

PENGARUH METODE PEMBELAJARAN DAN PERSEPSI KINESTETIK TERHADAP HASIL BELAJAR LAY UP BOLA BASKET

Saiful Adrian¹, Nurhayati Simatupang², Suprayitno³

Program Pascasarjana Universitas Negeri Medan
saiful231166@gmail.com¹

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengaruh penggunaan metode pembelajaran inklusi dan penemuan terpimpin, dikaitkan dengan persepsi kinestetik, terhadap hasil belajar *lay up* Bola basket, bagi siswa putra kelas VIII MTsN 2 Medan, Medan Estate. Penelitian ini dilaksanakan di MTsN 2 Medan Estate. Waktu penelitian pada bulan September hingga Oktober 2018. Perlakuan dilaksanakan selama dua minggu. Jumlah pertemuan keseluruhan adalah 4 kali pertemuan. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen lapangan. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah faktorial 2 x 2, Tes yang digunakan berupa tes persepsi kinestetik untuk variabel bebas. Sedangkan untuk variabel terikat berupa tes keterampilan *lay up* Bola basket. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan Analisis Varians (ANOVA) dua jalan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) Rata-rata populasi, keterampilan *lay up* Bola basket siswa yang disajikan dengan menggunakan metode pembelajaran inklusi μA_1 (2) Rata-rata populasi, keterampilan *lay up* Bola basket siswa yang disajikan dengan menggunakan metode pembelajaran penemuan terpimpin μA_2 (3) Rata-rata populasi, keterampilan *lay up* Bola basket siswa yang memiliki persepsi kinestetik tinggi, disajikan dengan menggunakan metode pembelajaran inklusi $\mu A_1 B_1$ (4) Rata-rata populasi, keterampilan *lay up* Bola basket siswa yang memiliki persepsi kinestetik tinggi, disajikan dengan menggunakan metode pembelajaran penemuan terpimpin $\mu A_2 B_1$ (5) Rata-rata populasi, keterampilan *lay up* Bola basket siswa yang memiliki persepsi kinestetik rendah, disajikan dengan menggunakan metode pembelajaran inklusi $\mu A_1 B_2$ (6) Rata-rata populasi, keterampilan *lay up* Bola basket siswa yang memiliki persepsi kinestetik rendah, disajikan dengan menggunakan metode pembelajaran penemuan terpimpin $\mu A_2 B_2$ (7) Metode pembelajaran A (8) Persepsi kinestetik B.

Keywords: *Inklusi, Penemuan Terpimpin, Kinestetik, lay up Bola basket.*

PENDAHULUAN

Bola basket merupakan salah satu materi permainan bola besar yang disajikan dalam kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Sekolah Menengah Pertama (SMP), sehingga Bola basket dapat digunakan sebagai media atau sarana dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP/MTs. Karakteristik mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang menggunakan aktivitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan pendidikan, menuntut anak untuk aktif bergerak. Dengan aktivitas fisik melalui Bola basket tersebut, diharapkan akan mampu mengembangkan kemampuan organik, neuro-muskuler, intelektual dan emosional anak, sehingga dapat mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial) yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Pendekatan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP/MTs harus mempertimbangkan keseluruhan kepribadian anak, baik fisik maupun psikologis, sehingga pengukuran proses dan produk pembelajaran, memiliki kedudukan yang sama pentingnya. Tingkat keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani di SMP/MTs, ditentukan oleh tersedianya berbagai faktor penunjang pembelajaran secara memadai. MTsN 2 Medan merupakan sekolah negeri yang lokasi sekolah tersebut berada di Medan Estate, dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga di MTsN 2 Medan tersebut mengalami beberapa kendala. Beberapa kendala dana keterbatasan sarana dan

prasarana pendidikan jasmani yang dimiliki sekolah, memerlukan kreativitas guru untuk mengatasi kendala yang dihadapi, sehingga pembelajaran pendidikan jasmani tetap dapat dilakukan dengan baik. Otoritas guru untuk merancang, melaksanakan dan mengevaluasi kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani diperlukan, agar pembelajaran pendidikan jasmani sesuai dengan rencana yang telah dilakukan. Menurut pengamatan peneliti, masih ditemukan guru-guru pendidikan jasmani MTsN 2 Medan yang mengajar pendidikan jasmani sama dengan melatih cabang olahraga. Dalam beberapa hal antara pendidikan jasmani memiliki beberapa kesamaan, namun juga memiliki beberapa perbedaan.

