

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan salah satu bagian pendidikan yang sangat berperan penting dan tidak dapat dipisahkan dari tujuan pendidikan pada umumnya. Secara spesifik, pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang mengutamakan aktivitas gerak tubuh yang di dalamnya terkandung banyak tujuan. Melalui pembelajaran pendidikan jasmani, dikembangkan aspek fisik, gerak, sosial, dan emosional, maka dapat memberikan kontribusi pada pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Pendidikan olahraga adalah satu arti pengalaman belajar kerjasama bagi siswa”. Oleh karena itu pendidikan jasmani harus diutamakan mengingat mempunyai tujuan yang penting dalam pengembangan pembelajaran.

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang utama untuk menunjang prestasi siswa. Kristiyanto (2010:2012) mengungkapkan “Untuk menciptakan proses pembelajaran yang sehat dalam dunia pendidikan harus meliputi beberapa hal sebagai berikut: 1) Anak Didik, 2) Pendidik, 3) Tujuan Pendidikan, 4) Alat Pendidikan, dan 5) Lingkungan Pendidikan”.

Komponen-komponen di atas harus ada didalam berlangsungnya suatu pendidikan, jadi pendidikan tidak akan berarti apabila tidak ada yang di didik, demikian pula dengan pendidikan juga tidak akan berjalan apabila tidak ada yang menjalankan pendidikan tersebut, serta pendidikan tidak ada gunanya kalau tidak ada tujuan. Pendidikan jasmani di sekolah harus memenuhi konsep-konsep diatas, dan mempunyai tujuan tertentu yang mengarah ke tujuan pendidikan, yaitu meningkatkan kesegaran jasmani dan daya tahan tubuh siswa. Bugarnya kondisi siswa dapat mempengaruhi tingkat belajar siswa serta minat dalam mengikuti pembelajaran.

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan tunggal yang cakupannya cukup luas dalam upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani. Rahayu (2013:7) mengatakan “pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara statistic bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perceptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional”. Maka dari itu pendidikan olahraga merupakan pendidikan yang utama untuk menunjang prestasi siswa dan di dalam kurikulum pendidikan jasmani diajarkan berbagai macam cabang olahraga. Namun materi yang diajarkan dalam pendidikan jasmani didasarkan pada jenjang pendidikan masing-masing. Artinya, materi pendidikan jasmani antara jenjang pendidikan paling bawah Sekolah Dasar (SD) berbeda dengan Sekolah Menengah Pertama (SMP) maupun Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Kejuruan (SMK).

Permainan bola basket diciptakan oleh seorang guru bernama James Naismith. Pria asal Kanada ini mengajar pada sebuah perguruan tinggi bernama YMCA (*Young Mens Christian Association*), sekolah tinggi bagi umat kristiani, yang terletak di Springfield, Massachusetts, Amerika Serikat pada tahun 1981. Ia dilahirkan pada 6 November 1861 di Ontario, Amerika Serikat. Di YMCA Ia harus membuat sebuah permainan yang dapat dijadikan kegiatan pengisi waktu luang pada saat musim liburan, karena pada saat itu adalah musim dingin. Ia pun teringat pada sebuah permainan yang pernah dimainkan semasa kecilnya di Ontario. Permainan ini menggunakan bola dan sebuah keranjang yang menempel di bagian atas dinding. Naismith pun mencoba mengaplikasikan permainan ini pada anak didiknya dengan mengubah serta memodifikasi permainannya.

Nama basket pun berasal dari seorang anak didiknya yang menyebut ‘Basket’ untuk keranjang pada permainan bola basket ini. Pada awal kemunculannya, bola basket sempat mengalami beberapa penolakan karena dianggap bukan olahraga yang sesuai untuk dimainkan di dalam ruangan tertutup. Namun karena kepiawaianya merancang permainan ini, idenya

dapat diterima. Hingga pada tanggal 20 Januari 1892, kejuaraan resmi bola basket pun digelar. Dahulu, jumlah pemain setiap timnya berjumlah 9 orang dan tidak ada teknik *dribble*. Namun, kini peraturan permainan telah diubah sebaik mungkin.

