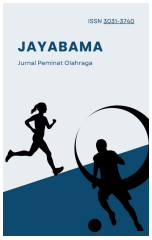

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 2 Nomor 2 Bulan 6 Tahun 2024
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

MANFAAT BOLA BASKET DALAM MENINGKATKAN KERJASAMA DAN DISIPLIN SEKOLAH DASAR

Ainun Nisa[1] Anisa Nurul Fajriah[2] Anisa Safitri Ramadani[3] Mentari Meyllani Putri[4] Nafila Fauziyah[5] Agus Mulyana[6]
Universitas Pendidikan Indonesia
Email: ainunnisa12@upi.edu anisanurulfajraiah200@upi.edu anisasafitriramadani@upi.edu mentarimeyllani22@upi.edu nafilafauziyah.12@upi.edu goestmulyana@upi.edu

Article History
Received: Juni 2024
Reviewed:Juni 2024
Published: Juni 2024

ABSTRACT

Physical education in elementary school is no longer just about physical activity, but also becomes an important field for character building and social skills development of students. In an effort to achieve this goal, the use of sports as a learning tool has become a major focus. One sport that is very popular and has a significant impact is basketball. Although at first it looks like just a fun physical activity. This method of writing scientific articles uses descriptive qualitative research methods (Subagyo, 2004, p. 300) using a literature approach. According to Kirk and Miller, qualitative research is a particular tradition in the social sciences that fundamentally depends on observing people in their own area and relating to those people in their language and in terms. While the literature approach is a study that uses data analysis based on written materials, library materials in the form of published notes, books, magazines, newspapers, manuscripts, journals or articles. In the process of playing basketball, children will learn to control emotions, improve concentration, and develop mental endurance. They are also taught to communicate and cooperate with other team members, so that their social skills can be well developed. All of these things have a positive influence on children's personal development, both in terms of independence, confidence, and adaptability in the social environment (Setiawan, 2022). This research reveals that basketball is not only a game, but also an effective learning tool. Thus, the role of basketball in improving cooperation and discipline among elementary school students is not merely a visible thing, but rather a substantial contribution to the development of children as resilient and responsible individuals.

Keywords: *playing ability, basketball, elementary school children*

ABSTRAK

Pendidikan jasmani di sekolah dasar tidak lagi hanya tentang

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 2 Nomor 2 Bulan 6 Tahun 2024
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

aktivitas fisik semata, tetapi juga menjadi medan penting untuk pembentukan karakter dan pengembangan keterampilan sosial siswa. Dalam upaya mencapai tujuan tersebut, penggunaan olahraga sebagai alat pembelajaran telah menjadi fokus utama. Salah satu olahraga yang sangat populer dan memiliki dampak yang signifikan adalah bola basket. Meskipun pada awalnya terlihat sebagai sekedar aktivitas fisik yang menyenangkan. Metode penulisan artikel ilmiah ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif (Subagyo, 2004, p. 300) dengan menggunakan pendekatan kepustakaan. Menurut Kirk dan Miller, Menjelaskan bahwa penelitian kualitatif ialah tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial yang secara fundamental bergantung pada pengamatan pada manusia dalam kawasannya sendiri dan berhubungan dengan orang-orang tersebut dalam bahasanya dan dalam peristilahannya. Sedangkan pendekatan kepustakaan adalah kajian yang menggunakan analisis data berdasarkan bahan tertulis, bahan kepustakaan berupa catatan yang terpublikasikan, buku, majalah, surat kabar, naskah, jurnal ataupun artikel.Dalam proses bermain bola basket, anak-anak akan belajar mengendalikan emosi, meningkatkan konsentrasi, dan mengembangkan ketahanan mental. Mereka juga diajarkan untuk berkomunikasi dan bekerja sama dengan anggota tim lainnya, sehingga keterampilan sosial mereka pun dapat berkembang dengan baik. Semua hal ini memberikan pengaruh yang positif terhadap perkembangan pribadi anak-anak, baik dalam hal kemandirian, kepercayaan diri, maupun kemampuan beradaptasi dalam lingkungan sosial(Setiawan, 2022). Penelitian ini mengungkapkan bahwa bola basket bukan hanya menjadi sebuah permainan, tetapi juga menjadi alat pembelajaran yang efektif. Dengan demikian, peran bola basket dalam meningkatkan kerjasama dan disiplin di kalangan siswa sekolah dasar bukanlah sekadar hal yang terlihat, melainkan sebuah kontribusi yang substansial dalam pengembangan anak-anak sebagai individu yang tangguh dan bertanggung jawab.
Kata Kunci: *Kemampuan Bermain, Bola Basket, Anak Sekolah Dasar.*