Penelitian ini menggunakan eksperimern, eksperimen dilakukan melalui permainan Bola basket, dengan tujuan melihat pengaruh metode pembelajaran, berupa metode pembelajaran *Inclusion Style* (metode inklusi) dan metode pembelajaran *Guide Discovery* (penemuan terpimpin), terhadap hasil belajar *lay up* Bola basket, sehingga media aktivitas fisik yang dipilih untuk digunakan dalam penelitian ini adalah permainan Bola basket.

Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di MTsN 2 Medan selama ini lebih banyak menekankan pada pembelajaran yang kurang memberikan rangsangan bagi anak untuk berkreasi, dimana guru pendidikan jasmani memiliki peran yang lebih dominan dibanding dengan siswa dalam proses pembelajaran, mulai dari tahap persiapan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, dan evaluasi pembelajaran, dibanding dengan siswa. Pembelajaran dengan metode ini kurang memberi kesempatan pada anak untuk melakukan eksplorasi dan pengembangan potensi yang dimiliki anak, konsekuensinya interaksi yang terjadi selama proses pembelajaran pendidikan jasmani adalah interaksi satu arah, yaitu dari guru kepada siswa. Walaupun pembelajaran pendidikan jasmani dengan gaya komando memiliki kekurangan, namun masih juga memiliki beberapa kelebihan, salah satunya adalah guru lebih mudah mengontrol aktivitas anak.

Pembelajaran *lay up* Bola basket dengan metode penemuan terpimpin memberikan kesempatan kepada siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran, dengan bimbingan guru secara terstruktur. Penyajian materi dijelaskan secara detail, dan kesalahan-kesalahan yang terjadi saat berlangsungnya proses belajar mengajar dapat diberikan umpan balik secara langsung, agar materi pelajaran yang menjadi sasaran dapat dikuasai dengan baik.

Berpijak dari permasalahan yang dihadapi guru-guru pendidikan jasmani di MTsN 2 Medan tersebut, maka peneliti menganggap metode pembelajaran merupakan salah satu komponen penting yang memiliki kaitan erat dengan efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani di MTsN 2 Medan Pembelajaran pendidikan jasmani yang berpusat pada guru (*teacher-centre*), menempatkan siswa sebagai objek pembelajaran, sehingga interaksi dalam proses belajar mengajar hanya terjadi satu arah, dari guru ke siswa, akibatnya siswa tidak dapat mengaktualisasikan kemampuannya secara optimal, karena instruksi-instruksi tertentu yang dilakukan oleh guru. Metode pembelajaran sangat berperan dalam proses peningkatan kemampuan siswa, selain metode pembelajaran, keterampilan menguasai teknik dalam permainan Bola basket juga merupakan indikator dalam peningkatan kemampuan dan dambaan semua siswa. Untuk dapat menguasai teknik-teknik ini seorang siswa di samping harus memiliki fisik yang baik, juga harus memiliki persepsi kinestetik yang baik pula.

Permainan Bola basket merupakan permainan beregu, permainan tersebut dimainkan oleh dua regu yang saling berlawanan, dimana tiap regu terdiri dari 5 orang pemain yang berada dilapangan selama pertandingan. Permainan Bola basket dimainkan di atas lapangan yang berbentuk empat persegi panjang, dengan permukaannya keras, rata, dan bebas dari segala rintangan. Bola basket yang digunakan harus benar-benar bundar dan berwarna oranye yang terbuat dari kulit, karet, atau bahan sintesis lainnya. Ukuran lingkaran bola adalah antara 74,9 cm sampai dengan 78 cm dengan ukuran berat antara 567 gram sampai dengan 650 gram (Nuril, 2007:9). Ada beberapa teknik dasar yang terdapat dalam olahraga Bola basket. Dedy Sumiyarsono mengemukakan teknik dasar dalam permainan Bola basket adalah sebagai berikut, (1) Memantulkan bola (*Dribbling*), (2) Menangkap bola (*Catching*), (3) Mengoper

bola (*Passing*); (a) Dengan dua tangan: *Chest pass*, *Bounce pass*, *Overhead pass*, (b) Dengan satu tangan: *Baseball pass*, *Lob pass*, *Hook pass*, *Jump pass*, (4) Menembak (*Shooting*); (a) Menghadap papan (*Facing shoot*), (b) Membelakangi papan (*Back up shoot*)

