



PENGARUH METODE PEMBELAJARAN DAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP HASIL *FREE THROW* BOLA BASKET SISWA PUTRA SMK NEGERI 1 TENGARAN KABUPATEN SEMARANG

Galih Wisnu Murdhani[✉], Sugiharto, Soekardi

Program Studi Pendidikan Olahraga, Program Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Januari 2014
Disetujui Februari 2014
Dipublikasikan Juni 2014

Keywords:

Inclusion Learning Model;
Hand Eye Coordination;
Free Throw

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : 1) Perbedaan tugas pembelajaran Inklusi dan Tugas terhadap hasil ketrampilan *free throw* bola basket 2) Perbedaan antara koordinasi mata tangan tinggi dan rendah terhadap hasil ketrampilan *free throw* bola basket dan 3) Interaksi antara tugas pembelajaran Inklusi dan Tugas dan koordinasi mata tangan terhadap hasil ketrampilan *free throw* bola basket Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan rancangan faktorial 2x2, populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas X SMK Negeri 1 Tengaran sebanyak 60 peserta didik. Teknik pengambilan sampel dengan teknik Purposive. Variabel dalam penelitian ini adalah tugas pembelajaran Inklusi dan Tugas dan koordinasi mata tangan sebagai variabel bebas dan ketrampilan *free throw* sebagai variabel terikat. Tugas pengumpulan data menggunakan teknik tes dan pengukuran koordinasi mata tangan dan ketrampilan *Free throw*. Teknik analisis data menggunakan *Two Way Anava* dengan taraf signifikan 5%. Uji Normalitas menggunakan *Lilliefors* sedangkan uji Homoginitas menggunakan *Bartlet*.

Abstract

This study aims to determine: 1) Difference Inclusion and task learning tugas against the results of the basketball free throw skills 2) The difference between the hand-eye coordination high and low on skill outcomes basketball free throw and 3) Interaction between the tugas and the inclusion of learning tasks and coordination eye hand the results of the basketball free-throw skills This research is an experiment with a 2x2 factorial design, the population in this study is a class X student of SMK Negeri 1 Tengaran 60 learners. Sampling technique with a random sampling technique. The variable in this study is a tugas and learning Inclusion Task and hand-eye coordination skills as independent variables and the dependent variable Free throw. The tugas uses data collection techniques and test measurement and hand-eye coordination skills Free throw. Analysis using Two Way Anava with a significance level of 5%. Lilliefors normality test using test Homoginitas while using Bartlet.

Pendahuluan

Pembelajaran merupakan suatu kegiatan yang rutin dilakukan di setiap jenjang pendidikan, baik pendidikan formal ataupun non formal, Pembelajaran salah satu wujud interaksi yang terjadi antara guru dengan peserta didik. Interaksi yang bernilai edukatif dikarenakan kegiatan pembelajaran yang dilakukan diarahkan untuk mencapai tujuan tertentu yang telah dirumuskan sebelum pembelajaran dilakukan. Guru dengan sadar merencanakan kegiatan pembelajarannya secara sistematis dengan memanfaatkan segala sesuatu untuk kepentingan proses pembelajaran.

Ada tiga aspek yang membedakan peserta didik yang satu dengan yang lainnya, yaitu aspek intelektual, psikologis dan biologis. (Hamalik, 2005 : 24). Ketiga aspek tersebut diakui sebagai akar permasalahan yang melahirkan bervariasinya sikap dan tingkah laku peserta didik di sekolah. Hal itu pula yang menjadi tugas cukup berat bagi guru dalam mengelola kelas dengan baik. Keluhan guru-guru sering terlontar hanya karena masalah sukarnya mengelola kelas.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan Model eksperimen. Penelitian ini termasuk kategori penelitian kuantitatif karena data yang dikumpulkan berbentuk bilangan atau angka, dan Model penelitian ini adalah Model eksperimental karena akan diperoleh data yang bersifat pengaruh yaitu tipe hasil belajar inklusi, tugas dan *koordinasi mata tangan* terhadap kemampuan *free throw* dalam permainan bola basket menggunakan satu tangan.

Variabel Penelitian (Definisi Operasional Variable)

Variabel bebas yang terdiri dari variabel bebas Model pembelajaran Inklusi dan tugas, variabel *Atributif* = *Koordinasi mata tangan* tinggi dan rendah.

