

Pengaruh Latihan Berbasis Game Terhadap Penguasaan Taktik Permainan Bola Basket Pada Anak Sekolah Dasar

Ni Putu Sinta Putri Jayanti^{1*}, I Putu Agus Dharma Hita¹, Ida Bagus Gede Jaya Mahotama¹

¹Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Universitas Pendidikan Ganesha, Indonesia

*Corresponding author : sinta.putri@student.undiksha.ac.id

Article History:

Received : 26-06-2025

Accepted : 17-08-2025

Keywords: Latihan Berbasis Game; Bola Basket; Taktik Anak

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh latihan berbasis game terhadap penguasaan taktik permainan bola basket pada siswa sekolah dasar. Kajian dilakukan melalui metode studi literatur dengan menganalisis artikel dan jurnal ilmiah yang relevan, diperoleh dari basis data seperti Google Scholar, ResearchGate, dan ScienceDirect. Literatur dipilih berdasarkan kriteria inklusi seperti relevansi topik, fokus pada anak usia sekolah dasar, dan validitas sumber, kemudian dianalisis untuk mengidentifikasi temuan, metode, dan faktor yang memengaruhi efektivitas latihan berbasis game. Hasil kajian menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif meningkatkan pemahaman taktik seperti pergerakan tanpa bola, pemilihan posisi, dan kerja sama tim. Selain itu, latihan berbasis game juga berkontribusi pada peningkatan keterampilan teknis, kepercayaan diri, motivasi, dan kemampuan pengambilan keputusan cepat. Efektivitasnya dipengaruhi oleh usia, tingkat kemampuan, dan kualitas bimbingan pelatih, sehingga program latihan perlu disesuaikan dengan karakteristik peserta didik. Temuan ini menegaskan bahwa latihan berbasis game merupakan strategi potensial untuk mengoptimalkan pembelajaran taktik bola basket di tingkat sekolah dasar.

PENDAHULUAN

Melalui permainan bola basket, pendidikan jasmani berperan signifikan dalam mengembangkan keterampilan motorik dan nilai-nilai positif peserta didik (Hasyim, et al., 2025). Bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang menuntut kombinasi antara keterampilan teknis dan taktis agar dapat dimainkan secara optimal. Salah satu aspek penting dalam permainan ini adalah penguasaan taktik, yakni kemampuan dalam mengatur strategi, memilih posisi, serta mengambil keputusan cepat berdasarkan dinamika permainan. Pada anak usia sekolah dasar, pengembangan keterampilan taktis menjadi sangat penting karena pada tahap ini anak-anak sedang berada dalam masa pertumbuhan dan pengembangan keterampilan dasar yang akan menjadi fondasi bagi permainan mereka di tingkat yang lebih tinggi.

Dalam proses pembelajaran, pemilihan strategi mengajar yang tepat menjadi faktor penentu keberhasilan pendidikan jasmani. Pendidik perlu mempertimbangkan pendekatan yang sesuai dengan usia dan karakteristik peserta didik agar dapat memfasilitasi pencapaian hasil belajar, baik dari segi motivasi, perilaku, maupun aspek afektif (Vella, et al., 2014 sebagaimana dikutip dalam Hakiky, et al., 2020). Salah satu pendekatan yang relevan dalam pembelajaran bola basket adalah pendekatan taktik, yaitu metode yang menekankan pada

bermain sambil belajar keterampilan teknik dalam konteks permainan sebenarnya (Febrianta & Sukoco, 2013). Dalam praktiknya, pendekatan ini dapat diwujudkan melalui latihan berbasis game (game-based training), yang memungkinkan peserta didik memahami hubungan antara keterampilan teknik dan penerapannya dalam situasi permainan nyata. Kesadaran taktik merupakan kunci dalam penampilan bermain, yaitu kemampuan untuk mengidentifikasi berbagai masalah taktis (tactical problems) yang muncul selama permainan dan meresponsnya dengan cepat (Febrianta & Sukoco, 2013). Latihan berbasis game juga mendorong proses pembelajaran yang lebih menarik dan interaktif, serta mengaktifkan pemikiran dan pengambilan keputusan peserta didik dalam konteks permainan yang sesungguhnya.