Metode menurut Muhibbin (2007:201) adalah cara melakukan suatu kegiatan atau cara melakukan pekerjaan dengan menggunakan fakta dan konsep-konsep secara sistematis. Sedangkan menurut Gerlach (1980:14) metode adalah suatu rencana yang disusun secara sistematis untuk menyajikan informasi. Metode dan materi pembelajaran pendidikan jasmani yang paling tepat di MTsN adalah dilakukan dengan cara bermain dan permainan. Gerak permainan adalah manipulasi terbuka, yang didalamnya berisi kandungan gerak non-lokomosi dan lokomosi. Antony (1980:9) mengatakan bahwa metode pembelajaran yang dapat dipilih untuk mencapai tujuan domain psikomotor diantaranya adalah: penemuan terpimpin (*guided discovery*) dan penjelajahan gerak (*movement exploration*). Isi materi yang dapat digunakan untuk mencapai tujuan tersebut antara lain: (1) aktivitas gerak dasar, (2) aktivitas permainan, (3) aktivitas beregu, (4) aktivitas berpasangan, dan (5) aktivitas individual

Gaya mengajar inklusi adalah pedoman mengajar yang dipakai oleh guru dalam menyajikan materi pembelajaran secara keseluruhan secara rinci dan dipaparkan tingkat kesulitannya. Siswa memutuskan untuk dapat menaikkan status mereka ke dalam tugas yang lebih tinggi tingkat kesukarannya lebih lanjut di pertegas oleh Jonathan Doherty (2014 :1), gaya mengajar inklusi memaksimalkan keterlibatan siswa serta agar dapat membantu yang lain untuk berhasil dengan menggunakan rintangan-rintangan yang ditetapkan pada tingkatan-tingkatan tertentu. Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, maka dapat dikemukakan bahwa gaya mengajar inklusi adalah pedoman mengajar disusun oleh guru secara khusus isinya mencakup keseluruhan dari materi yang akan diajarkan dalam tingkat-tingkat kesulitan yang berbeda. Gaya mengajar inklusi jika diterapkan pada pembelajaran keterampilan renang, guru mengawali dengan membuat pedoman untuk siswa dan dilanjutkan dengan membuat kriteria-kriteria tingkat-tingkat kesulitannya.

Metode penemuan terpimpin juga merupakan metode yang berpusat pada siswa dan merupakan salah satu bagian dari *problem solving: child-centered methods of teaching* (Gallahue, 1998:476). Metode penemuan terpimpin ini dikembangkan dari konsep bahwa keterlibatan siswa tinggi, dengan panduan yang terstruktur, dielaborasi secara rinci, dan dilakukan dengan tahap-tahap latihan yang jelas, akan menunjang peningkatan keterampilan *lay up* Bola basket. Pada metode penemuan terpimpin, materi pelajaran dielaborasi sedetail mungkin, agar dapat dipahami dan dilakukan dengan mudah oleh siswa. Latihan dilakukan secara berulang-ulang, dengan langkah-langkah yang jelas, bagian demi bagian, sehingga siswa akan terampil melakukan teknik dasar *lay up* Bola basket melalui panduan yang dikembangkan guru pendidikan jasmani (Mosston, 1994:212-222)

Bentuk informasi dari dalam yang serupa dengan informasi (*proprioceptive*) biasanya disebut *kinesthesia*. Awalan *kines* berarti gerakan, dan *thesis* berarti perasaan (Wade, 2007:225). Dengan demikian istilah ini mengacu kepada pengertian gerakan sendi, ketegangan di dalam otot dan sebagainya. Jadi tampaknya pengertian ini mengarah pada kumpulan informasi sensori dan badan sendiri mengenai posisi sendi, gerakan, ketegangan otot dan orientasi di dalam ruang. Persepsikinestetik dibentuk oleh dua kata, yaitu kata persepsi dan kinestetik, persepsi berarti tanggapan atau proses seseorang mengetahui beberapa hal melalui panca inderanya, sedangkan kata kinestetik berarti bersifat mempunyai daya menyadari gerakan otot (Seymour, 2008:1)

