESIMPULAN

Dari kasus yang terjadi pada pembelajaran bola tangan yang ada pada dasarnya efek dari sarana prasarana yang tidak memiliki fasilitas yang lengkap dalam pembelajaran hingga saat ini masalah keterbatasan sarana dan prasarana adalah problem yang dimiliki pada pendidikan yang ada di Indonesia. Dari sinilah terkadang hasil belajar siswa menjadi tidak efektif dan banyak mengalami ketidakpuasan dari hasil pembelajaran yang diberikan. Alternatif modifikasi bola tangan yang dilakukan oleh peneliti di SMA Negeri 15 Surabaya adalah jawaban dari studi kasus yang terjadi dalam pembelajaran, dimana yang awalnya pembelajaran bola tangan menggunakan bola voli dirubah menjadi menggunakan bola karet.

Dengan melakukan penelitian tindakan kelas dengan desain Stephen Kemmis dan Robin McTaggart (dalam Purwanto, 2008) yang diawali dengan perencanaan, tindakan dan observasi dan refleksi yang dilakukan selama II siklus pembelajaran didapatkan hasil berupa data kelulusan pembelajar dari mulai pra siklus yang hanya terdapat 2 orang siswa yang berhasil melakukan shooting dengan mendapatkan hasil di atas KKM dan 33 lainnya dinyatakan tidak lulus tingkat kelulusanya hanya sekitar 6% dari jumlah total siswa yang menjadi sampel. Lalu dilakukantindakan siklus I dimana tingkat kelulusan siswa naik menjadi 54% siswa dan dilakukan siklus ke II mendapatkan nhasil 91% siswa dinyatakan lulus dari hasil belajar shooting pada permainan bola tangan. Jika dilihat dari peningkatan persentase keberhasilan dapat ditarik Kesimpulan bahwa modifikasi bola karet sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar shooting dalam permainan bola tangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2011). Pengertian pendidikan jasmani. *Ilmu Pendidikan*, 1991, 36. <http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR. PEND. OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG ABDULJABAR/Pengertian Penjas.pdf>
- Anggraini, S. T., & Widodo, A. (2022). Analisis keterampilan teknik shooting cabang olahraga bolatangan pada pertandingan final antara tim Norwegia vs Denmark di IHF World Handball Championship 2019. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(2), 127–136.
- Astutik, S., Subiki, & Bektiarso, S. (2021). Pelatihan penelitian tindakan kelas (PTK) bagi guru SMAN Panarukan Situbondo. *Jurnal Inovasi Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 54–62. <https://doi.org/10.53621/jippmas.v1i1.5>
- Bambang, H. (2018). Modifikasi permainan bola tangan terhadap hasil belajar passing dalam pembelajaran bola tangan mahasiswa. *Wahana Didaktika*, 16(1), 35–41.
- Budi, D. R. (2021). *Modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani*.
- Halawa, A. N., & Mulyanti, D. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan kualitas mutu instansi pendidikan dan pembelajaran. *Inspirasi Dunia: Jurnal Riset Pendidikan dan Bahasa*, 2(2), 57–64. <https://doi.org/10.58192/insdun.v2i2.757>
- Lamsari, L. S. (2019). Peningkatan konsentrasi belajar mahasiswa melalui pemanfaatan evaluasi pembelajaran Quizizz pada mata kuliah Kimia Fisika I. *Jurnal Dinamika Pendidikan*, 12(1), 29–39.
- Lesmana, G., Subroto, T., & Rahmat, A. (2024). Efektivitas model pengembangan research and development permainan bola tangan pada pembelajaran penjas: Systematic literature review. *Jurnal Porkes*, 7(1), 277–287. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i1.25155>
- Ningrum, O. D. P. (2021). Model latihan teknik dasar permainan bola tangan under 12. *Jurnal Edukasimu*, 1(2), 1–8. <http://edukasimu.org/index.php/edukasimu/article/view/26>

- Purwanto, N. A. (2008). Peningkatan profesionalisme guru. *Foundasia*, 1(9). <https://doi.org/10.21831/foundasia.v1i9.5871>
- Raibowo, S., Nopiyanto, Y. E., & Muna, M. K. (2019). Pemahaman guru PJOK tentang standar kompetensi profesional. *Journal of Sport Education (JOPE)*, 2(1), 10–15. <https://doi.org/10.31258/jope.2.1.10-15>
- Sambutan, K. (2016). *Referensi bola tangan*. Universitas PGRI Palembang.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Utomo, P., Asvio, N., & Prayogi, F. (2024). *Metode penelitian tindakan kelas (PTK): Panduan praktis untuk guru dan mahasiswa di institusi pendidikan*. Pubmedia Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Indonesia, 1(4), 19. <https://doi.org/10.47134/ptk.v1i4.821>
- Widiastuti. (2019). Mengatasi keterbatasan sarana prasarana pada pembelajaran pendidikan jasmani. *Polyglot: Jurnal Ilmiah*, 15(1), 140–155.