Walaupun efektivitas latihan berbasis game telah banyak dikaji dalam berbagai cabang olahraga, penelitian yang secara khusus meneliti pengaruh pendekatan ini terhadap penguasaan taktik permainan bola basket pada anak sekolah dasar masih sangat terbatas. Keterbatasan ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang perlu diisi untuk memahami secara lebih mendalam bagaimana game-based training dapat mendukung perkembangan taktik pada anak usia dini. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana latihan berbasis game dapat membantu siswa sekolah dasar dalam memahami dan menguasai taktik permainan bola basket.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur untuk mengkaji berbagai penelitian yang relevan mengenai pengaruh latihan berbasis game terhadap penguasaan taktik permainan bola basket pada anak sekolah dasar. Tahapan penelitian ini meliputi:

1. Identifikasi Topik dan Fokus Kajian

Peneliti terlebih dahulu menentukan fokus kajian secara spesifik, dalam hal ini adalah pengaruh latihan berbasis game terhadap penguasaan taktik permainan bola basket pada anak sekolah dasar. Fokus ini menjadi dasar dalam pencarian dan pemilihan literatur yang relevan.

2. Pencarian Literatur

Literatur dicari melalui berbagai basis data akademik dan sumber terpercaya, seperti Google Scholar, ResearchGate, ScienceDirect, dan perpustakaan digital lainnya. Kata kunci seperti "game-based training", "basketball tactics", "physical education", dan "elementary school students" digunakan untuk mempermudah pencarian.

3. Seleksi Literatur

Setelah terkumpul, literatur disaring berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi misalnya: relevan dengan topik, berfokus pada anak usia sekolah dasar, dan berasal dari sumber yang valid. Literatur yang tidak sesuai dengan kriteria atau memiliki kualitas rendah dieliminasi.

4. Analisis Literatur

Literatur yang telah dipilih kemudian dianalisis untuk mengidentifikasi temuan-temuan utama, metode yang digunakan, serta hasil dan kesimpulan dari masing-masing penelitian. Peneliti juga memperhatikan faktor-faktor yang memengaruhi efektivitas latihan berbasis game.

5. Sintesis Hasil

Tahap akhir adalah menyusun sintesis dari hasil analisis. Sintesis ini menyatukan berbagai pandangan dan hasil penelitian untuk memberikan pemahaman yang utuh mengenai pengaruh latihan berbasis game terhadap penguasaan taktik bola basket. Dari sini dapat ditarik kesimpulan umum dan potensi rekomendasi untuk praktik pembelajaran.

Melalui metode studi literatur, penelitian ini menyajikan gambaran komprehensif mengenai pengaruh latihan berbasis game terhadap penguasaan taktik bola basket pada anak sekolah dasar. Pendekatan ini memberikan dasar teoritis yang kuat dan dapat menjadi acuan untuk penelitian lanjutan secara empiris.