METODE

Penelitian ini akan menggunakan metode eksperimen lapangan metode eksperimen lapangan adalah metode yang hendak menemukan faktor-faktor sebab akibat, mengontrol peristiwa-peristiwa dalam interaksi variabel-variabel serta meramalkan hasil-hasilnya pada

tingkat tertentu. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah faktorial 2 x 2, desain faktorial ini dapat digunakan untuk mencari pengaruh dua variabel bebas atau lebih. Pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat disebut sebagai pengaruh utama (*main effect*), sedangkan interaksi dua atau lebih variabel bebas terhadap variabel terikat disebut sebagai adanya interaksi atau kerjasama.

Populasi yang digunakan penelitian ini adalah seluruh siswa putra dan putri kelas VIII MTsN 2 Medan, Medan Estate, yang berjumlah 460 orang siswa (putra 201, putri 259). Karakteristik populasi adalah sebagai berikut: (a) siswa putra dan putri yang duduk di kelas VIII, dan (b) memiliki rentang usia 14-15 Tahun. Pengambilan sampel penelitian ini dengan cara sampel bertujuan yang berdasarkan kriteria (*propusive sampling*). Adapun kriteria yang dimaksud adalah jenis kelamin laki-laki dan yang belum bisa melakukan *lay-up*. Uji normalitas skor hasil *lay up* Bola basket dilakukan dengan menggunakan uji Liliefors pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Tabel 1. Rangkuman hasil uji normalitas

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
A1	,167	16	,200*	,946	16	,436
A2	,165	16	,200*	,934	16	,287
A1B1	,182	8	,200*	,936	8	,571
A1B2	,183	8	,200*	,935	8	,563
A2B1	,172	8	,200*	,926	8	,483
A2B2	,149	8	,200*	,933	8	,544

*. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel di atas, keenam kelompok diperoleh taraf signifikansi lebih besar dari $\alpha = 0.05$. Cara mengetahui signifikan atau tidak signifikan hasil uji normalitas adalah dengan memperhatikan bilangan pada kolom signifikansi (Sig.). Untuk menetapkan kenormalan, kriteria yang berlaku adalah sebagai berikut. Jika signifikansi yang diperoleh $>\alpha$, maka sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Jika signifikansi yang diperoleh $<\alpha$, maka sampel bukan berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi berdistribusi normal. Untuk menguji hipotesis penelitian yang dilakukan dengan menggunakan teknik analisis varians (ANOVA) dua jalur

Tabel 2. Pengujian Hipotesis

Dependent Variable: Lay Up Shoot						
Source	Type III Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.	$\alpha = 0,05$.
Corrected Model	206,594 ^a	3	68,865	3,318	,034	
Intercept	63635,281	1	63635,281	3066,101	,000	
A	87,781	1	87,781	4,230	,049	
B	2,531	1	2,531	,122	,730	
A * B	116,281	1	116,281	5,603	,025	
Error	581,125	28	20,754			
Total	64423,000	32				
Corrected Total	787,719	31				

a. R Squared = ,262 (Adjusted R Squared = ,183)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pembuktian hipotesis ke-1 (satu) menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa yang diajar dengan menggunakan metode pembelajaran penemuan terpimpin dan inklusi dalam *lay up* Bola basket. Berdasarkan temuan ini dapat disimpulkan bahwa variasi hasil *lay up* Bola basket pada siswa dipengaruhi oleh variasi kedua metode pembelajaran tersebut.

