

**PENGEMBANGAN VIDEO MODEL LATIHAN TEKNIK DASAR BOLA
BASKET PADA CLUB SMA NEGERI 1 MERANGIN**

SKRIPSI



Oleh :

Riko Ryan Pratama

NIM: K1A218098

**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI**

2024

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “**Pengembangan Video Model Latihan Teknik Dasar Bola Basket Pada Club SMA Negeri 1 Merangin**” yang disusun oleh Muhammad Amrul Muttaqin, Nomor Induk Mahasiswa K1A218098 telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 13 Februari 2024.

Dr. Atri Widowati, S.Pd., M.Or. Pembimbing Skripsi 1. _____
NIP. 197703022005012002

MHD. Usni Zamzami
Hasibuan, S.Pd., M.Pd. Pembimbing Skripsi 2. _____
NIP. 198712022024211001

Jambi, 13 Februari 2024

Mengetahui,

Ketua Prodi Kepeleatihan Olahraga

Anggel Hardi Yanto, S.Pd., M.Pd.
NIP. 199303282019031015

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Riko Ryan Pratama

NIM : K1A218098

Program Studi : Kepelatihan Olahraga

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini benar-benar karya sendiri dan bukan merupakan jiplakan dari hasil penelitian pihak lain. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini merupakan jiplakan atau plagiat, saya bersedia menerima sanksi dicabut gelar dan ditarik ijazah.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab.

Jambi, 13 Februari 2024

Yang membuat pernyataan,

Materai

Riko Ryan Pratama

NIM. K1A218098

ABSTRAK

Riko : 2024. ” Pengembangan video Model Latihan Teknik Dasar Bola Basket Pada Club Sma Negeri 1 Merangin”. Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan. Program Studi Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Jambi. Pembimbing (1) Dr. Atri Widowati, S.Pd., M.OR dan Pembimbing (2) Mhd. Usni Zamzami Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci : Pengembangan, Latihan, Medium shoot, DELTA JAMBU dan Bola Basket

Permasalahan dalam penelitian ini adalah “bagaimana video hasil pengembangan latihan dribble menggunakan metode DELTA JAMBU pada siswa bolabasket SMAN 1 Merangin?”. Tujuan penelitian untuk mengembangkan latihan dribble menggunakan metode DELTA JAMBU pada siswa SMAN 1 Merangin. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan, yaitu: (1) penelitian pendahuluan, pengumpulan informasi dan analisis kebutuhan, (2) pengembangan produk awal, (3) evaluasi tiga ahli kepeleatihan bolabasket, (4) uji coba kelompok kecil (10 siswa), (5) revisi produk pertama, (6) uji coba kelompok besar (20 siswa), (7) revisi produk akhir, (8) perumusan naskah video, (9) produk akhir berbentuk VCD. Instrumen penelitian meliputi lembar evaluasi, kuesioner dan tes penilaian kemampuan dribble. Hasil kuesioner evaluasi ahli sebelum uji coba kelompok kecil sebesar 79,1% (Baik), uji coba kelompok kecil 80,67% (Baik), peningkatan tes kemampuan dribble uji coba kelompok kecil sebesar 12%, kuesioner evaluasi ahli setelah uji coba kelompok kecil sebesar 76,7% (Baik), uji coba kelompok besar 84% (baik), peningkatan tes kemampuan dribble uji coba kelompok besar sebesar 9%, dan kuesioner evaluasi ahli setelah uji coba kelompok besar sebesar 75,8%. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pengembangan latihan dribble menggunakan metode DELTA JAMBU pada siswa SMAN 1 Merangin dapat digunakan dan baik. Sedangkan metode dribble Pengembangan ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan

medium shoot dalam olahraga bola basket. Penelitian ini merupakan pengembangan model dengan desain yang dikembangkan oleh Borg & Gall melalui tiga tahap yaitu: (1) tahap identifikasi dan analisis kebutuhan, (2) tahap pengembangan desain dan draft model latihan medium shoot bola basket, dan (3) tahap pengujian (tinjauan uji coba dan ahli). Pengumpulan data dengan menggunakan observasi, kuesioner, dokumentasi, dan tes. Analisis data dilakukan secara deskriptif, kualitatif, dan kuantitatif. Hasil dari penelitian ini adalah model latihan medium shoot terdiri dari 30 model latihan pada draft awal setelah tahap pengujian (tinjauan uji coba dan ahli) menjadi 19 model latihan.

ABSTRACT

Riko: 2024. "Development of a video on Basic Basketball Technique Training Models at the Merangin 1 State High School Club." Department of Sports Education and Coaching. Sports Coaching Study Program, Faculty of Teacher Training and Education. Jambi University. Supervisor (1) Dr. Atri Widowati, S.Pd., M.OR and Supervisor (2) Mhd. Usni Zamzami Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Keywords: Development, Training, Medium shoot, DELTA GUARANTEE and Basketball

The problem in this research is "what are the video results of developing dribble training using the DELTA JAMBU method for basketball students at SMAN 1 Merangin?". The aim of the research is to develop dribble training using the DELTA JAMBU method for students at SMAN 1 Merangin. This research uses development research methods, namely: (1) preliminary research, information gathering and needs analysis, (2) initial product development, (3) evaluation of three basketball coaching experts, (4) small group trials (10 students), (5) first product revision, (6) large group trial (20 students), (7) final product revision, (8) video script formulation, (9) final product in VCD form. Research instruments include evaluation sheets, questionnaires and dribbling ability assessment tests. The results of the expert evaluation questionnaire before the small group trial

were 79.1% (Good), the small group trial 80.67% (Good), the increase in the dribble ability test in the small group trial was 12%, the expert evaluation questionnaire after the small group trial of 76.7% (Good), large group trials 84% (good), improvement in the dribble ability test in large group trials of 9%, and expert evaluation questionnaire after large group trials of 75.8%. Based on the research results, it can be concluded that the development of dribble training using the JAMBU DELTA method for students at SMAN 1 Merangin can be used and is good. Meanwhile, this development dribble method aims to develop a medium shoot training model in basketball. This research is a model development with a design developed by Borg & Gall through three stages, namely: (1) needs identification and analysis stage, (2) design development stage and draft of the basketball medium shoot training model, and (3) testing (overview) stage trials and experts). Data collection using observation, questionnaires, documentation and tests. Data analysis was carried out descriptively, qualitatively and quantitatively. The result of this research is that the medium shoot training model consists of 30 training models in the initial draft after the testing stage (trial and expert review) to become 19 training models.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Pengembangan video Model Latihan Teknik Dasar Bola Basket Pada Club Sma Negeri 1 Merangin”

Skripsi ini dibuat dan diajukan sebagai salah satu syarat kelulusan guna memperoleh gelar Sarjana Olahraga di Universitas Jambi. Penulis menyadari banyak hambatan – hambatan yang dihadapi dan semua itu tidak dapat teratasi tanpa adanya dukungan dari berbagai pihak dan kerja samanya menjadi motivasi serta dapat membantu penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini. Untuk itu, pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar – besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Drs. H. Sutrisno, M.Sc.,Ph.D selaku Rektor Universitas Jambi.
2. Bapak Prof. Dr. M. Rusdi, S.Pd., Selaku Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.
3. Ibu Dr. Atri Widowati, S.Pd., M.OR dan Bapak Mhd. Usni Zamzami Hasibuan, S.Pd., M.Pd selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah membantu, memotivasi, menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan dan pengarahan serta saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Bapak dan Ibu Dosen Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi yang jasanya telah membekali penulis untuk menjadi sarjana sekaligus orang yang akan berpotensi di dunia kerja.
5. Kepada Ayahanda dan Ibunda yang telah membesarkan, mendidik, memberikan kasih sayang dan dukungan serta doa yang tidak terbatas kepada penulis, sampai akhirnya dapat menyelesaikan studi di perguruan tinggi.
6. Kepada saudara laki-laki satu–satunya yang telah memberi dukungan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi.

7. Kepada Nona pemilik Nim C1B018108 yang telah kebersamai penulis pada hari hari yang tidak mudah selama proses pengerjaan tugas akhir. Terima kasih telah menjadi rumah yang tidak hanya berupa tanah dan bangunan yang tetap selalu memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi serta selalu ada saat susah dan senang selama proses ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dan masih banyak terdapat beberapa kekurangan yang disebabkan oleh keterbatasan kemampuan, pengalaman, dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh sebab itu, dengan kerendahan hati semua kritik dan saran akan diterima sebagai masukan untuk perbaikan di masa yang akan datang. Akhir kata penulis ucapkan terimakasih.

Jambi, 13 Februari 2024

Riko Ryan Pratama
NIM. K1A218098

DAFTAR ISI

| | |
|--|------------|
| HALAMAN PENEGESAHAN | ii |
| PERNYATAAN KEASLIAN ILMIAH..... | iii |
| ABSTRAK | iv |
| KATA PENGANTAR..... | vii |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah..... | 4 |
| 1.3 Tujuan Pengembangan | 4 |
| 1.4 Spesifikasi Pengembangan | 4 |
| 1.5 Pentingnya Pengembangan..... | 5 |
| 1.6 Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan..... | 5 |
| 1.7 Definisi Istilah..... | 6 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 7 |
| 2.1. Kajian Teori | 7 |
| 2.1.1 Hakikat Permainan Bola Basket | 7 |
| 2.1.2 Fasilitas dan Perlengkapan Bola Basket | 9 |
| 2.1.3 Teknik Dasar Bola Basket | 12 |
| 2.1.4 Latihan..... | 20 |
| 2.1.5 Pengembangan Model Latihan Bola Basket | 22 |
| 2.1.6 Dribble Rendah..... | 22 |
| 2.2 Penelitian Relevan..... | 24 |
| 2.3 Kerangka Berpikir | 27 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 29 |
| 3.1 Model Pengembangan..... | 29 |
| 3.2 Perencanaan Model Pengembangan..... | 29 |
| 3.3 Validasi, Evaluasi, Dan Revisi..... | 31 |
| 3.4 Uji Coba Produk | 32 |
| 3.5 Jenis dan Sumber Data..... | 35 |
| 3.6 Instrumen Pengumpulan Data..... | 36 |

| | |
|--|-----------|
| 3.7 Teknik Analisis Data..... | 39 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | 40 |
| 4.1 Penyajian Data Uji Coba | 40 |
| 4.2 Data Tinjauan Ahli Bidang Bolabasket..... | 40 |
| 4.3 Hasil Telaah Pakar (Expert Judgement)..... | 40 |
| 4.4 Hasil Revisi Produk Tahap I..... | 43 |
| 4.5 Hasil Uji Coba pada kelompok Kecil (Small Grup Try-Out)..... | 44 |
| 4.5.1 Model latihan medium shoot | 44 |
| 4.5.2 Model Latihan Delta Jambu | 46 |
| 4.6 Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Ahli Sebelum Uji Coba Kelompok | 47 |
| 4.6.1 Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Ahli Setelah Uji Coba Kelompok Kecil | 49 |
| 4.7 Revisi Produk Awal Sebelum Uji Coba Kelompok Kecil | 51 |
| 4.7.1 Revisi Produk I..... | 52 |
| 4.7.2 Revisi Produk I Setelah Uji Coba Kelompok Kecil..... | 53 |
| 4.7.3 Revisi Produk Tahap II | 54 |
| 4.7.4 Hasil Revisi Produk Tahap III..... | 55 |
| 4.8 Hasil Data Uji Coba Kelompok Kecil | 56 |
| 4.8.1 Kuesioner Uji Coba Kelompok Kecil | 56 |
| 4.9 Tes Penilaian Kemampuan Dribble (Tes Praktik) pada Uji Coba Kelompok Kecil | 58 |
| 4.10 Hasil Uji Coba Pada Kelompok Besar | 59 |
| 4.10.1 Latiham metode Medium Shoot | 59 |
| 4.10.2 Uji Coba Kelompok Besar Latihan Metode Delta Jambu | 62 |
| 4.10.3 Tes Penilaian Kemampuan Dribble (Tes Praktik) pada Uji Coba Kelompok Besar..... | 64 |
| 4.11 Revisi Produk | 66 |
| 4.11.1 Kuesioner Ahli Bidang Bolabasket Setelah Uji Coba Kelompok Besar . | 66 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... | 69 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 70 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 1 Lapangan Bola Basket | 9 |
| Gambar 2 Bola Basket | 10 |
| Gambar 3 Keranjang dan Papan Pantul | 11 |
| Gambar 4 Dribbling Bola Basket | 13 |
| Gambar 5 Crossover | 15 |
| Gambar 6 Between the legs | 16 |
| Gambar 7 Behind The Back | 17 |
| Gambar 8 Jump Shoot | 18 |
| Gambar 9 Free Throw | 19 |
| Gambar 10 Lay Up | 20 |
| Gambar 11 Dribble Rendah | 23 |
| Gambar 12 Drive and Jump Shoot | 24 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 3.7 Klasifikasi Persentase | 39 |
| Tabel 4.3 Hasil Evaluasi Pakar Ahli Bola Baset | 41 |
| Tabel 4.4 Tahap I rancangan Model Latihan Medium Shoot Bola Basket | 44 |
| Tabel 4.5.1 Hasil Uji Coba Kelompok Kecil | 45 |
| Tabel 4.5.2 Data Hasil Kuesioner Ahli Bidang Bola Basket Sebelum Uji Coba Kelompok Kecil | 46 |
| Tabel 4.6 Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Kuesioner | 48 |
| Tabel 4.6.1 Hasil uji Validitas dan reabilitas setelah uji coba Kelompok Kecil | 50 |
| Tabel 4.7 Hasil Revisi Produk Awal..... | 52 |
| Tabel 4.7.1 Data Hasil Kuesioner Ahli Bidang Bola Basket Sebelum Uji Coba Kelompok Kecil | 53 |
| Tabel 4.7.2 Hasil Revisi Produk I setelah uji kelompok Kecil | 54 |
| Tabel 4.7.3 Revisi Tahap II uji coba kelompok kecil | 56 |
| Tabel 4.8.1 Hasil Kuesioner Uji Coba Kelompok Kecil | 57 |
| Tabel 4.9 Hasil Tes Praktik post test..... | 59 |
| Tabel 4.9 Hasil Tes Praktik post test..... | 59 |
| Tabel 4.10.1 Hasil uji coba kelompok besar..... | 60 |
| Tabel 4.10.2 Hasil uji coba kelompok besar..... | 63 |
| 4.10.3 Tes Penilaian Kemampuan Dribble (Tes Praktik) pada Uji Coba Kelompok Besar | 65 |
| 4.10.3 Hasil Tes Penilaian Kemampuan Dribble (Tes Praktik) pada Uji Coba Kelompok Besar (Post-test)..... | 66 |
| Tabel 4.11 Revisi Produk | 77 |

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Bola basket merupakan suatu permainan yang dimainkan secara beregu, dimana dalam masing-masing regu terdiri dari 5 orang pemain dengan tujuan mencetak angka ke keranjang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah lawan mencetak angka sehingga diakhir pertandingan memperoleh jumlah angka lebih banyak dari lawan. Bola basket memiliki beberapa teknik dasar yang mutlak harus dikuasai oleh pemain basket agar dapat bermain dengan baik, diantaranya adalah shooting, passing, dribbling.

Beberapa teknik dasar tersebut dibagi lagi menjadi beberapa jenis misalnya teknik shooting, teknik shooting terdiri dari jump shoot, hook shoot, set shoot dan lay up shoot. Shooting dalam permainan bola basket sekilas terlihat sederhana namun sebenarnya adalah teknik yang tergolong kompleks diantara teknik lainnya. Shooting (menembak) adalah keahlian yang sangat penting di dalam olahraga basket. Shooting memerlukan koordinasi gerak yang baik yang bisa di sebut dengan istilah BEEF (Balance, Eyes, Elbow, Follow through) dimana posisi badan harus seimbang dengan pandangan mata menuju pada keranjang, selain itu ada teknik *dribble* bisa dilakukan dengan baik jika menguasai teknik yang baik dan benar. Untuk memperoleh kualitas *dribble* yang baik maka seorang pemain harus meningkatkan variasi latihan guna mempercepat peningkatan teknik dribbelnya. Dari hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti ternyata variasi dalam latihan *dribble* masih terbatas.

Menurut para ahli (Wissel, H. 2000:02). Teknik dasar tersebut sangat penting untuk para pemain agar dapat melakukan gerakan-gerakan yang efektif dan efisien. Dribble merupakan salah satu teknik dasar yang cukup penting dalam mendukung terciptanya angka. Pemain seharusnya meningkatkan kualitas dribble mereka dengan tujuan untuk lebih cepat menuju ke daerah lawan dalam usaha memasukkan bola ke dalam keranjang lawan, lebih mudah menyusup dan menerobos ke daerah pertahanan lawan dan mengacaukan pertahanan lawan.

Seiring berkembangnya zaman, perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi juga semakin berkembang dengan pesat. Khususnya di bidang pendidikan, semakin banyak inovasi dan penemuan-penemuan baru yang diciptakan oleh manusia yang menunjang semakin berkembangnya dunia pendidikan. Seperti yang di ketahui bahwa pendidikan memegang peranan yang sangat penting dalam menciptakan dan mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas. Pada hakikatnya pendidikan merupakan proses untuk membantu manusia dalam mengembangkan kompetensi diri agar dapat bersaing dan menghadapi tantangan yang dihadapi suatu bangsa untuk mencapai kemajuan yang lebih baik.

