

*MODUL 4**BASKET BALL LIKE GAMES***A. PENDAHULUAN**

Permainan basket merupakan permainan yang populer, baik di tingkat daerah, nasional bahkan internasional terutama di liga basket Amerika dengan NBA nya. Kepopuleran tersebut disamping permainannya menarik, tidak terlalu sulit untuk dikuasai dan yang paling mempesona penonton adalah karena permainan basket tersebut dapat menampilkan keterampilan-keterampilan yang sangat atraktif. Klub-klub internasional yang dipenuhi oleh bintang-bintang dengan perawakan serta postur tubuh yang ideal untuk pebasket, seringkali menyuguhkan moment-moment yang hebat dengan slam dunk yang mengagumkan. Itu pula mengapa permainan basket sangat diminati oleh para remaja dan anak-anak sekolah. Pebasket-pebasket yang fokus pada keterampilan mengocek bola atau memainkan bola dengan tangan dan bagian tubuhnya seperti para street basket mania tumbuh subur di mana-mana, mereka bersaing mempertontonkan kebolehannya, yang seringkali juga mendapat sponsor dari perusahaan dan saluran tv yang ternama.

Slam Dunk hanya bisa dinikmati oleh para pebasket dewasa yang postur tubuhnya memang tinggi, celaknya adalah banyak dialami oleh para siswa di sekolah-sekolah yang seringkali menonton kompetisi liga NBA, mereka hanya dapat membayangkan saja tanpa bisa melakukan yang namanya nge Dunk. Ring dan papan basket di sekolah mereka seringkali harus diperbaiki karena sering digelantungi sebatas keranjangnya saja, atau ringnya saja, karena kemampuan lompatannya cuma segitu-gitunya. Haruskan mereka terus menerus dengan mimpinya. Mungkin akan lebih bijak bila mereka mendapat kesempatan untuk dapat melakukan apa yang mereka impikan yaitu dapat melakukan slam dunk.

Apakah siswa-siswa sekolah dasar atau sekolah menengah pertama



atau SMA sekalipun mungkinkah dapat melakukan slam dunk?. Kenapa tidak? Artinya bahwa ketinggian ring basketnya ya harus disesuaikan dengan ketinggian rata-rata siswa SD atau SMP atau SMA. Bisakah? Kenapa tidak? Asal ada kemauan untuk membangun ke arah sana.

Nah sekarang kita jangan terlalu jauh membangun asa, tapi kita wujudkan saja kenyataan-kenyataan tersebut dalam dunia pendidikan lewat aktivitas pendidikan jasmani. Sekali lagi diingatkan bahwa lewat pendekatan penjas, segalanya dapat saja di wujudkan yaitu dengan modifikasi. Modifikasi apa? Ya segalanya, yang meliputi modifikasi bentuk permainan, cara bermain, aturan bermain, fasilitas dan perlengkapan basketnya.

Pada level yang paling bawah yaitu di tingkatan sekolah dasar dan sekolah menengah pertama, modifikasi tersebut sangat mungkin dan harus dilakukan. Tidak semua sekolah mempunyai fasilitas dan perlengkapan basket yang memadai, bahkan mungkin ada yang tidak mempunyai sama sekali. Tapi apakah dengan demikian siswa di sekolah tersebut tidak akan pernah menikmati jenis permainan itu (permainan basket dan sejenisnya). Jawabannya adalah TIDAK, mereka sangat mungkin untuk dapat merasakan dan menikmati permainan sejenis basket tersebut yaitu dengan apa yang disebut atau dipopulerkan dengan "**Basket Ball Like Games**"

Modul ini akan membahas tentang basket ball like games dengan segala bentuk aktivitasnya yang penuh dengan modifikasi yang sangat menarik buat para peserta didik. Selanjutnya juga akan sedikit dikemukakan dengan permainan yang menjurus pada permainan basket yang sebenarnya.

Setelah mempelajari modul ini diharapkan dapat membantu basket ball like games sebagai kelompok dari permainan invasi, serta terampil dalam mengimplementasikan aktivitas pembelajarannya dalam konteks penjas.

Modul ini dapat dikuasai dengan baik, apabila dapat mengikuti petunjuk serta materi yang disajikan.

Setelah mempelajari modul ini.

1. Diharapkan mahasiswa memahami tentang pengertian dan hakekat basket ball like games.



3. Diharapkan mahasiswa dapat mengetahui, mengerti dan memahami tentang hakekat modifikasi dalam pembelajaran basket ball like games.
4. Diharapkan mahasiswa mempunyai pemahaman, kemampuan, dan keterampilan dalam penyajian materi pembelajaran berdasarkan konsep modifikasi yang didaktis dan metodis.
5. Diharapkan mahasiswa mempunyai pemahaman yang sama tentang pembelajaran berbagai aktivitas permainan menggunakan pendekatan pembelajaran dengan konsep penjas.
6. Diharapkan para mahasiswa dapat menerapkan berbagai aktivitas pembelajaran basket ball like games, baik itu dalam aktivitas belajar mengajar maupun dalam aktivitas ekstrakurikuler serta dalam aktivitas kepelatihan sekalipun.

Karena pada hakekatnya aktivitas pembelajaran dengan konsep penjas sangat memperhatikan adanya perbedaan dalam kemampuan fisik, psikis maupun sosial dan emosional peserta didik, sehingga dalam implementasi pembelajaran apapun di lapangan, harus mempertimbangkan adanya perbedaan-perbedaan tersebut, oleh karena itu guru penjas seringkali harus membuat berbagai aktivitas permainan itu berbeda untuk setiap kelompok peserta kegiatan.



PEMELAJARAN BOLA KERANJANG (KORF BALL)

A. HAKEKAT PERMAINAN

Korf Ball /Bola keranjang adalah salah satu jenis permainan yang menyerupai basket. Dikatakan menyerupai karena cara memainkan, perlengkapan dan alat permainan sangat identik dengan permainan basket. Permainan ini masuk dalam kelompok permainan invasi karena tujuan dari permainan ini adalah menguasai obyek permainan (berupa bola) dengan menggunakan tangan untuk membuat skore/point atau menghambat/mencegah terjadinya skore dari pihak lawan. Permainan ini dilakukan dengan konsep gerak passing dan intercepting, artinya untuk melakukan serangan ke daerah lawan dan dapat menghasilkan skore, bola dioperkan ke pemain satu regu dengan jalan dioperkan langsung/passing (dapat juga pada level selanjutnya dengan dribbling). Sedangkan intercepting adalah upaya untuk menghambat serangan lawan dengan jalan memotong jalannya bola, menutup ruang gerak lawan main agar tidak leluasa untuk mengoper atau menangkap bola. Permainan Bola keranjang ini dapat dijadikan sebagai upaya untuk memperkenalkan siswa kepada bentuk permainan basket yang penuh dengan kebanggaan seperti yang dialami oleh pemain-pemain basket ball profesional. Sehingga dalam wujud pembelajaran kelak harus diciptakan bagaimana agar anak juga sama-sama merasakan suatu kepuasan dan keberhasilan akan apa yang mereka lakukan. Memasukkan bola bagi pemain adalah tujuan utama dan itu pula yang membuat mereka senang, puas dan merasakan keberhasilan. Tapi keberhasilan yang lebih bermakna adalah yang dapat dialami oleh seluruh pemain manakala mencoba membangun sebuah serangan dan dapat menghasilkan skore, atau merancang sebuah pertahanan sehingga menghambat lawan untuk membuat skore.

