

PENGARUH *TERMINAL FEEDBACK* TERHADAP KETERAMPILAN *LAY UP* BOLA BASKET PADA MAHASISWA PENDIDIKAN OLAHRAHA 2022 STKIP PGRI BANGKALAN

Ani Wahyuni¹, Fajar Hidayatullah², Heni Yuli Handayani³.

Abstrak: Mahasiswa dalam melakukan latihan gerakan *lay up* dibutuhkan dorongan dari luar seperti umpan balik. *Feedback* merupakan penjelasan yang keluar dari hasil terjadinya gerakan sedangkan *terminal feedback* penjelasan yang dilakukan setelah terjadinya aktifitas. Eksperimen berlangsung akan ada penguatan yang diberikan oleh peneliti pada setiap teste melakukan gerakan *lay up*. Setiap aktifitas gerakan *lay up* selesai, maka peneliti akan dilakukannya *terminal feedback*. Hasil uji wilcoxon diketahui Sig. bernilai $0,001 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara pre tes dan post tes keterampilan *lay up*, maka kesimpulannya “ada pengaruh penerapan *terminal feedback* terhadap keterampilan *lay up* bola basket pada mahasiswa Pendidikan olahraga 2022 STKIP PGRI Bangkalan”. Terdapat pengaruh *terminal feedback* terhadap keterampilan *lay up* bola basket pada mahasiswa pendidikan olahraga 2022 STKIP PGRI Bangkalan. Dengan *terminal feedback* pemain dapat mengetahui kesalahan gerak yang dilakukan sehingga dapat memperbaiki.

Kata Kunci: *Terminal Feedback, Lay Up, Bola Basket*

Abstract: *Students in doing lay up movement exercises need external encouragement such as feedback. Feedback is an explanation that comes out of the results of the movement while terminal feedback is an explanation that is carried out after the activity occurs. The experiment will take place, there will be reinforcement given by the researcher for each tester doing the lay up movement. Every time the lay up movement activity is completed, the researcher will carry out terminal feedback. The results of the Wilcoxon test are known to be Sig. with a value of $0.001 < 0.05$, it can be concluded that there is a difference between the pre-test and post-test of lay up skills, so the conclusion is "there is an effect of applying terminal feedback on basketball lay up skills in 2022 STKIP PGRI Bangkalan Sports Education students". There is an effect of terminal feedback on basketball lay up skills in 2022 STKIP PGRI Bangkalan Sports Education students. With terminal feedback, players can find out the movement errors they make so they can improve them.*

Keywords: *Terminal Feedback, Lay Up, Basketball*

PENDAHULUAN

Permainan bola basket merupakan salah satu permainan yang kompleks gerakannya, artinya gabungan terdiri dari unsur gerakan yang terkoordinasi secara rapi (Mulyo Utomo, Utomo, & Kartiko, 2015). Bola basket adalah olahraga yang mempunyai faktor-faktor gerakan utuh serta beragam artinya gerakan-gerakan yang diperlukan dalam permainan bola basket yaitu penggabungan berbagai unsur gerakan yang saling berkaitan (Yarmini, Saputra, &

¹ Prodi Pendidikan Olahraga, STKIP PGRI Bangkalan, Indonesia

² Prodi Pendidikan Olahraga, STKIP PGRI Bangkalan, Indonesia

³ Prodi Pendidikan Olahraga, STKIP PGRI Bangkalan, Indonesia

Sofino, 2017). Supaya mendapatkan permainan bola basket dengan baik dibutuhkan keterampilan teknik yang bagus serta kualitas fisik yang mencukupi (Perdiama & Elra, 2017). Gerakan yang dilakukan secara selaras dibutuhkan *skill* atau keterampilan yang mumpuni, selain itu permainan yang dimainkan oleh lima orang setiap kelompok di lapangan dibutuhkan kondisi fisik yang baik.