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 2 Nomor 2 Bulan 6 Tahun 2024
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

PENDAHULUAN

Dalam setiap tahap pendidikan, termasuk di sekolah dasar, pentingnya olahraga sebagai instrumen pembelajaran semakin ditekankan sebagai cara yang efektif untuk mengembangkan berbagai aspek keterampilan siswa. Salah satu pilihan olahraga yang sangat populer dan bermanfaat adalah bola basket. Bola basket tidak hanya memberikan pengalaman fisik yang menyenangkan, tetapi juga memiliki potensi besar dalam membentuk karakter dan keterampilan sosial siswa. Dalam penelitian ini, kita akan menjelajahi lebih dalam bagaimana permainan bola basket dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan kerjasama dan disiplin di antara siswa sekolah dasar.

Permainan tim seperti bola basket tidak hanya tentang mencetak poin atau memenangkan pertandingan, tetapi juga melibatkan strategi, koordinasi, dan komunikasi di antara anggota tim. Bola basket menawarkan kesempatan unik bagi siswa untuk belajar bekerja sama dalam mencapai tujuan bersama, mengembangkan keterampilan komunikasi dan keterampilan dalam merencanakan serangan, melindungi area pertahanan, dan bekerja secara efektif dalam dinamika tim. Selain itu, aturan-aturan yang ketat dan tuntutan latihan yang konsisten dalam olahraga ini membawa aspek disiplin yang kuat. Hal ini membantu siswa memahami pentingnya patuh terhadap aturan dan konsistensi dalam upaya mencapai tujuan, baik di dalam maupun di luar lapangan bola basket.

Melalui pemahaman yang lebih dalam tentang peran bola basket dalam pendidikan jasmani di sekolah dasar, kita dapat mengapresiasi lebih lanjut manfaatnya dalam membentuk karakter dan keterampilan sosial siswa. Lebih dari sekadar olahraga, bola basket menjadi sarana pembelajaran yang membentuk mentalitas kerjasama, kedisiplinan, dan tanggung jawab, sambil menciptakan lingkungan pembelajaran yang berwawasan masa depan dan inklusif. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki lebih dalam dampak positif permainan bola basket dalam konteks pendidikan jasmani sekolah dasar.

Pendidikan jasmani di sekolah dasar tidak lagi hanya tentang aktivitas fisik semata, tetapi juga menjadi medan penting untuk pembentukan karakter dan pengembangan keterampilan sosial siswa. Dalam upaya mencapai tujuan tersebut, penggunaan olahraga sebagai alat pembelajaran telah menjadi fokus utama. Salah satu olahraga yang sangat populer dan memiliki dampak yang signifikan adalah bola basket. Meskipun pada awalnya terlihat sebagai sekedar aktivitas fisik yang menyenangkan, bola basket sebenarnya memiliki potensi besar untuk membentuk karakter dan keterampilan sosial siswa.