Secara umum permainan bola keranjang (korf ball) dilakukan dalam lapangan yang dilengkapi dengan keranjang yang dipasangi dalam suatu



tiang, yang ditempatkan pada bagian lapangan permainan. Cara membuat point atau skore yaitu memasukkan bola ke dalamnya dengan dilemparkan oleh satu atau dua tangan.

Untuk dapat memainkan bola keranjang ini ada beberapa tuntutan minimal yang harus dimiliki oleh para peserta didik antara lain berupa kemampuan lempar tangkap obyek permainan. Bagaimana gerak lempar tangkap tersebut harus dipelajari dalam aktivitas pembelajaran, serta obyek permainan apa dan bagaimana yang dapat dimanfaatkan dalam permainan tersebut akan dipaparkan pada bagian selanjutnya dari modul ini.

B. FASILITAS DAN PERLENGKAPAN PERMAINAN

Untuk mendukung agar aktivitas pembelajaran bola keranjang (korf ball) dapat dilakukan dengan baik, maka ada beberapa persyaratan minimal yang harus dipenuhi terutama berkaitan dengan keberadaan alat serta perlengkapan permainan yang harus disediakan. Perlengkapan yang harus disiapkan antara lain yang menyangkut dengan obyek permainan yaitu berupa bola, perlengkapan penunjang lainnya berupa pembatas lapangan yang terbuat dari garis/tali/lakban atau cones, kostum pembeda antar anggota regu yang juga dapat berupa pita atau selendang yang dapat digunakan sebagai pembeda anggota suatu regu, tempat perlengkapan yang mobile/trolley, keranjang dengan tiangnya.

Dibawah ini dicontohkan beberapa alat modifikasi yang dapat digunakan untuk aktivitas pembelajaran basket ball like games yaitu:

a. Obyek permainan (bola)

Bola adalah obyek utama untuk terjadinya aktivitas bola keranjang. Karena aktivitasnya berupa passing dan intercepting, maka bola mempunyai peran dominan. Bola yang digunakan dalam aktivitas pembelajaran dapat disediakan dengan berbagai ukuran, baik berat ringannya, besar kecilnya, keras empuknya, serta bahannyapun dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan ketersediaan serta kegunaannya.



Yang tidak kalah pentingnya dari bola-bola yang akan digunakan dalam aktivitas pembelajaran adalah bahwa bola tersebut dapat dimainkan dengan baik, dapat dikuasai oleh peserta didik tanpa menghambat aktivitasnya, dalam arti kata mudah dilempar, mudah ditangkap, serta tidak menyulitkan dalam menggunakannya.

Bola yang digunakan dalam permainan ini bisa beragam, mulai dari bola basket yang standar, bola voli, bola sepak, bola karet, bola anyaman modifikasi seperti yang digambarkan di bawah ini dapat digunakan. Bola yang terbuat dari bahan kain perca atau gulungan kertas atau strerifoam yang dibungkus dengan plastik atau kantong keresek kemudian dibalut lagi dengan lakban dan terakhir diperkuat dengan jaring atau anyaman tali rafia. Beberapa contoh bola yang dapat digunakan dalam permainan Bola keranjang (korf ball) adalah seperti tampak pada gambar di bawah ini.



Pada gambar gambar ini diperlihatkan bola-bola yang terbuat dari berbagai bahan, yang penting adalah dimana bola-bola tersebut dapat digunakan untuk kegiatan (minimal) lempar tangkap (passing) Ukuran bola diusahakan agak besar, atau minimal sebesar bola tangan

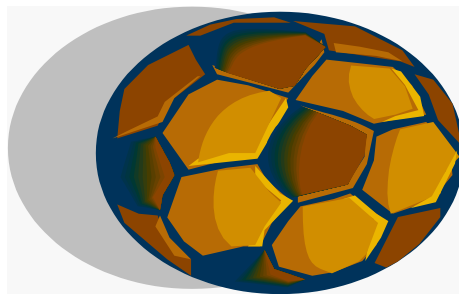
Gambar 1. Bola Dari Bahan Imitasi



Gambar 2.
Bola Dengan Bahan Karet



Gambar 3. Bola Modifikasi



Gambar 4. Bola Bahan Imitasi

Pada level Sekolah Dasar obyek permainan berupa bola yang empuk atau ringan akan lebih diminati peserta didik secara umum, karena bola modifikasi seperti yang terlihat pada gambar tiga tersebut disamping mudah untuk di buat atau diadakan, juga dapat melibatkan seluruh siswa untuk membuat bola tersebut. Dengan demikian maka ketiadaan alat atau kekurangan alat bantu berupa bola dapat diatasi.

Keuntungan lain dari bola tersebut yaitu cukup awet dan tidak mudah rusak dan dapat digunakan untuk aktivitas pembelajaran materi lain selain hand ball like games juga.

Bola lain yang dapat dipergunakan dalam bola keranjang ini bisa berupa bola voli, bola sepak dan bola basket sebenarnya. Yang jelas bahwa bola dari bahan apapun akan dapat digunakan dalam permainan basket ball like games, karena pada tahap-tahap awal memainkan obyek permainan bisa ditetapkan baru berupa passing atau operan dengan lemparan satu atau dua tangan.

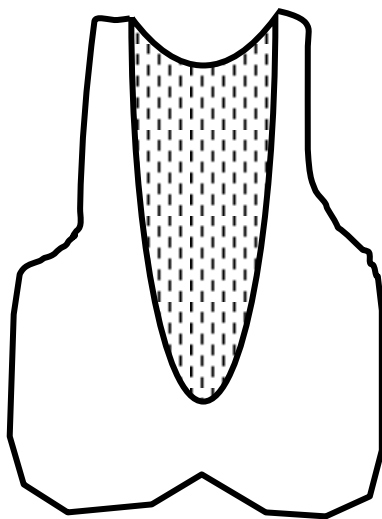
b. Cones

Cones dapat digunakan sebagai alat bantu untuk: membatasi lapangan permainan, tanda sebagai alur suatu aktivitas atau jalan/lintasan yang harus dilalui pemain. Cones tersebut dapat dibuat sendiri dari bahan karet sponge atau karet bekas ban dalam mobil yang dipola dan di lem, atau membeli yang sudah jadi. Contoh yang dibuat dari bahan karet adalah seperti gambar di bawah ini.