Cabang olahraga bola basket memiliki teknik-teknik tersendiri, dalam permainan bola basket memiliki berbagai teknik dasar yang terdiri dari *dribble*, *catching and passing*, *pivot*, dan *rebound*. Pada teknik dasar *shooting* di bola basket terdapat macam-macam *shoot* salah satunya adalah *lay up shoot*. Gerak *lay up* diawali dengan *dribble* bola lalu langkah, loncat, dan gerakan lanjutan (Fadli & Ridho, 2022). Selain gerakan *lay up* biasanya akan melakukan penggiringan bola atau *dribble* agar dapat melakukan langkah awal gerakan *lay up* tanpa pelanggaran. Gerakan *lay up* mempunyai prospek dalam hal untuk mencetak angka, lantaran bola didekatkan sedekat mungkin pada ring (Mestayasa, Rahayu, & Soenyoto, 2016). Teknik *lay up* biasa digunakan untuk bisa mencetak angka karena bola didekatkan dan dipantulkan ke arah papan sehingga peluang masuknya bola lebih banyak. *Lay up shoot* lebih rumit jika disandingkan pada tembakan dengan lompatan (Yusmawati, 2014). Teknik *shoot* selain *lay up* lebih terasa mudah karena tidak mengalami *drbble* lalu diikuti gerakan langkah *lay up*.

Keterampilan yaitu keberhasilan yang konsisten dalam suatu tujuan dengan efisien dan efektif, sehingga seorang terampil apabila sebuah kegiatan dapat ditandai dengan adanya kemampuan dirinya untuk menghasilkan sesuatu dengan kualitas dan ketepatan yang baik. Keterampilan adalah kemampuan teknis untuk melakukan suatu perbuatan (Lestari, Muslih, & Elan, 2020). Keterampilan berasal dari kata terampil yang berarti cakap, mampu, dan cekatan (Nidyawati, 2022). Keterampilan dapat didefinisikan sebagai aktivitas gerak atau gerakan-gerakan yang mendasar dalam olahraga yang dilakukan secara efektif dan efisien serta harus dipelajari agar mendapatkan bentuk yang benar (Nurrochmah & Yusuf, 2021).

Mahasiswa Pendidikan olahraga harus memiliki keterampilan di berbagai bidang olahraga karena menjadi acuan setelah lulus menjadi sarjana. Pada mata kuliah bola basket, kemampuan keterampilan dasar bola basket sangat dibutuhkan agar lancer dalam melaksanakan pembelajaran mata kuliah bola basket dan ketika menjadi guru, perlu diketahui teknik-teknik dasar bola basket. Penguasaan teknik dasar merupakan dasar agar memudahkan mahasiswa ketika mengikuti proses perkuliahan mata kuliah bola basket, ketika diterapkan dalam permainan atau simulasi pertandingan penguasaan teknik dasar yang baik dapat berpengaruh pada pergerakan yang akan dilakukan menjadi efektif dan efisien (Selan, Baun, Marry Rajaguguk, & Rohi, 2023). Mahasiswa dalam melakukan latihan gerakan *lay up* dibutuhkan dorongan dari luar seperti umpan balik. Tujuan dari latihan secara menyeluruh merupakan latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik, dan latihan mental (Sumarsono & Adi, 2017). Akan tetapi hasil penelitian pendahuluan di STKIP PGRI Bangkalan tentang penerapan terminal feedback untuk gerakan *lay up* masih belum diketahui. Feedback merupakan penjelasan yang keluar dari hasil terjadinya gerakan. Feedback terbagi menjadi dua yaitu umpan balik instrinsik dan umpan balik ekstrinsik (Lani & Wijayanto, 2021)

Atas dasar latar belakang di atas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terminal feedback terhadap keterampilan *lay up* pada mahasiswa STKIP PGRI Bangkalan.

METODE

Pada penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Mahasiswa pendidikan olahraga tahun Angkatan 2022 STKIP PGRI Bangkalan sebagai populasi penelitian, sedangkan sampel nya merupakan bagian dari jumlah mahasiswa Pendidikan olahraga yang berjumlah 16 orang mahasiswa. Rancangan pada penelitian ini menggunakan *pra-eksperimen* dengan *one group pretest-posttest design*, yang akan

mengikutsertakan satu kelompok saja dengan melaksanakan pretes, melaksanakan perlakuan atau eksperimen, dan melakukan postes. Variabel bebas (*independent*) pada penelitian ini adalah *terminal feedback*, sedangkan variabel terikat (*dependent*) adalah keterampilan *lay up*. Teknik pengumpulan data dilakukan ketika *pre-test* dan *post-test*, setiap *teste* melakukan teknik *lay up* dengan masing-masing kanan dan kiri melakukan sebanyak lima kali. Lokasi penelitian terletak di Soka Sportorium dan waktu pengambilan data dari bulan Desember 2023 – Januari dengan enam pertemuan termasuk pre tes dan post tes.