Dalam penelitian ini, kita akan menjelajahi peran bola basket dalam meningkatkan kerjasama dan disiplin siswa sekolah dasar. Permainan tim seperti bola basket memberikan kesempatan unik bagi siswa untuk belajar bekerja sama dalam sebuah tim, di mana setiap individu memiliki peran dan tanggung jawabnya sendiri. Selain itu, bola basket juga membawa nuansa disiplin yang kuat melalui aturan-aturan yang ketat dan tuntutan latihan yang konsisten. Dengan memahami peran bola basket sebagai alat pembelajaran di sekolah dasar, kita dapat lebih menghargai nilai-nilai sosial dan pribadi yang dapat ditanamkan melalui partisipasi

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 2 Nomor 2 Bulan 6 Tahun 2024
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

aktif dalam olahraga tersebut. Dengan demikian, artikel ini akan menyelidiki lebih dalam tentang bagaimana bola basket dapat menjadi sarana efektif dalam membentuk karakter dan keterampilan siswa, serta dampak positifnya terhadap perkembangan mereka di sekolah dasar.

METODE

Metode penulisan artikel ilmiah ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif (Subagyo, 2004, p. 300) dengan menggunakan pendekatan kepustakaan. Menurut Kirk dan Miller, Menjelaskan bahwa penelitian kualitatif ialah tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial yang secara fundamental bergantung pada pengamatan pada manusia dalam kawasannya sendiri dan berhubungan dengan orang-orang tersebut dalam bahasanya dan dalam peristilahannya. Sedangkan pendekatan kepustakaan adalah kajian yang menggunakan analisis data berdasarkan bahan tertulis, bahan kepustakaan berupa catatan yang terpublikasikan, buku, majalah, surat kabar, naskah, jurnal ataupun artike

PEMBAHASAN

Bola basket telah menjadi salah satu olahraga yang sangat diminati di berbagai kalangan, mulai dari anak-anak hingga remaja. Seiring dengan popularitasnya, manfaatnya tidak hanya sebatas kesenangan semata, melainkan juga membawa dampak yang signifikan dalam bidang fisik dan psikologis(Sitepu, 2018). Terutama pada masa sekolah dasar, anak-anak sedang mengalami tahap perkembangan motorik dan kognitif yang sangat penting(Setiawan, 2022). Oleh karena itu, melalui kegiatan olahraga, khususnya bola basket, anak-anak dapat mengembangkan beragam keterampilan dengan lebih luas dan mendalam.Dalam permainan bola basket, terdapat berbagai aspek yang dapat diperkuat, seperti keterampilan motorik yang meliputi kemampuan mengontrol gerakan tubuh, mempertajam keterampilan memegang bola, serta meningkatkan koordinasi mata dan tangan(Kurniawan et al., 2022).

Dalam hal kekuatan, bola basket dapat membantu mengembangkan kekuatan otot- otot tubuh, terutama di area tangan, lengan, dan kaki. Selain itu, melalui permainan ini, anak-anak juga dapat meningkatkan kemampuan koordinasi dan kecepatan tubuh mereka, yang sangat bermanfaat dalam berbagai aktivitas fisik dan olahraga lainnya.Namun, manfaat olahraga bola basket tidak hanya terbatas pada aspek fisik semata.Ada pula manfaat psikologis yang signifikan yang dapat dirasakan oleh para pemain. Dalam proses bermain bola basket, anak-anak akan belajar mengendalikan emosi, meningkatkan konsentrasi, dan mengembangkan ketahanan mental. Mereka juga diajarkan untuk berkomunikasi dan bekerja sama dengan anggota tim lainnya, sehingga keterampilan sosial mereka pun dapat berkembang dengan baik. Semua hal ini memberikan pengaruh yang positif terhadap perkembangan pribadi anak-anak, baik dalam hal kemandirian, kepercayaan diri, maupun kemampuan beradaptasi dalam lingkungan sosial(Setiawan, 2022). Dengan demikian, tidak dapat disangkal bahwa permainan bola basket memiliki potensi yang sangat besar dalam mengembangkan beragam keterampilan fisik dan psikologis pada anak-anak. Selain sebagai sarana hiburan

Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga
Volume 2 Nomor 2 Bulan 6 Tahun 2024
http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama

dan kegiatan yang menyenangkan, olahraga ini menjadi jalan bagi mereka untuk mengasah kemampuan motorik, kekuatan, koordinasi, kecepatan, dan keterampilan sosial yang nantinya akan berdampak positif dalam kehidupan mereka(Reswari, 2021). Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan pihak pendidikan untuk memberikan dukungan dan fasilitas yang memadaiagar anak-anak dapat menikmati manfaat luas dan mendalamdari olahraga bola basket ini.