Gambar 5. Cones Yang Terbuat Dari Bahan Karet Sponge

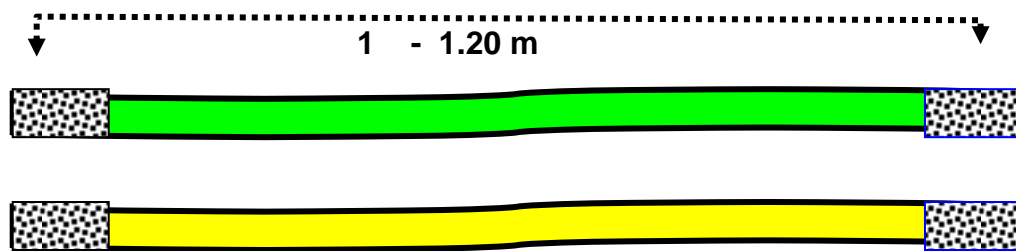
c. Rompi atau Selempang



Rompi ini digunakan untuk membedakan pemain antara dua regu yang berbeda. Keberadaannya sangat diperlukan manakala dua regu yang bermain menggunakan seragam yang sama atau menggunakan pakaian olahraga yang berbeda-beda. Dengan salah satu tim memakai rompi ini maka dapat dibedakan dengan jelas mana pemain regunya dan mana pemain lawan

Gambar 6. Rompi

Bahan praktis untuk membuat rompi adalah dari kain parasit yang tipis saja agar ringan dan mudah dikeringkan setelah dicuci. Satu lagi jenis perlengkapan yang dapat digunakan untuk membedakan dua anggota regu yang berbeda adalah berupa "Selempang".



Gambar 7. Selempang

Selempang dapat dibuat dari kain yang dijahit selebar kira-kira 3 sampai 4 cm, atau dibuat dari semacam bahan untuk ikat pinggang yang terbuat dari kain kanvas yang kedua ujungnya dipasangkan (dijahitkan) bahan kain perekat untuk menyambungkannya. Selempang ini sebaiknya berwarna yang mencolok agar mudah dilihat oleh partnernya atau oleh lawan mainnya. Selempang tersebut dipasang melilit dari salah satu bahu ke sisi pinggang yang lain. Bila tidak punya bahan sama sekali, dapat juga digunakan tali rafia yang diselempangkan.

Keuntungan dari pemakaian selempang ini adalah:

- Mudah dibuat
- Mudah dipakai
- Mudah disimpan
- Tahan lama (bahan canvas)

d. Gerobak Dorong (Trolley) Tempat Menyimpan Alat-alat

Untuk menyimpan dan merapikan alat dan perlengkapan permainan sebaiknya disediakan keranjang atau kas dari bahan logam dan kawat ram yang dilengkapi dengan roda, sehingga dapat memuat semua alat dan perlengkapan permainan yang diperlukan dan mudah untuk dipindah-pindahkan dengan jalan didorong (trolley). Disamping mudah untuk dipindahkan, juga bagian atasnya dapat dibuatkan kunci pengaman untuk mencegah supaya tidak hilang dan selalu rapih.



Gambar 8. Gerobak Dorong (Trolley)

e. Keranjang / Sasaran Untuk Membut Skore (Bola Keranjang)

Keranjang atau (ring basket dalam permainan basket) merupakan perlengkapan penting dalam permainan ini karena merupakan sasaran terakhir untuk membuat skore. Pada gambar di bawah ini diperlihatkan keranjang yang terbuat dari bahan rotan yang dilengkapi dengan anyaman tali. Keranjang tersebut dapat di lepas dan dapat di kaitkan padaudukan besai yan ada pada tiang yang telah dirancang sedemikian rupa. Pada gambar tersebut ada dua dudukan ketinggian, maksudnya agar dapat digunakan dan disesuaikan untuk kelompok siswa yang berbeda kelas atau berbeda kondisi fisiknya



Gambar 9. Keranjang Dari Rotan



Gambar 10. Keranjang Pada Tiangnya



Gambar 11. Dudukan Penyangga Tiang dan Keranjang.

Kedudukan Keranjang/Ring dalam aktivitas pembelajaran dapat digantikan oleh benda lain misalnya dapat berupa kardus bekas, keranjang tempat sampah, hula hoop, dll. Dalam permainan tahap awal posisi gawang juga tidak harus patent di suatu tempat, tapi dapat juga dipegang oleh salah seorang pemain seperti yang terlihat pada aktivitas pembelajaran pada bahasan di halaman berikut.



C. AKTIVITAS PEMELAJARAN

1. Memulai Aktivitas Pemelajaran

Seperti halnya aktivitas pemelajaran lain, setiap memulai suatu aktivitas pemelajaran selalu diawali dengan:

- a. Penjelasan singkat tentang aktivitas apa yang akan dilakukan, bagaimana aturannya, bagaimana cara melakukannya, apa tujuannya. apa
- b. Contoh dengan peragaan, kemudian
- c. Memperagakan aktivitas yang akan dilakukan dalam pemelajaran.

Pada gambar 13 di bawah ini diperlihatkan bagaimana seorang yang berperan sebagai pemateri sedang menjelaskan secara singkat tentang apa-apa yang harus dilakukan dalam permainan.



Gambar 12. Penjelasan Singkat sebelum Aktivitas
(Mhs PGSD Angkatan 2007)

Dalam aktivitas pemelajaran tersebut kita harus memonitor jalannya permainan atau aktivitas yang dilakukan peserta didik. Apabila dalam aktivitas pemelajaran tersebut mengalami ketidak lancaran, maka kita harus segera menghentikan dan mengumpulkan seluruh peserta didik (atau sebagian saja) yang terlibat dalam aktivitas yang mengalami



ketidak lancar tersebut. Tanya mengapa bisa terjadi seperti itu, diskusikan dan cari jalan keluar, kemudian lakukan kembali aktivitas pembelajaran tersebut.

2. Bentuk-bentuk Aktivitas Pembelajaran

Seperti halnya aktivitas pembelajaran pada berbagai permainan, maka dalam aktivitas pembelajaran bola keranjang juga kita harus menyajikan materi pelajaran secara runtun, dari yang mudah menuju ke yang lebih sulit, dari yang sederhana menuju ke yang lebih kompleks (rumit).

Bola keranjang adalah aktivitas permainan yang menggunakan passing intercepting sebagai inti dari gagasan permainan tersebut.

Passing adalah upaya untuk mengoperkan bola keteman satu regu termasuk di dalamnya adalah shooting atau upaya untuk memasukan bola kedalam sasaran (keranjang).