Eksperimen berlangsung akan ada penguatan yang diberikan oleh peneliti pada setiap teste melakukan gerakan *lay up*. Setiap aktifitas gerakan *lay up* selesai, maka peneliti akan dilakukannya terminal feedback. Peneliti akan mengoreksi gerakan yang salah (*movement error*) dengan *sandwich method*. Seseorang memberikan koreksi yang di antara komentar positif yaitu pujian, kritik, dan pujian (Bergen, Bressler, & Campbell, 2014). Kegiatan tersebut dilakukan setelah aktifitas perbagian *lay up* selesai.

HASIL

Peneliti telah melakukan uji normalitas *lay up* kanan untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan yaitu uji normalitas Shapiro-wilk yang dilakukan melalui IBM SPSS statistics 21.

Tabel Uji Normalitas Shapiro-wilk

Shapiro-Wilk			
	Statistic	Df	Sig.
Pre test lay up kanan	.887	16	.049
Post test lay up kanan	.916	16	.145

Hasil data uji normalitas *lay up* kanan menggunakan Shapiro-Wilk untuk hasil pre tes mendapat nilai $0,049 < 0,05$ sedangkan post tes *lay up* kanan mendapat nilai signifikansi $0,145 > 0,05$. Sehingga, nilai residual tidak berdistribusi normal. Maa dengan hasil demikian harus dilanjutkan dengan uji non parametrik.

Selain itu, peneliti melakukan uji normalitas *lay up* kiri untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan yaitu uji normalitas Shapiro-wilk yang dilakukan melalui IBM SPSS statistics 21.

Tabel Uji Normalitas Shapiro-Wilk

Shapiro-Wilk			
	Statistic	Df	Sig.
Pre test lay up kiri	.825	16	.006
Post test lay up kiri	.909	16	.114

Hasil data uji normalitas *lay up* kiri menggunakan Shapiro-Wilk pada pre tes mendapatkan nilai signifikansi $0,006 < 0,005$ selain itu nilai signifikansi pada post test mendapatkan nilai signifikansi $0,114 > 0,005$. Sehingga nilai residual tidak berdistribusi normal.

Tabel Uji Wilcoxon

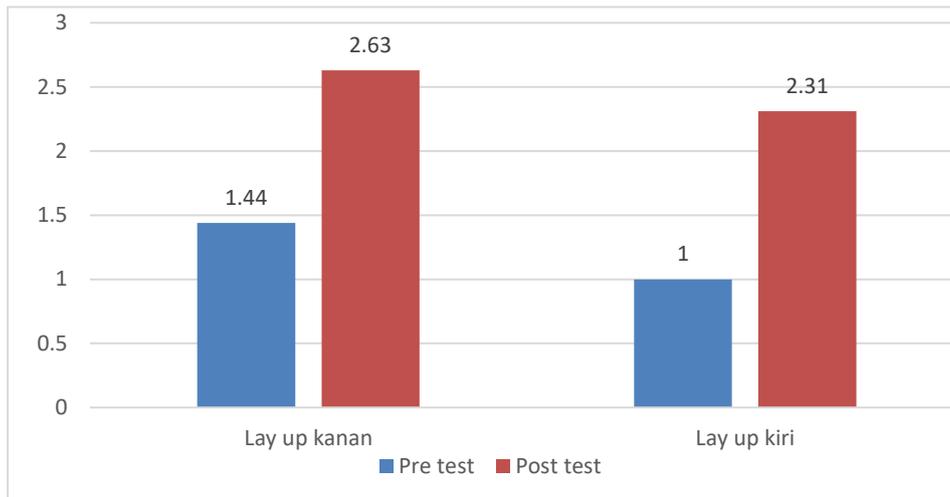
Post test lay up kanan – pres test lay up kanan	
Z	-3.416 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

Hasil uji wilcoxon diketahui Sig. bernilai $0,001 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara pre tes dan post tes keterampilan *lay up*, maka kesimpulannya “ada pengaruh penerapan *terminal feedback* terhadap keterampilan *lay up* bola basket pada mahasiswa Pendidikan olahraga 2022 STKIP PGRI Bangkalan”.

Tabel Uji Wilcoxon

Post test lay up kiri – pre test lay up kiri	
Z	-3.247 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

Hasil uji wilcoxon diketahui Sig. bernilai $0,001 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara pre tes dan post tes keterampilan lay up, maka kesimpulannya “ada pengaruh penerapan *terminal feedback* terhadap keterampilan *lay up* bola basket pada mahasiswa Pendidikan olahraga 2022 STKIP PGRI Bangkalan”.



