

PENGEMBANGAN MEDIA ALAT BANTU UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN SHOOTING BOLA BASKET DI FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN (FIK) UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

Ade Ros Riza¹, Ibrahim Sembiring², Zulpikar Ilham³.

Abstrak: Penelitian ini adalah penelitian pengembangan yang merupakan suatu proses atau langkah-langkah untuk mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada, yang dapat dipertanggung jawabkan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatif serta menggunakan metode penelitian pengembangan Research & Development (R&D) dengan desain pengembangan yang dipilih adalah hmerujuk pada pengembangan yang dikemukakan oleh Sugiono. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil keterampilan shooting bola basket, berdasarkan Pretest dan Posttest, diperoleh bahwa hasil keterampilan shooting bola basket pada Pretest yaitu skor terendah 4 dan tertinggi 11. Sedangkan pada Posttest, hasil kemampuan shooting bola basket diperoleh skor terendah 6 dan skor tertinggi 12. Skor rata-rata dan simpangan baku pada Pretest berturut-turut sebesar 6,71 dan 1,91, sedangkan pada Posttest sebesar 9,46 dan 1,60. Perbandingan Efektifitas Model Pembelajaran setiap indikator penilaian pembelajaran model baru (sesudah menggunakan alat bantu drill shooting) lebih efektif dari pembelajaran model lama (sebelum menggunakan alat bantu drill shooting). Rata-rata efektifitas pada indikator persiapan pada pembelajaran model lama 60% dan pembelajaran model baru 85,71%. Rata-rata efektifitas pada indikator pelaksanaan pada pembelajaran model lama 50% dan pembelajaran model baru 70%. Rata-rata efektifitas pada indikator lanjutan pada pembelajaran model lama 57,86% dan pembelajaran model baru 80,71%. Total hasil belajar (rata-rata dari keseluruhan indikator) yang diperoleh pun mengalami peningkatan dari 55,59% menjadi 78,81%. Sehingga dapat disimpulkan pembelajaran model baru (setelah menggunakan alat bantu drill shooting) lebih efektif dari pembelajaran model lama (sebelum menggunakan alat bantu drill shooting).

Kata Kunci: *Keterampilan Shooting Bola Basket, Alat Bantu Drill*

PENDAHULUAN

Bola basket adalah salah satu olahraga paling populer di dunia yang Penggemarnya berasal dari segala usia merasakan bahwa bola basket adalah olahraga menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur dan, menyehatkan. Keterampilan-keterampilan perseorangan seperti tembakan, umpan, dribel, dan rebound, serta kerja tim untuk menyerang atau bertahan adalah prasyarat agar berhasil dalam memainkan olahraga ini (Oliver, 2007:1).

Permainan bola basket bertujuan untuk mendapatkan nilai sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke dalam keranjang lawan dan menjaga keranjang sendiri dari kemasukan bola dari lawan. Seperti disebutkan oleh Wissel, (1996:2) bahwa “tujuan dari permainan bola basket adalah mendapatkan nilai (skor) dengan memasukkan bola ke keranjang lawan dan mencegah tim lain melakukan hal yang sama”.

¹ Penulis adalah Staf Edukatif Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi, Universitas Negeri Medan.

² Penulis adalah Staf Edukatif Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi, Universitas Negeri Medan.

³ Penulis adalah Staf Edukatif Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi, Universitas Negeri Medan.

Salah satu teknik yang harus dikuasai oleh mahasiswa dalam permainan bola basket adalah teknik shooting (Set shoot or Jump Shoot). Teknik ini merupakan teknik yang paling sering dilakukan untuk memperoleh angka sehingga dapat menuju pada tujuan permainan bola basket itu sendiri.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas media drill shooting dalam membantumeningkatkan keterampilan mahasiswa dalam teknik shooting. Menurut Wissel Hall (2000 : 46), dalam melakukan tembakan terdapat 3 tahapan pada fase tembakan yaitu sebagai berikut :

1. The First Step (Posisi Awal)

Posisi tubuh/badan pada saat melakukan shooting harus tegak dengan pandangan ke target, kemudiannya diantarkan kaki selebar bahu dengan telapak dan jari kaki lurus kedepan dan lutut ditekuk $\pm 45^\circ$.