Aktivitas passing berkaitan dengan penguasaan bola dalam menangkap atau melempar/mengoper. Oleh karena itu tahapan metodis dalam aktivitas pembelajaran bola keranjang adalah sebagai berikut;

a. Jugling

Pada tahapan ini peserta didik ditugaskan untuk melakukan aktivitas memainkan bola dengan kedua tangannya atau satu tangan yang dilakukan sendiri, dengan jalan melambungkan dan menangkap kembali, memindah-mindahkan bola dari tangan kiri ke tangan kanan di depan badan, di atas kepala, melingkari badannya atau lewat kedua kakinya. Atau juga dapat dilakukan dengan pantulan normal atau pantulan dengan bola diputar dulu, atau kalau ada dinding ya melakukan lempar tangkap dengan pantulan ke dinding. Dengan aktivitas ini diharapkan peserta didik dapat lebih mengenal sifat-sifat dari alat yang dimainkannya yang meliputi: penguasaan bola tersebut, besar kecilnya, adanya daya atau gaya dari bola yang bergerak,

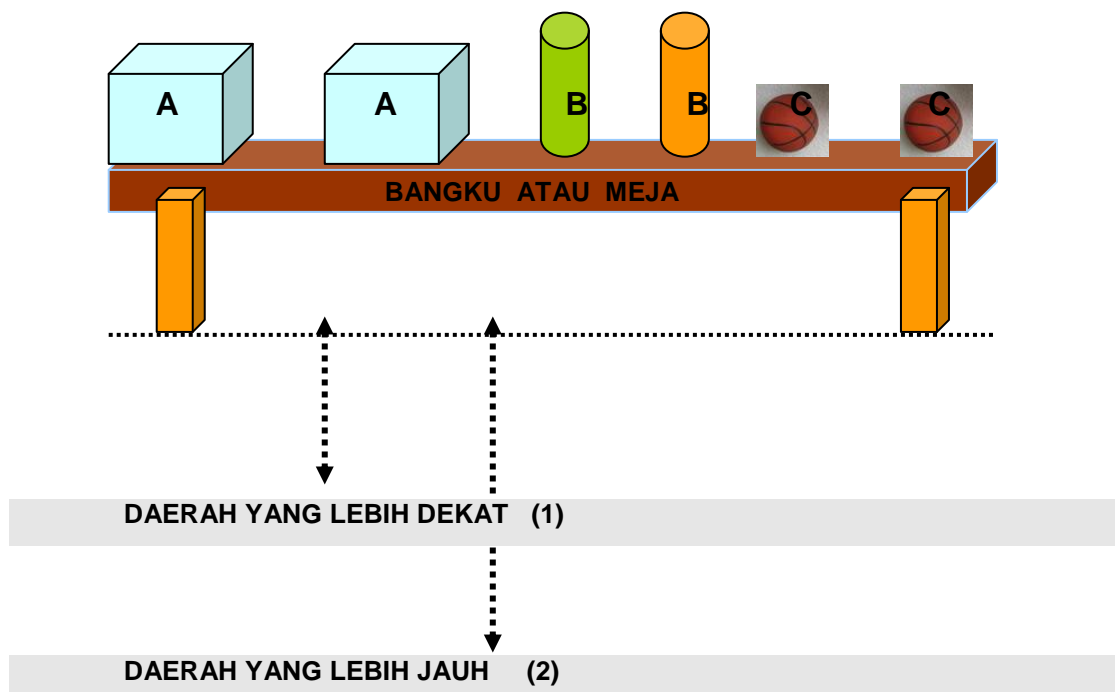


usaha mengantisipasi daya atau gaya tersebut pada saat menangkap atau melempar.

Juggling ini bisa dilakukan sambil diam, atau bahkan sambil bergerak maju dan mundur, ke kiri atau ke kanan, di lambungkan atau sambil dipantul-pantulkan.

b. To Hit The Target atau To Shoot The Target

To hit the target adalah aktivitas melempar mengenai suatu target. Karena dalam permainan bola keranjang, obyek permainan atau bola harus dioperkan secara tepat (pada sasaran dan waktu), maka aktivitas to hit the target adalah penting dilakukan untuk mengukur ketepatan kita dalam mengoper atau melemparkan bola.



Gambar 13. Target dan Jarak Sasaran

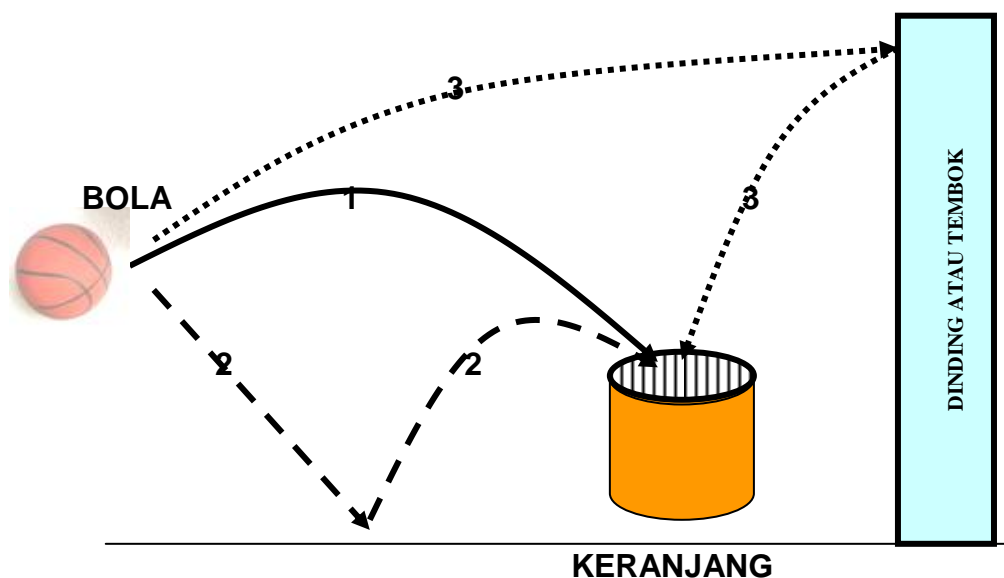
Keterangan Gambar:

- A = Sasaran berupa Kardus (besar)
- B = Sasaran berupa botol aqua (kecil)
- C = Sasaran berupa bola kecil (lebih kecil lagi)
- (1) = Jarak lempar yang lebih dekat
- (2) = Jarak lempar yang lebih jauh



Dari gambar 14 tersebut dapat kita lihat bahwa sasaran lemparan atau target kita tentukan berbeda dalam ukuran besar dan kecil, serta jarak untuk melempar target kita tentukan juga ada yang dekat dan ada yang lebih jauh. Itu adalah upaya untuk menurunkan atau meningkatkan tingkat kesulitan kepada peserta didik sewaktu berusaha menjatuhkan sasaran/target

Dengan melakukan lemparan dari jarak dekat (1) dengan sasaran (A) kardus, berarti tugasnya lebih mudah bila dibandingkan bila peserta didik ditugaskan untuk melempar sasaran berupa botol aqua (B) atau bola (C). Tingkat kesulitan dapat kita tingkatkan lagi dengan jalan melakukan lemparan dari daerah (2) yaitu jaraknya lebih jauh. Apalagi kalau sasarannya adalah (C) bola kecil. Tapi itu semua adalah upaya untuk meningkatkan motivasi siswa yang berupa tantangan untuk berbuat yang lebih baik tanpa menghilangkan kesempatan untuk dapat menjatuhkan sasaran tersebut (pengalaman berhasil)



Gambar 14. Shoot To The Target/Memasukan Bola

Keterangan gambar:

- | | | |
|----|---|--|
| 1 | = | Melempar/menembak langsung ke target |
| 2. | = | Melempar/menembak dipantul ke lantai dulu |
| 3. | = | Melempar/menembak dipantul dulu ke dinding |



Aktivitas menembakan atau memasukan bola ke sasaran seperti gambar 15, perlu dilakukan agar peserta didik tahu ujud lemparan yang bagaimana serta apa yang terjadi bila gerakan nomor 2 atau nomor 3 dilakukan. Seberapa besar atau seberapa kuat tenaga yang diberikan dan seberapa besar pantulan atau penyimpangan yang ditunjukkan oleh bola tersebut. Dengan demikian peserta didik dapat menyerap konsep gerak yang terjadi pada aktivitas tersebut.

c. Passing intercepting

Aktivitas passing dapat dilakukan dengan pasangan bermain. Formasinya dapat dilakukan dengan behadapan menggunakan satu bola. Gerakannya bisa bermacam-macam seperti passing dengan dua tangan secara langsung dari depan, lewat samping badan, dari atas ke depan, dengan ayunan dari bawah ke depan, atau dipantulkan dulu terlebih dahulu.