Gambar Diagram Mean Pre Test dan Post Test Lay Up Kiri dan Kanan

Diagram diatas didapatkan bahwa hasil Lay Up kanan Post Test > Post Test (2,63>1,44) dan untuk Lay Up Kiri Post Test > Pre Test (2,31 > 1).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil yang didapatkan penerapan terminal feedback berpengaruh terhadap keterampilan *lay up* terlihat pada gambar 1 diagram mean pre test dan post test lay up kanan dan kiri. Penelitian terdahulu menyatakan bahwa terminal feedback efektif meningkatkan hasil pembelajaran shooting pada siswa SMA (Arpah, 2014). Terminal feedback bekerja sesuai fungsinya pada penelitian studi perbandingan jenis augmented (Narana & Nagaraj, 2016). Pemberian penjelasan sehingga dapat mendorong seseorang agar menerima, mendalami dan memakai agar terdapat perubahan yang lebih baik disebut feedback (Obilor, 2019). Feedback bisa terdiri dari sebelum dan sesudah pengukuran tetapi memiliki fungsi sehingga dapat meningkatkan performa yang akan datang (Henderson, et al., 2021). Hasil yang didapatkan pada penelitian ini dikarenakan dalam proses pembelajaran feedback merupakan faktor yang sangat penting. Penelitian pengaruh feedback visual kesalahan durasi gerak yang dilakukan kelompok terminal feedback tidak sama dengan kelompok feedback yang lain (Yamamoto & Ohashi, 2014).

Umpan balik tambahan (*augmented feedback*) dapat mempelajari yaitu Pengetahuan Hasil atau *knowledge of result* (KR) dan Pengetahuan Kinerja atau *knowledge of performance* (KP). Pengetahuan kineja merupakan keterangan diperoleh oleh atlet atas kinerjanya yang berhubungan dengan gerakan, sementara itu pengetahuan hasil merupakan keterangan yang diperoleh oleh atlet tentang hasil kinerja (Sunaryadi, 2016). Alasan selanjutnya kemungkinan

dipengaruhi optimalnya penerapan komponen dalam terminal feedback yaitu penguatan dan movement error dalam pembelajaran gerakan Lay Up.

Tanggapan yang disampaikan untuk gerakan agar sesuai dengan pembelajaran yang tetapi harus positif disebut penguatan (reinforcement) (Nurchaya & Hadijah, 2020). *Movement error* adalah analisa pelatih terkait gerakan yang salah. Pelatih atau guru harus memiliki pendapat atau pandangan yang kuat terhadap kesalahan kinerja dalam olahraga atau dunia pendidikan jasmani (Hossner, Schiebl, & Gohner, 2015). Kinerja latihan telah selesai, selanjutnya diberikan *terminal feedback* atau umpan balik sesudah tentang *lay up* untuk memperbaiki kinerja atau keterampilan sampel. Gerakan *lay up* yang diterapkan tatap target papan ring, *dribble* berlari serta memegang bola kedua tangan, lakukan gerakan *two step* dan masukkan bola dengan pantulan ke papan sehingga masuk ring (Saichudin & Munawar, 2019). Penerapan *reinforcement* (penguatan) dan *movement error* dengan kalimat positif + negatif + positif. Gerakan yang sering dilatih atau gerakan yang berulang akan terbentuk dan memiliki progress yang sesuai (Siahaan, Nasution, & Purba, 2020). Penguatan dan movement error ini sangat mendukung keterampilan lay up.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian ini didapatkan bahwa terdapat pengaruh *terminal feedback* terhadap keterampilan *lay up* bola basket pada mahasiswa pendidikan olahraga 2022 STKIP PGRI Bangkalan. Dengan terminal feedback pemain dapat mengetahui kesalahan gerak yang dilakukan sehingga dapat memperbaiki dan ketika pengulangan pemain akan mengurangi kesalahan dan gerakan yang sesuai. Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya dibutuhkan penelitian terminal feedback pada jenis shooting keseluruhan pada bola basket.