2. Posisi Tangan

Pegang bola dengan kedua tangan letakkan di antara telinga dan bahu, tangan yang menembak berada di belakang bola dan tangan yang tidak menembak berada di samping bola sebagai penyeimbang bola dan siku ditekuk membentuk sudut $\pm 90^\circ$.

3. The Shooting

Mengayunkan lutut keatas bersamaan dengan gerakan tangan melepaskan bola di atas kepala dan tangan yang menembak lurus kearah sasaran dengan telapak tangan dan jari-jari menghadap kebawah.

Ketiga tahapan shooting dapat dikuasai dengan cepat apabila seseorang melakukan gerakan dengan berulang-ulang. Permasalahan yang sering muncul dalam pembelajaran shooting ataupun dalam latihan yaitu terbatasnya media bola dengan jumlah pemain dan kesalahan pemain pada saat melakukan shooting menyebabkan bola air ball, sehingga membutuhkan tenaga dan waktu untuk mengambil bola.

Hamalik (1982: 30) mengungkapkan bahwa: "pemakaian media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar dan bahkan membawa pengaruh-pengaruh psikologis terhadap siswa.

Secara umum dijelaskan Arif S. Sadiman, dkk. (2003: 16-17), media pendidikan mempunyai kegunaan-kegunaan sebagai berikut:

- a. Memperjelas penyajian pesan agar tidak terlalu bersifat verbalistis (dalam bentuk kata-kata tertulis atau lisan belaka).
- b. Penggunaan media pendidikan secara tepat dan bervariasi dapat mengatasi sikap pasif anak didik.
- c. Dengan sifat yang unik pada setiap siswa ditambah lagi dengan lingkungan dan pengalaman berbeda, sedangkan kurikulum dan materi pendidikan ditentukan sama untuk setiap siswa, maka guru banyak mengalami kesulitan bilamana semuanya harus diatasi sendiri. Media Yang Sudah Ada.

Dari keterangan di atas peneliti menemukan ide untuk mengembangkan media drill shooting (set shoot and jump shoot) dengan kriteria sebagai berikut :

1. Media yang dikembangkan dapat menampung dan menahan bola.
2. Bola yang di shoot dapat kembali lagi ke pemain yang melakukan shooting.
3. Terdapat batas bola, sebelum bola sampai ke ring yang berfungsi agar bola yang di lepaskan dapat parabol.
4. Media yang dikembangkan dapat di bongkar pasang dan dapat di putar untuk mendapatkan sudut tembakan di berbagai arah.

Media alat shooting yang dikembangkan oleh peneliti bertujuan untuk memaksimalkan penggunaan bola dan waktu dengan seefisien mungkin, sehingga memberikan kesempatan bagi pemain untuk dapat melakukan shooting dengan lebih banyak dan terarah pada sasaran yang dituju.

Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol. 19 (1), Januari – Juni 2020: 89 - 93

Rancangan Media Shooting di atas terdapat beberapa bagian dan fungsi dari bagian-bagian tersebut antara lain:

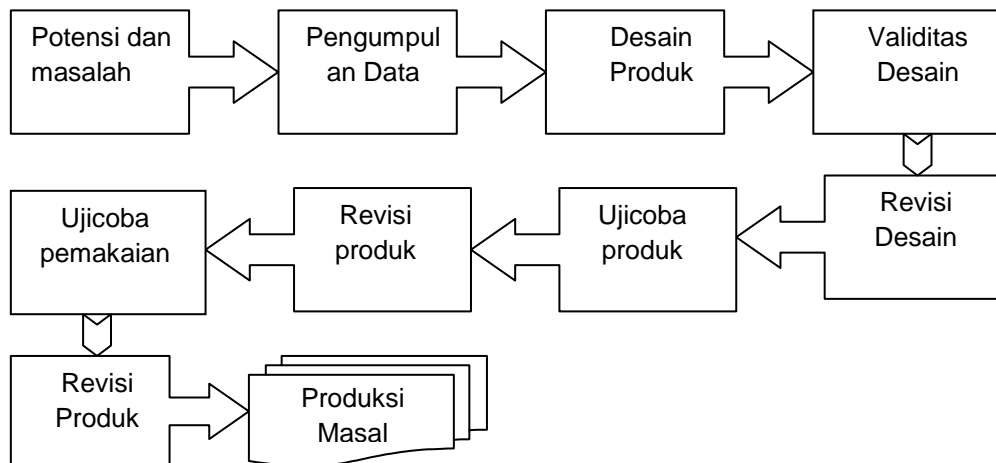
1. Dinding bawah tempat kembalinya bola setelah di tembakkan (shooting).
2. Dinding belakang agar bola yang ditembakkan (shooting) tidak air ball.
3. Dinding atas yang dijadikan sebagai arah ketinggian tembakan (shooting)
4. Control ketiinggian dinding atas yang dapat disesuaikan tingginya sesuai dengan tinggi badan pemain.



Shooting Basketball
Sumber :EkaSaputra

METODE

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode penelitian yang cocok dengan tujuan penelitian ini, yaitu penelitian kualitatif. Jumlah sample sebanyak 55 orang, yang berasal dari pemain bola basket pemula yaitu mahasiswa yang berusia 17 sampai 19 tahun. Ada pun metode penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian pengembangan dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatifserta menggunakan metode penelitian pengembangan *Research & Development* (R&D) dengan desain pengembangan yang dipilih adalah merujuk pada pengembangan yang dikemukakan oleh *Borg and Gall*. Sugiyono (2008:289) menjelaskan langkah-langkah R&D sebagai berikut:



Gambar Langkah-langkah penggunaan Metode Reasearch and Development (R & D) (sugiono hal :298)

Dari langkah-langkah tersebut penelitian ini memiliki beberapa tujuan antara lain :

1. Menjadikan prodak yang dihasilkan sebagai salah satu media bantu dalam pembelajaran *shooting* bola basket
2. Media ini bisa membantu tenaga pengajar pada materi bola basket untuk mempermudah pencapaian kompetensi pada materi *shooting* .
3. Mediani bisa membantu para pelatih dalam melatih proses pelaksanaan *shooting* bola basket

Penngumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan tes. Dan tes yang akan digunakan adalah tes lay up shot (Sodikun, 1992:125). Tujuan : Mengukur keterampilan tembakan shooting. Peralatan : Seperangkat papan basket, lapangan basket, peluit dan bola basket.

HASIL

Pengujian tahap pertama dilakukan pada 15 mahasiswa. Bagian ini dilakukan ujicoba terhadap pembelajaran menggunakan media bantu media alat *drill shooting* bola basket. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil keterampilan *shooting* bola basket berdasarkan *Pretest* dan *Posttest*, diperoleh bahwa hasil keterampilan *shooting* bola basket pada *Pretest* yaitu skor terendah 4 dan skor tertinggi 11. Sedangkan pada *Posttest*, hasil kemampuan *shooting* bola basket diperoleh skor terendah 6 dan skor tertinggi 12. Skor rata-rata dan simpangan baku pada *Pretest* berturut-turut sebesar 6,73 dan 2,12, sedangkan pada *Posttest* sebesar 9,00 dan 1,96.

Tabel Hasil Analisis Lay Up Shot Basketball

| Shoot Movement | | | | | |
|----------------|--------------|----------------|---------------|--------------|--------------|
| Step | | Jump | Shot | | |
| \sum ind 1 | \sum ind 2 | \sum ind 1 | \sum ind 1 | \sum ind 2 | \sum ind 3 |
| 8 | 23 | 27 | 26 | 11 | 6 |
| Evarage= 44,3% | | Evarage= 77,1% | Evarage = 41% | | |