Variabel terikat yaitu hasil pembelajaran *free throw* dengan menggunakan satu tangan kanan

Agar dapat memberikan penafsiran yang sama terhadap variabel – variabel dalam penelitian ini, maka perlu dijelaskan definisi operasional variabel – variabel penelitian sebagai berikut:

Model pembelajaran inklusi, adalah suatu gaya pembelajaran yang digunakan oleh guru, dengan cara menyajikan materi pembelajaran secara rinci dan menawarkan

tingkat-tingkat kesulitan yang berbeda secara berurutan, yang bertujuan agar peserta didik kreatif dan mendapatkan kemudahan dalam mempelajari suatu keterampilan gerak, juga peserta didik diberi kebebasan untuk memilih dan menentukan pada tingkat kesulitan mana untuk memulai belajar suatu gerakan. Serta diberi kebebasan dan keleluasaan pula untuk menentukan berapa kali peserta didik harus mengulangi gerakan, dalam mempelajari suatu teknik gerakan dalam setiap pertemuan. Pada pelaksanaan program pembelajaran, peserta didik diberi kartu belajar yang berisi petunjuk – petunjuk materi program pembelajaran, dimana petunjuk tersebut mulai dari pembukaan, inti dan penutup pembelajaran, setiap kali pertemuan akan diberikan kartu belajar tersebut dengan materi yang berbeda.

Model tugas merupakan salah satu Model yang berfungsi untuk mengurangi dominasi guru melimpahkan beberapa tanggung jawab, dan peserta didik diberikan sedikit kebebasan untuk membuat beberapa keputusan sehubungan dengan pelaksanaan kegiatan proses belajar-mengajarnya. Kebebasan yang diberikan pada peserta didik tidak bergantung pada aba-aba atau komando guru. Peserta didik melakukan atas prakarsa sendiri beberapa aspek tugas tersebut, sedangkan beberapa aspek yang lain dibatasi umpamanya ialah menentukan kapan mulai dan akhir latihan, tempo dan intensitas gerakan. Kalau peserta didik memang telah matang, kebebasan dapat ditambah sehubungan frekuensi dan tempat latihan. Pada intinya peserta didik setiap kali pertemuan diberi kartu tugas yang berisi materi – materi pembelajaran *free throw* menggunakan dua tangan dengan materi yang berbeda – beda pada setiap kali pertemuan.

Koordinasi mata tangan tinggi koordinasi mata - tangan tinggi, yaitu keterampilan koordinasi mata - tangan yang dinyatakan dengan hasil pengukuran yang tinggi yang diambil dari kelompok sampel yang mempunyai nilai dari rata-rata pengukuran dan diatas nilai rata-rata pengukuran

Koordinasi mata - tangan rendah, yaitu keterampilan koordinasi mata - tangan yang dinyatakan dengan hasil pengukuran yang rendah, yang diambil dari kelompok sampel yang mempunyai nilai dibawah dari rata-rata pengukuran.

Tes Tembakan *free throw* menggunakan satu tangan. Tujuannya untuk mengukur hasil tembakan hukuman. Perlengkapan yang dibutuhkan yaitu lapangan basket, bola, dan alat tulis.

Petunjuk melakukannya yaitu Testee berdiri didaerah hukuman. Peraturan: Dilakukan dengan satu tangan dan bola boleh di pantul-pantulkan dulu. Skor: Setiap bola yang masuk diberi skor 1. Skor tes adalah jumlah bola yang masuk sah kering (Imam Sodikun, 2002:125). Penilaian: Makin banyak skor tes maka semakin baik.

Mendengar aba-aba peluit maka testee melakukan tembakan hukuman, tidak boleh menginjak atau melewati garis sebelum bola lepas dari tangan. Percobaan dilakukan 10 kali.

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 peserta didik yang diambil dengan cara *purposive sampling* dengan langkah sebagai berikut : (1) menggunakan tes koordinasi mata tangan tinggi dan rendah, (2) Menyusun rangking 1 – 60 dari tes koordinasi mata tangan, kemudian dikelompokkan menjadi 3 (tiga) bagian yaitu sampel dengan koordinasi mata tangan tinggi, sedang dan rendah (3). Menetapkan sampel dengan cara mengambil kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi yang berjumlah 30 peserta didik dan koordinasi mata tangan rendah yang berjumlah 30 peserta didik, sedangkan kelompok dengan kategori koordinasi mata tangan sedang dalam populasi tersebut tidak dijadikan sebagai sampel. (4) membagi kelompok koordinasi mata tangan tinggi dan rendah menjadi 2 kelompok yang sama besar, sehingga terbentuk 4 kelompok eksperimen, seperti yang tampak pada uraian berikut, Dalam penelitian ini terdapat 4 kelompok eksperimen dengan 2 jenis perlakuan dapat dilihat pada Tabel 1.