dalam konteks bola basket, terdapat metode pelatihan yang dikenal sebagai latihan drill. Latihan drill ini memiliki fokus yang sangat terarah pada pengembangan keterampilan teknis dan taktis dalam permainan(Pranyoto, 2020). Melalui latihan drill, anak-anak memiliki kesempatan untuk melatih gerakan dasar, teknik menggiring bola, melempar dengan presisi, serta memotong bola dengan kecepatan dan intensitas tinggi.Latihan drillpada dasarnya melibatkan latihan yang berulang-ulang secara intensif untuk memperkuat dan mengasah keterampilan-keterampilan tersebut(Nugroho & Khory, 2020). Tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan kemampuan bermain bola basket pada anak- anak di tingkat sekolah dasar. Dengan berlatih secara berulang, merekadapat mengembangkan kefasihan dan keakuratan dalam melakukan gerakan-gerakan penting dalam permainan(Fajri & Mustaqim, 2020).

Namun, walaupun latihan drill telah dianggap mampu meningkatkan kemampuan bermain bola basket pada anak-anak sekolah dasar, perlu dilakukan penelitian lebih mendalam untuk memahami dampak sebenarnya dari metode ini terhadap perkembangan mereka. Penelitian yang melibatkan analisis ilmiah yang teliti diperlukan untuk memastikan kebaruan dan validitas dari klaim-klaim tersebut. Oleh karena itu, diperlukan upaya penelitian yang

melibatkan pengamatan yang cermat terhadap penggunaan latihan drill dalam konteks bola basket pada anak-anak sekolah dasar.

Langkah ini sangat penting untuk memastikan bahwa metode pelatihan ini benar-benar memberikan manfaat yang signifikan dan sesuai dengan perkembangan anak-anak. Melalui penelitian yang tepat dan mendalam, kita dapat memahami secara lebih baik dampak latihan drill terhadap kemampuan bermain bola basket pada anak-anak dan menggunakannya sebagai dasar untuk pengembangan metode pelatihan yang efektif dan sesuai dengan kebutuhan mereka.

Penerapan latihan drill yang terstruktur dan terprogram secara intensif diketahui memberikan manfaat dalam meningkatkan keterampilan teknis seperti dribbling, shooting, passing, dan footwork(Awangga, 2023; Nuryadi & Firmansyah, 2018; Resita, 2022; Soederajat et al., 2022). Anak-anak yang secara rutin terlibat dalam latihan drillini menunjukkan peningkatan yang nyata dalam kemampuan mereka dalam melakukan teknik dasar bola basket. Selain itu, latihan drilljuga membantu dalam pengembangan pemahaman taktis, koordinasi gerakan,dan ketepatan dalam permainan.Selain kemampuan teknis, latihan drilljuga berkontribusi pada perkembangan motorik anak-anak, termasuk peningkatan kecepatan, kelincahan, dan koordinasi mata-tangan(Kurnia et al., 2022). Hal ini berdampak positif pada kemampuan mereka dalam mengoperasikan bola basket dan menjalankan gerakan-gerakan yang diperlukan dalam permainan.

Selain manfaat fisik, latihan drill juga memiliki dampak psikologis yang signifikan. Melalui latihan yang terstruktur dan terfokus, anak-anak dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam kemampuan mereka untuk bermain bola basket. Latihan ini juga membantu dalam pengembangandisiplin, tanggung jawab, dan kerja tim pada anak-anak, membutuhkan konsistensi dan dedikasi untuk mencapai hasil yang diinginkan (Soederajat et al., 2022).