Pelaksanaan pendidikan di indonesia senantiasa melakukan pengembangan dan perubahan-perubahan untuk meningkatkan mutu pendidikan yang lebih baik lagi, dalam rangka menyempurnakan agar dapat sesuai dengan kebutuhan pembangunan suatu bangsa. Dalam hal ini, salah satunya adalah dengan adanya peningkatan di bidang pengajaran, pengembangan kurikulum, menciptakan metode-metode baru dalam pembelajaran, dan sarana dan prasarana yang mendukung kegiatan pembelajaran.

Media pembelajaran yang terus berkembang hingga memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi yang semakin canggih sehingga bermunculan berbagai macam media pembelajaran, salah satunya adalah media video.

Menurut Arsyad (Rusman dkk 2013:218) mengemukakan Video merupakan serangkaian gambar gerak disertai suara yang membentuk satu kesatuan yang dirangkai menjadi sebuah alur, dengan pesan-pesan didalamnya untuk ketercapaian tujuan pembelajaran yang disimpan dengan proses penyimpanan pada media pita atau disk.

Pada pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa media video merupakan gambar bergerak yang disertai dengan suara untuk membahas suatu materi pelajaran yang lebih menarik dan mampu membangun motivasi belajar siswa sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran yang lebih maksimal.

Pemanfaatan media video pembelajaran sudah banyak digunakan di sekolah-sekolah saat ini namun masih sedikit yang menggunakannya untuk pelatihan teknik dasar di club basket. Dengan penggunaan media video tentu akan sangat membantu guru, pelatih maupun siswa dan atlet dalam proses pembelajaran. media video juga cocok digunakan pada mata pelajaran yang membutuhkan proses atau melatih kemampuan.

Menurut Sumiyarsono (Febrianta dan Sukoco, 2003: 191) mengemukakan: Permainan bolabasket merupakan jenis olahraga yang menggunakan bola besar, dimainkan dengan tangan. Permainan bolabasket mempunyai tujuan memasukkan bola sebanyak mungkin ke keranjang lawan, serta menahan lawan agar tidak memasukkan bola ke keranjang sendiri dengan cara melempar, menggiring, dan menembak. Permainan bolabasket dimainkan oleh dua regu baik putra maupun putri yang masing-masing terdiri dari lima orang pemain dengan luas lapangan 28m x 15m dapat terbuat dari tanah, lantai yang dikeraskan, serta papan

Pada pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa permainan bolabasket adalah permainan bola besar dan cara memaikannya dengan menggunakan tangan, menggiring, mengoper, dan menembak ke ring lawan serta memasukkan bola sebanyak mungkin. Menahan lawan sehingga ttidak dapat memasukkan bola ke dalam ring dan permainan ini di mainkan oleh dua grup pemain baik itu regu pria maupun regu putri.

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti pada semester genap tahun 2023 di SMA Negeri 1 Merangin, peneliti melakukan survey di Club SMA N 1 Merangin, untuk mencari permasalahan yang akan menjadi bahan penelitian. Dari hasil survey, peneliti menemukan permasalahan bahwa di club tersebut bahwa beberapa atlet masih kurang kemampuannya.. Oleh karena itu pelatih club tersebut tertarik untuk ikut mengembangkan media pembelajaran berupa video.

Dalam pengamatan peneliti pada club bola basket SMA Negeri 1 Merangin melihat kurangnya kemampuan atlet SMA Negeri 1 Merangin

melakukan shooting dalam jarak medium atau sedang dari ring dan kurangnya variasi latihan dribble atau lemahnya penguasaan dribble tersebut maka hal ini memberikan gagasan dan ide dasar bagi penulis untuk menciptakan suatu video pengembangan teknik dasar yaitu dribble dan shoot guna mempermudah pembelajaran atau pelatihan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini ialah :

1. Bagaimanakah kebutuhan pengembangan Media Video teknik dasar Permainan Bola Basket di SMA Negeri 1 Merangin?
2. Bagaimanakah kevalidan dan kepraktisan pengembangan Media Video Pembelajaran Permainan Bola Basket di SMA Negeri 1 Merangin?

1.3 Tujuan Pengembangan

Pengembangan ini bertujuan untuk menghasilkan video model latihan untuk mempermudah latihan atlet mempelajari teknik dasar bola basket di Club SMA Negeri 1 Merangin.

1.4 Spesifikasi Pengembangan

Spesifikasi teknik dasar bola basket yang di kembangkan di dalam penelitian ini yaitu :

1. Teknik dasar bola basket yang di kembangkan adalah low dribble dimana posisi bola dekat ke lantai (rendah) bertujuan supaya lebih mudah mengamankan bola dari jangkauan lawan di sajikan dalam bentuk video.
2. Teknik dasar bola basket yang di kembangkan adalah drive and jump shoot dimana seorang atlet dapat menerobos dan melakukan lompatan yang di maksudkan agar tembakan bola tak di rebut atau di jangkau oleh pemain lawan di sajikan dalam bentuk video.

1.5 Pentingnya Pengembangan

Pentingnya video pengembangan ini bertujuan untuk membantu dan mempermudah dalam memperbaiki teknik dasar seorang atlit agar dapat meningkatkan kemampuan dan efektivitas teknik individu mereka dalam permainan bola basket.

Berdasarkan uraian di atas, maka pentingnya pengembangan teknik dasar bola basket ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi atlit secara praktis, dengan adanya video pengembangan teknik dasar bola basket ini di harapkan seorang atlit dapat lebih mudah dalam belajar menguasai teknik dasar dalam permainan bola basket.
2. Bagi peneliti secara praktis, dapat memberikan pengalaman baru untuk mengembangkan video model latihan bola basket.

1.6 Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

1. Asumsi dalam keterbatasan pengembangan model latihan teknik dasar bola basket ini adalah :
 - a. Pengembangan teknik dasar bola basket ini mampu membuat seorang atlit dapat mengembangkan kemampuan teknik dasar bola basket mereka agar lebih efektif di saat sedang bermain.
 - b. Seorang atlit dapat meningkatkan kemampuan individu mereka
 - c. Validator yaitu seorang pelatih ahli yang sudah berpengalaman dalam melatih seorang atlit yang sudah di pilih sesuai dengan bidangnya.
2. Keterbatasan pengembangan
 - a. Produk yang di hasilkan berupa video model latihan teknik dasar bola basket
 - b. Uji validasi dilakukan pada validasi ahli dan uji coba di lapangan
 - c. Peneliti hanya meneliti beberapa teknik dasar bola basket

1.7 Definisi Istilah

Untuk menghindari kesalah pahaman pembaca, maka perlu di jelaskan beberapa istilah pada judul skripsi ini yaitu :

1. Penelitian dan pengembangan ini didefinisikan sebagai kajian untuk merancang, mengembangkan video latihan guna mempermudah seorang atlit untuk latihan
2. Media penelitian dan pengembangan ini dapat menyalurkan rencana dan program latihan sehingga tercipta video model latihan teknik dasar bola basket yang efektif dan mudah untuk di pelajari secara individu

BAB II

KAJIAN TEORETIK

2.1 Kajian Teori

2.1.1 Hakikat Permainan Bola Basket

Adalah DR. James A. Naismith yang mencatatkan namanya dalam sejarah sebagai pencetus permainan bola basket ini. Awalnya ide tersebut muncul karena saat musim dingin, banyak permainan olahraga yang tidak bisa dilakukan oleh para muridnya. Keinginannya untuk membuat sebuah permainan yang dapat dimainkan di dalam ruangan tertutup, menggerakannya untuk membuat permainan bola basket. Profesinya sebagai instruktur pendidikan jasmani di perguruan tinggi Springfield College yang terletak di Massachusetts, Amerika Serikat, memudahkan Naismith untuk terus berinovasi dalam olahraga hasil kreasinya tersebut. Di permulaannya, tahun 1891, permainan bola basket dilakukan menggunakan bola sepak. Jadi tidak langsung menggunakan bola basket seperti sekarang ini. Saat itu, Naismith merancang permainan bola basket dengan cara melemparkan bola ke dalam keranjang buah persik. Keranjang yang digantungkan di tembok di gedung olahraga tersebut menjadi penentu skor. Jumlah pemainnya pun setiap tim terdiri dari sembilan orang. Dan saat itu belum ada teknik dribble. Lalu bagaimana donk cara menggiring bola? Caranya dilempar ke teman satu tim. Seiring dengan waktu, permainan ini mulai berkembang. Terutama setelah basket mulai digemari oleh berbagai kalangan dan berbagai macam usia, permainan ini semakin mengalami penyempurnaan-penyempurnaan hingga menjadi seperti permainan bola basket yang sekarang kita kenal. Permainan ini cepat menyebar ke publik. Dan pada tahun 1895, digelarlah pertandingan bola basket yang pertama kali mempertemukan dua perguruan tinggi, yakni Minnesota School of Agriculture dengan Hamline College.

Bola basket merupakan olahraga permainan yang menggunakan bola besar, cara memainkannya adalah dengan menggunakan tangan. Bola boleh dioper di lempar ke teman yang disebut dengan istilah passing, permainan bolabasket juga boleh dipantulkan ke lantai baik di tempat atau sambil berjalan disebut dengan istilah dribble, dan tujuannya adalah memasukan atau shooting bola kekeranjang lawan sebanyak-banyaknya. Permainan bola basket dilakukan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 5 pemain, setiap regu berusaha memasukan bola kekeranjang lawan dan menjaga keranjang sendiri kemasukan bola sedikit mungkin. Permainan ini ditentukan dengan regu yang banyak memasukan bola kekeranjang jadi pemenangnya, sedangkan yang sedikit memasukan bola kekeranjang regu yang kalah (Sodikun, 1992:8).

Bolabasket adalah salah satu olahraga paling populer didunia penggemarnya yang berasal dari segala usia merasakan bola basket adalah olahraga menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur, dan menyehatkan. Bolabasket sangat cocok untuk di tonton karena bisa dimainkan di ruang olahraga tertutup maupun terbuka, hanya memerlukan lapangan yang relatif kecil dengan syarat lapangan tersebut datar agar bola bisa memantul dengan baik. Lapangan bola basket dibatasi oleh garis yang berbentuk empat persegi panjang dengan ukuran panjang lapangan 28 meter dan lebar lapangan 15 meter. Selain itu bolabasket juga mudah dipahami dan dipelajari karena bentuk bolanya yang besar, sehingga tidak menyulitkan pemain ketika memantul-mantulkan bola ke lantai dan melempar bola tersebut (Azka, 2010:6).

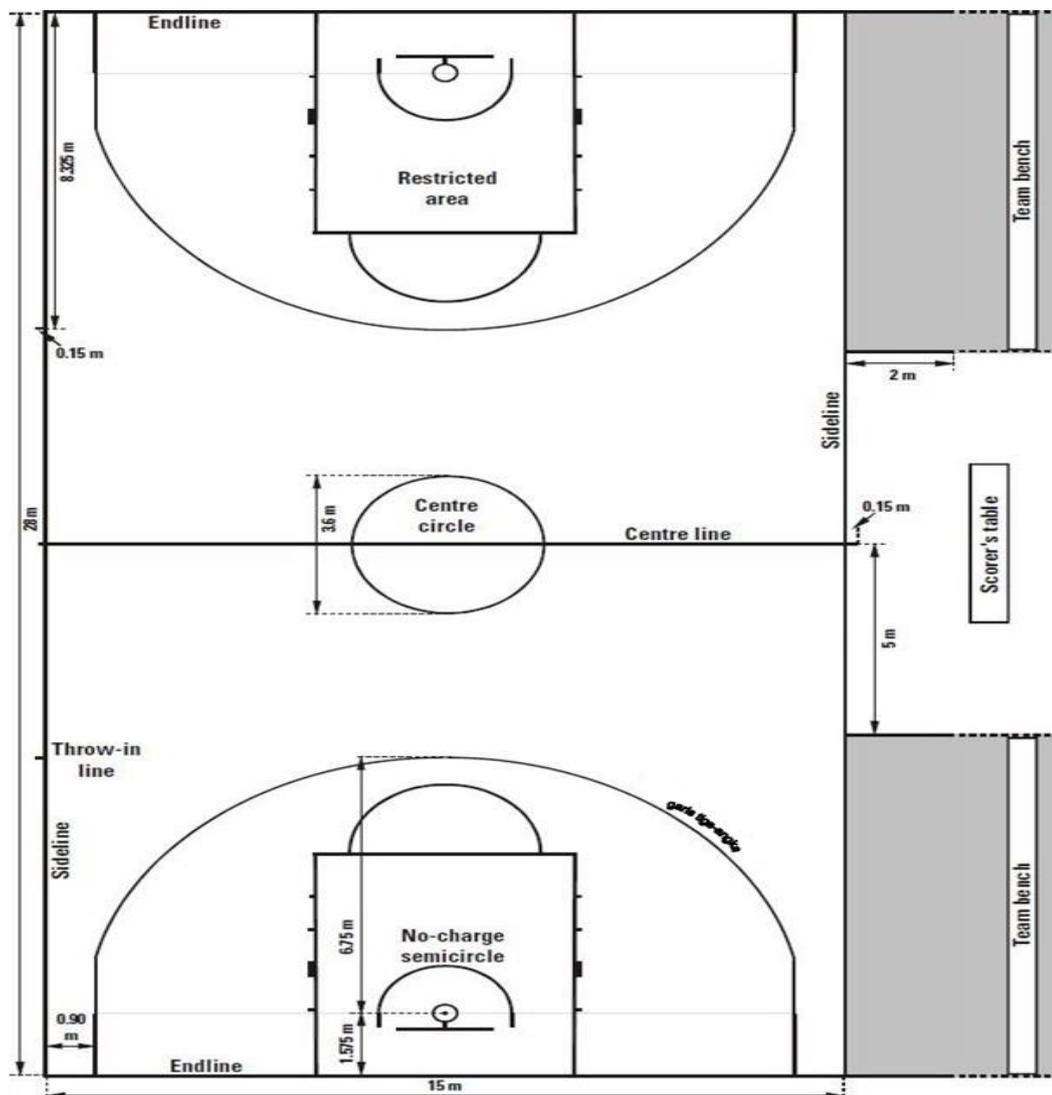
Permainan bolabasket sangat berhubungan dengan faktor kelincahan dan koordinasi gerak yang baik, maka dari itu permainan bola basket sangat menguras fisik dalam memainkannya. Permainan bola basket merupakan suatu cabang olahraga yang menggunakan hampir semua unsur gerakan tubuh manusia untuk dapat melatih permainan bola basket dengan baik dan benar (Muhajir, 2007:142).

2.1.2 Fasilitas dan Perlengkapan Bola Basket

Di bawah ini adalah keterangan dari jenis sarana dan prasarana bola basket yang telah disebutkan di atas :

a. Lapangan

Lapangan permainan berbentuk persegi panjang dengan ukuran 28 m x 15 m. Dapat saja disesuaikan dengan kebutuhan, dengan mengurangi atau menambah ukuran tersebut 1 atau 2 meter.



Gambar 1 : Lapangan Bola Basket

Sumber: (Rules FIBA 2020:6)

b. Bola

Bola basket terbuat dari karet dan dilapisi bahan sintetis. Keliling bola antara 75 cm s.d 78 cm, dan beratnya antara 600 gram s.d 650 gram. Ketentuan standar bola dan ketika berisi udara adalah bila dipantulkan lantai yang keras dari tempat ketinggian 1,80 meter-bola akan memantul .



Gambar 2 : Bola Basket

Sumber: (Pribadi)

c. Papan Pantul dan Keranjang

Keranjang terdiri atas ring dan jala. Ring terbuat dari besi keras, sedangkan jala berupa tali anyaman yang pada umumnya terbuat dari bahan nilon.

1. Garis tengah ring : 0,45 meter
2. Tinggi ring dari tanah : 3,5 meter
3. Panjang jala : 0,45 meter

Papan pantul merupakan sarana permainan bola basket yang terbuat dari papan keras yang ditempatkan di belakang ring untuk memantulkan bola ukuran papan pantul adalah sebagai berikut :

1. Tebal papan : 0,003 meter
2. Panjang papan : 1,20 meter
3. Lebar papan : 0,90 meter
4. Tinggi papan dari lantai : 2,75 meter
5. Jarak dari belakang keranjang : 0,15 meter



Gambar 3 : Keranjang dan Papan Pantul

Sumber: (Pribadi)

2.1.3 Teknik Dasar Bola Basket

1. Dribbling

Arma Abdoellah (1981:109) menyatakan "dribble atau menggiring bola adalah suatu usaha untuk membawa bola ke depan". Parno dan imam Sadikun (1990:229) bahwa "dribble bola diperbolehkannya dengan satu tangan kanan atau kiri saja dan secara bergantian antara tangan kanan dan kiri". Wissle Hal (2000:95) bahwa "kemampuan mendribble dengan tangan lemah dantangan kuat adalah kunci untuk meningkatkan permainan anda. untuk melindungi bola dan jagalah agartubuh anda berada diantara bola dan lawan".

Berdasarkan pengertian *dribbling* yang dikemukakan para ahli di atas penulis menyimpulkan bahwa *dribbling* adalah membawa bola dengan jalan memantul-mantulkan pada lantai dengan tujuan untuk menyusup atau mendekati basket lawan. untuk tujuan menyusup atau menghindari lawan maka kita harus menggiring bola serendah mungkin dan untuk mendekati basket secepat-cepatnya kita harus menggiring bola lebih tinggi.