Untuk menjaga kemurnian pengaruh latihan Model pembelajaran yang diberikan dan dapat digeneralisasikan kepada populasi perlu ada kontrol validitas rancangan internal dan eksternal.

Langkah pengontrolan validitas internal
Pengaruh sejarah dikontrol dengan

melarang subjek eksperimen melakukan aktifitas *free throw* diluar jadwal pembelajaran yang sudah ditentukan.

Pengaruh tes, dikontrol dengan memberikan selang sehari istirahat dari hari terakhir pembelajaran.

Pengaruh pemilih subjek, dikontrol dengan menyingkirkan subyek yang tidak memenuhi syarat.

Langkah pengontrolan validitas eksternal
Validitas Populasi

Dikontrol dengan mengambil peserta didik SMK N I Tengeran Kabupaten Semarang yang berjumlah 60 peserta didik.

Validitas Ekologi

Deskripsi eksplisit pembelajaran tipe hasil belajar Model pembelajaran tugas dan inklusi telah dijelaskan kepada subyek eksperimen mengenai bentuk pembelajaran, cara melakukan, kapan dimana dan berapa lama melakukannya.

Pengaruh pelaksanaan eksperimen, dikontrol dengan cara membatasi keterlibatan langsung dari pelaksana dan mereka hanya bertugas sebagai pengawas dalam melakukan pembelajaran.

Pengaruh variabel terikat, ini diukur dengan penilaian yang bersifat kualitatif yaitu melalui kemampuan *free throw*, oleh seorang Guru Penjaskes, pelatih Bola basket serta wasit bola basket.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ada dua jenis, adalah:

Tes Kemampuan koordinasi mata tangan, digunakan tes lempar tangkap bola tenis. (Don R. Kir Kendall, Joseph J. Gruber & Robert E. Johson, 1982 : 500). (dikutip dari M. Furqon, 2010;14)

Program Pembelajaran menggunakan Model Inklusi dan Tugas.

Tes Pembelajaran *Free throw* menggunakan satu tangan dari Imam Sodikun yang terdiri dari

Tabel 1. Pengelompokan Sampel Eksperimen

Kelompok	Jenis Perlakuan	Jumlah Sampel
I	Kelompok peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi diberi Model Inklusi	15
II	kelompok peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan rendah diberi Model Inklusi	15
III	kelompok peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi diberi Model Tugas	15
IV	kelompok peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan rendah diberi Model tugas	15

aspek psikomotor yaitu melakukan gerakan *free throw*, kemudian aspek kognitif yang berisi butir – butir pertanyaan (soal tes tertulis tentang *free throw*), yang terakhir adalah aspek Afektif yang berupa pengamatan sikap siswa yang di lakukan oleh evaluator.

Data yang diperoleh dari hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan, maka pengambilan data penelitian melalui tes akhir kemampuan *free throw*. Sebelum program pembelajaran dilakukan terlebih dahulu dilakukan tes untuk mengetahui koordinasi mata tangan tinggi rendah dan tes awal kemampuan *free throw*. Pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik statistik *Two – Way Anava* dengan taraf signifikan 5 persen. Sebelum uji hipotesis dilakukan terlebih dahulu pengujian analisis data. Uji persyaratan dan kelayakan tersebut meliputi:

Uji normalitas sampel dengan menggunakan teknik uji *Lilliefors* pada taraf signifikan 5 persen. Uji *homogenitas* varians dengan menggunakan teknik uji *Bartlett* dengan taraf signifikan 5 persen

Hasil dan Pembahasan

Selain Model pembelajaran yang sangat penting dalam memperoleh hasil *free throw* dalam permainan bola basket yaitu adanya koordinasi mata tangan peserta didik. Dalam penelitian ini peneliti memfokuskan dalam koordinasi mata tangan. Karena koordinasi mata tangan memiliki peranan yang penting dalam penampilan dari banyak keterampilan, termasuk *free throw* pada permainan bola basket. Karena untuk melakukan memasukkan bola dengan tepat ke ring basket sangat dibutuhkan koordinasi mata dan tangan yang baik. Koordinasi mata tangan ini sangat berperan dalam meningkatkan kemampuan *free throw* dalam permainan bola basket. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan yang tinggi akan mendapatkan hasil yang lebih baik dibandingkan dengan peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaan hasil *free throw* peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan yang tinggi (86,80) lebih baik dibandingkan dengan peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan rendah (83,00). Peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi yang mendapatkan Model pembelajaran inklusi, memiliki hasil *free throw* dalam permainan bola basket rata-rata sebesar 89,53. Sedangkan peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi dan mendapatkan Model pembelajaran tugas memiliki hasil *free throw* dalam permainan

bola basket rata-rata sebesar 83,63. Peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan rendah yang mendapatkan Model inklusi memiliki hasil *free throw* dalam permainan bola basket rata-rata sebesar 82,80. Sedangkan peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan rendah dan mendapatkan Model pembelajaran tugas memiliki hasil *free throw* dalam permainan bola basket rata-rata sebesar 82,00