Rahmani (2014:52) mengatakan “*lay up* merupakan teknik yang dilakukan sebagai salah satu usaha untuk mencetak angka dengan memasukan bola kedalam keranjang. Teknik ini dilakukan dengan rangkaian tahapan. Melakukan dua sampai tiga langkah dan jika sudah berada dekat ring basket, dilakukan loncatan dan membuat poin”.

Gerak dasar bola basket di bagi menjadi memegang bola, mengoper bola, menggiring bola serta tembakan (*shooting*). Teknik dasar tersebut di kemukakan oleh Rahmani (2014:51). Tembakan *lay up* ini adalah yang paling aman dan paling efektif kalau pemain yang memegang bola tadi tidak dibayangi lawan. Pemain-pemain muda seringkali kehilangan kesempatan bagus ini, dan melakukan tembakan berulang kali karena mereka tidak mampu melokasi letak ring yang tepat dengan matanya. Biasanya ini disebabkan karena mereka terlalu sibuk bekerja keras mengontrol bola. Kalau kemampuan mengontrol bola dan berbagai gerakan berpindah tempat sudah dipelajari secara detail, dengan melakukan berbagai latihan *dribbling* dan mengoperkan bola, masalah ini sebenarnya sudah banyak di tanggulangi.

Ada beberapa hal yang bisa mempengaruhi hasil dari tembakan ke ring basket. Faktor-faktor tersebut adalah jarak, mobilitas, sikap penembak, ulangan tembakan, serta situasi dan suasana saat melakukan tembakan. Tembakan *lay up* adalah jenis tembakan yang dilakukan sedekat mungkin dengan ring yang didahului dengan lompat-langkah-lompat. Tembakan *lay up* dapat dilakukan dengan didahului berlari, menggiring atau memotong kemudian berlari dan menuju ke arah ring. Dalam melakukan tembakan *lay up* sebaiknya dilatih terlebih dahulu, sebelum dilaksanakan pada saat bermain sesungguhnya. Hal tersebut dikarenakan *lay up* memerlukan langkah dua atau lompat-langkah-lompat, yang akan berakibat melakukan pelanggaran.

Vera (2012:126) mengungkapkan manfaat metode permainan adalah : “Para siswa di ajak bermain untuk memperoleh atau menemukan pengertian dan konsep”. Pendekatan permainan adalah untuk meningkatkan kesadaran siswa tentang konsep bermain melalui penerapan teknik yang tepat sesuai dengan masalah atau situasi dalam permainan sesungguhnya”. Pendekatan permainan menuntut kesadaran bermain bagi siswa yaitu kemampuan untuk mengidentifikasi masalah-masalah taktik yang muncul selama permainan berlangsung. Keunikan dari kegiatan bermain terletak pada proses yaitu, permainan memberikan keputusan dan menerapkan suatu teknik secara tepat dan benar dalam situasi yang berubah-ubah. Metode permainan dalam pengajaran di luar kelas juga mampu mengembangkan kreativitas siswa. Artinya, mereka bisa menguasai pelajaran tidak hanya dengan cara membaca dan mendengarkan keterangan guru, melainkan dengan cara bermain dan dengan kerja keras. Ingatlah bahwa dalam permainan juga tercermin kerja keras.

Kenyataan dilapangan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, khususnya dalam materi *lay up* bola basket, guru cenderung melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan teknis dalam suatu cabang olah raga. Artinya, guru masih menitikberatkan pada penguasaan teknik kecabangan yang menimbulkan proses pembelajaran yang monoton bagi siswa dan kurang mementingkan kemampuan pemahaman siswa terhadap hakekat pendidikan jasmani itu sendiri. Penerapan pendekatan teknis akan menyulitkan siswa dalam memahami makna permainan dalam suatu cabang olahraga, dampaknya siswa tidak tertarik pada proses pembelajaran. Pada proses pembelajaran juga guru sering menggunakan metode demonstrasi yang sangat sering digunakan dan pada dasarnya sudah secara umum dipakai dalam proses pembelajaran. Suasana yang kurang menyenangkan dan menggembirakan tersebut akan membuat siswa kurang termotivasi dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani di sekolah atau di luar sekolah.