PEMBAHASAN

Berdasarkan kajian literatur, ditemukan bahwa latihan berbasis game memiliki dampak positif terhadap penguasaan taktik permainan bola basket pada anak-anak. Beberapa penelitian menemukan bahwa pendekatan berbasis game dapat meningkatkan pemahaman dan penerapan taktik permainan, contohnya seperti pergerakan tanpa bola, pemilihan posisi yang tepat dan kerja sama tim. Penelitian oleh Sucipto, et al. (2023) menunjukkan bahwa membandingkan pendekatan taktik dan teknikal dalam pembelajaran bola basket, hasilnya menunjukkan bahwa pendekatan taktik memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap keterampilan bermain bola basket siswa, dengan skor keterampilan bermain sebesar 0,67 dibandingkan dengan 0,55 pada pendekatan teknikal. Penelitian lain oleh Febrianta dan Sukoco (2013) di SMPN 2 Pandak Bantul menunjukkan bahwa pembelajaran bola basket melalui metode pendekatan taktik meningkatkan keterampilan proses dalam bermain bola basket, rata-rata nilai siswa meningkat dari 72,8 pada akhir siklus I menjadi 78,0 pada akhir siklus II, melampaui Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sebesar 71. Penelitian oleh López-Pérez, et al. (2024) juga menunjukkan bahwa menganalisis efek dari small-sided games dalam mengajarkan keterampilan teknis dan taktis dasar bola basket pada anak-anak dan remaja. Tinjauan ini menemukan bahwa implementasi small-sided games dalam bola basket terbukti sebagai pendekatan metodologis yang efektif untuk meningkatkan aspek teknis dan taktis fundamental olahraga tersebut. Selain taktik, latihan berbasis game dapat meningkatkan motorik dasar dan teknikal permainan bola basket, termasuk passing, dribbling, shooting, dan positioning defensif pada anak-anak, disamping itu juga mengurangi resiko kurangnya aktivitas fisik (exercise deficit disorder).

Latihan berbasis game membantu anak-anak mengembangkan kepercayaan diri mereka serta kemampuan pengambilan keputusan yang cepat pada saat permainan berlangsung. Penelitian oleh Perdima, et al. (2024) meneliti tentang pengaruhnya permainan bola basket dengan format small-sided games terhadap peningkatan keterampilan teknis pemain. Hasilnya menunjukkan bahwa latihan dengan small-sided games secara signifikan meningkatkan kemampuan dasar seperti passing, dribbling, shooting, dan positioning defensif. Peneliti oleh Faigenbaum & Myer, (2012) juga menyatakan bahwa melibatkan remaja dalam permainan aktif dan latihan terstruktur selama masa kanak-kanak sangat penting untuk mengembangkan keterampilan motorik, membangun kepercayaan diri, dan mencegah gangguan defisit olahraga. Selain itu, peneliti oleh Gumay, et al. (2025) menemukan bahwa model latihan lay-up berbasis game meningkatkan keterampilan lay-up anak-anak sebesar 25% dibandingkan dengan 10% pada kelompok kontrol. Penelitian oleh Manninen, et al. (2024) juga menunjukkan bahwa pendekatan berbasis game lebih efektif dibandingkan pendekatan

tradisional dalam meningkatkan pengambilan keputusan, pengetahuan, dan keterampilan motorik pada pemain basket muda. Dalam berbagai studi yang dianalisis, latihan berbasis game terbukti meningkatkan kemampuan anak-anak dalam memahami dan menerapkan taktik permainan, seperti pergerakan tanpa bola, pemilihan posisi yang tepat, dan kerjasama tim. Selain itu, anak-anak yang mengikuti latihan berbasis game juga menunjukkan peningkatan dalam hal kepercayaan diri dan keterampilan pengambilan keputusan yang cepat.

Latihan berbasis game memungkinkan anak-anak untuk belajar dengan cara yang lebih menyenangkan dan interaktif. Berbeda dengan latihan konvensional yang cenderung monoton latihan berbasis game menawarkan pendekatan yang lebih menarik dan memotivasi anak-anak untuk berpartisipasi aktif. Mereka tidak hanya belajar teori, tetapi juga dapat langsung menerapkannya dalam situasi permainan yang lebih nyata. Pendekatan ini juga memberi kesempatan kepada anak untuk merasakan situasi permainan yang sesungguhnya, yang dapat meningkatkan pemahaman mereka terhadap strategi permainan bola basket.

Latihan berbasis game juga memberikan dampak positif terhadap perkembangan sosial dan emosional anak-anak, seperti rasa percaya diri, kolaborasi tim, dan pengambilan keputusan yang cepat dalam kondisi tekanan permainan. Peneliti oleh Faigenbaum & Myer (2012) menyatakan bahwa pentingnya pelibatan anak dalam latihan terstruktur berbasis permainan untuk developing fundamental movement skills, building confidence, and reducing exercise deficit disorder.