Berdasarkan pengujian hipotesis pertama ternyata ada perbedaan pengaruh yang nyata antara Model pembelajaran inklusi dan tugas terhadap hasil *free throw* dalam permainan bola basket. Pada kelompok peserta didik yang mendapat pembelajaran dengan Model pembelajaran inklusi mempunyai hasil *free throw* dalam permainan bola basket yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok peserta didik yang mendapat pembelajaran dengan Model pembelajaran tugas, hal ini terlihat dari hasil rata-rata pada peserta didik dengan Model pembelajaran inklusi diperoleh rata-rata sebesar 86,17 sedangkan pada peserta didik dengan Model pembelajaran tugas diperoleh hasil rata-rata sebesar 83,63. Hal ini memberikan gambaran bahwa dengan Model pembelajaran inklusi menghasilkan nilai *free throw* dalam permainan bola basket yang lebih tinggi dibandingkan dengan Model tugas. Hal tersebut terjadi karena Model pembelajaran inklusi memberikan tingkatan – tingkatan kesulitan yang berbeda secara berurutan dibandingkan dengan Model tugas, sehingga materi pembelajaran *free throw* mudah diserap dan dilaksanakan oleh peserta didik dibandingkan dengan Model tugas yang tidak menawarkan tingkat kesulitan bagi peserta didik.

Pada Model inklusi ini peserta didik juga diberikan kebebasan dan keleluasaan untuk menentukan beberapa kali peserta didik harus mengulangi gerakan, dalam mempelajari suatu teknik gerakan dalam setiap pertemuan. Selain Model pembelajaran inklusi dalam penelitian ini juga diterapkan Model pembelajaran tugas. Pelaksanaan pembelajaran tugas memberikan sedikit kebebasan kepada peserta didik untuk membuat beberapa keputusan sehubungan dengan pelaksanaan kegiatan belajar mengajarnya. Peserta didik melaksanakan prakarsa sendiri tanpa aba-aba atau komando dari guru. Peserta didik melakukan atas prakarsa sendiri beberapa aspek tugas tersebut, sedangkan aspek yang lain dibatasi umpamanya ialah menentukan kapan mulai dan akhir pembelajaran. Kalau peserta didik memang telah matang, kebanyakan banyak diselingi dengan istirahat,

yang dapat dipergunakan untuk relaksasi atau evaluasi oleh guru mengenai hal-hal yang terkait dengan pembelajaran yang diberikan. Hal tersebut karena budaya peserta didik kita masih tergantung pada guru untuk melakukan suatu aktifitas gerak, belum maksimal untuk melakukan kegiatan pembelajaran gerak secara mandiri meskipun sudah diberikan kartu tugas untuk melakukan pembelajaran gerak tertentu. Peserta didik masih tergantung pada peranan guru yang besar, maka hal tersebut sedikit banyak memengaruhi hasil pembelajaran menggunakan Model tugas pada pembelajaran *free throw*.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa perbedaan hasil Model pembelajaran inklusi dalam melakukan *free throw*. Dalam permainan bola basket dalam penelitian memperoleh hasil yang lebih baik dibandingkan dengan pembelajaran dengan menggunakan Model pembelajaran tugas, hal ini dapat dilihat dari rerata yang menunjukkan bahwa dengan Model pembelajaran inklusi lebih baik dibandingkan dengan Model pembelajaran tugas yaitu (86,17 > 83,63)

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

Terdapat perbedaan pengaruh antara Model pembelajaran inklusi dan Model pembelajaran tugas terhadap hasil *free throw* dalam permainan bola basket. Hasil *free throw* dalam permainan bola basket pada kelompok yang memperoleh Model pembelajaran inklusi lebih baik jika dibandingkan kelompok peserta didik yang memperoleh Model pembelajaran tugas.