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang terpenting dari proses secara keseluruhan yang pola pencapaian tujuannya menggunakan aktivitas jasmani, sedangkan sasaran tujuan pendidikan jasmani yang ingin di capai meliputi tujuan dari segi akfektif, kognitif, dan psikomotorik. Psikomotorik dapat diartikan sebagai aspek yang menyangkut keterampilan motorik seperti gerak tubuh, prilaku bicara. Melihat pendidikan jasmani baik dari segi pola pencapaian tujuan maupun tujuan yang ingin dicapai, maka perlu peninjauan yang lebih mendalam tentang pendidikan jasmani supaya nantinya tujuan pendidikan jasmani tersebut benar-benar memenuhi sasaran. Sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani maka faktor anak didik (siswa) merupakan faktor yang dijadikan objek dalam pelaksanaan proses belajar mengajar pendidikan jasmani.

Permainan basket bisa dijadikan pembelajaran kepada siswa yaitu dikenalkan teknik dasar *lay up* yang merupakan gerakan kombinasi yang sering menjadi sebuah kesulitan bagi siswa saat dalam permainan. Tidak jarang siswa sekolah tidak mampu melakukan *lay up* dan bahkan masih banyak diantara mereka yang belum mengetahui dan mengusai teknik *lay up* dengan benar. Saat observasi memang ada siswa yang mampu berhasil melakukan gerakan *lay up*, walaupun proses pelaksanaannya masih belum memperhatikan cara yang benar saat melakukan gerakan. Tetapi sebagian besar siswa mendapatkan hasil yang belum maksimal dalam melakukan *lay up* dengan baik.

Kendala yang sering dihadapi siswa dalam proses belajar gerakan *lay up* adalah, siswa belum mampu melakukan gerakan *lay up* disebabkan oleh beberapa faktor misalnya, siswa kesulitan mengatur langkah dan tidak bisa mengontrol kecepatan berlari sehingga kehilangan *timing*, siswa kesulitan dalam proses melompat untuk melakukan gerakan *lay up*, siswa kesulitan untuk melepaskan bola dan mendarat serta banyak siswa juga yang kurang memiliki minat untuk bermain basket. Untuk itu perlu langkah-langkah yang tepat sesuai dengan kondisi siswa dan keadaan yang terjadi di lapangan.

Faktanya di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah, lapangan basket baru di bangun pada tahun 2013, atau sekitar dua tahun. Dan siswa-siswi kelas XC pada dasarnya berasal dari berbagai daerah dan sekolah yang berbeda, yang pada umumnya belum memiliki fasilitas penunjang dalam olahraga bola basket, sehingga banyak dari siswa yang belum mengetahui teknik permainan bola basket.

Pembelajaran dalam bentuk permainan merupakan salah satu cara untuk mengatasi kesulitan dalam belajar *lay up* bola basket, Jika permainan sesungguhnya di anggap sebagai kendalanya. Harapan yang diharapkan untuk memberi kemudahan dalam pembelajaran *lay up* bola basket dapat dilakukan dengan cara bermain. Pembelajaran *lay up* bola basket menggunakan pendekatan permainan yang digunakan merupakan cara untuk mengatasi kesulitan-kesulitan dan minat siswa dalam mengikuti pembelajaran *lay up* bola basket di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah.

Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) di sekolah, menuntut guru untuk bersikap aktif, kreatif, inovatif dan kompetitif dalam menanggapi setiap pelajaran yang diajarkan. Setiap siswa harus dapat memanfaatkan ilmu yang diperolehnya dalam proses pembelajaran yang terjadi memposisikan siswa sebagai pendengar ceramah guru. Akibatnya, proses belajar mangajar cenderung membosankan dan menjadikan siswa malas belajar.