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel, setiap indikator penilaian pembelajaran model baru (sesudah menggunakan media alat *drill*) lebih efektif dari pembelajaran model lama (sebelum menggunakan media alat *drill*). Rata-rata efektifitas pada indikator persiapan pada pembelajaran model lama 60% dan pembelajaran model baru 85,71%. Rata-rata efektifitas pada indikator pelaksanaan pada pembelajaran model lama 50% dan pembelajaran model baru 70%. Rata-rata efektifitas pada indikator lanjutan pada pembelajaran model lama 57,86% dan pembelajaran model baru 80,71%. Total hasil belajar (rata-rata dari keseluruhan indikator) yang diperoleh pun mengalami peningkatan dari 55,59% menjadi 78,81%. Sehingga dapat disimpulkan pembelajaran model baru (setelah menggunakan media alat *drill*) lebih efektif dari pembelajaran model lama (sebelum menggunakan media alat *drill*).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dari uji coba lapangan dan hasil pembahasan peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa: 1) Diperlukan Pengembangan Media Bantu (Media alat *Drill Shooting*) dalam permainan bola basket khususnya teknik *shooting* . 2) Dengan Pengembangan Media Bantu (Media alat *Drill Shooting*) yang dikembangkan, mahasiswa bisa belajar serta berlatih lebih efektif dan lebih efisien. 3) Dengan Pengembangan Media Bantu (Media alat *Drill*

Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol. 19 (1), Januari – Juni 2020: 89 - 93

Shooting) yang dikembangkan, mahasiswa lebih termotivasi pada saat pembelajaran dan ketika berlatih.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah menyatakan bahwa “Pengembangan Media Bantu (Media alat Drill *Shooting*) dalam meningkatkan Keterampilan *Shooting* Bola basket ”sudah layak dan tervalidasi oleh ahli olahraga, ahli media dan ahli pembelajaran bola basket, maka ada beberapa saran sebagai berikut. 1) Pada proses pembelajaran mahasiswa, dosen dapat memanfaatkan “Pengembangan Media Bantu (Media alat Drill *Shooting*) dalam meningkatkan keterampilan *shooting* Bola basket ”sebagai model variasi dalam proses kegiatan belajar mengajar. 2) Mahasiswa dapat memanfaatkan alat bantu latihan *shooting* untuk pembelajaran dan berlatih semaksimal mungkin. 3) Praktisi pengembangan alat dapat menguji tingkat keefektifannya dalam pembelajaran dan latihan dengan melakukan penelitian-penelitian terhadap pengembangan alat bantu latihan dan membuat alat latihan ataupun alat-alat olahraga dalam pembelajaran dan kepelatihan yang lebih bervariasi.

Produk alat bantu latihan ini bisa dikembangkan lagi dengan membuat variasi atau desain pada alat yang sudah kami kembangkan guna lebih menyempurkan media alat bantu *shooting* dan dapat juga mengembangkan media untuk beberapa teknik dasar lain dalam permainan bola basket

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, R. M. (1992). The “hot hand” revisited: Successful basketball shooting as a function of intershot interval. *Perceptual and Motor Skills*, 74, 934. Google Scholar, SAGE Journals, ISI
- Gilovich, T., Vallone, R., Tversky, A. (1985). The hot hand in basketball: On the misperception of random sequences. *Cognitive Psychology*, 17, 295–314. Google Scholar, Crossref, ISI
- Hopkins, D.R., J. Shick, and J.J. Plack. *Basketball for Boys and Girls. Skills Test Manual*. Reston, VA: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, 1984
- Braian J. Reich. A Spatial Analysis Of Basketball Shot Cart Data. *The American Statistician*, February 2006, Vol. 60, No. 1.
- Kornecki S, Lenart I, *Siemieński A. Dynamical analysis of basketball jump shot*. *Biol Sport*, 2002; 19(1): 73-90
- Oliver, J. (2007). *Dasar-dasar Bola Basket*. Bandung: Pakar Raya.
- Sadiman, Arif. S *Media Pendidikan Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatan*. Jakarta: Pustekom Dikbud. 2003
- Wissel, Hall. (2000). *Bola Basket Dilengkapi dengan Program Pemahaman Teknik dan Taktik*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- EkaSaptra . 4 Teknik Dasar Bola Basket <https://satujam.com/teknik-dasar-bola-basket/>