Terdapat perbedaan pengaruh antara peserta didik dengan koordinasi mata tangan tinggi dan rendah terhadap hasil *free throw* dalam permainan bola basket. Hasil *free throw* dalam permainan bola basket pada peserta didik dengan koordinasi mata tangan tinggi lebih baik jika dibandingkan peserta didik dengan koordinasi mata tangan rendah.

Terdapat interaksi yang signifikan antara Model pembelajaran dan koordinasi mata tangan terhadap hasil *free throw* dalam permainan bola basket. Namun bagi peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi yang mendapatkan Model pembelajaran inklusi, memiliki hasil *free throw* dalam permainan bola basket rata-rata sebesar 89,53. Peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi

dan mendapatkan Model pembelajaran tugas memiliki hasil *free throw* dalam permainan bola basket rata-rata sebesar 83,63. Dan peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan rendah yang mendapatkan Model inklusi memiliki hasil *free throw* dalam permainan bola basket rata-rata sebesar 82,80. Peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan rendah dan mendapatkan Model pembelajaran tugas memiliki hasil *free throw* dalam permainan bola basket rata-rata sebesar 82,00.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka kepada guru penjasokes diberikan saran sebagai berikut:

Bagi guru penjasokes di sekolah khususnya SMK/ sederajat, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk menerapkan Model pembelajaran *free throw* di mata pelajaran penjasokes di sekolah , dengan Model pembelajaran inklusi ternyata hasil *free throw* dalam permainan bola basket yang lebih baik.

Peserta didik yang memiliki koordinasi mata tangan yang tinggi disarankan lebih baik digunakan Model pembelajaran inklusi

Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian sejenis, hasil ini hendaknya dapat dipakai sebagai bahan pembandingan dan referensi untuk penelitian yang lain.

Daftar Pustaka

- Hamalik, Oemar. 2007. *Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Bumi Aksara
<http://educare.e-skipunla.net>. Diakses pada 15 Desember 2010 pukul 15.00 WIB.
- <http://ide.wikipedia.org/wiki/Pembelajaran>. Diakses pada 24 Juli 2012 pukul 10.10 WIB.
- <http://franciscusti.blogspot.com/2008/06/pembelajaran-merupakan-proses.html>. Diakses pada 24 Juli 2011 pukul 10.00 WIB.
- Husdarta, HJS. 2009. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung
- Imam Sodikun. 2002. *Olahraga Pilihan Bola basket*. Depdikbud, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan
- Janes, Mary E. 2002. *Cultural Relevance of American Learning Styles Theories in Instructional and Performance Technology*. Structionaland PT_Janesetal.pdf. di *download* tanggal 11 Juli 2011 jam 11.35. WIB
- Kara, Selma. 2009. Learning Styles And Teaching Styles: A Case Study In Foreign Language Classroom. *International Journal of Arts and Sciences* **1(20)**: 77 – 82 (2009) CD-ROM. ISSN: 1943-6114. http://openaccesslibrary.org/images/BOS134_Selma_Kara.pdf. di *download* tanggal 11 Juli 2012 jam 11.30. WIB
- Kee, J. and Wong, Kuok. 2004. Are the Learning Styles

- of Asian Students Culturally or Contextually Based. *International Education Journal* Vol 4, No 4, 2004. Educational Research Conference 2003 Special Issue. <http://ehlt.flinders.edu.au/education/iej/articles/v4n4/wong/paper.pdf>. di download tanggal 11 Juli 2012 jam 11.00 WIB
- Magill, R.A. 2003. *Motor Learning: Concept and Application*. Dubuque, Iowa: Wm.C.Brown Company Publisher.
- Muhadjir. 2005. *Teori dan Praktik Pendidikan Jasmani untuk Kelas I SMA*. Jakarta: PT Ghalia Indonesia.
- Provitara, Michael J dan Esendal, Esin. 2009. *Learning and Teaching Style In Managemet Education: Identifying, analyzing, and facilitating*. *Journal of college teaching & learning*. Volume 5 No 1 January 2008. <http://www.cluteinstitute-onlinejournals.com/PDFs/676.pdf>. Diakses Minggu 20 November 2012.
- Rhoda, Cummings. And Richmond, Aaron S. 2005. *Implementing Kolb's Learning Styles into Online Distance Education.*, 1(1), 4554. <http://www.sicet.org/journals/ijttl/issue0501/Richmond.Vol1.Iss1.pp45-54.pdf>. di download tanggal 11 November 2012 jam 11.25. WIB.
- Sugiyanto. 2003. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat Guru dan Tenaga Teknis Bagian Proyek Penataran Guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SD Setara DII.