Menurut Soedikun (1992:57) mengemukakan cara melakukan *dribbling* yang baik antara lain :

1. Peganglah dengan kedua tangan secara relax, tangan kanan di atas bola, kiri di bawah menjadi tempat terletaknya bola.
2. Berdiri seenaknya dengan kaki kiri agak sedikit ke depan
3. Condongkan badan kedepan mulai dari pinggang
4. Pantulan bola dilakukan dengan tangan kanan atau tangan kiri
5. Gerakan lengan hampir seluruhnya
6. Pantulan bola dilakukan dengan jari-jari tangan yang dibantu dengan pergelangan tangan (bukan memukul bola dengan telapak tangan)
7. Menjinakan bola dengan sedikit mengikuti Bergeraknya bola ke atas sebentar dengan jari-jari dan pergelangan tangan kemudian baru di pantulkan kembali.
8. Setelah di ratakan, watak, rahasia, dan irama pantulkan dengan sikap berdiri di tempat maka mulailah sambil bergerak maju atau mundur

9. Mulailah dengan tidak melihat bola, dan percepatlah gerakannya.



Gambar 4 : *Dribbling* bola basket

Sumber: (Pribadi)

Irianto (2002: 80) menyatakan bahwa teknik merupakan suatu proses gerakan dan pembuktian dalam praktik sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang dilakukan dengan cara efisien dan sederhana. Teknik dalam sebuah pertandingan memiliki peran antara lain; (1) sebagai cara yang efisien mencapai prestasi, (2) mencegah atau mengurangi cedera, (3) sebagai modal melakukan taktik, dan (4) meningkatkan percaya diri.

Suharjana (2013: 62) mengingatkan bahwa latihan teknik jangan diabaikan, karena itu adalah koreksi mengenai kesalahan-kesalahan hasil temuan dari diagnosa di tahap transisi, pelihara skill yang sudah dimiliki, mulailah melatih bagian-bagian yang penting dari model teknik yang baru. Untuk mencapai tujuan *dribbling*, ada beberapa faktor diantaranya adalah :

1. Kelincahan

Kelincahan pada saat *dribbling* bola basket sangat di butuhkan karena dengan adanya kelincahan yang bagus maka seorang pemain dapat merubah arah dan posisi yang dikehendaki dengan cepat dan tepat.

2. Kelenturan

Kelenturan seseorang pada saat *dribbling* bola basket dengan mempunyai kelenturan yang baik maka dapat melakukan suatu gerakan dengan maksimal.

3. Kekuatan

Pada saat melakukan *dribbling* dalam bola basket sangat di butuhkan karena dengan adanya kekuatan yang baik maka dapat melakukan suatu gerakan *dribbling* bola dengan semaksimal mungkin.

4. Keseimbangan

Pada saat melakukan *dribbling* keseimbangan sangat dibutuhkan, karena dengan adanya keseimbangan yang baik maka pada saat melakukan *dribbling* bola basket seorang pemain tidak mudah kehilangan bola pada saat di *intercept* lawan.

5. Kecepatan

Dalam *dribbling* juga membutuhkan kecepatan yang baik, karena dengan adanya kecepatan dapat melakukan *dribbling* dengan cepat dari suatu tempat ke tempat lain.

6. Koordinasi

Koordinasi dalam pelaksanaan *dribbling* juga perlu dikarenakan dengan mempunyai koordinasi yang baik maka seorang pemain akan mudah melakukan *dribbling* pada situasi apapun.

7. Mental

Mental juga sangat berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling*, karena apabila seorang itu memiliki mental bertanding yang bagus maka *dribbling* akan bagus juga.

8. Teknik

Selain kondisi fisik, teknik juga mempengaruhi kemampuan *dribbling* dikarenakan apabila seseorang itu memiliki teknik *dribbling* yang bagus maka kemampuan *dribbling* akan bagus juga.

Ada beberapa teknik *dribbling* :

1. Crossover

Crossover dribble dilakukan dengan cara mengubah posisi bola dari satu tangan ke tangan lainnya. Teknik dasar bola basket passing dan dribble crossover bertujuan untuk mempertahankan bola dari rebutan lawan.



Gambar 5: Crossover

Sumber: (Pribadi)

2. Between the legs

Between the legs berfungsi untuk melewati pemain bertahan yang sedang melakukan overplaying. Jika kamu berbelok ke arah kiri, mulailah dengan menggiring bola rendah secara cepat melalui tangan kanan.



Gambar 6: Between the legs

Sumber :(Pribadi)

3. Behind the back

Behind the back merupakan salah satu teknik dribble yang cukup populer, terutama untuk memindahkan bola dari kanan ke kiri. Namun, tetap berupaya untuk menjauhi pemain belakang lawan.



Gambar 7: Behind the back

Sumber: (Pribadi)

2. Shooting

Menembakkan Bola (*shooting*) adalah usaha memasukkan bola ke keranjang diistilahkan dengan menembak, dapat dilakukan dengan satu tangan, dua tangan dan *lay up*, (Nuril Ahmadi, 2007: 18). Dari pendapat tersebut ada beberapa jenis menembakkan bola (*shooting*) dalam bola basket adalah sebagai berikut :

1. Jump Shoot

Jump shoot merupakan suatu upaya atau teknik melakukan tembakan atau memasukan bola ke dalam ring lawan yang disertai dengan lompatan yang setinggi-tingginya. Atau dengan gambaran singkatnya yaitu teknik yang membutuhkan lompatan tinggi dan akurasi dengan baik ketika melakukan tembakan atau memasukan bola ke ring basket lawan.

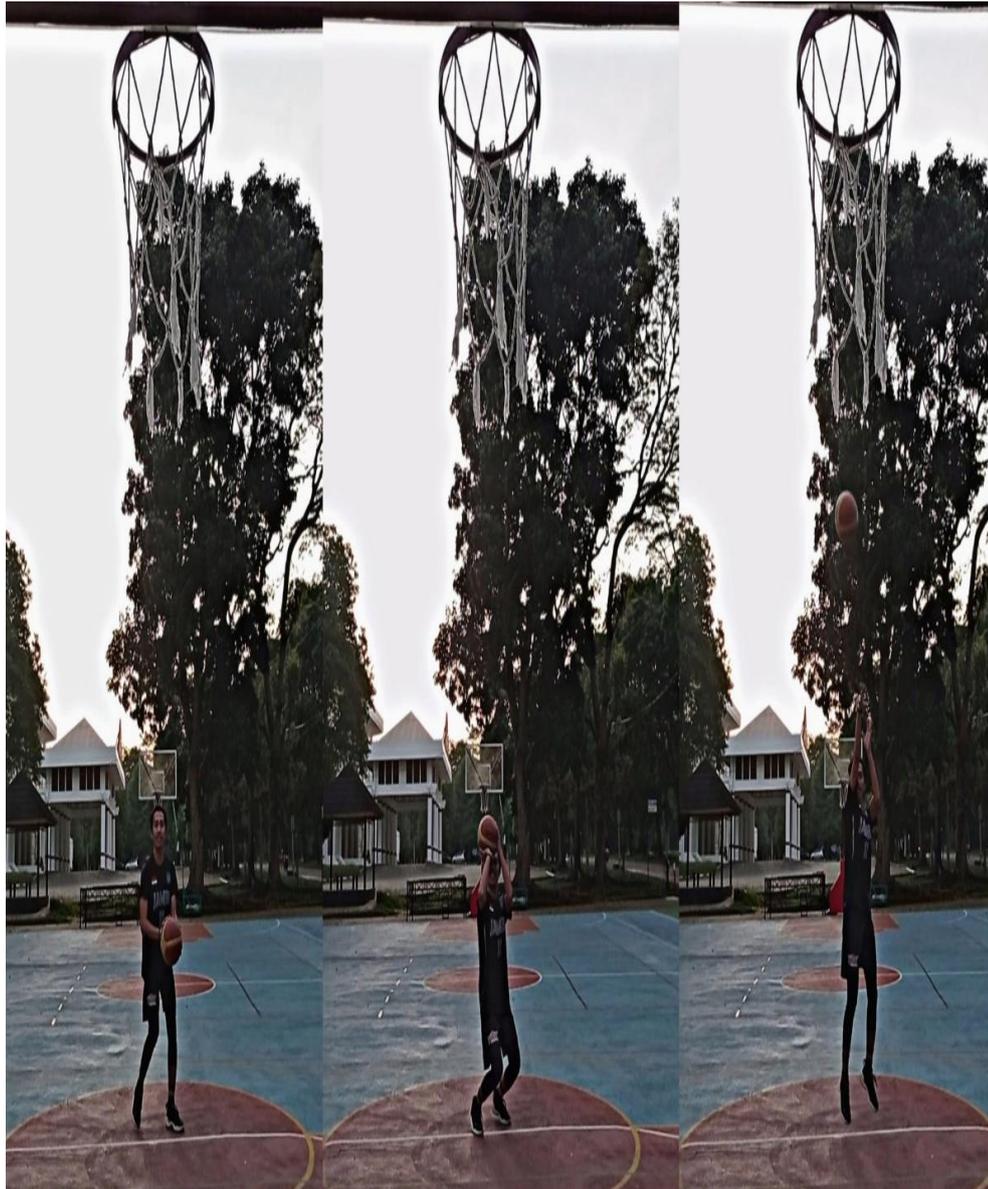


Gambar 8 : Jump Shoot

Sumber: (Pribadi)

2. Free Throw

Free throw atau tembakan bebas, juga dikenal dengan lemparan bebas. Free throw bisa menjadi kesempatan bagi sebuah tim untuk menciptakan poin. Oleh sebab itu, seorang atlet bola basket harus memiliki kemampuan free throw yang baik agar bisa menyumbang poin bagi timnya.



Gambar 9 : Free Throw

Sumber: (Pribadi)

3. Lay Up

Tembakan lay up atau yang bisa juga disebut tembakan tiga langkah adalah tembakan yang dilakukan dengan jarak dekat sekali dengan keranjang basket, sehingga seolah-olah bola diletakkan ke dalam keranjang basket yang didahului dengan gerakan dua langkah dan diikuti dengan langkah tolakan.



Gambar 10 : Lay Up

Sumber: (Pribadi)

2.1.4 Latihan

1. Pengertian Latihan

Latihan adalah suatu kegiatan olahraga secara sistematis dalam jangka waktu yang lama, ditingkatkan secara progresif dan individual yang mengarah pada karakteristik fungsional dan psikologis manusia untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan. Bumpa dalam Agus (2012:32) mengemukakan “seseorang melakukan latihan untuk mengejar tujuan perbaikan fungsi sistem organ, untuk mengoptimalkan prestasi dan penampilan dalam berolahraga”.

Arsil (2000:42) “kekuatan merupakan komponen yang sangat penting dari kondisi fisik secara keseluruhan, karena merupakan daya penggerak setiap aktifitas fisik”. Latihan fisik dapat memberikan perubahan pada semua fungsi sistem tubuh. Perubahan yang terjadi pada saat latihan berlangsung disebut *Respons*, sedangkan perubahan yang terjadi akibat latihan adalah Adaptasi.

Hariono (2006:1) “menyatakan bahwa Latihan adalah suatu proses berlatih yang dilakukan dengan sistematis dan berulang-ulang dengan pembebanan yang diberikan secara progresif. Selain itu, Latihan merupakan upaya yang dilakukan seseorang untuk mempersiapkan diri dalam upaya untuk mencapai tujuan tertentu.

2. Prinsip-Prinsip Latihan

Prinsip-prinsip latihan adalah hal-hal yang harus dipatuhi atau ditaati, dilakukan agar tujuan pelatihan dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan. Dengan memahami prinsip-prinsip praktik latihan, maka akan mendukung upaya peningkatan kualitas latihan. Bafirman (2013:141) Prinsip-prinsip latihan yang secara umum harus diperhatikan adalah sebagai berikut:

1) Prinsip beban berlebih (*The overload principles*)

Prinsip ini lebih menekankan kepada peningkatan beban latihan yang diberikan kepada atlet berdasarkan kemampuan atlet pada saat latihan. Semakin tinggi tingkat kemampuan atlet maka semakin berat atau semakin intensif beban latihan yang diberikan atau semakin berat latihan yang dilakukan maka akan dapat meningkatkan VO2 Max.

2) Prinsip beban bertambah (*Principle of progressive resistensi*)

Suatu prinsip peningkatan beban secara bertahap yang dilaksanakan di dalam suatu program latihan, dimana didalam latihan fartlek yang bertujuan untuk meningkatkan VO2 Max maka didalam prinsip beban bertambah ini peningkatan dapat dilakukan dengan cara meningkatkan beban frekuensi latihan secara bertahab.

3) Prinsip kembali asal (*Principle of reversibility*)

Peningkatan kualitas fisik akan menurun kembali apabila tidak dilakukan latihan dalam jangka waktu tertentu.

2.1.5 Pengembangan Model Latihan Bola Basket

1. Dribble Rendah

Dribble rendah adalah gerakan menggiring bola dalam permainan bola basket di mana posisi bola dekat (rendah) ke lantai. Cara melakukan *dribble* rendah adalah sebagai berikut :

1. Berdirilah dalam posisi membuka kaki selebar bahu. Salah satu diposisikan di depan.
2. Jika tangan yang dilakukan untuk men-dribble bola adalah tangan kanan, kaki yang berada di depan adalah kaki kiri. Begitu juga sebaliknya.
3. Posisikanlah lutut agak dibengkokkan ke depan, sementara posisi badan juga condong ke depan.
4. Bagian tangan yang dilakukan untuk memantulkan bola adalah jari-jari.
5. Pantulkanlah bola dengan ketinggian mencapai lutut atau paha bawah.



Gambar 11 : Dribble rendah

Sumber: (Pribadi)

2. Shooting (Drive and Jump Shoot)

Untuk Teknik *shooting* satu ini, cara melakukannya dengan melakukan lompatan dengan setinggi mungkin yang dimaksudkan agar tembakan bola tak direbut atau di jangkau oleh pemain lawan, pada Teknik *jump shoot* sendiri dibagi lagi menjadi beberapa jenis salah satunya yaitu *Drive and Jump Shoot*

Jump shoot jenis ini pada umumnya perlu dieksekusi dengan sempurna dengan *mendribble* lebih dulu dan kemudian menembakkan bola ke arah ring lawan sembari melakukan lompatan.



Gambar 12 : Drive and Jump Shoot

Sumber: (Pribadi)

2.2 Penelitian Relevan

Pada bagian ini akan dijelaskan hasil-hasil penelitian terdahulu yang bias dijadikan acuan dalam topic penelitian ini. Penelitian terdahulu telah dipilih sesuai dengan permasalahan dalam penelitian ini, sehingga diharapkan mampu

menjelaskan maupun memberikan referensi bagi penulis dalam menyelesaikan penelitian ini. Berikut dijelaskan beberapa penelitian terdahulu yang telah dipilih.

1. Penelitian oleh Dedi Wahyu Prasetyo (2017) yang berjudul “Pengembangan Model Permainan untuk Pembelajaran Teknik Dasar Bola Basket di SMP”. Berdasarkan ruang lingkup pendidikan jasmani, siswa memiliki apresiasi terhadap perilaku bermain dan berolahraga yang termanifestasikan ke dalam nilai-nilai, seperti kerja sama, menghargai teman dan lawan, jujur, adil, dan terbuka. Siswa memiliki konsep dan keterampilan berpikir dalam berbagai permainan dan olahraga, dan siswa mampu melakukan berbagaimacam bentuk aktivitas permainan dan berbagai cabang olahraga. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan, sesuai dengan pendapat Gall, Gall, & Borg bahwa penelitian dan pengembangan adalah suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan atau memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan dan pembelajaran. Tujuan penelitian ini adalah menghasilkan model permainan untuk pembelajaran teknik dasar bola basket di sekolah menengah pertama. Dari hasil model permainan yang dikembangkan, diketahui bahwa model permainan yang disusun sangat sesuai dengan karakteristik serta pertumbuhan dan perkembangan anak SMP yang ditunjukkan oleh hasil observasi antara pakar dan praktisi sehingga model permainan layak digunakan. Dari hasil penilaian para ahli dan guru, dapat ditarik kesimpulan bahwa model permainan yang disusun sangat sesuai dengan karakteristik serta pertumbuhan dan perkembangan teknik dasar pada anak sekolah menengah pertama.
2. Penelitian oleh Aulia Fika (2016) yang berjudul “Pengembangan model latihan passing chest pass bola basket pada siswa ekstrakurikuler bolabasket SMP N 1 Cepiring”. Melatih teknik passing dalam permainan bolabasket di pembelajaran jasmani di sekolah sebenarnya bisa dilakukan, namun hal itu kurang efektif dilakukan karena waktu pelajaran

yang cukup singkat serta banyaknya siswa yang mengikuti pembelajaran, menyebabkan latihan passing kurang efektif. Dari hasil pengamatan yg dilakukan oleh peneliti ternyata variasi dalam latihan passing masih terbatas. Hal tersebut salah satunya terlihat pada ekstrakurikuler SMP N 1 Cepiring. Pelatih hanya memberikan model latihan passing berupa passing berpasangan, partner pass, passing segitiga dan passing-passing dasar lainnya. Dari pengamatan awal, siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler basket memiliki teknik dasar bermain bola basket. Namun apakah siswa tersebut dalam melakukan passing mendapatkan pelatihan yang sesuai dan benar perlu di kaji lebih dalam. Maka tujuan penelitian ini yang akan di capai adalah menciptakan model latihan passing chest pass bola basket pada ekstrakurikuler bolabasket putra SMP N 1 Cepiring. Data hasil kuesioner para ahli di bidang kepelatihan bolabasket diperoleh rata-rata persentase sebesar 81,4% yang artinya masuk dalam kategori penilaian baik. Model latihan CLOCK PASS dalam penelitian ini terbukti layak, berkualitas dan dapat diterima untuk mengembangkan model latihan passing chest pass.