Pengujian hipotesis ke-2 (dua) menunjukkan adanya interaksi antara metode pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil *lay up* Bola basket siswa MTs. Negeri 2 Medan. Dengan demikian dapatlah dinyatakan bahwa secara keseluruhan metode pembelajaran inklusi memiliki pengaruh yang lebih baik jika dibandingkan dengan metode pembelajaran inklusi. Sedangkan bagi yang memiliki tingkat persepsi kinestetik rendah, dapat melakukan latihan/ belajar untuk meningkatkan *lay up* Bola basket, akan tetapi cenderung akan lebih baik jika melakukan proses belajar dengan menggunakan metode pembelajaran penemuan terpimpin

Hasil pembuktian hipotesis ke-3 (tiga) menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa yang memiliki persepsi kinestetik tinggi yang diajar dengan menggunakan metode pembelajaran penemuan terpimpin dan inklusi dalam *lay up* Bola basket. Berdasarkan temuan ini dapat disimpulkan bahwa variasi hasil *lay up* Bola basket pada siswa yang memiliki persepsi kinestetik tinggi dipengaruhi oleh variasi kedua metode pembelajaran tersebut.

Hasil pembuktian hipotesis ke-4 (empat) jika di lihat dari rata-rata, skor siswa yang memiliki persepsi kinestetik rendah yang diajar dengan menggunakan metode pembelajaran penemuan terpimpin lebih tinggi dibandingkan yang menggunakan metode pembelajaran inklusi, tetapi jika di uji taraf signifikannya menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa yang memiliki persepsi kinestetik rendah yang diajar dengan menggunakan metode pembelajaran penemuan terpimpin dan inklusi dalam *lay up* Bola basket.

Hasil pengolahan data yang terkumpul menunjukkan bahwa hipotesis keempat tidak terbukti atau belum dapat teruji kebenarannya. Berdasarkan temuan ini dapat disimpulkan bahwa variasi hasil *lay up* Bola basket pada siswa yang memiliki persepsi kinestetik rendah tidak dipengaruhi oleh variasi kedua metode pembelajaran tersebut. Berdasarkan temuan ini dapat disimpulkan bahwa variasi hasil *lay up* Bola basket pada siswa yang memiliki persepsi kinestetik rendah tidak dipengaruhi oleh variasi kedua metode pembelajaran tersebut.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan ini dapat disimpulkan bahwa variasi hasil *lay up* Bola basket pada siswa yang memiliki persepsi kinestetik rendah tidak dipengaruhi oleh variasi kedua metode pembelajaran tersebut. Berdasarkan temuan ini dapat disimpulkan bahwa variasi hasil *lay up* Bola basket pada siswa yang memiliki persepsi kinestetik rendah tidak dipengaruhi oleh variasi kedua metode pembelajaran tersebut.

Kerangka berpikir yang menyebutkan bahwa terdapat perbedaan antara metode pembelajaran penemuan terpimpin dengan metode pembelajaran inklusi terhadap *lay up* Bola basket pada siswa yang memiliki persepsi kinestetik rendah, pada kenyataannya tidak mampu di optimalkan oleh siswa yang memiliki persepsi kinestetik rendah

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Nuril, *Permainan Bola Basket*. Solo: Era Intermedia, 2007.

Annarino, Anthony, A., Cowell, Charles, C. and Hazelton, Helen, W., *Curriculum Theory and Design in Physical Education*, Second Edition. Toronto: The C.V. Mosby Company, 1980.

Carole Wade & Carol Tavris. *Psikologi Jilid I, terjemahan Benedictine Wydyasinta dan Darma Juono*. Jakarta: Erlangga, 2007.

Dedy Sumiyarsono, *Keterampilan bolabasket*, Yogyakarta: Jogja Global Media, 2005.

Gallahue, David L. *Understanding Motor Developmen: Infants, Children, Adolescent*. Indianapolis: Bench mark, Press. Inc, 1998.

Gerlach, Vernon S., Ely, Donald P. & Melnick, Rob. *Teaching an Media; A Systematic Approach*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall, Inc., 1980

Mosston, Muska & Ashwort, Sara, *Teaching Physical Education*. Fourth Edition. New York: MacMillan Publishing Company, 1994.

Syah, Muhibbin. *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru* (Jakarta: Remaja Rosda Karya, 2007), p.201.

Wapner, Seymour., et al. *Effect of Speed of Movement on Tactual-Kinesthetic Perception of Extent*. 2008 (<http://www.jstor.org/stable/1421193>)