1. Initiative one side.

Aktivitas ini dilakukan manakala satu orang pemain memberikan passing ke beberapa titik untuk ditangkap oleh pasangan mainnya, dan diusahakan dapat dikembalikan dengan baik sementara dia sendiri diam di tempat. Passing dengan initiative one side ini memaksa pasangan kita bergerak ke depan atau ke belakang, ke samping kiri atau ke samping kanan.

2. Initiative both side.

Aktivitas ini dilakukan oleh pasangan bermain, dimana masing-masing pemain memberikan bola yang gak sulit ke beberapa arah hingga meaksa si penerima bola harus bergerak ke mana bola itu di arahkan. Selanjutnya ketika bola itu tertangkap, iapun memberikan hal serupa pada pasangan bermainnya, sehingga kedua orang ini lama kelamaan akan lebih terampil menempatkan bola pada subyek yang bergerak mencari tempat dan terampil menangkap bola dalam posisi bergerak.



3. Intercepting

Intercepting adalah upaya menghadang atau menghambat pemain lain untuk dapat mengoperkan bola atau memasukan bola ke sasaran.

Aktivitas ini dapat dilakukan bertahap mulai dari 2 lawan 1, 2 lawan 2, 3 lawan 2, 3 lawan 3, dan 3 lawan 3 + 1 joker.

3 x 3 + 1 joker adalah upaya untuk menurunkan tingkat kesulitan bagi yang mengintercepting, dimana tugas joker adalah untuk membantu pemain yang sedang menguasai bola.

d. Bentuk-bentuk Permainan.

1). Ten Ball.

Sama halnya seperti pada hand ball like games maka pada permainan bola keranjang ini permainan dapat diawali dengan permainan "ten ball" atau 10 bola atau 10 tangkapan. Permainan nya sudah melibatkan seorang joker dengan jumlah pemain 3 x 3. Dalam permainan ini di arena lapangan permainan tidak ada target untuk memasukan bola, karena skore atau point yang didapat yaitu dengan melakukan 10 kali operan/tangkapan tanpa terintercept. Bentuk aktivitas ini sangat baik untuk meningkatkan kemampuan passing serta mengintercepting.

Aktivitas ten ball ini dapat dilakukan dengan duduk atau merangkak, dimana para pemain dari kedua tim tidak diperbolehkan berdiri sewaktu berpindah tempat untuk menerima bola atau untuk menghadang operan.

2. Move The Target

Dalam permainan ini lapangan sudah dilengkapi dengan sasaran untuk membuat skore atau point. Namun sasarannya dapat dimodifikasi yaitu dapat berupa ban sepeda, kardusbekas, keranjang, atau berupa ke dua tangan yang diangkat ke atas. Jumlah sasarannya satu dan sasaran boleh bergerak kemana saja asal tidak terlalu cepat dan targetnya disiapkan untuk dimasuki bola oleh para pemain.



Pergerakan sasaran dapat juga dibatasi ruang gerakanya misalnya ditempatkan pada salah satu daerah dari ujung lapangan (end zone ball). Contoh peragaan permainan tersebut adalah seperti terlihat pada gambar 16 di bawah ini.



Gambar 15. Permainan Bola Keranjang Dengan Sasaran Bergerak

Ada sedikit kelemahan dari bentuk permainan ini yaitu dengan tidak ada batas daerah bagi pemain yang bertahan atau yang berusaha untuk memasukkan bola, sehingga kadang terjadi penumpukan pemain di sekitar keranjang (sasaran).

3. The Centre Court of the Target

Pada bentuk permainan ini sasaran untuk membuat skore ditempatkan di tengah lapangan. Orang yang memegang keranjang atau sasaran berdiri diatas bangku atau meja atau box yang ditempatkan di tengah lapangan permainan. Joker selalu disertakan pada permainan agar memudahkan pada regu yang akan membuat skore. Agar tidak terjadi penumpukan pemain di sekitar sasaran, kita



boleh membuat garis pembatas dari cones melingkari sasaran tersebut dengan jarak yang tidak terlalu jauh.

4. Bola keranjang (Korf Ball)

Bila para peserta didik sudah kelihatan memahami pada ujud permainan-permainan modifikasi yang menyerupai bola keranjang ini, maka selanjutnya kita dapat mengajak para siswa untuk mempraktekkan permainan bola keranjang. Permainan ini sarannya sudah berupa ring dari rotan dan ditempatkan pada tiangnya sehingga sudah ada ketinggian tertentu.



Gambar 16. Keranjang Sebagai Target

Cara memasukan bola ke dalam keranjang ini dapat dilakukan dengan satu tangan atau dengan dua tangan. Jumlah keranjang ini bisa satu buah atau dua buah seperti halnya permainan basket. Salah satu keuntungan bola keranjang ini adalah tiang dengan keranjangnya dapat dengan mudah dipasang dan diangkat sehingga tidak mengganggu untuk aktivitas lainnya ketika diperlukan.



D. LATIHAN

Untuk memperdalam pemahaman anda mengenai materi Korf Ball atau bola keranjang kerjakanlah latihan berikut !

1. Apa yang kau ketahui tentang permainan bola keranjang atau korf ball?
2. Mengapa permainan ini digolongkan ke dalam kelompok basket ball like games?
3. Perlengkapan apa saja yang diperlukan dalam permainan ini?
4. Apa perbedaan dan persamaan permainan bola keranjang dengan permainan hand ball like games?
5. Apa yang dimaksud bentuk permainan move the target?
6. Apa kelemahan dari bentuk permainan "move the target"?

Petunjuk jawaban latihan.

Untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan di atas gunakan rambu-rambu di bawah ini.

1. Permainan bola keranjang adalah permainan yang menyerupai bola basket, dimana cara membuat skorenya yaitu dengan memasukan obyek permainan (bola) ke dalam suatu target.
2. Ide atau gagasan permainan ini adalah memainkan obyek permainan dengan menggunakan tangannya untuk mengoper dan menghambat permainan lawan untuk memasukan bola pada sasaran.
3. Perlengkapan utama yang diperlukan adalah berupa bola yang terbuat dari bahan apapun asal dapat dioper-operkan dan mudah untuk ditangkap, sedangkan perlengkapan lapangan dilengkapi dengan sasaran atau target untuk membuat skore berupa keranjang.
4. Perbedaannya dalam hal membuat skore dan alat yang memfasilitasinya. Persamaannya yaitu dimainkan dengan



menggunakan tangan dengan jalan passing dan intercepting.