3. Penelitian oleh Sidik Budiman (2018) yang berjudul “Pengembangan model latihan medium shoot pada ekstrakurikuler bola basket papua di smpn 125 jakarta barat”. Shooting (menembak) adalah keahlian yang sangat penting di dalam olahraga basket. Shooting memerlukan koordinasi gerak yang baik yang bisa di sebut dengan istilah BEEF (Balance, Eyes, Elbow, Follow through) dimana posisi badan harus seimbang dengan pandangan mata menuju pada keranjang, kemudian siku membentuk sudut siku-siku 90 derajat dan diakhiri dengan gerakan lanjutan (follow through). Dalam pengamatan peneliti pada pertandingan yang dilakukan oleh peserta ekstrakurikuler bola basket yang telah dilaksanakan di pertandingan tingkat SMP di Jakarta Barat. Team bola basket SMPN 125 Jakarta Barat menunjukkan kurangnya atlet SMP melakukan shooting dalam jarak medium atau sedang dari ring dan sedikitnya yang bisa menghasilkan angka. Dari hasil pengamatan peneliti menunjukkan bahwa tingkat akurasi medium shoot peserta bola basket SMPN 125 Jakarta sangat kurang.

Peneliti bermaksud untuk mengembangkan bentuk model latihan shooting pada jarak sedang atau medium menggunakan metode latihan drill. Strategi dalam penelitian dan pengembangan dimaksudkan untuk mengembangkan suatu produk baru untuk menyempurnakan produk yang telah ada, yang dapat dipertanggung jawabkan. Hasil dari penelitian ini adalah model latihan medium shoot terdiri dari 30 model latihan pada draft awal setelah tahap pengujian (tinjauan uji coba dan ahli) menjadi 19 model latihan.

2.3 Kerangka Berpikir

Sesuai dengan prinsip-prinsip dan asas latihan, siswa dalam usaha mencapai peningkatan kemampuan fisik maupun teknik dalam suatu cabang olahraga, diperlukan suatu proses dan waktu. Pada kenyataannya dalam proses latihan juga dibutuhkan program latihan yang baik, bervariasi dan menarik yang dapat menunjang peningkatan kemampuan setiap siswa. Dari pelaksanaan latihan sebelumnya dijumpai siswa yang kurang aktif bergerak, tidak senang, dan bosan dalam mengikuti kegiatan latihan.

Pengembangan latihan dribble bolabasket merupakan salah satu upaya yang harus diwujudkan. Seperti dikemukakan Wissel Hall (2000;95) bahwa “jika anda dribble terlalu banyak, maka tim cenderung tidak bergerak ini memudahkan lawan untuk menghadangnya”. Hal ini berarti, dribble bola berlebihan akan memudahkan lawan untuk menjaga teman seregunya karena tidak bergerak. Tidak menutup kemungkinan dribble yang berlebihan akan mudah direbut lawan dan pihak lawan akan dapat melakukan serangan balik. Dribble dapat dilakukan dengan baik jika menguasai teknik yang baik dan benar. Untuk memperoleh kualitas dribble yang baik, maka seorang pemain harus memahami dan menguasai teknik dribble. Melakukan dribble dengan melihat ke arah bola akan membuat konsentrasi kita hanya tertuju pada bola sehingga akan membuat lawan dengan mudah merebut penguasaan bola. Oleh karena itu seorang pemain seharusnya pada saat melakukan dribble bukan melihat pada bola namun juga melihat lawan mainnya dan dapat melihat situasi permainan.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Model Pengembangan

Pengembangan model bahan ajar yang digunakan dalam penelitian ini Model Desain Pembelajaran ADDIE (Analyze - Design - Develop - Implement- Evaluate) yang dipadukan berdasarkan langkah-langkah penelitian pengembangan yang direkomendasikan *Borg* dan *Gall* dengan dasar pertimbangan bahwa model tersebut cocok untuk mengembangkan produk model intruksional/pembelajaran yang tetap sasaran, efektif dan dinamis dan sangat membantu dalam pengembangan pembelajaran bagi guru.

Model desain intruksional ADDIE (Analyze – Design – Develop- Implement- Evaluate) yang dikembangkan oleh Reiser dan Mollenda (1990-an) merupakan model desain pembelajaran/pelatihan yang bersifat generic menjadi pedoman dalam membangun perangkat dan infrastruktur program pelatihan yang efektif, dinamis dan mendukung kinerja pelatihan itu sendiri (Pargito, 2010:46).

Model ADDIE ini menggunakan 5 langkah pengembangan yaitu analisa (analyze), perancangan(design), pengembangan(development), implementasi (implemetation), dan evaluasi (evaluation).

3.2 Perencanaan Pengembangan Model

a. Medium shoot

langkah-langkah perencanaan dan pengembangan model sebagai berikut; 1) merumuskan rencana pengembangan yang mencakup identifikasi komponen-komponen teknik dasar yang digunakan dalam latihan medium shoot bola basket, serta menentukan tujuan yang akan dicapai pada setiap tahapan pengembangan; dan 2) Mengembangkan rumusan awal (desain) tentang model yang akan dikembangkan mencakup rumusan tentang 108 bentuk penyusunan rencana pelaksanaan, dan bentuk evaluasi hasil pelaksanaan model. Penyusunan dan perencanaan model dibuat supaya dapat memberikan panduan secara jelas dalam pelaksanaan penelitian dan pengembangan.

penyusunan dan perencanaan model terkait dengan strategi yang akan direncanakan dan disusun secara sistematis, supaya proses berlangsung secara optimal. Pada proses implementasi bentuk latihan medium shoot diperlukan penyusunan dan perencanaan model latihan yang merupakan faktor penentu keberhasilan program. Usaha pencarian jalan keluar masalah penelitian dan pengembangan ini, di susun perencanaan model latihan medium shoot. sehubungan dengan hal tersebut maka produk yang rencananya akan disusun dan dikembangkan adalah berupa model latihan medium shoot dengan beberapa komponen diantaranya; 1) gambaran umum mengenai latihan pada pemain; 2) tujuan dalam latihan teknik dasar pada pemain; 3) komponen latihan yang berkaitan dengan teknik dasar; 4) deskripsi masing-masing komponen latihan yang berkaitan dengan teknik dasar; 5) strategi latihan dasar pada pemain; dan 6) pendekatan yang dilakukan dalam pelaksanaan bentuk latihan yang berbeda pada pendekatan bermain.

b. Low Dribble

Berdasarkan analisis kebutuhan diatas maka dibuatlah produk variasi latihan dbibble dan lempar tangkap jambu. Dalam pembuatan produk yang dikembangkan, peneliti membuat produk berdasarkan kajian teori yang kemudian dievaluasi oleh tiga ahli kepelatihan bolabasket **yaitu Rudi Hermanto(Ahli1) adalah pelatih yang memiliki lisensi B, Azwar Lisman S.Pd. (Ahli 2) adalah yang memiliki lisensi B, dan Boby Alamsyah Ramadhan (Ahli 3) adalah pelatih yang memiliki lisensi C.** Hasil dari produk pengembangan ini adalah model latihan dribble dan lempar tangkap jambu, semakin sering dan kontinyu pelaksanaan latihan membuat hasil latihan dbibble yang dilaksanakan akan lebih efektif. Selain itu ketepatan gerak dan koordinasi juga akan sangat mempengaruhi penguasaan dribble yang dilakukan. Dalam pembuatan produk yang dikembangkan peneliti, produk harus dikonsultasikan kepada ahli kepelatihan bolabasket supaya hasil produk dapat memuaskan.

3.3 Validasi, dan Evaluasi

Validasi dan evaluasi adalah bagian dalam penelitian dan pengembangan, disesuaikan setelah rancangan pengembangan model selesai. Validasi, evaluasi

dan revisi model yang dikembangkan bermaksud untuk dapat mengetahui apakah model yang dikembangkan layak digunakan atau tidak, memperbaiki model berdasarkan saran-saran atau masukan dari para ahli dan pengguna model serta menilai sejauh mana produk yang dibuat dapat mencapai tujuan dan sasaran. Pada validasi, evaluasi dan revisi terdapat 2 (tiga) tahapan utama yang harus dilakukan, yaitu: 1) telaah pakar (expert judgement) atau uji ahli; 2) uji coba pada kelompok kecil (small grup try-out); dan 3) uji coba pada kelompok besar (field try-out).

A. Telaah Para Pakar (Expert Judgement)

Awal produk berupa desain model latihan medium shoot bola basket yang sudah selesai disusun, selanjutnya divalidasi secara teoritik oleh ahli kepelatihan, dan dosen bola basket. Validator memberikan masukan-masukan berupa penilaian, komentar, dan saran melalui instrument angket tang data penilaiannya lebih menekankan pada isi materi, sistematika, variasi, prinsip dan kualitas, serta sasaran dan tujuan dari bentuk latihan teknik shooting. Berdasarkan hasil validasi dari kedua ahli tersebut, dilakukan revisi terhadap produk tersebut dan disebut revisi I.

B. Uji Coba Kelompok Kecil

Tahap uji coba kelompok kecil dilakuakn setelah dihasilkan model latihan teknik shooting bola basket dari revisi produk I. Uji coba kelompok kecil dilaksanakan pada kelompok kecil sebagai pengguna model sebanyak 6 pemain. Pada pelaksanaan uji coba kelompok kecil, pelatih sebagai pelaksanaan uji coba melakukan berbagai bentuk latihan berdasarkan rencana pelaksanaan yang telah disusun, selama pelaksanaan dilakukan. peneliti melakukan pengamatan dan mencatat hal-hal urgent yang terjadi selama pelaksanaan, selanjutnya peneliti melakuakn evaluasi bersama dengan pelatih dan saran juga masukan dari pengguna model untuk mengetahui kelemahan atau kekurangan yang terjadi dan menerima masukan hasil uji coba kemudian dijadikan bahan tahapan revisi tahap II.

C. Uji Coba Kelompok Besar

Uji coba pada kelompok besar dilaksanakan dengan menggunakan uji coba yang lebih besar, banyak atau lebih heterogen. Jumlah pemain yang terlibat dalam uji coba kelompok ini sebanyak 12 pemain yang berasal dari atlet basket SMAN 1 Merangin. Tahapan pelaksanaan berikutnya sama dengan uji coba kelompok kecil, dimulai dengan penyusunan rencana pelaksanaan, implementasi bentuk latihan pada subjek penelitian dengan dilakukan pengamatan dari peneliti kemudian diskusi yang berhubungan pelaksanaan uji coba, selanjutnya penyempurnaan model oleh peneliti dengan mempertimbangkan saran-saran dalam pelaksanaan sehingga dapat dipakai sebagai melakukan revisi III, andai ada masukan atau saran-saran kemudian hasil revisi produk III dimasukkan dalam konsep panduan dan konsep naskah. Selanjutnya data hasil uji coba kelompok besar juga uji lapangan sebagai umpan balik (feedback) yang dapat digunakan untuk perbaikan dan kesempurnaan model latihan dalam pengembangan selanjutnya sampai pada optimalisasi bentuk akhir yang siap digunakan. Dasar dari hasil revisi produk III yang berupa buku panduan model latihan teknik shooting bola basket. Setelah produk selesai dibuat, divalidasi oleh para ahli dalam bidangnya. Validator memberikan masukan-masukan berupa penilaian, komentar, dan saran melalui instrument angket setelah mengamati video hasil pengembangan model latihan medium shoot yang dibuat.

Dari hasil validasi pada pelatih, dan data penelitiannya lebih menekankan pada tampilan produk yang dikembangkan secara keseluruhan, digunakan untuk melakukan revisi produk akhir dan kemudian didapati hasil akhir produk yang efektif, berupa buku panduan model latihan medium shoot bola basket

3.4 Uji Coba Produk

Pelaksanaan uji coba produk dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu: (1) menetapkan desain uji coba, (2) menentukan subjek uji coba, (3) menyusun instrumen pengumpulan data, dan (4) menetapkan teknik analisis data. Revisi

Produk Pertama Setelah uji coba produk, maka dilakukan revisi produk pertama hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil sebagai perbaikan dari produk yang telah diujicobakan.

A. Uji Coba Kelompok Besar

Pada tahap ini dilakukan uji pemakaian terhadap produk yang dikembangkan dengan menggunakan subjek uji coba siswa SMAN 1 Merangin dengan jumlah subyek 20 siswa.

B. Revisi Produk Akhir

Revisi produk dari hasil uji pemakaian yang telah diujicobakan oleh siswa ekstrakurikuler bolabasket SMAN 1 Merangin.

C. Hasil Akhir

Hasil akhir produk pengembangan dari uji kelompok besar yaitu berupa model latihan dribble menggunakan metode DELTA JAMBU (dribble dan lempar tangkap jambu). 3.3 Uji Coba Produk Uji coba produk dimaksudkan untuk mengumpulkan data yang dapat digunakan sebagai dasar untuk menetapkan tingkat keefektifan, efisiensi, dan daya tarik dari produk yang dihasilkan. Langkah-langkah yang ditempuh dalam pelaksanaan uji coba produk yaitu menguji cobakan model draf awal ke subjek uji coba dengan menganalisis kekurangan yang ada kemudian hasil di evaluasikan oleh ahli untuk mendapat saran perbaikan terhadap model untuk bisa di lanjutkan ketahap prosedur penelitian pengembangan yang selanjutnya.

D. Desain Uji Coba

Desain uji coba yang dilaksanakan bertujuan untuk mengetahui tingkat keefektifan dan segi pemanfaatan produk yang dikembangkan. Desain uji coba yang dilaksanakan terdiri dari:

- a. Validasi Ahli Sebelum produk pengembangan latihan diujicobakan kepada subjek, produk yang dibuat dievaluasi (validasi) terlebih dahulu oleh tiga ahli kepelatihan bolabasket. Variabel yang dievaluasi ahli meliputi fasilitas, peralatan, media dan metode variasi latihan dribble dalam bentuk program latihan. Untuk menghimpun data dari para ahli dilakukan dengan cara memberikan draf model awal yang disertai lembar evaluasi kepada para ahli kepelatihan bolabasket. Hasil evaluasi para ahli yang berupa penilaian dan saran terhadap produk yang dibuat dan dipergunakan sebagai acuan dasar pengembangan produk
- b. Uji Coba Kelompok Kecil Tahap selanjutnya adalah uji coba kelompok kecil, uji coba ini dimaksudkan untuk mencari masukan, saran dan penilaian terhadap produk yang dikembangkan. Pada tahap ini, peneliti hanya menggunakan 10 subjek siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMAN 1 Merangin. Pertama-tama sebelum dilakukannya uji coba kelompok kecil, pada awalnya terlebih dahulu dilakukan tes praktek bolabasket untuk mendapatkan data awal yang nantinya digunakan untuk membandingkan produk setelah dilakukannya uji coba, apakah produk dapat meningkatkan hasil dribble siswa atau sebaliknya. Selanjutnya siswa dijelaskan tentang bagaimana pelaksanaan metode latihan DELTA JAMBU yang nantinya dijadikan sebagai program latihan rutin berkelanjutan. Setelah selesai melakukan uji coba siswa mengisi kuesioner tentang latihan DELTA JAMBU yang telah dilakukan. Tujuan uji coba kelompok kecil adalah untuk mengetahui tanggapan awal dari produk yang dikembangkan.
- c. Revisi Produk Pertama Setelah uji coba produk, maka dilakukan revisi dari hasil uji coba kelompok kecil dan masukan para ahli, yaitu ahli bidang bolabasket dan ahli kepelatihan bolabasket sebagai perbaikan dari produk yang telah diujicobakan.
- d. Uji Coba Kelompok Besar Tahapan uji coba kelompok besar ini adalah tahapan dimana peneliti melakukan uji coba kelompok besar, selanjutnya hasil dari uji coba kelompok besar ini dievaluasi dan dianalisis serta dilakukan penyempurnaan produk akhir. Pada tahap ini produk yang

dikembangkan dengan menggunakan subjek uji coba 20 siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMAN 1 Merangin. Pada tahap ini juga dilakukan tes keterampilan bolabasket diawal dan diakhir uji coba kelompok besar. Siswa juga mengisi kuesioner untuk mengetahui tanggapan siswa setelah produk dikembangkan.

- e. Hasil Akhir Hasil akhir berupa produk yang telah dihasilkan dari uji kelompok besar sebagai bentuk pengembangan variasi latihan dribble menggunakan metode dribble dan lempar tangkap jambu pada tim ekstrakurikuler bolabasket SMAN 1 Merangin yang telah dikemas dalam bentuk video.
- f. Subyek Uji Coba Dalam pengembangan ini subyek uji coba yang digunakan meliputi 1. Tinjauan ahli, terdiri dari 3 orang ahli yaitu ahli dibidang kepelatihan bolabasket. Kualifikasi ahli dalam pengembangan ini harus ditentukan dalam peranannya melakukan evaluasi atau revisi. 2. Uji coba kelompok kecil terdiri dari 10 orang siswa ekstrakurikuler bolabasket SMAN 1 Merangin dan uji coba kelompok besar terdiri dari 20 orang siswa SMAN 1 Merangin. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik menentukan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai dengan tujuan yang dikehendaki peneliti.

3.5 Jenis dan Sumber Data

A. Jenis Data

Data yang di peroleh dari hasil evaluasi ahli, uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar berupa data kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif diperoleh dari hasil evaluasi berupa data masukan dan saran. Sedangkan data kuantitatif dari hasil uji kelompok kecil dan uji kelompok besar berupa persentase dari hasil pengumpulan kuesioner.

B. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini adalah sumber data pengembangan model latihan *dribbling* dan *shooting* yang di kembangkan langsung oleh peneliti.

3.6 Instrumen Pengumpulan Data

Penelitian sangat penting dalam melakukan penelitian. Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Suharsimi Arikunto, 2010:192). Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah berbentuk lembar evaluasi, kuesioner dan tes penilaian kemampuan dribble atau tes praktik.

A. Lembar Evaluasi

Lembar evaluasi digunakan untuk menghimpun data dari para ahli kepelatihan bolabasket. Lembar evaluasi di bagikan pada para ahli sebelum uji coba kelompok kecil, setelah uji coba kelompok kecil dan setelah uji coba kelompok besar. Tujuan lembar evaluasi ini adalah untuk mendapatkan perbaikan dan koreksi dari para ahli terhadap produk yang diteliti. Setelah lembar evaluasi di bagikan kepada para ahli, peneliti memperoleh hasil revisi terhadap produknya sehingga dapat digunakan sebagai bahan perbaikan produk.

B. Kuesioner

Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data dari evaluasi ahli dan uji coba. Alasan memilih kuesioner adalah jumlah subjek yang relatif banyak sehingga data dapat diambil secara serentak dan waktu yang singkat.

1. Kuesioner Ahli

Kuesioner yang digunakan untuk ahli berupa sejumlah aspek yang harus dinilai kelayakannya. Faktor yang digunakan dalam kuesioner berupa kualitas rentangan evaluasi mulai dari “tidak baik” sampai dengan “sangat baik” dengan cara memberi tanda “√” pada kolom yang tersedia.

2. Kuesioner Siswa

Kuesioner yang digunakan siswa berjumlah 15 pertanyaan yang harus dijawab oleh siswa dengan alternatif jawaban “ya” dan “tidak”. Cara pemberian skor pada alternatif jawaban adalah sebagai berikut: Tabel 1. Skor Jawaban Kuesioner “ya” dan “Tidak”.

| Alternatif Jawaban | Positif | Negatif |
|--------------------|---------|---------|
| Ya | 1 | 0 |
| Tidak | 0 | 1 |

3. Validitas Dan Reliabilitas

• Uji Validitas

Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2010:173). Pengujian validitas menggunakan rumus korelasi product moment adalah sebagai berikut:

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel X dan variabel Y, dua variabel yang dikorelasikan.

$\sum xy$ = Jumlah perkalian x dan y
 X = Butir Soal
 Y = Skor Total
 X^2 = Kuadrat dari x

Y^2 = Kuadrat dari y

N = Banyaknya Sampel Interpretasi koefisien korelasi (r_{xy}) untuk uji

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

validitas (Sugiyono, 2009:231):

Antara 0,00 sampai dengan 0,199 : Sangat Rendah

Antara 0,20 sampai dengan 0,399 : Rendah

Antara 0,40 sampai dengan 0,599 : Sedang

Antara 0,60 sampai dengan 0,799 : Tinggi

Antara 0,80 sampai dengan 1,000 : Sangat Tinggi

- **Uji Reliabilitas**

Instrumen yang reliable adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama (Sugiyono, 2010:173). Uji reliabilitas dilakukan dengan uji Alpha Cronbach. Menghitung varian butir soal, varian butir soal dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

Keterangan :

r_i = Koefisien reliabilitas yang sudah disesuaikan

k = banyak butir soal

$\sum s_i^2$ = jumlah varian butir soal

s^2_t = varian skor total

Interprestasi Koefisien

untuk uji reliabilitas

(Charlotte, 2004:364).

Keterangan :

s^2 = varian butir soal

$\sum Y$ = Jumlah skor total

Y^2 = Kuadrat dari y

n = banyaknya sample

0,00 – 0,19 : Kecil

0,20 – 0,39 : Rendah

0,40 – 0,69 : Sedang

0,70 – 0,89 : Tinggi

0,90 – 1,00 : Sangat Tinggi

$$S^2 = \frac{\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{n}}{n}$$

Reliabilitas (r_i)

(Parry and

3.7 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah menggunakan teknik analisis deskriptif berbentuk persentase. Sedangkan data yang berupa saran dan alasan memilih jawaban dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif. Untuk memperoleh persentase dari suatu nilai, dapat di cari dengan rumus: $NP = x \cdot 100\%$ Keterangan: NP = Nilai dalam % n = Adalah nilai yang diperoleh N = Jumlah seluruh nilai 100%= Konstanta (Muhammad Ali dalam Ipang dan Heri, 2014:41) 28 Dari hasil persentase yang diperoleh kemudian diklasifikasikan untuk memperoleh kesimpulan data. Pada tabel dibawah akan disajikan klasifikasi persentase.

Tabel 3.7 Klasifikasi Persentase

| Presentase | Klasifikasi | Makna |
|-------------|-------------|-----------------------|
| 0% - 20% | Tidak Baik | Dibuang |
| 20,1% - 40% | Kurang Baik | Diperbaiki |
| 40,1% - 70% | Cukup Baik | Digunakan (bersyarat) |
| 7,1% - 90% | Baik | Digunakan |
| 90,1% -100% | Sangat Baik | Digunakan |

Sumber: (Muhamad Ali dalam Ipang dan Heri, 2014:42)

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Penyajian Data Uji Coba

Data yang diperoleh dalam penelitian pengembangan ini melalui dua cara, yaitu data dari tinjauan ahli yang diujicobakan kepada kelompok kecil dan data dari uji coba kelompok besar. Data meliputi: (1) data evaluasi tahap pertama, yaitu tinjauan ahli dan data dari hasil ujicoba kelompok kecil, (2) data evaluasi tahap kedua, yaitu data dari hasil ujicoba kelompok besar.

4.2 Data Tinjauan Ahli Bidang Bolabasket

Lembar evaluasi digunakan untuk menghimpun data dari para ahli kepelatihan bolabasket. Lembar tersebut berupa sejumlah aspek yang harus dinilai kelayakannya terhadap metode latihan delta jambu dan metode latihan medium shoot.

4.3 Hasil Telaah Pakar (Expert Judgement)

Evaluasi ahli atau telaah pakar terhadap produk awal dilakukan untuk mengevaluasi produk awal, memberikan masukan untuk perbaikan dengan melakukan analisis konseptual yang selanjutnya dilakukan revisi tahap pertama. Rancangan awal model latihan medium shoot yang telah disusun oleh peneliti selanjutnya ditelaah oleh 1 orang dosen dan ahli kepelatihan dalam bola basket, 1 orang ahli dosen bola basket, dan 1 orang pelatih bola basket. Untuk mendapatkan masukan tentang rancangan model latihan medium shoot yang akan dikembangkan, maka digunakan kuesioner yang hasilnya dijadikan landasan untuk memperbaiki produk awal yang akan digunakan pada uji coba kelompok kecil. Evaluasi dilakukan dengan cara menunjukkan draft produk awal model latihan medium shoot, dengan disertai lembar evaluasi untuk ahli dengan menggunakan skala guttman. Hasil evaluasi oleh ahli dapat dijabarkan pada tabel berikut :

Tabel 4.3 Hasil Evaluasi Pakar Ahli Bola Basket

| No | Bentuk Latihan | Ahli Bola Basket | | | Nilai | % | Kesimpulan |
|----|-----------------------------------|------------------|---------|----------|-------|-----|-------------|
| | | Ahli I | Ahli II | Ahli III | | | |
| 1 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 1 | 0.75 | 1 | 0 | 1,75 | 58% | Tidak Valid |
| 2 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 2 | 0.5 | 0.75 | 0 | 1.25 | 42% | Tidak Valid |
| 3 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 3 | 1 | 0.75 | 0 | 1.75 | 58% | Tidak Valid |
| 4 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 4 | 0.75 | 1 | 0 | 1.75 | 58% | Tidak Valid |
| 5 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 5 | 0.5 | 0.75 | 1 | 2.25 | 75% | Valid |
| 6 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 6 | 1 | 0.75 | 1 | 2.75 | 92% | Valid |
| 7 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 7 | 1 | 0.75 | 0.75 | 2.5 | 83% | Valid |
| 8 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 8 | 1 | 0.75 | 1 | 2.75 | 92% | Valid |
| 9 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 9 | 1 | 0.5 | 0 | 1.5 | 50% | Tidak Valid |
| 10 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 10 | 0.75 | 0.75 | 1 | 2.5 | 83% | Valid |
| 11 | Medium | 0.75 | 0.5 | 0.75 | 2 | 67% | Valid |

| | | | | | | | |
|----|--|------|------|------|------|-----|-------------|
| | Shoot Jump Shoot (MSJS) 11 | | | | | | |
| 12 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 12 | 1 | 0.5 | 0.75 | 2.25 | 75% | Valid |
| 13 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 13 | 1 | 0.5 | 0.75 | 2.25 | 75% | Valid |
| 14 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 14 | 1 | 0.5 | 1 | 2.5 | 83% | Valid |
| 15 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 15 | 0.75 | 0.5 | 1 | 2.25 | 75% | Valid |
| 16 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 16 | 0.5 | 0.5 | 0.75 | 1.75 | 58% | Valid |
| 17 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 17 | 1 | 0.75 | 1 | 2.75 | 92% | Valid |
| 18 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 18 | 1 | 0.25 | 1 | 2.25 | 75% | Valid |
| 19 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 19 | 0.75 | 0.5 | 0 | 1.25 | 42% | Tidak Valid |
| 20 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 20 | 0.75 | 0.5 | 1 | 2.25 | 75% | Valid |
| 21 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 21 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.5 | 50% | Tidak Valid |
| 22 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 22 | 1 | 0.25 | 1 | 2.25 | 75% | Valid |

| | | | | | | | |
|----|-----------------------------------|------|------|------|------|-----|-------------|
| 23 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 23 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 1.5 | 50% | Tidak Valid |
| 24 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 24 | 1 | 0.25 | 0.25 | 1.5 | 50% | Tidak Valid |
| 25 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 25 | 0.5 | 0.25 | 0.5 | 1.25 | 42% | Tidak Valid |
| 26 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 26 | 1 | 0.25 | 0.25 | 1.5 | 50% | Tidak Valid |
| 27 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 27 | 1 | 0.5 | 1 | 2.5 | 83% | Valid |
| 28 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 28 | 0.75 | 0.5 | 1 | 2.25 | 75% | Valid |
| 29 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 29 | 1 | 0.75 | 1 | 2.75 | 92% | Valid |
| 30 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS) 30 | 1 | 0.5 | 1 | 2.5 | 83% | Valid |

Berdasarkan Tabel 4.3 dapat diketahui bahwa hasil evaluasi ahli bola basket terhadap 30 rancangan model awal produk model latihan medium shoot bola basket ini diantaranya 19 rancangan model adalah Valid untuk digunakan dan 11 rancangan model yaitu model 1, 2, 3, 4, 9,19, 21, 23, 24, 25, dan 26 adalah tidak Valid untuk digunakan.

4.4 Hasil Revisi Produk Tahap I

Setelah mendapatkan saran dan masukan yang telah disampaikan dari para ahli, maka penulis melakukan beberapa perbaikan terhadap rancangan model latihan medium shoot bola basket sebelum dilakuakn uji coba kepada kelompok kecil, beberapa revisi tersebut dijabarkan pada table berikut:

Tabel 4.4 Revisi Tahap I Rancangan Model Latihan Medium Shoot Bola**Basket**

| Masukan dan saran ahli | Hasil Revisi |
|--|--|
| untuk bentuk latihannya pemain harus lebih banyak melakukan shootingnya | Pada model latihan ini, telah diberikan latihan shooting lebih banyak kedalam bentuk latihan |
| kata perkata, kalimat perkalimat dan merangkai bahasanya harus lebih sederhana dan mudah di pahami bentuk latihan | Beberapa kata dan kalimat sudah di ubah sesederhana mungkin supaya mudah di pahami dalam melaksanakan Memperbaiki gambar bentuk latihan menjadi lebih sederhana dan mudah dimengerti |
| dalam pembuatan model latihan harus diperhatikan dan dipertimbangkan tingkat keselamatan pemain | peneliti mengubah bentuk latihan biar lebih aman dalam melakukan latihan |
| untuk bentuk latihan dapat lebih disederhanakan/ dipermudah untuk pemain pemula | Pada rancangan model latihan telah disederhanakan dari hal yang mudah ke hal yang sulit |
| gerakan latihan yang digunakan sebaiknya diberikan penjelasan dan praktik terlebih dahulu supaya paham dan memudahkan pelaksanaan kegiatan di lapangan | Disarankan untuk memberikan gerakan teknik shooting yang benar sebelum pemain melakukan gerakan |
| gerakan pengantar yang digunakan jangan terlalu banyak, sehingga efisiensi waktu dan pemain tidak terlalu Lelah juga | Peneliti melakukan gerakan tidak terlalu banyak, gunakan inti dari latihan itu yang di contohkan |
| pada rancangan bentuk latihannya sebaiknya berdasarkan latar belakang masalah | Perubahan pada bentuk latihan medium shoot yang mencangkupi permasalahan |

4.5 Hasil Uji Coba pada kelompok Kecil (Small Grup Try-Out)**4.5.1 Model Latihan Medium Shoot**

Uji coba kelompok kecil (small grup try-out), dilaksanakan terhadap kelompok kecil sebagai pengguna model yang selanjutnya dilakukan revisi. Hasil data dari uji coba kelompok kecil dievaluasi oleh pengguna tersebut dianalisis kemudian dijadikan sebagai dasar untuk revisi model latihan medium shoot bola

basket pada pemain dengan menggunakan latihan drill sebelum dilakukan uji coba kepada kelompok besar (field try-out). Uji coba kelompok kecil dilaksanakan dengan melibatkan 6 pemain, tujuan tahapan ini untuk mengetahui apakah desain model yang telah dikembangkan oleh peneliti dapat dilaksanakan oleh pelatih serta mudah dilaksanakan oleh pemain/pengguna sebagai sasaran target client. Pengumpulan data dalam langkah ini dilakukan melalui observasi dan kuesioner kemudahan dan kemenarikan model latihan yang kemudian dianalisis secara deskriptif.

Hasil uji coba pada kelompok kecil model latihan medium shoot bola basket dengan menggunakan latihan drill yang dievaluasi oleh pengguna yang diterapkan kepada 6 pemain sebagai berikut ini:

Tabel 4.5.1 Hasil Uji Coba Kelompok Kecil

| No | Bentuk Latihan | Evaluasi Pengguna | | Keterangan |
|----|---|-------------------|----------------|--------------------------|
| | | Kemudahan | Kemenarikan | |
| 1 | Latihan medium Shoot Jump Shoot 5,6,7,8,10,11,12,13,14,15 | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah Dan Menarik |
| 2 | Latihan medium Shoot Jump Shoot 16,17,18,20,22 | Sangat Mudah | Sangat Menarik | Mudah Dan Sangat Menarik |
| 3 | Latihan medium Shoot Jump Shoot 27, 28, 29, 30 | Mudah | Sangat Menarik | Mudah Dan Sangat Menarik |

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa pengguna sebagai evaluator pada uji coba kepada kelompok kecil menyatakan bahwa bentuk latihan medium shoot jump shoot 5,6,7,8,10,11,12,13,14 dan 15 dinyatakan sangat mudah dan sangat menarik, walaupun pada satu bentuk latihan medium shoot jump shoot 14 ada sedikit salah pemahaman dari pengguna. Setelah diberikan penjelasan oleh peneliti selanjutnya pengguna memahaminya maka bentuk latihan ini dinyatakan sangat mudah dan sangat menarik. Sedangkan pada bentuk latihan medium shoot

jump shoot 16, 17, 18, 20, dan 22 dinyatakan mudah dan sangat menarik. Salah satu bentuk latihan medium shoot jump shoot 18 dan 22 sedikit kendala salah pemahaman dari pengguna dan setelah di berikan penjelasan oleh peneliti selanjutnya pengguna memahaminya maka bentuk latihan ini dinyatakan mudah dan sangat menarik. Sedangkan pada bentuk latihan medium shoot jump shoot 27, 28, 29 dan 30 dinyatakan mudah dan sangat menarik. Jadi setelah di lakukan analisis data pada model latihan medium shoot bola basket ini mudah dan sangat menarik untuk digunakan.

4.5.2 Model Latihan Delta Jambu

Kuesioner yang digunakan untuk ahli berupa sejumlah aspek yang harus dinilai kelayakannya. Faktor yang digunakan dalam kuesioner berupa kualitas rentangan evaluasi mulai dari “Tidak Baik (score=1)” sampai dengan “Sangat Baik (score=5)” Berikut ini merupakan hasil tinjauan ahli bidang bolabasket sebelum uji coba kelompok kecil dilakukan.