KESIMPULAN

Bola basket menawarkan lebih dari sekadar aktivitas fisik yang menyenangkan; ia menjadi sebuah wahana pembelajaran yang berharga dalam mengembangkan keterampilan sosial dan pribadi yang esensial bagi perkembangan siswa sekolah dasar. Melalui interaksi yang terjadi dalam permainan, siswa tidak hanya belajar tentang cara bekerja sama dengan efektif, tetapi juga tentang pentingnya komunikasi yang jelas dan tanggung jawab dalam sebuah tim. Dalam situasi permainan yang dinamis, siswa belajar untuk berkolaborasi dengan rekan satu tim mereka, membagi peran dan tanggung jawab, serta saling mendukung untuk mencapai tujuan bersama. Selain itu, aturan-aturan yang ketat dan kedisiplinan yang diperlukan dalam bola basket mengajarkan siswa tentang kepatuhan terhadap aturan, latihan teratur, dan manajemen waktu. Dengan konsistensi latihan dan ketekunan dalam mematuhi aturan, siswa memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang arti dari disiplin yang kuat. Penelitian ini mengungkapkan bahwa bola basket bukan hanya menjadi sebuah permainan, tetapi juga menjadi alat pembelajaran yang efektif dalam membentuk karakter dan keterampilan siswa, yang mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan yang ada di dunia nyata. Dengan demikian, peran bola basket dalam meningkatkan kerjasama dan disiplin di kalangan siswa sekolah dasar bukanlah sekadar hal yang

terlihat, melainkan sebuah kontribusi yang substansial dalam pengembangan anak-anak sebagai individu yang tangguh dan bertanggung jawab.

DAFTAR PUSTAKA

AWANGGA, L. G. (2023). Perbandingan Latihan Footwork Menggunakan Cone Dengan Latihan Footwork Menggunakan Ladder DrillTerhadap Kelincahan Pada Permainan Bola Basket(Eksperimen Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 2 Ciamis). Universitas Siliwangi.

Fajri, M., & Mustaqim, E. A. (2020). Pengaruh Latihan Dot DrillTerhadap Kelincahan Anggota Ekstrakurikuler Pencaksilat SMA Darul Mukminin Kab. Bekasi. Genta Mulia : Jurnal Ilmiah Pendidikan, 11(1), 114–125. https://ejournal.stkipbbm.ac.id/index.php/gm/article/view/399

Kurnia, R. H., Iqbal, R., & Mahardhika, D. (2022). Pengaruh Metode Latihan DrillTerhadap Keterampilan Dasar Free Throw Pada Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 1 Karawang. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 8(19), 532–539.

Kurniawan, Y., Subandowo, & Rohman, U. (2022). Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual terhadap Peningkatan Hasil Shooting Bola Basket dalam Pembelajaran PJOK Siswa MAN Kota Surabaya. Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi, 8(1), 231–236.

Nuryadi, A., & Firmansyah, G. (2018). Pengaruh Latihan Ladder Drillterhadap Kecepatan Lari
60 Meter Pada Siswa Sekolah Bola Basket Loc Sidoarjo. Jp. Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan), 2(1), 63–69.

Pranyoto, F. S. (2020). Pengaruh Latihan Agility Hurdle Drills Dan Agility Ring Drills Dan Kecepatan Terhadap Kelincahan PemainFutsal. Universitas Negeri Yogyakarta.

Reswari, A. (2021). Efektivitas permainan bola basket modifikasi terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia
97e-ISSN:2774-5961p-ISSN:2774-5953Volume.XX No.XXBulan Tahun 2020Dini, 6(1), 17–
29. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1182

Setiawan, V. (2022). Pengaruh Modifikasi Permainan Bola Basket Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Siswa. J-KIP (Jurnal Keguruan Dan Ilmu Pendidikan), 3(3), 538. https://doi.org/10.25157/j-kip.v3i3.8966

Sitepu, I. D. (2018). Manfaat Permainan Bola Basket Untuk Anak Usia Dini. Jurnal Prestasi, 2(3), 27. https://doi.org/10.24114/jp.v2i3.10129

Soederajat, S., Mahardhika, D. B., & Aminudin, R. (2022). Pengaruh Metode Latihan DrillTerhadap Keterampilan Dasar Chest Pass Bola Basket Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sukatani. Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment), 5(2), 153– 159.