5. Move the target yaitu semacam permainan bola keranjang atau basket ball dimana targetnya dapat bergerak kemana saja.
6. Kelemahannya adalah terjadi penumpukan pemain disekitar sasaran atau target.

E. RANGKUMAN

Basket ball like games dalam permainan-permainan yang menyerupai permainan basket. Ini dilakukan karena keterbatasan fasilitas yang dimiliki sekolah-sekolah terhadap permainan dan perlengkapan basket. Upaya itu dilakukan dengan harapan dapat diikuti oleh seluruh siswa putra dan putri dengan berbagai kelompok usia di lahan yang ada. Permainan bola keranjang adalah permainan yang sudah lama populer di sekolah-sekolah, namun kini keberadaannya kurang populer karena tergeser oleh kepopuleran permainan basket. Padahal permainan ini sebenarnya lebih luwes dari permainan basket sendiri, artinya lebih mudah untuk dilakukan dan diberikan di sekolah-sekolah.

Cara memainkan permainan bola keranjang ini adalah dengan passing intercepting dengan menggunakan tangan, dan membuat skorenya dengan jalan memasukkan bola ke dalam sasaran berupa keranjang yang dipasang pada sebuah tiang. Perlengkapan permainan yang diperlukansangat sederhana yaitu berupa bola dari bahan apapun asal mudah untuk dioperasikan dan mudah untuk ditangkap.

F. TES FORMATIF

Pilih salah satu jawaban yang benar.

1. Dibawah ini adalah obyek permainan yang dapat digunakan dalam permainan bola keranjang adalah.
 - a. Bola tangan
 - b. Bola Futsal
 - c. Bola dari kantong keresek (modifikasi)



- d. Benar semua
2. Bentuk permainan Ten Ball dalam bola keranjang dapat dilakukan dimana point diraih dengan jalan:
 - a. Dapat memasukan 10 bola ke dalam sasaran
 - b. Bola yang dipergunakan harus 10 buah
 - c. Melakukan 10 kali operan/tangkapan tanpa terintercepting
 - d. Semua benar
3. Sasaran untuk membuat skor atau point adalah berupa:
 - a. Keranjang yang dipasang pada tiangnya.
 - b. Kardus yang dipegang dan dibawa bergerak oleh seseorang di lapangan permainan
 - c. Keranjang atau kardus yang ditempatkan di salah satu ujung lapangan permainan
 - d. Semua benar
4. Aktivitas to hit the target pada permainan bola keranjang dengan permainan hand ball like games adalah:
 - a. Pada permainan bola keranjang to hit the target lebih banyak pada usaha untuk memasukan bola pada target.
 - b. Pada permainan hand ball like games bentuknya adalah menjatuhkan sasaran
 - c. Bola yang digunakan bisa bermacam-macam.
 - d. Semua benar
5. Dalam bentuk permainan the center court of the target, jumlah keranjang sebagai sasaran untuk memasukan bola adalah:
 - a. Satu buah
 - b. Dua buah ditempatkan di kedua ujung lapangan
 - c. Satu buah ditempatkan di tengah lapangan.
 - d. Satu buah dan bisa bergerak di seputar lapangan.



Setelah menjawab tes formatif pada kegiatan belajar ini, kemudian cocokan jawaban anda dengan kunci jawaban yang terdapat pada bagian akhir modul ini, hitung jawaban anda yang benar. Untuk mengetahui tingkat penguasaan anda dalam mempelajari materi dalam kegiatan ini, gunakan rumus penghitungan yang ada di bawah ini.

Rumus penghitungan.

$$\text{Tingkat penguasaan} = \frac{\text{Jumlah jawaban yang benar}}{\text{Banyaknya soal}} \times 100 \%$$

Tingkat penguasaan yang dicapai:

| | | |
|--------------|---|-------------|
| 90 % - 100 % | = | Baik Sekali |
| 80 % - 90 % | = | Baik |
| 70 % - 80 % | = | Sedang |
| >70 % | = | Kurang |



BASKET BALL LIKE GAMES

A. PENDAHULUAN

Permainan basket adalah merupakan permainan yang sangat disukai oleh siswa di sekolah-sekolah. Mereka menyukai permainan ini karena kepopuleran permainan ini yang ditampilkan oleh pemain-pemain kaliber internasional lewat aksi slam dunknya yang mempesona. Itu pula yang membuat anak-anak remaja keranjingan basket, tidak jarang ring basket di sekolah-sekolah sering rusak dan harus diperbaiki karena sering digelayuti atau digelantungi dalam usaha untuk mencoba melakukan slam dunk.

Permainan basket ini tidak terlalu sulit untuk dilakukan oleh para siswa, dan mereka sangat menyukainya walaupun hanya dalam bentuk juggling atau memainkan bola sendiri. Para siswa sekolah dasarpun sudah banyak yang masuk dalam club-club basket usia dini, pada saat istirahat di sekolah mereka tidak dapat menyalurkan minatnya karena seringkali kalah oleh aktivitas sepakbola yang dikuasai oleh sekelompok siswa yang menyukai permainan sepakbola. Sebenarnya dapat saja sekolah-sekolah membangun fasilitas olahraga apapun disesuaikan dengan kondisi dan kemampuan siswa dilingkungan sekolahnya. Fasilitas basket sendiri dapat dibuat sesuai dengan kebutuhan siswa. Apakah siswa-siswa sekolah dasar atau sekolah menengah pertama atau SMA sekalipun mungkinkah dapat melakukan slam dunk?. Kenapa tidak? Artinya bahwa ketinggian ring basketnya ya harus disesuaikan dengan ketinggian rata-rata siswa SD atau SMP atau SMA. Bisakah? Kenapa tidak? Asal ada kemauan untuk membangun ke arah sana.

Nah sekarang kita jangan terlalu jauh membangun asa, tapi kita wujudkan saja kenyataan-kenyataan tersebut dalam dunia pendidikan lewat aktivitas pendidikan jasmani. Sekali lagi diingatkan bahwa lewat pendekatan penjas, segalanya dapat saja di wujudkan yaitu dengan modifikasi. Modifikasi



apa? Ya segalanya, yang meliputi modifikasi bentuk permainan, cara bermain, aturan bermain, fasilitas dan perlengkapan basketnya.

Guru penjas dapat mempopulerkan keterampilan basket ini tidak harus lewat keterampilan slam dunk saja, kita dapat menciptakan aktivitas yang disenangi siswa walau hanya sebagian saja dari rangkaian kegiatan misalnya mengadakan festival juglling., maka banyak siswa yang akan mempelajari juglling basket pada setiap waktu senggangnya. Dengan aktivitas pembelajaran penjas aktivitas permainan basket ball like games dapat saja dipopulerkan, karena permainan ini tidak terlalu menuntut biaya yang besar.

B. Aktivitas Pembelajaran Basket Ball Like Games.

Dalam aktivitas pembelajaran basket ball like games perlengkapan dan lapangan dapat saja menggunakan yang standar atau yang dimodifikasi. Misalnya bola, apabila bola tersebut nantinya akan digunakan untuk aktivitas dribbling juga maka bola yang digunakan sebaiknya bola yang dapat memantul. Artinya bola modifikasi dari kantong keresek yang dianyam tidak bisa digunakan untuk aktivitas dribbling.