Melihat kondisi seperti diatas, peneliti merancang jenis permainan yang peneliti anggap mampu untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *lay up* dalam permainan bola basket. Di tinjau dari hasil observasi sebagian besar siswa mengalami masalah pada saat mengatur langkah dan menentukan kapan saatnya melakukan gerakan *lay up*. Melihat masalah tersebut peneliti membuat permainan yang sesuai dengan keadaan dan permasalahan di lapangan, sehingga cocok untuk media pembelajaran. Guru menciptakan permainan-permainan dengan tujuan untuk mempermudah siswa mengatur langkah saat *lay up*, yaitu menentukan kapan saatnya melompat untuk memasukkan bola ke ring, dengan demikian ada panduan bagi siswa untuk melakukan gerakan. Permainan-permainan tersebut juga berfungsi

untuk menentukan jarak yang pas antara siswa dan ring, sehingga tidak kejauhan atau bahkan terlalu dekat dengan ring. Karena kondisi tersebut akan mempengaruhi dari hasil dan proses *lay up* tersebut.

Guru harus kreatif dalam pendekatan permainan dalam pembelajaran agar siswa tidak bosan dalam melaksanakan pembelajaran agar tujuan pembelajaran tercapai. Seorang guru harus memiliki ide dalam setiap pembelajaran sesuai dengan kondisi yang ada, agar tujuan yang telah ditetapkan dapat tercapai dengan baik. Pembelajaran yang terjadi selama ini, khususnya dalam pembelajaran bola basket adalah pembelajaran yang hanya memfokuskan pada teknik dasar yaitu *dribbling*, *passing* dan *shooting*, sementara gerakan *lay up* kadang-kadang hanya dilakukan seadanya tanpa memperhatikan gerak dasar dan teknik yang benar dalam proses pelaksanaannya. Dunia lebih dekat dengan situasi permainan daripada sebuah situasi yang serius. Didalam pembelajaran disajikan banyak variasi-varisai atau modifikasi-modifikasi agar tidak mudah jenuh, sebab siswa kerap kali juga cepat bosan melaksanakan kegiatannya.

Hasil belajar *lay up* pada siswa kelas XC Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah masih rendah, hal ini dibuktikan dari proses pembelajaran oleh guru penjaskes di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah bahwa nilai hasil belajar *lay up* bola basket kurang memuaskan, masih banyak yang belum tuntas, nilai rata-rata di bawah nilai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yaitu 80. Hanya 10 orang atau 37% saja siswa yang telah mencapai KKM, Sedangkan 17 orang atau 63% belum mencapai KKM. dengan jumlah siswa satu kelas sebanyak 27 siswa.

Berdasarkan latar bekakang masalah yang diuraikan diatas maka terlihat jelas bahwa kondisi tersebut menarik minat peneliti untuk melakukan penelitian tindakan kelas dengan judul “Meningkatkan Hasil Belajar *Lay Up* Bola Basket dengan Metode Permainan pada Siswa Kelas XC Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah”

B. Masalah dan Sub Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan oleh peneliti, maka masalah umum dari penelitian ini adalah, bagaimanakah meningkatkan hasil belajar *lay up* bola basket dengan metode permainan pada siswa kelas XC Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah ?

Berdasarkan dari masalah umum di atas, dapat dirumuskan sub masalah penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimanakan perencanaan pembelajaran *lay up* bola basket dengan metode permainan pada siswa kelas XC Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah?
2. Bagaimanakah pelaksanaan pembelajaran *lay up* bola basket dengan metode permainan pada siswa kelas XC Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah?
3. Bagaimanakan observasi dari pembelajaran *lay up* bola basket dengan menggunakan metode permainan pada siswa kelas XC Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah?
4. Apakah terdapat peningkatan hasil belajar *lay up* dengan metode permainan pada siswa kelas XC Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian berkaitan erat dengan rumusan masalah yang ditetapkan dan jawabannya terletak pada kesimpulan penelitian. Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan bagaimana meningkatkan hasil belajar *lay up* bola basket dengan metode permainan pada siswa kelas XC Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah. Dengan memperhatikan tujuan umum, maka tujuan khusus dalam penelitian ini adalah ingin mengetahui:

1. Perencanaan pembelajaran *lay up* bola basket dengan metode permainan pada siswa kelas XC Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah

2. Pelaksanaan pembelajaran *lay up* bola basket dengan metode permainan pada siswa kelas XC Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah.
3. Observasi dari pembelajaran *lay up* bola basket dengan menggunakan metode permainan pada siswa kelas XC Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah
4. Meningkatkan hasil belajar *lay up* dengan metode permainan pada siswa kelas XC Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian merupakan dampak dari tercapainya tujuan dan terjawabnya rumusan masalah penelitian. Dari hal tersebut penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, adapun manfaat yang diharapkan adalah :

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti dalam ilmu pengetahuan dan mengembangkan hasil belajar *lay up* dalam permainan bola basket.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan motivasi untuk mengadakan penelitian yang lebih luas dan mendalam tentang masalah yang berhubungan dengan olahraga terutama dalam permainan bola basket.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi :

- a. Siswa

Diterapkannya model pengajaran langsung dengan penggunaan metode permainan maka siswa akan lebih bersemangat dan antusias dalam mengikuti pembelajaran teknik *lay up* bola basket. Dengan demikian maka akan mempermudah proses belajar dan membantu siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran.

b. Guru

- 1) Sebagai sarana untuk mengevaluasi dan menilai hasil belajar siswa dalam tugasnya, sehingga guru akan selalu memperhatikan dan meningkatkan pembelajaran *lay up* bola basket melalui permainan.
- 2) Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi guru pendidikan jasmani dalam memahami sistem pembelajaran melalui sebuah pendekatan permainan.

c. Sekolah

Penelitian ini memberikan acuan kepada sekolah yang diteliti untuk mengembangkan model pengajaran yang lebih kreatif dan inovatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Sehingga sekolah dapat melakukan evaluasi terhadap proses pembelajaran yang telah berlangsung untuk meningkatkan hasil belajar kedepannya.

d. Bagi peneliti

Penelitian ini bermanfaat untuk meningkatkan dan membuktikan ilmu pengetahuan selama masa perkuliahan baik teori maupun praktek pengalaman lapangan.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini akan dibahas tentang variabel penelitian dan definisi operasional yang mengacu kepada masalah dan sub masalah. Ruang lingkup penelitian memberikan gambaran atau deskripsi dari batasan masalah yang akan diteliti.

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian diartikan sebagai suatu objek atau subjek yang menjadi perhatian atau pengamatan penelitian. Arikunto (2010:161) mengatakan “variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Sugiyono (2010:38) mengatakan “variabel adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulan. Asmara (2011:33), mengatakan

bahwa “Variabel adalah aspek-aspek penelitian untuk memperjelas masalah. Dari masalah dan rumusan masalah sudah terlihat variabel yang akan menjadi kajian kita. Aspek itu berkaitan atau berinteraksi satu sama lain”. Dari berbagai definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya”. Penelitian ini terdapat dua variabel yaitu:

a. Variabel Masalah

Judul Penelitian Tindakan Kelas harus menggambarkan secara jelas masalah yang akan diteliti. Maksudnya adalah judul Penelitian Tindakan Kelas telas jelas variabel masalahnya. Kristiyanto (2010:83) mengatakan “variabel terikat (y) dalam PTK adalah variabel masalah yang akan diangkat dan dipecahkan melalui serangkaian siklus-siklus dalam tindakan PTK”. Variabel masalah itu sekaligus merupakan masalah sentral yang telah nyata diangkat dari persoalan praktis dan nyata terjadi di kelas atau di lapangan. Oleh karena masalah yang diangkat itu merupakan masalah rill yang benar-benar terjadi, maka masalah tersebut dapat berupa apa saja, dan itu berangkat dari situasi yang spesifik. Dalam penelitian ini masalah yang dimaksud adalah hasil belajar *lay up* bola basket pada siswa kelas XC Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Ketungau Tengah. Masalah-masalah yang sering terjadi dalam pelaksanaan proses belajar adalah siswa kesulitan mengatur langkah dan tidak bisa mengontrol kecepatan berlari sehingga kehilangan *timing*, siswa kesulitan dalam proses melompat untuk melakukan gerakan *lay up*, siswa kesulitan untuk melepaskan bola dan mendarat serta banyak siswa juga yang kurang memiliki minat untuk bermain basket.