Selain itu, latihan berbasis game juga dapat meningkatkan motivasi anak untuk berlatih, karena mereka merasa lebih terlibat dan terhibur dalam proses belajar, anak-anak cenderung lebih termotivasi untuk berlatih dan meningkatkan kemampuan mereka. Melalui permainan, anak-anak belajar bekerja sama dalam tim, mengatur posisi, dan mengambil keputusan secara cepat, hal ini tentu saja sangat penting untuk meningkatkan penguasaan taktik permainan bola basket.

Namun, efektivitas latihan berbasis game juga dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti usia, tingkat keterampilan, dan kualitas pembimbing yang memberikan latihan. Program latihan perlu disesuaikan dengan tingkat perkembangan kognitif dan fisik anak. Anak-anak dengan tingkat keterampilan yang berbeda membutuhkan pendekatan dan tantangan yang berbeda pula. Pembimbing yang berpengalaman dan terampil dapat memberikan arahan dan bimbingan yang efektif, memastikan latihan berjalan dengan optimal. Desain gamifikasi yang efektif dalam pelatihan olahraga dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan pemain, serta membantu mereka mengembangkan kebiasaan latihan yang lebih mandiri.

Pendekatan Teaching Games for Understanding (TGfU) juga telah terbukti efektif dalam pembelajaran bola basket. Pendekatan ini memungkinkan siswa memahami taktik permainan bola basket secara mendalam dengan terlibat dalam situasi permainan yang dimodifikasi. Siswa belajar mengenali pola permainan dan membuat keputusan yang tepat dalam situasi yang berubah-ubah, yang pada akhirnya meningkatkan kemampuan taktis mereka. Di tingkat sekolah dasar, peneliti oleh Syamsuar, et al. (2020) melaporkan bahwa metode TGfU secara signifikan meningkatkan motivasi dan kebugaran fisik siswa kelas lima, menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif untuk anak-anak usia dini. Sebuah studi oleh Li dan Chano (2024) juga menunjukkan bahwa penerapan TGfU dalam program bola basket perguruan tinggi secara signifikan meningkatkan taktik dan kebugaran fisik siswa dibandingkan dengan metode pengajaran tradisional.

Selain memberikan dampak pada aspek taktik dan mental, latihan berbasis game juga terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar permainan bola basket. Pendekatan ini membuat siswa lebih aktif dan termotivasi, karena mereka belajar melalui konteks permainan yang menyenangkan dan relevan. Seperti yang dijelaskan oleh Hakim (2020), Model pembelajaran bola basket berbasis permainan dapat meningkatkan keterampilan passing siswa secara signifikan karena siswa lebih aktif dan antusias dalam mengikuti proses pembelajaran yang dikemas dalam bentuk permainan.