Tabel 4.5.2 Data Hasil Kuesioner Ahli Bidang Bolabasket Sebelum Uji Coba Kelompok Kecil

| NO | Kuesioner | Ahli I | Ahli II | Ahli III |
|----|--|--------|---------|----------|
| 1 | Kesesuaian dengan teknik dasar dribble bola basket | 5 | 3 | 3 |
| 2 | Kejelasan petunjuk latihan DELTA JAMBU | 5 | 3 | 4 |
| 3 | Ketepatan memilih bentuk/metode latihan bagi pemain | 5 | 3 | 4 |
| 4 | Kesesuaian alat dan fasilitas yang digunakan dalam latihan | 4 | 4 | 4 |
| 5 | Kesesuaian dalam menyusun latihan dari termudah sampai pada tersulit | 4 | 4 | 5 |
| 6 | Kesesuaian rancangan latihan yang dibutuhkan pemain ekstrakurikuler pada tingkatan SMP | 4 | 4 | 3 |
| 7 | Keefektifan rancangan latihan DELTA JAMBU | 3 | 3 | 4 |
| 8 | Mendorong peningkatan kemampuan pemain | 4 | 4 | 3 |
| 9 | Mendorong perkembangan aspek kognitif (pemahaman) pemain | 4 | 4 | 3 |
| 10 | Mendorong perkembangan psikomotorik (gerak) pemain | 4 | 4 | 3 |

| | | | | |
|----------------------|--|-------------|-------------|-------------|
| 11 | Mendorong perkembangan aspek afektif (sikap) pemain | 5 | 4 | 4 |
| 12 | Mendorong pemain aktif bergerak | 3 | 5 | 5 |
| 13 | Dapat dilakukan pemain yang terampil maupun yang kurang terampi | 5 | 5 | 4 |
| 14 | Meningkatkan minat dan motifasi pemain berpartisipasi dalam latihan teknik dasar dribble | 5 | 5 | 4 |
| 15 | Aman untuk diterapkan dalam metode latihan teknik dasar dribble bolabasket | 4 | 3 | 3 |
| Jumlah | | 64 | 58 | 56 |
| Jumlah Maksimal | | 75 | 75 | 75 |
| Persentase | | 85,3 | 77,3 | 74,7 |
| Rata-rata persentase | | 79,1 | | |

Data hasil kuesioner para ahli di bidang kepelatihan bolabasket diperoleh rata-rata persentase sebesar 79,1% yang artinya masuk dalam kategori penilaian “Baik”. Kesimpulan dari hasil tersebut adalah model latihan DELTA JAMBU untuk anak Sekolah Menengah Pertama ini dapat digunakan untuk uji coba kelompok kecil. Masukan berupa saran dan komentar terhadap metode latihan ini sangat dibutuhkan demi perbaikan terhadap metode latihan tersebut.

4.6 Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Ahli Sebelum Uji Coba Kelompok Kecil

Tabel 4.6 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Ahli Sebelum Uji Coba Kelompok Kecil

| NO | r_{xy} | NILAI KRITIS | KETERANGAN |
|----|----------|--------------|-------------|
| 1 | 0,97 | 0,60 | Valid |
| 2 | 0,72 | 0,60 | Valid |
| 3 | 0,72 | 0,60 | Valid |
| 4 | 0,97 | 0,60 | Valid |
| 5 | -0,67 | 0,60 | Tidak Valid |
| 6 | 0,69 | 0,60 | Valid |
| 7 | -0,69 | 0,60 | Tidak Valid |
| 8 | 0,69 | 0,60 | Valid |

| | | | |
|-------|-------|------|-------------|
| 9 | 0,69 | 0,60 | Valid |
| 10 | 0,69 | 0,60 | Valid |
| 11 | 0,97 | 0,60 | Valid |
| 12 | -0,97 | 0,60 | Tidak Valid |
| 13 | 0,69 | 0,60 | Valid |
| 14 | 0,69 | 0,60 | Valid |
| 15 | 0,69 | 0,60 | Valid |
| Alpha | 0,87 | 0,70 | Valid |

Hasil uji validitas pada tabel di atas menunjukkan 3 pertanyaan tidak valid yaitu pertanyaan nomor 5, 7 dan 12.

- Pertanyaan pertama menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,97 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas sangat tinggi karena ada di antara 0,80-1,00.
- Pertanyaan kedua menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,72 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.
- Pertanyaan ketiga menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,72 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.
- Pertanyaan keempat menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,97 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas sangat tinggi karena ada di antara 0,80-1,000.
- Pertanyaan kelima menunjukkan hasil uji validitas sebesar - 0,69 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan tidak valid dengan tingkat validitas sangat rendah karena ada di bawah 0,00.
- Pertanyaan keenam menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,69 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60- 0,799.
- Pertanyaan ketujuh menunjukkan hasil uji validitas sebesar -0,69 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan tidak valid dengan tingkat validitas sangat rendah karena ada di bawah 0,00.
- Pertanyaan kedelapan menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,69 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.
- Pertanyaan kesembilan menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,69 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.
- Pertanyaan kesepuluh menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,69 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.

- Pertanyaan kesebelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,97 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas sangat tinggi karena ada di antara 0,80-1,000.
- Pertanyaan keduabelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar -0,97 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan tidak valid dengan tingkat validitas sangat rendah karena ada di bawah 0,00.
- Pertanyaan ketigabelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,69 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799. Pertanyaan keempatbelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,69 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.
- Pertanyaan kelimabelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,97 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas sangat tinggi karena ada di antara 0,80-1,000.

Tabel di atas menunjukkan bahwa kuesioner ahli sebelum uji coba kelompok kecil memberikan nilai Alpha Cronbach 0,87 yang menurut kriteria Parry and Charlotte (2004) adalah reliabel dengan tingkat reliabilitas tinggi karena nilainya ada di antara 0,70-0,89.

4.6.1 Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Ahli Setelah Uji Coba Kelompok Kecil

Tabel 4.6.1 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Ahli Setelah Uji Coba Kelompok Kecil

| NO | r_{xy} | NILAI KRITIS | KETERANGAN |
|-----------|----------------------------|---------------------|-------------------|
| 1 | 0,94 | 0,60 | Valid |
| 2 | 0,65 | 0,60 | Valid |
| 3 | 0,65 | 0,60 | Valid |
| 4 | 0,76 | 0,60 | Valid |
| 5 | -0,93 | 0,60 | Tidak Valid |
| 6 | 0,76 | 0,60 | Valid |
| 7 | -0,65 | 0,60 | Tidak Valid |
| 8 | 0,76 | 0,60 | Valid |
| 9 | 0,76 | 0,60 | Valid |

| | | | |
|-------|-------|------|-------------|
| 10 | 0,76 | 0,60 | Valid |
| 11 | 0,76 | 0,60 | Valid |
| 12 | -0,76 | 0,60 | Tidak Valid |
| Alpha | 0,87 | 0,70 | Valid |

Hasil uji validitas pada tabel di atas menunjukkan 1 pertanyaan tidak valid yaitu pertanyaan nomor 5.

- Pertanyaan pertama menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,94 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas sangat tinggi karena ada di antara 0,80-1,000.
- Pertanyaan kedua menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,65 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.
- Pertanyaan ketiga menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,65 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.
- Pertanyaan keempat menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,76 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60- 0,799.
- Pertanyaan kelima menunjukkan hasil uji validitas sebesar -0,93 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan tidak valid dengan tingkat validitas sangat rendah karena ada di bawah 0,00.
- Pertanyaan keenam menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,76 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.
- Pertanyaan ketujuh menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,65 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.
- Pertanyaan kedelapan menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,76 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.

- Pertanyaan kesembilan menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,76 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60- 0,799.
- Pertanyaan kesepuluh menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,76 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.
- Pertanyaan kesebelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,76 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.
- Pertanyaan keduabelas menunjukkan hasil uji validitas sebesar 0,76 yang menurut kriteria Sugiyono (2009) dikatakan valid dengan tingkat validitas tinggi karena ada di antara 0,60-0,799.

Tabel di atas menunjukkan bahwa kuesioner ahli sebelum uji coba kelompok kecil memberikan nilai Alpha Cronbach 0,86 yang menurut kriteria Perry and Charlotte (2004) adalah reliabel dengan tingkat reliabilitas tinggi karena nilainya ada di antara 0,70-0,90.

4.7 Revisi Produk Awal Sebelum Uji Coba Kelompok Kecil

Tabel 4.7 Hasil Revisi Produk Awal Sebelum Uji Coba Kelompok Kecil

| No | Nama | Bagian Yang Di Revisi | Alasan Yang Direvisi | Saran Dan Perbaikan |
|----|--------------|---|--|--|
| 1 | Rudi ermanto | Jumlah anak dan bola tenis setiap kelompok harus bertambah setiap minggunya | Semakin banyak anak dan bola tenis yang digunakan dalam satu kelompok akan menambah daya konsentrasi visual (mata) dan perasaan (feeling) semakin baik | Minggu 1= 2 orang, 1 bola tenis Minggu 2= 2 orang, 2 bola tenis Minggu 3= 3 orang, 2 bola tenis Minggu 4= 3 orang, 3 bola tenis |
| 2 | Azwar randi | Variasi latihan | Untuk | pada tahap |

| | | | | |
|---|------------------------|---|--|--|
| | lisman | dasar atau awalan dari metode latihan DELTA JAMBU yang langsung dengan 2 orang melakukan dribble berhadapan dan melakukan lempar tangkap bola tenis | mengenalkan terlebih dahulu tentang latihan dari metode tersebut | awal dapat dengan 1 orang dribble bola basket sambil melakukan lempar tangkap bola tenis sendiri |
| 3 | Boby alamsyah ramadhan | Jarak saat melakukan lempar tangkap jambu | Apabila terlalu jauh menyebabkann siswa kesulitan melakukan metode tersebut pada tahap awalnya | Jarak awalnya 1 meter, pada latihan berikutnya dapat ditambahkan jarak 50 cm |
| | | | | |

4.7.1 Revisi Produk I

A. Kuesioner Ahli Kepelatihan Bolabasket Setelah Uji Coba Kelompok Kecil

Kuesioner digunakan ahli untuk menilai kelayakan produk I. Berikut ini merupakan hasil tinjauan ahli kepelatihan bolabasket setelah uji coba kelompok kecil dilakukan.

Tabel 4.7.1 Data Hasil Kuesioner Ahli Kepelatihan Bolabasket Setelah Uji Coba Kelompok Kecil

| NO | Kuesioner | Ahli I | Ahli II | Ahli III |
|----|--|--------|---------|----------|
| 1 | Kesesuaian dengan teknik dasar dribble bola basket | 4 | 3 | 3 |
| 2 | Kejelasan petunjuk latihan DELTA JAMBU | 5 | 3 | 4 |
| 3 | Ketepatan memilih bentuk/metode latihan bagi pemain | 5 | 3 | 4 |
| 4 | Kesesuaian alat dan fasilitas yang digunakan dalam latihan | 4 | 4 | 3 |
| 5 | Kesesuaian dalam menyusun latihan dari termudah sampai pada tersulit | 2 | 3 | 5 |
| 6 | Kesesuaian rancangan latihan yang dibutuhkan pemain ekstrakurikuler pada tingkatan SMP | 5 | 5 | 3 |
| 7 | Keefektifan rancangan latihan | 5 | 3 | 4 |

| DELTA JAMBU | | | | |
|----------------------|--|-------------|-------------|-------------|
| 8 | Mendorong peningkatan kemampuan pemain | 4 | 4 | 3 |
| 9 | Mendorong perkembangan aspek kognitif (pemahaman) pemain | 4 | 4 | 3 |
| 10 | Mendorong perkembangan psikomotorik (gerak) pemain | 4 | 4 | 3 |
| 11 | Mendorong perkembangan aspek afektif (sikap) pemain | 5 | 5 | 4 |
| 12 | Mendorong pemain aktif bergerak | 4 | 4 | 3 |
| Jumlah | | 51 | 45 | 42 |
| Jumlah Maksimal | | 60 | 60 | 60 |
| Persentase | | 85,0 | 75,0 | 70,0 |
| Rata-rata persentase | | 76,7 | | |

Hasil kuesioner para ahli setelah uji coba kelompok kecil menunjukkan rata-rata persentase sebesar 76,7% yang artinya masuk dalam kategori penilaian “Baik”. Oleh karena itu maka model latihan DELTA JAMBU ini dapat digunakan untuk uji coba kelompok besar.

4.7.2 Revisi Produk I Setelah Uji Coba Kelompok Kecil

Tabel 4.7.2 Hasil Revisi Produk I Setelah Uji Coba Kelompok Kecil

| No | Nama | Bagian Yang Di Revisi | Alasan Direvisi | Saran Dan Perbaikan |
|----|--------------------|--|--|--|
| 1 | Rudi ermanto | Beban di setiap Latihan yang masih kurang maksimal | Untuk lebih meningkatkan kemampuan setiap individu | Bisa dilakukan disetiap latihan dengan memberikan 3 sampai 4 macam latihan dengan beban yang semakin menungkat |
| 2 | Azwar randi lisman | Materi larihan yang hanya diam ditempat | Supaya pemain juga mengalami peningkatan di aspek kelincahan dan | Memberikan latihan sirkuit untk melatih kelincahan dan kecepatan |

| | | | | |
|---|------------------------|---|--|---|
| | | | kecepatan pada teknik dribble | dribble setiap individu. Bisa dengan dribble jalan zig-zag menggunakan bantuan cone |
| 3 | Boby alamsyah ramadhan | Jarak saat melakukan lempar tangkap jambu | Apabila terdapat pemain yang memiliki postur tubuh yng tinggi jaraknya juga harus menyesuaikan tidak sama dengan pemain tinggi | Bila pemain yang tinggi jaraknya dapat ditambahkan sekitar 30 cm dibandingkan dengan pemain yang memiliki postur tubuh tidak tinggi |

4.7.3 Revisi Produk Tahap II

Setelah dilaksanakan uji coba kepada kelompok kecil dan dilakukan evaluasi terhadap model latihan medium shoot bola basket dengan menggunakan latihan drill maka diperoleh beberapa masukan dan saran diantaranya:

1. Sarana atau perlengkapan seperti cone, dan bola perlu ditambahkan agar latihan lebih efektif;
2. Pemain sebaiknya diberikan rangkuman berbagai macam gerakan disertai nama gerakan yang akan dilakukan pada saat sebelum latihan sehingga memudahkan pemain dalam memahami gerakan dan melakukan gerakan serta dilaksanakan secara individual.
3. Penguasaan materi dan strategi pengolahan lapangan perlu dipersiapkan dengan baik sehingga pada pelaksanaan tidak terjadi kendala seperti lupa materi dalam pengaturan waktu
4. Sarana atau perlengkapannya yang digunakan perlu dipersiapkan untuk beberapa kegiatan latihan berbeda.

Sesuai dengan masukan dan saran yang telah disampaikan diatas oleh pengguna, maka peneliti melakukan beberapa perbaikan terhadap rancangan

model latihan medium shoot bola basket. Sebelum dilakukan uji kelompok besar, beberapa revisi dijabarkan pada tabel berikut:

Tabel 4.7.3 Revisi Tahap II Hasil Uji Coba Kelompok Kecil

| No | Masukan dan saran pengguna | Hasil Revisi |
|----|---|---|
| 1 | Pemain sebaiknya diberikan rangkuman berbagai macam gerakan disertai nama gerakan yang akan dilakukan pada saat sebelum latihan sehingga memudahkan pemain dalam memahami gerakan | Guna memudahkan pemahaman pemain terhadap berbagai gerakan untuk dipelajari serta dipraktekkan secara individual |
| 2 | Sarana atau perlengkapan yang digunakan perlu dipersiapkan untuk beberapa kegiatan latihan | Beberapa perlengkapan yang digunakan untuk aktivitas diatur sedemikian rupa agar tidak terlalu banyak bongkar pasang perlengkapan |
| 3 | Perlengkapan seperti bola dan crone perlu ditambahkan agar latihan lebih maksimal | Menambahkan sarana perlengkapan dengan menyesuaikan jumlah pemain |
| 4 | Penguasaan materi lapangan perlu dipersiapkan dengan baik sehingga pada pelaksanaan tidak terjadi lupa materi | Dilakukan evaluasi materi secara bersama-sama dengan pelatih |

4.7.4 Hasil Revisi Produk Tahap III

Selanjutnya setelah mendapatkan masukan dan saran dari uji coba lapangan, maka dilakukan revisi tahap III (revisi produk terakhir). Data yang

didapat dari uji coba lapangan tersebut digunakan sebagai dasar melakukan revisi tahap terakhir produk pengembangan model latihan medium shoot bola basket dengan menggunakan latihan drill.

Hasil uji coba lapangan inilah yang menjadikan dasar, ternyata produk pengembangan model latihan medium shoot ini tidak ada yang perlu direvisi kembali, semua aspek telah memenuhi standard dan sangat layak digunakan. Meskipun masih ada saran dari peserta uji lapangan untuk menambah beberapa aspek model latihan medium shoot terutama yang berkaitan dengan keterampilan seperti: koordinasi, keseimbangan, kelincahan, dan kecepatan. Pelatih pada kesempatan ini tidak menambahkan variabel lain. Hal ini disebabkan adanya keterbatasan dalam biaya dan waktu.

4.8 Hasil Data Uji Coba Kelompok Kecil

Berikut ini adalah hasil analisis deskriptif persentase uji coba kelompok kecil yang dilakukan peneliti di SMA N 1 Merangin. Kelompok kecil terdiri dari 10 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket. Uji coba kelompok kecil bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran siswa sebelum dan sesudah melakukan latihan DELTA JAMBU dan tanggapan awal dari produk yang dikembangkan. Uji coba kelompok kecil terdiri dari dua instrumen tes. Instrumen tes dalam uji coba kelompok kecil terdiri dari kuesioner yang dibagikan pada sample penelitian dan tes penilaian kemampuan dribble pada kelompok kecil atau tes praktek.