b. Variabel Tindakan

Judul Penelitian Tindakan Kelas telah tersurat menggambarkan tindakan penelitian yang dipilih untuk memecahkan masalah.

Kristiyanto (2010:84) mengungkapkan “Tindakan dalam PTK dapat berupa apa saja, mungkin berupa inovasi atau rekayasa (*engineering*) dalam hal penggunaan pendekatan atau metode, media, atau asesmen penelitian”. Bentuk tindakan yang dipilih disamping memiliki keterkaitan yang rasional dengan masalah penelitiannya, juga harus dipertimbangkan aspek praktikabilitasnya. Tindakan harus benar-benar dapat dilaksanakan di tempat permasalahan. Dalam penelitian ini yang dijadikan sebagai variabel tindakan adalah Metode Permainan. Melalui metode permainan ini peneliti berupaya untuk memperbaiki hasil belajar siswa dalam pembelajaran *lay up*, yaitu dalam sikap awalan (*dribble*), tolakan, melepaskan bola dan cara mendarat

2. Defenisi Operasional

Definisi Operasional ini maksudnya adalah kumpulan-kumpulan teori yang berkaitan dengan kemampuan *lay up* bola basket dan penggunaan metode permainan.

a. *Lay up bola basket*

Lay up shoot dikenal juga sebagai “tembakan melayang”, yaitu suatu teknik memasukan bola basket kedalam jaring yang dilakukan dengan tangan kanan maupun tangan kiri. Amber (2008:33) mengungkapkan “*lay up shoot* merupakan tembakan yang paling aman dan paling efektif kalau pemain yang memegang bola tadi tidak dibayangi oleh pemain lawan”.

Rahmani (2014:52) mengatakan ”*lay up* merupakan teknik yang dilakukan sebagai salah satu usaha untuk mencetak angka dengan memasukan bola kedalam keranjang. Teknik ini dilakukan dengan rangkaian tahapan. Melakukan dua sampai tiga langkah dan jika sudah berada dekat ring basket, dilakukan loncatan dan membuat poin”. Gerakan *lay up* sangat penting dalam permainan bola basket pada saat melakukan serangan, karena melalui gerakan ini akan mempermudah menciptakan poin atau skor.

b. Metode Permainan

Pembelajaran melalui pendekatan permainan akan membuat proses belajar menjadi menyenangkan. Pendekatan permainan menuntut kesadaran bermain bagi siswa yaitu kemampuan untuk mengidentifikasi masalah-masalah taktik yang muncul selama permainan berlangsung. Keunikan dari kegiatan bermain terletak pada proses yaitu permainan memberikan keputusan dan menerapkan suatu teknik secara tepat dan benar dalam situasi yang berubah-ubah. Vera (2012:126) mengungkapkan “manfaat metode permainan adalah para siswa diajak bermain untuk memperoleh atau menemukan pengertian dan konsep”. Hidayatullah (2008:5) mengatakan “permainan dapat didefinisikan sebagai aktivitas yang dibatasi oleh aturan-aturan yang lengkap dan terdapat suatu kontes diantara para pemain agar supaya menghasilkan hasil yang dapat diprediksi”. Permainan-permainan yang digunakan dalam proses pembelajaran *lay up* ini adalah, permainan melempar bola ke ring, pemanian lempar bola bersambung, lomba memindahkan balok dan permainan *dribble zig-zag*.