DAFTAR PUSTAKA

- Arpah, F. M. (2014). *UPI Repository*. Retrieved from <http://repository.upi.edu/id/eprint/13578>
- Bergen, V., Bressler, M., & Campbell, K. (2014). The Sandwich Feedback Method: Not Very Tasty. *Journal of Behavioral Studies in Business*, 1-13.
- Fadli, & Ridho, M. (2022). Pengaruh Latihan Lay Up Terhadap Hasil Pemain Putra Usia Pada Sekolah Basket. *Edukasimu.org*, 1-9.
- Henderson, M., Ryan, T., Boud, D., Dawson, P., Phillips, M., Molloy, E., & Mahoney, P. (2021). The Usefulness of Feedback. *Sage Journal*, 229-243.
- Hossner, J. E., Schiebl, F., & Gohner, U. (2015). A Functional Approach to Movement Analysis and Error Identification in Sport and Physical Education. *Frontiers in Psychology*, 1-12.
- Lani, A., & Wijayanto, A. (2021). *Dinamika Perkembangan Dan Pembelajaran Gerak Anak*. Tulungagung: Akademia Pustaka. Retrieved from <http://repo.uinsatu.ac.id/34944/1/eBook%20Dinamika%20Perkembangan%20Gerak.pdf>
- Lestari, S., Muslihin, H. Y., & Elan. (2020). Keterampilan Sikap Toleransi Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal PAUD Agapedia*, 337-345.
- Mestayasa, K., Rahayu, S., & Soenyoto, T. (2016). Metode Latihan Plyometrics Dan Kelentukan Untuk Meningkatkan Power Otot Tungkai Dan Hasil Lay Up Shoot Bola Basket. *Journal of Physical Education and Sport*, 24-31.
- Mulyo Utomo, D. C., Utomo, M., & Kartiko, D. C. (2015). Pengaruh Pemberian Reward Terhadap Hasil Belajar Shooting Bola Basket (Studi Pada Kelas SMA Negeri 1 Soko). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 03, 434-442.
- Narana, V., & Nagaraj, A. (2016). A Comparison Study between Types of Augmented Feedback on Functional Taks. *Journal of Yoga & Physical Therapy*, 1-4.

- Nidyawati. (2022). Pengaruh Sikap Dan Keterampilan Terhadap Kualitas Kerja Pegawai Bagian Perlengkapan Setda Kabupaten Lahat. *Jurnal Ekombis Review*, 532-542.
- Nurchaya, A., & Hadijah, H. S. (2020). Pemberian Penguatan (reinforcement) dan Kreatifitas Mengajar Guru Sebagai Determinan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 83-96.
- Nurrochmah, S., & Yusuf, E. A. (2021). Survei Kemampuan Keterampilan Teknik Dasar Permain Bolabasket Pemain Putra Junior Kabupaten Pnorogo Tahun 2020. *Sport Science and Health*, 451-466.
- Obilor, E. I. (2019). Feedback and Students' Learning. *International Journal of Innovative Education researh*, 40-47.
- Perdiama, & Elra, F. (2017). Pengaruh Metode Latihan Sirkuit Metode Konvensional Terhadap Keterampilan Dasar Bola Basket. *Physical Education, Health and Recreation*, 2, 1-6.
- Saichudin, & Munawar, S. A. (2019). *Buku Ajar Bolabasket*. Malang: Wineka Media.
- Selan , M., Baun, A., Marry Rajaguguk, C. P., & Rohi, I. R. (2023). Profil Keterampilan Teknik Dasar Bola Basket Mahasiswa. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia*, 74-82.
- Siahaan, D., Nasution, F. A., & Purba, P. (2020). Regular and Reverse Lay Up Shoot in Basketball: Movement Analysis for Beginners. *Atlantis Press*, 23, 31-36.
- Sumarsono, & Adi. (2017). Pengaruh Metode Latihan Agility Hurdle Drill Dan Agility Leader Terhadap Koordinasi Kaki Anggota Ukm Futsal Universitas Musamus Merauke. *ALTIUS*, 1-8.
- Sunaryadi, Y. (2016). The Role Of Augmented Feedback On Motor Skill Learning. *Atlantis Press*, 271-275.
- Yamamoto, R., & Ohashi, Y. (2014). The Effects of Inaccessible Visual Feedback Used Concurrently or Terminally. *Journal of Physical Therapy Science*, 731-735.
- Yarmini, Saputra, Y., & Sofino. (2017). Hubungan Kekuatan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Dan Tangan Terhadap Keterampilan Jumshoot Pada Permainan Putra Club Tunas (Kelompok Umur 16 Tahu) Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 106-110.
- Yusmawati. (2014). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Lay Up Bola Basket. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 77-85.