Bola yang digunakan untuk aktivitas basket ball like games bisa beragam pula, yang penting bentuknya bulat dan tidak terlalu besar atau terlalu berat, misalnya seperti yang tambak dalam gambar-gambar di bawah ini.



Gambar 17. Bola Modifikasi



Gambar 18. Bola Basket Standard

Bola modifikasi seperti gambar 19 dapat saja digunakan untuk aktivitas pembelajaran basket pada tataran pembelajaran juggling, passing tanpa dribbling atau memantul-mantulkan bola.

Urutan metodelis pembelajaran aktivitas basket ball like games sama seperti permainan lainnya yaitu diawali dengan:

1. Juggling.

Juggling adalah memainkan bola dengan tangan dan dilakukan sendiri sambil diam atau sambil bergerak ke kiri dan ke kanan atau ke depan dan ke belakang atau juga dapat menggunakan dinding sebagai alat pantul.

Gerakan juggling dalam basket banyak macamnya, mulai dari menimang-nimang bola kemudian memindah-mindahkan dari tangan kanan ke tangan kiri tanpa ada ruang untuk lepas dari telapak tangan. Dengan demikian akan terasa bahwa seolah-olah bola tersebut menempel pada telapak tangannya. Selanjutnya mencoba memegang bola dan memindahkan ketangan lainnya dengan terlebih dulu melewati badannya. Dalam aktivitas ini juga dilakukan semakin lama semakin cepat dengan variasi melingkari badan dan ke antara dua kakinya. Dengan begitu si pelaku juggling lama kelamaan akan



merasakan bagaimana penguasaan terhadap bola tersebut sehingga untuk mempelajari gerakan-gerakan selanjutnya akan lebih mudah. Contoh gerakan jugling dapat dilihat pada gambar-gambar berikut ini.



Gambar 19 Jugling Tangan

Gambar 20.
Jugling Dengan Dinding



Gambar 21. Jugling Dengan Pantulan
(Mhs Wendy's Model)



Gambar 22



Gambar 23



Gambar 24. Jugling Dengan Pantulan
(Mhs Wendy's Model)



2. Dribbling

Dribbling adalah aktivitas memantul-mantulkan bola ke lantai. Pada tahap awal lakukan dulu pantulan itu dengan ketinggian setinggi pinggang. Untuk pemain pemula aktivitas ini dirasakan cukup menyulitkan, namun bukan berarti tidak bisa. Setiap siswa dapat melakukan aktivitas ini cuma pasti masih kasar, karena bola saat mau dipantulkan kembali pasti ada gerak memukul bukan menerima dan mendorong. Tidak apa-apa, karena lama kelamaan dengan pengarahan dan kesempatan yang diberikan, serta upaya untuk menganalisis sendiri kenapa begini atau begitu dan apa yang harus dilakukan sehingga mereka akan mengambil keputusan yang pada akhirnya akan ditemikan bagaimana cara melakukan dribbling ditempat yang efisien. Di bawah ini beberapa gambar sedang menunjukkan aktivitas dribbling di tempat dan bersiap untuk bergerak ke kiri atau ke kanan, diperagakan oleh mahasiswa yang telah cukup mahir bermain basket.





Gambar 25. Dribbling Lewat Ke Dua Kaki
(Mhs Wendy's Model)



Gambar 26



Gambar 27



Gambar 28. Dribbling Ke Arah Ring

Setelah melakukan dribbling ditempat, maka selanjutnya melakukan



dribbling sambil bergerak ke depan atau melewati rintangan. (Gb 26, 27, 29)

3. Lay Up

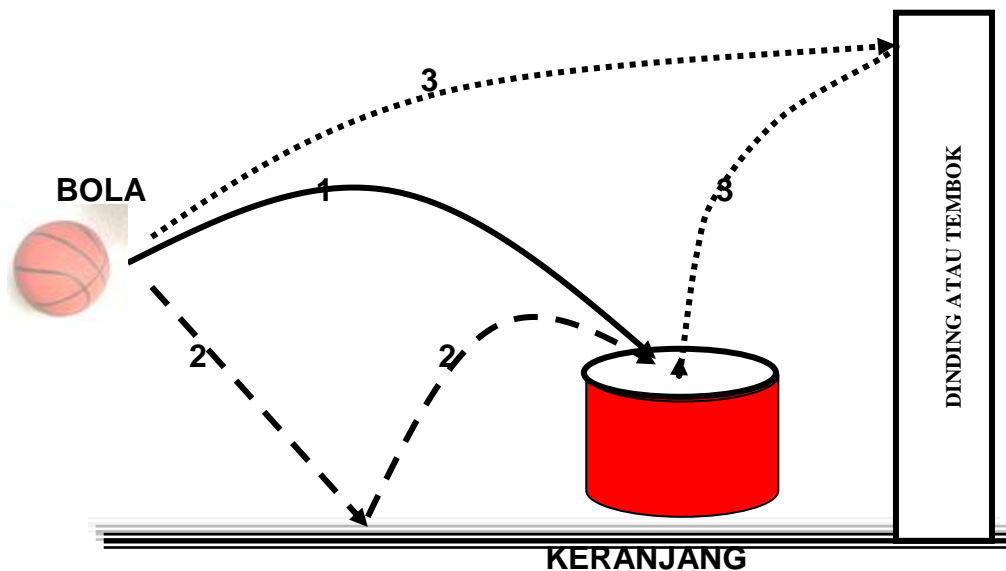
Lay Up adalah kelanjutan dari gerak dribbling untuk memasukkan bola ke dalam ring basket dengan menggunakan gerak tolak dan lompat sehingga menyebabkan sikap seperti melayang terbang dengan satu kaki diangkat serta lengan yang memegang bola mendekati ring basket seperti tampak pada gambar 29. Gerakan lay up ini digemari karena sudah merupakan koordinasi dari gerak berlari dengan membawa bola yang dilanjutkan dengan gerak melompat dengan satu kaki.



Gambar 29 Lay Up

4. Shooting

Pemelajaran selanjutnya adalah aktivitas menembakkan bola ke ring basket (shooting). Shooting adalah upaya terakhir untuk membuat point. Aktivitas shooting pada tahap awal pemelajaran penjas berujud pada kegiatan to hit the target (to shoot the target), yaitu berupa berbagai bentuk lemparan untuk memasukkan bola ke dalam sasaran/target seperti ilustrasi gambar di bawah ini (sama dengan gambar 14)



Gambar 30. Shoot To The Target/Memasukan Bola

Aktivitas shooting pada tahap-tahap aktivitas pembelajaran dilakukan seperti ilustrasi gambar 30. Kita menyediakan target berupa kardus atau drum atau apapun yang dapat dijadikan sasaran. Bila tujuannya adalah memasukan bola, maka targetnya berupa benda yang berlubang dan bila targetnya menjatuhkan maka bendanya dapat berupa benda apapun.