4.8.1 Kuesioner Uji Coba Kelompok Kecil

Tabel 4.8.1. Hasil Kuesioner Uji Coba Kelompok Kecil

| NO | Pertanyaan | n | N | % | Kategori |
|----|---|----|----|-----|-------------|
| 1 | Apakah kalian merasa senang melakukan aktivitas gerak stretching (pemanasan) pada tahap awal materi latihan DELTA JAMBU? | 10 | 10 | 100 | Sangat Baik |
| 2 | Apakah kalian tidak merasa senang melakukan aktivitas lari keliling lapangan pada tahap pemanasan materi latihan DELTA JAMBU? | 6 | 10 | 60 | Cukup baik |

| | | | | | |
|----|---|----|----|-----|------------|
| 3 | Apakah aktivitas variasi latihan ball handling yang kalian lakukan pada tahap pendahuluan materi latihan DELTA JAMBU mudah dilakukan? | 8 | 10 | 80 | Baik |
| 4 | Apakah latihan DELTA JAMBU 1 yang anda lakukan sulit dilakukan? | 8 | 10 | 80 | Baik |
| 5 | Apakah latihan DELTA JAMBU 2 yang anda lakukan mudah dilakukan? | 9 | 20 | 90 | Baik |
| 6 | Apakah latihan DELTA JAMBU 3 yang anda lakukan sulit dilakukan? | 9 | 10 | 90 | Baik |
| 7 | Apakah latihan DELTA JAMBU 4 yang anda lakukan mudah dilakukan? | 8 | 10 | 80 | Baik |
| 8 | Apakah latihan DELTA JAMBU 5 yang anda lakukan sulit dilakukan? | 7 | 10 | 80 | Baik |
| 9 | Apakah latihan DELTA JAMBU 6 yang anda lakukan mudah dilakukan? | 7 | 10 | 70 | Cukup baik |
| 10 | Apakah latihan DELTA JAMBU 7 yang anda lakukan sulit dilakukan? | 9 | 10 | 90 | Baik |
| 11 | Apakah latihan DELTA JAMBU 8 yang anda lakukan mudah dilakukan? | 7 | 10 | 70 | Cukup baik |
| 12 | Secara keseluruhan apakah anda merasa sulit melakukan latihan DELTA JAMBU yang diberikan? | 7 | 10 | 70 | Cukup baik |
| 13 | Apakah kalian merasa senang melakukan keseluruhan latihan DELTA JAMBU yang diberikan? | 7 | 10 | 70 | Cukup baik |
| 14 | Apakah kalian merasa tidak senang dengan melakukan aktivitas gerak stretching berpasangan pada tahap penutup variasi latihan DELTA JAMBU? | 8 | 10 | 80 | baik |
| 15 | Dengan adanya latihan DELTA JAMBU, apakah dapat membantu kalian untuk lebih aktif dan antusias dalam mengikuti kegiatan latihan dasar teknik dribble? | 10 | 10 | 100 | Baik |

| | | | | |
|-----------|--|--|-------|------|
| RATA-RATA | | | 80,67 | Baik |
|-----------|--|--|-------|------|

Dari tabel hasil kuesioner uji coba kelompok kecil di atas, terdapat 1 pertanyaan yang termasuk kategori “Sangat Baik”, 9 pertanyaan yang masuk kedalam kategori “Baik” dan 5 pertanyaan yang masuk ke dalam kategori “Cukup Baik”. Rata-rata persentase nilai kuesioner pada uji coba kelompok kecil sebesar 80,67%. Rata-rata tersebut menunjukkan bahwa program latihan DELTA JAMBU yang dilakukan peneliti tergolong dalam kategori “BAIK”.

4.9 Tes Penilaian Kemampuan Dribble (Tes Praktik) pada Uji Coba

Kelompok Kecil

Tabel 4.9 Hasil Tes Penilaian Kemampuan Dribble (Tes Praktik) pada Uji Coba Kelompok Kecil (Pre-test)

| No | Nama Siswa | Posisi Kaki | Pandangan Mata | Posisi tangan | Kecepatan Dribble | Jumlah Skor |
|---------------------------------|------------|--------------|----------------|---------------|-------------------|--------------|
| 1 | Adelia | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 |
| 2 | Tiara | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 |
| 3 | Kesya | 3 | 4 | 3 | 1 | 11 |
| 4 | Abyan | 3 | 3 | 4 | 1 | 11 |
| 5 | Kevin | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 |
| 6 | Davin | 3 | 2 | 3 | 1 | 9 |
| 7 | Hafid | 2 | 3 | 4 | 2 | 11 |
| 8 | Rizky | 3 | 3 | 2 | 2 | 10 |
| 9 | Rafli | 2 | 3 | 3 | 2 | 10 |
| 10 | Raja | 4 | 3 | 4 | 4 | 15 |
| Jumlah Skor | | 29 | 29 | 32 | 21 | 111 |
| Jumlah skor maksimal | | 50 | 50 | 50 | 50 | 200 |
| Nilai Rata-rata Presentase skor | | 0,58 | 0,58 | 0,64 | 0,42 | 0,555 |
| | | 58,0% | 58,0% | 64,0% | 42,0% | 55,5% |

Data hasil pre-test kelompok kecil menunjukkan persentase rata-rata skor penilaian posisi kaki sebesar 58%, rata-rata persentase penilaian pandangan mata para siswa sebesar 58%, rata-rata persentase penilaian posisi tangan sebesar 64%, rata-rata persentase penilaian kecepatan dribble sebesar 42% dan rata-rata keseluruhan penilaian sebesar 55,5%.

Tabel 4.9 Hasil Tes Penilaian Kemampuan Dribble (Tes Praktik) pada Uji Coba Kelompok Kecil (Post-test)

| No | Nama Siswa | Posisi Kaki | Pandangan Mata | Posisi tangan | Kecepatan Dribble | Jumlah Skor |
|----|------------|-------------|----------------|---------------|-------------------|-------------|
|----|------------|-------------|----------------|---------------|-------------------|-------------|

| | | | | | | |
|--------------------------|--------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
| 1 | Adelia | 5 | 4 | 5 | 3 | 17 |
| 2 | Tiara | 4 | 5 | 5 | 2 | 16 |
| 3 | Kesya | 3 | 4 | 3 | 3 | 13 |
| 4 | Abyan | 2 | 3 | 3 | 3 | 11 |
| 5 | Kevin | 2 | 3 | 3 | 4 | 12 |
| 6 | Davin | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 |
| 7 | Hafid | 3 | 4 | 3 | 3 | 13 |
| 8 | Rizky | 4 | 3 | 3 | 3 | 13 |
| 9 | Rafli | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 |
| 10 | Raja | 4 | 3 | 4 | 5 | 16 |
| Jumlah Skor | | 33 | 35 | 35 | 30 | 133 |
| Jumlah skor maksimal | | 50 | 50 | 500 | 50 | 200 |
| Nilai Rata-rata | | 0,66 | 0,70 | 0,70 | 0,60 | 0,665 |
| Presentase skor tercapai | | 66,0% | 70,0% | 70,0 | 60,0% | 66,5% |

Hasil post-test kelompok kecil menunjukkan persentase rata-rata skor penilaian posisi kaki sebesar 66%, rata-rata persentase penilaian pandangan mata para siswa sebesar 70%, rata-rata persentase penilaian posisi tangan sebesar 70%, rata-rata persentase penilaian kecepatan dribble sebesar 60% dan rata-rata keseluruhan penilaian sebesar 66,5%.

4.10 Hasil Uji Coba Pada Kelompok Besar

4.10.1 Latihan metode Medium Shoot

Hasil pengembangan berupa produk model latihan medium shoot bola basket yang telah diuji cobakan dalam skala kecil dan telah dilakukan revisi, selanjutnya melakukan uji coba pada kelompok besar.

Hasil dari uji kelompok kecil yang telah dievaluasi oleh pengguna sehingga diperoleh 19 model latihan medium shoot yang akan digunakan pada uji coba kelompok besar. Uji coba kelompok besar dilakukan oleh 1 pelatih dari 12 pemain bola basket di SMAN 1 Merangin. Yang dilakukan berdasarkan pada kuesioner tentang kemudahan dan kemenarikan model latihan menggunakan *skala likert* pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.10 Hasil Uji Coba Kelompok Besar

| No | Bentuk Latihan | Pelatih | | Pengguna | | Keterangan |
|----|----------------|---------|----------|----------|----------|------------|
| | | Kemuda | Kemenari | Kemuda | Kemenari | |

| | | han | kan | han | kan | |
|---|-----------------------------------|--------------|----------------|--------------|----------------|---------------------------------|
| 1 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 5) | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah dan Menarik |
| 2 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 6) | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah dan Menarik |
| 3 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 7) | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah dan Menarik |
| 4 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 8) | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah dan Menarik |
| 5 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 10) | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah dan Menarik |
| 6 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 11) | Sangat Mudah | Sangat Menarik | Sangat Mudah | Sangat Menarik | Sangat Mudah dan Sangat Menarik |
| 7 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 12) | Sangat Mudah | Sangat Menarik | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah dan Menarik |
| 8 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 13) | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah | Sangat Menarik | Sangat Mudah dan Menarik |
| 9 | Medium Shoot | Sangat Mudah | Sangat Menarik | Sangat Mudah | Sangat Menarik | Sangat Mudah dan |

| | | | | | | |
|----|-----------------------------------|--------------|----------------|--------------|----------------|---------------------------------|
| | Jump Shoot (MSJS 14) | | | | | Sangat Menarik |
| 10 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 15) | Sangat Mudah | Sangat Menarik | Sangat Mudah | Sangat Menarik | Sangat Mudah dan Sangat Menarik |
| 11 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 16) | Sangat Mudah | Sangat Menarik | Sangat Mudah | Menarik | Sangat Mudah dan Menarik |
| 12 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 17) | Sangat Mudah | Sangat Menarik | Mudah | Sangat Menarik | Mudah dan Sangat Menarik |
| 13 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 18) | Sangat Mudah | Menarik | Mudah | Sangat Menarik | Mudah dan Menarik |
| 14 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 20) | Mudah | Sangat Menarik | Sangat Mudah | Sangat Menarik | Mudah dan Sangat Menarik |
| 15 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 22) | Mudah | Sangat Menarik | Mudah | Sangat Menarik | Mudah dan Sangat Menarik |
| 16 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 27) | Mudah | Menarik | Mudah | Menarik | Mudah dan Menarik |
| 17 | Medium | Mudah | Sangat | Sangat | Sangat | Mudah dan |

| | | | | | | |
|----|-----------------------------------|-------|----------------|-------|----------------|--------------------------|
| | Shoot Jump Shoot (MSJS 28) | | Menarik | Mudah | Menarik | Sangat Menarik |
| 18 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 29) | Mudah | Sangat Menarik | Mudah | Sangat Menarik | Mudah dan Sangat Menarik |
| 19 | Medium Shoot Jump Shoot (MSJS 30) | Mudah | Sangat Menarik | Mudah | Sangat Menarik | Mudah dan Sangat Menarik |

Berdasarkan Tabel 4.10 dapat diketahui bahwa hasil uji coba pada kelompok besar terhadap model latihan medium shoot bola basket sudah sangat mudah dan sangat menarik.

4.10.2 Uji Coba Kelompok Besar Latihan Metode Delta Jambu

Uji coba kelompok besar dikembangkan dengan menggunakan subjek uji coba 10 siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMA N 1 Merangin. Uji coba ini dilakukan dengan dua tahapan yaitu pembagian kuesioner pada sampel kelompok besar dan melakukan tes penilaian kemampuan dribble siswa atau tes praktik.

Tabel 4.10.2 Hasil Kuesioner Uji Coba Kelompok Besar

| NO | Pertanyaan | n | N | % | Kategori |
|----|---|----|----|-----|-------------|
| 1 | Apakah kalian merasa senang melakukan aktivitas gerak stretching (pemanasan) pada tahap awal materi latihan DELTA JAMBU? | 20 | 20 | 100 | Sangat Baik |
| 2 | Apakah kalian tidak merasa senang melakukan aktivitas lari keliling lapangan pada tahap pemanasan materi latihan DELTA JAMBU? | 15 | 20 | 75 | baik |
| 3 | Apakah aktivitas variasi latihan ball handling yang kalian lakukan pada tahap pendahuluan materi latihan DELTA JAMBU mudah dilakukan? | 18 | 20 | 90 | Baik |

| | | | | | |
|-----------|---|----|----|----|------------|
| 4 | Apakah latihan DELTA JAMBU 1 yang anda lakukan sulit dilakukan? | 17 | 20 | 85 | Baik |
| 5 | Apakah latihan DELTA JAMBU 2 yang anda lakukan mudah dilakukan? | 18 | 20 | 90 | Baik |
| 6 | Apakah latihan DELTA JAMBU 3 yang anda lakukan sulit dilakukan? | 17 | 20 | 85 | Baik |
| 7 | Apakah latihan DELTA JAMBU 4 yang anda lakukan mudah dilakukan? | 16 | 20 | 80 | Baik |
| 8 | Apakah latihan DELTA JAMBU 5 yang anda lakukan sulit dilakukan? | 15 | 20 | 75 | Baik |
| 9 | Apakah latihan DELTA JAMBU 6 yang anda lakukan mudah dilakukan? | 13 | 20 | 65 | Cukup baik |
| 10 | Apakah latihan DELTA JAMBU 7 yang anda lakukan sulit dilakukan? | 17 | 20 | 85 | Baik |
| 11 | Apakah latihan DELTA JAMBU 8 yang anda lakukan mudah dilakukan? | 17 | 20 | 85 | baik |
| 12 | Secara keseluruhan apakah anda merasa sulit melakukan latihan DELTA JAMBU yang diberikan? | 17 | 20 | 85 | baik |
| 13 | Apakah kalian merasa senang melakukan keseluruhan latihan DELTA JAMBU yang diberikan? | 17 | 20 | 85 | baik |
| 14 | Apakah kalian merasa tidak senang dengan melakukan aktivitas gerak stretching berpasangan pada tahap penutup variasi latihan DELTA JAMBU? | 16 | 20 | 80 | baik |
| 15 | Dengan adanya latihan DELTA JAMBU, apakah dapat membantu kalian untuk lebih aktif dan antusias dalam mengikuti kegiatan latihan dasar teknik dribble? | 19 | 20 | 95 | Baik |
| RATA-RATA | | | | 84 | Baik |

Tabel hasil kuesioner uji kelompok besar di atas terdapat 1 pertanyaan yang masuk kedalam kategori “Sangat Baik”, 13 pertanyaan yang masuk kedalam kategori “Baik” dan 1 pertanyaan yang masuk ke dalam kategori “Cukup Baik”. Rata-rata persentase nilai kuesioner pada uji coba kelompok besar 43 sebesar 84%. Hal tersebut menunjukkan bahwa program latihan DELTA JAMBU yang dilakukan peneliti tergolong dalam kategori “BAIK”.

4.10.3 Tes Penilaian Kemampuan Dribble (Tes Praktik) pada Uji Coba

Kelompok Besar

Tabel 4.10.3 Hasil Tes Penilaian Kemampuan Dribble (Tes Praktik) pada Uji Coba Kelompok Besar (Pre-test)

| No | Nama Siswa | Posisi Kaki | Pandangan Mata | Posisi Tangan | Kecepatan Dribble | Jumlah Skor |
|---------------------------------|----------------|--------------|----------------|---------------|-------------------|--------------|
| 1. | Adelia | 3 | 4 | 4 | 2 | 13 |
| 2. | Tiara | 4 | 4 | 4 | 2 | 14 |
| 3. | Kesya | 4 | 5 | 4 | 2 | 15 |
| 4. | Abyan | 5 | 5 | 5 | 3 | 18 |
| 5. | Kevin | 3 | 3 | 2 | 2 | 10 |
| 6. | Davin | 2 | 3 | 2 | 2 | 9 |
| 7. | Hafid | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 |
| 8. | Rizky | 3 | 2 | 3 | 2 | 10 |
| 9. | Rafli | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 |
| 10. | Raja | 4 | 3 | 3 | 2 | 12 |
| 11. | El-Issa | 4 | 3 | 3 | 3 | 13 |
| 12. | Agung | 3 | 3 | 4 | 2 | 12 |
| 13. | Ferdi | 3 | 2 | 3 | 2 | 10 |
| 14. | Kresna | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 |
| 15. | Gilang | 3 | 3 | 2 | 2 | 10 |
| 16. | Nanda | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 |
| 17. | Yossy | 3 | 4 | 3 | 2 | 12 |
| 18. | Raditya | 2 | 3 | 4 | 2 | 11 |
| 19. | Jordi Saputra. | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 |
| 20. | Joshua | 3 | 3 | 4 | 2 | 12 |
| Jumlah Skor | | 64 | 65 | 65 | 42 | 236 |
| Jumlah Skor Maksimal | | 100 | 100 | 100 | 100 | 400 |
| Nilai Rata-rata | | 0,64 | 0,65 | 0,65 | 0,42 | 0,59 |
| Prosentase Skor Tercapai | | 64,0% | 65,0% | 65,0% | 42,0% | 59,0% |

Hasil tes penilaian kemampuan dribble (tes praktik) pada uji kelompok besar menunjukkan persentase rata-rata skor penilaian posisi kaki sebesar 64%, rata-rata persentase penilaian pandangan mata para siswa sebesar 65%, rata-rata persentase penilaian posisi tangan sebesar 65%, rata-rata persentase penilaian kecepatan dribble sebesar 42% dan rata-rata keseluruhan penilaian sebesar 59%.