KESIMPULAN

Berdasarkan kajian literatur, latihan berbasis game terbukti efektif untuk meningkatkan penguasaan taktik bola basket pada anak sekolah dasar. Melalui cara ini, anak-anak belajar langsung dengan bermain dalam suasana yang menyenangkan dan menantang. Pendekatan ini membantu anak memahami taktik seperti pergerakan tanpa bola, pemilihan posisi, dan kerja sama tim. Selain itu, latihan ini juga meningkatkan keterampilan teknis, kepercayaan diri, dan kemampuan mengambil keputusan dengan cepat. Latihan berbasis game juga membuat anak lebih termotivasi dan aktif saat belajar. Namun, keberhasilan metode ini dipengaruhi oleh usia, kemampuan anak, dan kualitas pelatih. Oleh karena itu, latihan harus disesuaikan dengan karakteristik peserta agar hasilnya maksimal. Dengan demikian, latihan berbasis game bisa menjadi pilihan yang tepat untuk mengajarkan taktik bola basket kepada anak-anak.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Barrett, L., Kinnerk, P., & Kearney, P. E. (2025). Developing skill within the context of a Game-Based Approach. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 17479541241311673.
- [2] Casey, A., & Kirk, D. (2020). *Models-based practice in physical education*. Routledge.
- [3] Faigenbaum, A. D., & Myer, G. D. (2012). Exercise deficit disorder in youth: play now or pay later. *Current sports medicine reports*, 11(4), 196-200.
- [4] Farhat, F., Ammar, A., Mezghani, N., Kammoun, M. M., Trabelsi, K., Gharbi, A., ... & Smits-Engelsman, B. (2025). The effect of task-oriented basketball training on motor skill-related fitness in children with developmental coordination disorder. *Sports*, 13(3), 62.
- [5] Febrianta, Y., & Sukoco, P. (2013). Upaya peningkatan pembelajaran permainan bolabasket melalui metode pendekatan taktik siswa SMPN 2 Pandak Bantul. *Jurnal keolahragaan*, 1(2), 186-196.
- [6] Gumay, J. R., Ramadhan, Z. F., Bastian, A. A., & Yolanda, R. (2025). Game-Based Basketball Lay Up Shoot Training Model For 8-10 Year Olds. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJ PES)*, 7(2), 47-53.
- [7] Hakiky, L. B. D. (2020). Implementasi penggunaan media pembelajaran digital game based learning terhadap motivasi belajar dan keterampilan gerak dasar shooting bola basket. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 20(1), 72-82.
- [8] Hakim, A. (2020). Model pembelajaran bola basket berbasis permainan: Bagaimana peningkatannya terhadap keterampilan passing. *Jurnal Sportivo*, 6(2), 241–250.

- [9] Hasyim, A. H., Prabowo, E., Juniarto, M., Suparman, S., & Haris, I. N. (2025). Model Pembelajaran Passing Chest Pass Bola Basket Berbasis Permainan. *Biormatika: Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 11(1), 15-21.
- [10] Hita, I. P. A. D. (2023). Pengaruh Media Digital dalam Meningkatkan Pemahaman Konsep Taktik Permainan Bola Basket pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Indonesian Journal of Sport and Tourism*, 5(1), 19-26.
- [11] Irman, I. (2023). Meningkatkan Kemampuan Shooting Bola Basket Dengan Menggunakan Permainan Target Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 12 Bungo. *Jurnal Muara Olahraga*, 5(2), 97-109.
- [12] Li, Y., & Chano, J. (2024). The Effects of the Teaching Games for Understanding (TGfU) Mode Adopted in a College Basketball Program. *Journal of Education and Learning*, 13(4), 134-143.
- [13] López-Pérez, M., Pavez-Adasme, G., Olate-Pastén, Y., & Gómez-Álvarez, N. (2024). Small-sided games in teaching the technical and tactical skills of basketball in children and adolescents: a systematic review. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 25, 1.
- [14] Manninen, M., Magrum, E., Campbell, S., & Belton, S. (2025). The effect of game-based approaches on decision-making, knowledge, and motor skill: A systematic review and a multilevel meta-analysis. *European Physical Education Review*, 31(1), 18-32.
- [15] Perdima, F. E., Apriansyah, D., Sumantri, A., Ertanto, D., & Sofyan, D. (2024). Enhancing technical proficiency through small-sided basketball games: A strategic approach for students athletes. *Journal Sport Area*, 9(2), 195-206.
- [16] Poureghbali, S., Arede, J., Rehfeld, K., Schöllhorn, W., & Leite, N. (2020). Want to impact physical, technical, and tactical performance during basketball small-sided games in youth athletes? Try differential learning beforehand. *International journal of environmental research and public health*, 17(24), 9279.
- [17] Pranata, D. (2023). Peningkatan Motivasi Atlet Melalui Peran Pelatih dan Permainan Bola Basket. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 2040-2052.
- [18] Zen, Z. (2020, August). Effect Of The Teaching Games for Understanding (Tgfu) Method in Improving Students' Motivation and Physical Fitness. In 1st International Conference of Physical Education (ICPE 2019) (pp. 280-285). Atlantis Press.