Cara melemparnya dapat dilakukan dengan satu tangan ayunan dari bawah atau lemparan atas, atau dapat dilakukan dengan dua tangan ayunan bawah atau dorongan lewat atas kepala. Arah lemparannya bisa langsung pada target (tanda garis ni 1), atau bolanya dipantulkan dulu ke lantai (tanda garis no 2), atau dipantulkan dulu ke dinding dengan harapan dapat masuk ke target (tanda garis no 3).

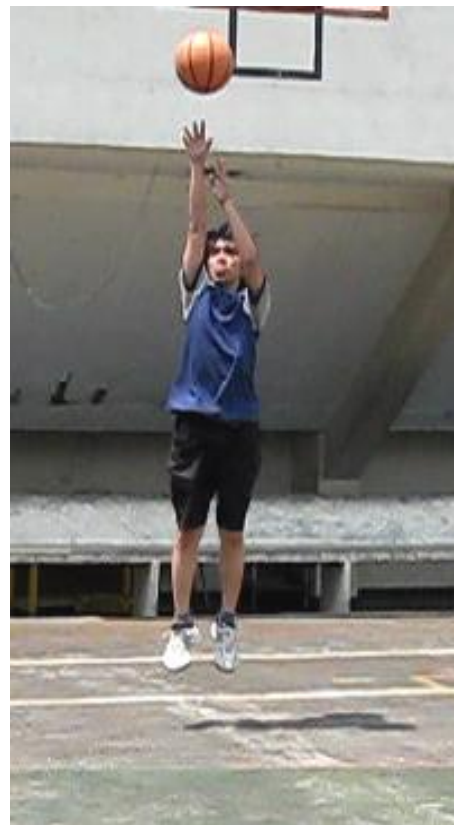
Aktivitas seperti itu akan mambantu/membimbing peserta didik untuk mencoba mengetahui atas dasar kemana jalannya bola bila ia perlakukan seperti itu, dan ia akan mencoba mengulangnya dengan tenaga dan arah yang ia telah sesuaikan sehingga dapat menghasilkan apa yang ia harapkan. Dengan begitu ia sedang terlibat dalam pembelajaran model pembelajaran berbasis pemecahan masalah gerak (movement problem based learning).



Selanjutnya pada tahapan keterampilan lanjut aktivitas shooting di lapangan basket sendiri (bila ada) dapat dilakukan seperti terlihat pada gambar-gambar berikut ini.



Gambar 31. Aktivitas Shooting Ke Dinding





Gambar 32 Shooting Lompat (Jump Shoot)



Gambar 33. Jump Shoot ke Ring Basket

Model: Mhs Wendy Darmawan



C. LATIHAN

Untuk memperdalam pemahaman anda mengenai materi Korf Ball atau bola keranjang kerjakanlah latihan berikut !

1. Apa yang kau ketahui tentang permainan basket ball like games?
2. Mengapa permainan basket disukai anak-anak?
3. Perlengkapan apa saja yang diperlukan dalam permainan ini?
4. Apa perbedaan dan persamaan permainan basket ball like games dengan hand ball like games, dan dengan soccer like games?

D. RANGKUMAN

Basket ball like games adalah permainan-permainan yang menyerupai permainan basket. Ini dilakukan karena keterbatasan fasilitas yang dimiliki sekolah-sekolah terhadap permainan dan perlengkapan basket. Upaya itu dilakukan dengan harapan dapat diikuti oleh seluruh siswa putra dan putri dengan berbagai kelompok usia di lahan yang ada. Cara memainkan permainan basket ball like games ini adalah dengan passing intercepting dengan menggunakan tangan, dan membuat skorenya dengan jalan memasukkan bola ke dalam sasaran berupa keranjang atau apapun. Perlengkapan permainan yang diperlukan sangat sederhana yaitu berupa bola dari bahan apapun asal mudah untuk dioper-operkan dan mudah untuk ditangkap.



E. TES FORMATIF

Pilih salah satu jawaban yang benar.

1. Dibawah ini adalah obyek permainan yang dapat digunakan dalam permainan basket ball like games adalah.
 - a. Bola tangan
 - b. Bola Futsal
 - c. Bola dari kantong keresek (modifikasi)
 - d. Benar semua
2. Bentuk permainan Ten Ball dalam basket ball like games dapat dilakukan dimana point diraih dengan jalan:
 - a. Dapat memasukan 10 bola ke dalam sasaran
 - b. Bola yang dipergunakan harus 10 buah
 - c. Melakukan 10 kali operan/tangkapan tanpa terintercepting
 - d. Semua benar
3. Sasaran untuk membuat skor atau point adalah berupa:
 - a. Keranjang yang dipasang pada tiangnya.
 - b. Kardus yang dipegang dan dibawa bergerak oleh seseorang di lapangan permainan
 - c. Keranjang atau kardus yang ditempatkan di salah satu ujung lapangan permainan
 - d. Semua benar
4. Aktivitas to hit the target pada permainan basket ball like games adalah:
 - a. Pada permainan basket ball like games to hit the target lebih banyak pada usaha untuk memasukan bola pada target.
 - b. Pada permainan basket ball like games bentuknya adalah menjatuhkan sasaran
 - c. Bola yang digunakan bisa bermacam-macam.



- d. Semua benar
5. Dalam bentuk permainan the center court of the target, jumlah sasaran untuk memasukan bola adalah:
- Satu buah
 - Dua buah ditempatkan di kedua ujung lapangan
 - Satu buah ditempatkan di tengah lapangan.
 - Satu buah dan bisa bergerak di seputar lapangan.

Setelah menjawab tes formatif pada kegiatan belajar ini, kemudian cocokkan jawaban anda dengan kunci jawaban yang terdapat pada bagian akhir modul ini, hitung jawaban anda yang benar. Untuk mengetahui tingkat penguasaan anda dalam mempelajari materi dalam kegiatan ini, gunakan rumus penghitungan yang ada di bawah ini.

Rumus penghitungan.

$$\text{Tingkat penguasaan} = \frac{\text{Jumlah jawaban yang benar}}{\text{Banyaknya soal}} \times 100 \%$$

Tingkat penguasaan yang dicapai:

| | | |
|--------------|---|-------------|
| 90 % - 100 % | = | Baik Sekali |
| 80 % - 90 % | = | Baik |
| 70 % - 80 % | = | Sedang |
| > 70 % | = | Kurang |

Kunci Jawaban

Kegiatan 1

1. d 2. c 3. d 4. d 5. c

Kegiatan 2



1. d 2. c 3. d 4. d 5. c

DAFTAR PUSTAKA

Crum, Bart., (2006), Movement Problem Based Learning, “The Course of (Sport) Games”, Bandung, Indonesia, February 20 – March 3, 2006

Radstake, Jorg., (2006), “Invation Games, (Hand Ball Like Games), Net Games”, *The Course of Didactics and Metodics of The Sport Games* , Bandung, February 20 – March 3, 2006

Regterchot, Mart., (2006), Soccer Like Games, Tag Games, Frisbie., “*The Course of Didactics and Metodics of The Sport Games*, Bandung, February 20 – March 3, 2006