Tabel 4.10.3 Hasil Tes Penilaian Kemampuan Dribble (Tes Praktik) pada Uji Coba Kelompok Besar (Post-test)

| No | Nama Siswa | Posisi Kaki | Pandangan Mata | Posisi Tangan | Kecepatan <i>Dribble</i> | Jumlah Skor |
|--------------------|----------------|-------------|----------------|---------------|--------------------------|-------------|
| 1. | Adelia | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 |
| 2. | Tiara | 4 | 5 | 4 | 4 | 17 |
| 3. | Kesya | 4 | 5 | 4 | 4 | 17 |
| 4. | Abyan | 5 | 5 | 5 | 5 | 20 |
| 5. | Kevin | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 |
| 6. | Davin | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 |
| 7. | Hafid | 3 | 4 | 4 | 3 | 14 |
| 8. | Rizky | 3 | 4 | 3 | 2 | 12 |
| 9. | Rafli | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 |
| 10. | Raja | 4 | 3 | 4 | 3 | 14 |
| 11. | El-Issa | 4 | 3 | 3 | 3 | 13 |
| 12. | Agung | 5 | 3 | 4 | 4 | 16 |
| 13. | Ferdi | 4 | 3 | 3 | 3 | 13 |
| 14. | Kresna | 3 | 3 | 4 | 3 | 13 |
| 15. | Gilang | 3 | 4 | 3 | 2 | 12 |
| 16. | Nanda | 3 | 3 | 4 | 3 | 13 |
| 17. | Yossy | 4 | 4 | 3 | 2 | 13 |
| 18. | Raditya | 3 | 3 | 4 | 3 | 13 |
| 19. | Jordi Saputra. | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 |
| 20. | Joshua | 3 | 3 | 4 | 3 | 13 |
| Jumlah Skor | | 71 | 71 | 72 | 61 | 275 |

| | | | | | |
|--------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| Jumlah Skor Maksimal | 100 | 100 | 100 | 100 | 400 |
| Nilai Rata-rata | 0,71 | 0,71 | 0,72 | 0,61 | 0,688 |
| Prosentase Skor Tercapai | 71,0% | 71,0% | 72,0% | 61,0% | 68,8% |

Data hasil post-test penilaian kemampuan dribble (tes praktik) pada uji coba kelompok besar menunjukkan persentase rata-rata skor penilaian posisi kaki sebesar 71%, rata-rata persentase penilaian pandangan mata para siswa sebesar 71%, rata-rata persentase penilaian posisi tangan sebesar 72%, rata-rata persentase penilaian kecepatan dribble sebesar 61% dan rata-rata keseluruhan penilaian sebesar 68,8%.

4.11 Revisi Produk

4.11.1 Kuesioner Ahli Bidang Bolabasket Setelah Uji Coba Kelompok Besar

Tabel 4.11 Data Hasil Kuesioner Ahli Bidang Bolabasket Setelah Uji Coba Kelompok Besar

| No. | Kuesioner | Ahli 1 | Ahli 2 | Ahli 3 |
|-----|---|--------|--------|--------|
| 1. | Kesesuaian dengan teknik dasar <i>dribble</i> bola basket | 2 | 5 | 4 |
| 2. | Kejelasan petunjuk latihan DELTA JAMBU | 4 | 3 | 2 |
| 3. | Ketepatan memilih bentuk/metode latihan bagi pemain | 5 | 3 | 4 |
| 4. | Kesesuaian alat dan fasilitas yang digunakan dalam latihan | 5 | 3 | 4 |
| 5. | Kesesuaian rancangan latihan yang dibutuhkan pemain | 5 | 3 | 4 |
| 6. | Mendorong perkembangan aspek kognitif (pemahaman) pemain | 5 | 3 | 4 |
| 7. | Mendorong perkembangan psikomotorik (gerak) pemain | 4 | 4 | 2 |
| 8. | Mendorong perkembangan aspek afektif (sikap) pemain | 4 | 4 | 3 |
| 9. | Dapat dilakukan pemain yang terampil maupun yang kurang terampil | 4 | 4 | 3 |
| 10. | Meningkatkan minat dan motifasi pemain berpartisipasi dalam latihan teknik dasar <i>dribble</i> | 5 | 4 | 4 |

| | | | | |
|-----------------------------|--|-------------|-------------|-------------|
| 11. | Mendorong peningkatan kemampuan pemain | 5 | 3 | 4 |
| Jumlah | | 48 | 39 | 38 |
| Jumlah Maksimal | | 55 | 55 | 55 |
| Persentase | | 87,3 | 70,9 | 69,1 |
| Rata-rata Persentase | | 75,8 | | |

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil kuesioner para ahli setelah uji coba kelompok besar menunjukkan rata-rata persentase sebesar 75,8% yang artinya masuk dalam kategori penilaian “Baik”. Kesimpulan dari hasil data tersebut adalah model latihan DELTA JAMBU ini dapat digunakan untuk alternative dalam latihan ekstrakurikuler bolabasket.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

- Berdasarkan validasi ahli dan hasil uji coba, penelitian pengembangan ini menghasilkan sebuah produk model latihan *medium shoot* bola basket dengan menggunakan latihan *drill* yang berhubungan kepada keterampilan akurasi *shooting* khususnya teknik *jump shoot* sebanyak 19 (Sembilan belas) model latihan medium shoot di Club SMA N 1 Merangin. Produk model pengembangan ini dijadikan dalam bentuk video sebagai referensi pelatih dan pemain bola basket dalam penyampaian materi latihan *medium shoot* bola basket yang terkait dengan menggunakan latihan *drill*.
- Pengembangan variasi latihan dribble akan membuat kemampuan dribble siswa semakin bertambah. Peneliti kemudian mengembangkan latihan dribble yang dinamakan DELTA JAMBU. Dengan adanya variasi latihan dribble ini diharapkan dapat meningkatkan semangat latihan siswa sehingga mereka lebih tertarik untuk berlatih dan menambah motivasi mereka untuk mampu meningkatkan kemampuan dribble. Variasi latihan DELTA JAMBU ini juga melalui tahapan-tahapan tertentu yang meliputi tinjauan ahli bidang bolabasket, Pengembangan variasi latihan dribble akan membuat kemampuan dribble siswa semakin bertambah. Peneliti kemudian mengembangkan latihan dribble yang dinamakan DELTA JAMBU. Dengan adanya variasi latihan dribble ini diharapkan dapat meningkatkan semangat latihan siswa sehingga mereka lebih tertarik untuk berlatih dan menambah motivasi mereka untuk mampu meningkatkan kemampuan dribble. Terdapat beberapa revisi yang diberikan ahli bidang kepelatihan bolabasket terhadap produk sebelum dilakukan uji coba kelompok kecil, antara lain:
 1. Jumlah anak dan bola tenis setiap kelompok harus bertambah setiap minggunya. Semakin banyak anak dan bola tenis yang digunakan dalam satu kelompok akan menambah daya konsentrasi visual (mata)

dan perasaan (feeling) yang semakin baik.

2. Variasi latihan dasar atau awalan dari metode latihan DELTA JAMBU yang langsung dengan 2 orang melakukan dribble berhadapan dan melakukan lempar tangkap bola tenis untuk mengenalkan terlebih dahulu
3. Jarak saat melakukan lempar tangkap jambu berpasangan harus mengalami peningkatan, tidak langsung dengan jarak yang lebar. Sehingga akan menjadikan metode tersebut lebih efektif.

B. IMPLIKASI

Pengembangan model latihan teknik dasar bola basket pada club SMA N 1 Merangin di desain dalam bentuk video *drill* berisi pola latihan teknik medium jump shoot yang meliputi *dribble*, *jump*, dan *shoot* guna mempengaruhi dan mempermudah perkembangan teknik dasar bola basket atlet tersebut.

C. SARAN

Berdasarkan hasil pengembangan model latihan medium shoot bolabasket dengan menggunakan latihan *drill* ini, peneliti menyarankan yaitu:

- a. Dilakukan penelitian lanjutan untuk menguji efektivitasnya terlebih dahulu untuk membuktikan bahwa model latihan *medium shoot* bola basket dapat meningkatkan akurasi *shooting* khususnya akurasi *jump shoot* pada jarak sedang atau *medium* menggunakan latihan *drill*
- b. Mengembangkan lebih banyak lagi variasi latihan dribble agar siswa bisa lebih semangat berlatih dan memberikan motivasi siswa untuk mengembangkan kemampuan dribble secara maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Akros Abidin. Bolabasket Kembar (Dapat Dibuat Di Lahan Yang Sempit). Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 1999.
- Armour, Kathleen. Sport Pedagogy. England: Pearson Education Limited. 2011.
- Bahri, Syaiful. Strategi Belajar Mengajar. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- Barbara B, Seels dan Rita C. Richey, Instructional Technology: The Definition and Domains of The Field, Washington, DC: Association for Educational Communication and Technology, 1994.
- citracius. 2021. "PENGEMBANGAN MODUL TEKNIK DASAR BOLA BASKET SISWA KELAS." *Volume 5, Nomor 1, Desember 2021* 5: 128-133.
- Darmawan, A. B., Januarto, O. B., & Wahyud. n.d. "Pengembangan Model Latihan Kombinasi Dribbling , Passing Dan Shooting Peserta Ekstrakurikuler Bola basket di SMP Negeri 2 Kota Malang. Pendidikan Jasmani." *pendidikan jasmani* 351–364.
- Dedy Sumiyarsono. Keterampilan Bolabasket. Yogyakarta: UNY. 2002.
- Emzir. Metologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan Kualitatif. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2012.
- Endang Mulyatiningsih, Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan Bandung: Alfabeta, 2012.
- Fitry, Alchonity Harika. 2022. "PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR DRIBBLE BOLA BASKETUNTUK SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS." *Vol. 02 No.1. 03, 2021; pp. 01-07* 02: 3-7.
- G.J. Catatan istilah-istilah dalam permainan bola basket. Surabaya: Pengprop Perbasi Jawa Timur. 2009.
- Glenn E. Snelbecker, Learning Theory, Instructional Theory, and Psychoeducational Design USA: McGraw-Hill, Inc, 1974.
- Hamiyah, Nur. Strategi Belajar Mengajar di Kelas. Jakarta: Prestasi Pustaka, 2014.
- Haristia, Yessy, Pengaruh Metode Latihan (Drill) Terhadap Kemampuan Menghitung Perkalian Siswa Pada Mata Pelajaran Matematika di SDN Setiadarma 04. Jurnal Skripsi. Bekasi: Universitas Islam 45 Bekasi, 2014.
- Hopla Dave. Basketball Shooting, United Stated: Human Kinetics, 2012.
- Imam sodikun, Olahraga pilihan Bola Basket, Jakarta, dependikbud. 1992.
- Jan Van den Akker, Robert Maribe Branch, Kent Gustafson, Nienke Nieveen, Tjeerd Plomp, "Principles and Methods of Development Research" Dalam

- Design Approaches and Tools in Education and Training eds. London: Kluwer Academic Publisher, 1999.
- Kamus Bahasa Indonesia, Jakarta: Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, 2004.
- Kusnaka Adimihardja dan R. Harry Hikmat, Particapatory research Appraisal; Pengabdian dan Pemberdayaan masyarakat. Bandung: Humaniora Utama Press. 2003.
- Muhammad Fajar Frasmay, Supriyadi Supriyadi. 2020. "PENENGEMBANGAN VARIASI MODEL LATIHAN SHOOTING BOLABASKET DI KLUB GAJAH MADA TRENGGALEK." *Vol 2, No 3 (2020)* 81-87.
- Rafky Helri Kurnia, Dhika Bayu Mahardhika. 2022. "Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Keterampilan Dasar Free Throw Pada Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 1 Karawang." *Vol 8 No 19 (2022): Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 8: 533-536.
- Rizki Yuliandra, Eko Bagus Fahrizqi. 2019. "PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN JUMP SHOOT BOLA BASKET." *Vol. 3, No.1, Mei 2019* 3: 52-55.
- Soemardiawan, Susi Yundarwati. n.d. "Pengembangan Model Pembelajaran Shooting Bolabasket Berbasis Gerak." *Vol. 8, No. 1, Januari 2022* 484-490.
- Sukarmin, Yustinus. 2017. "pengembangan model permainan untuk pembelajaran teknik dasar bola basket di smp." *Keolahragaan*.
- Tjeerd Plomp, "Educational Design Research: An Introduction to Educational Design Research eds. Tjeed Plomp and Nienke Nieveen". Netherlands: 2010.
- Wahyudi, darmawan. januarto. dan. 2016. "Pengembangan Model Latihan Kombinasi Dribbling , Passing Dan Shooting Peserta Ekstrakurikuler Bola basket di SMP Negeri 2 Kota Malang. Pendidikan Jasmani." *pendidikan jasmani* 351–364.
- Zena Anfidi Langga, Supriyadi Supriyadi. 2017. "Pengaruh Model Latihan Menggunakan Metode Praktik Distribusi Terhadap Keterampilan Dribble Anggota Ekstrakurikuler Bolabasket SMPN 18 Malang." *Vol 1, No 1 (2017) > Langga* 1: 92-102.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Perhitungan Uji Coba Kelompok Kecil

Kelompok kecil - Mudah

| NO | Nama Pemain | | | | | | Nilai | Rata-Rata | % | keterangan |
|-----|-------------|-------|-------|-------|------|-------|-------|-----------|-----|--------------|
| | adel | tiara | davin | risky | raja | rafli | | | | |
| 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24 | 4.0 | 100 | Sangat Mudah |
| 6 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24 | 4.0 | 100 | Sangat Mudah |
| 7 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24 | 4.0 | 100 | Sangat Mudah |
| 8 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 23 | 3.8 | 96 | Sangat Mudah |
| 10 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 23 | 3.8 | 96 | Sangat Mudah |
| 11 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24 | 4.0 | 100 | Sangat Mudah |
| 12 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 22 | 3.7 | 92 | Sangat Mudah |
| 13 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 22 | 3.7 | 92 | Sangat Mudah |
| 14 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 23 | 3.8 | 96 | Sangat Mudah |
| 15 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 22 | 3.7 | 92 | Sangat Mudah |
| 16 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 22 | 3.7 | 92 | Sangat Mudah |
| 17 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 20 | 3.3 | 83 | Sangat Mudah |
| 18 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 22 | 3.7 | 92 | Sangat Mudah |
| 20 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 22 | 3.7 | 92 | Sangat Mudah |
| 22 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 23 | 3.8 | 96 | Sangat Mudah |
| 27 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 22 | 3.7 | 92 | Sangat Mudah |
| 28 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 17 | 2.8 | 71 | Mudah |
| 29 | 4 | 2 | 4 | 2 | 3 | 4 | 19 | 3.2 | 79 | Mudah |
| 30 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 15 | 2.5 | 63 | Mudah |
| Jml | 71 | 70 | 67 | 65 | 69 | 71 | 413 | 68.8 | 91 | Sangat Mudah |

Kelompok kecil – Menarik

| NO | Nama Pemain | | | | | | Nilai | Rata-Rata | % | keterangan |
|----|-------------|-------|-------|-------|------|-------|-------|-----------|----|----------------|
| | adel | tiara | davin | risky | raja | rafli | | | | |
| 5 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 19 | 3.2 | 79 | Menarik |
| 6 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 18 | 3.0 | 75 | Menarik |
| 7 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 17 | 2.8 | 71 | Menarik |
| 8 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 20 | 3.3 | 83 | Sangat Menarik |
| 10 | 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 18 | 3.0 | 75 | Menarik |

| | | | | | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|----|-----|------|-----|----------------|
| 11 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 20 | 3.3 | 83 | Sangat Menarik |
| 12 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 2 | 18 | 3.0 | 75 | Menarik |
| 13 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 21 | 3.5 | 88 | Sangat Menarik |
| 14 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 19 | 3.2 | 79 | Menarik |
| 15 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 20 | 3.3 | 83 | Sangat Menarik |
| 16 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 22 | 3.7 | 92 | Sangat Menarik |
| 17 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 21 | 3.5 | 88 | Sangat Menarik |
| 18 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 22 | 3.7 | 92 | Sangat Menarik |
| 20 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 22 | 3.7 | 92 | Sangat Menarik |
| 22 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 23 | 3.8 | 96 | Sangat Menarik |
| 27 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 23 | 3.8 | 96 | Sangat Menarik |
| 28 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 22 | 3.7 | 92 | Sangat Menarik |
| 29 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 22 | 3.7 | 92 | Sangat Menarik |
| 30 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24 | 4.0 | 100 | Sangat Menarik |
| Jml | 66 | 67 | 63 | 64 | 64 | 68 | 391 | 65.2 | 86 | Sangat Menarik |







Pengisian kuisioner





PEMERINTAH PROVINSI JAMBI
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 1 MERANGIN
Jln. Gn. Masurai No.105 Pasar Atas Bangko ■ 0746-21273 Fax: 0746-21273 Kode pos (37312)
Web : <http://www.smanegeri1merangin.sch.id> E-mail: info@smanegeri1merangin.sch.id



SURAT KETERANGAN

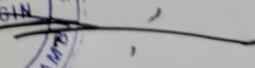
Nomor : 422/314/SMA N-1 Mrg/Mn-2023

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Merangin Kabupaten Merangin Propinsi Jambi, Menerangkan dengan sebenarnya :

Nama : Riko Ryan Pratama
NIM : K1A218098
Jurusan : Pendidikan Keplatihan Olahraga
Program Studi : Keplatihan Olahraga

Telah melaksanakan penelitian di SMA Negeri 1 Merangin dari tanggal **05 September s/d 29 September 2023** dengan judul “ *Pengembangan Video Model Latihan Teknik Dasar Bola Basket Siswa SMA Negeri 1 Merangin* “.

Demikianlah surat Keterangan ini kami berikan pada yang bersangkutan, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Merangin, 05 September 2023
Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Merangin

DIAN ANDRIADI, S.Pt., M.M
NIP. 19740217 200801 1 013