

PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN RENANG GAYA DADA BAGI SISWA SMP

Ruslan Abdul Gani¹, Setio Nugroho², Rolly Afrinaldi³

¹Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Singaperbangsa Karawang

²Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Singaperbangsa Karawang

³Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Singaperbangsa Karawang

rabdulgani76@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian pengembangan ini adalah untuk menghasilkan suatu model pembelajaran Renang Gaya Dada untuk siswa kelas 1 Sekolah Menengah Pertama. Penelitian ini menggunakan metode pengembangan model atau Research and Development (R&D). Sampel yang diambil pada penelitian ini adalah 40 orang siswa kelas 1 Sekolah Menengah Pertama, Telagasari. Uji efektifitas dari model pengembangan renang gaya dada ini menghasilkan t-Hitung $17.54 > t\text{-tabel } 2,02$ dan H_a diterima, ini artinya model pembelajaran gaya dada yang baru lebih baik daripada model latihan yang lama. Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa: (1) Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP dapat dikembangkan dan diterapkan dalam pembelajaran serta meningkatkan keterampilan renang gaya dada. (2) Model pembelajaran renang gaya dada ini lebih efektif dan efisien sehingga membuat para siswa tertarik dan termotivasi untuk mengikuti pelajaran pendidikan jasmani.

Kata Kunci: Model Pembelajaran, Renang Gaya Dada

ABSTRACT

The aim of the research and development is to produce a model of learning Breaststroke Swimming in grade 1 Junior High School Students. This study uses the development of research methods Research & Development (R & D). The subjects in this study were 40 students of 1th Junior High School, Telagasari. Test the effectiveness of the development model of breaststroke swimming resulted t count the t-table was $17.54 > 2.02$ H_a accepted this means that the new model of breaststroke swimming better than the old model of learning. So that the results in this study can be concluded that: (1) Breaststroke Swimming Skills Learning Model for Junior High School can be developed and applied in learning and improving breaststroke swimming skills. (2) new model of breaststroke swimming is more effective and efficient thus improving students, interested and motivated for students in learning physical education.

Keyword: Learning Model, Breaststroke Swimming

PENDAHULUAN

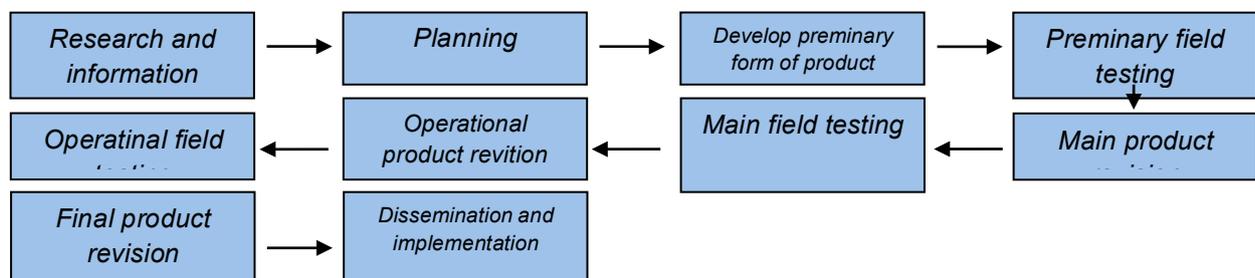
Gerak merupakan sebuah kebutuhan bagi anak, karena masa anak-anak adalah masa dimana keingintahuan akan sesuatu sangat tinggi, dengan anak banyak bergerak maka akan terbangun keseimbangan antara faktor anatomi, fisiologis dan psikologisnya, beda halnya kalau anak kurang gerak maka akan mudah sakit dan perkembangan tubuhnya tidak bagus, karena otot dan tulangnya serta mentalnya tidak berkembang dengan baik, maka dari itu pentingnya gerak bagi anak, proses pembelajaran pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat besar bagi perkembangan anak menuju sehat secara paripurna. Rendahnya pemanfaatan waktu belajar juga merupakan indikator lainnya yang menjadi penyebab rendahnya efektivitas pengajaran yang diantaranya berkaitan dengan penerapan model pembelajaran. Bila gejala ini terus berlanjut maka merupakan ancaman serius bagi bangsa Indonesia dimasa yang akan datang dalam arti bangsa Indonesia tidak akan lagi memiliki generasi yang mempunyai ketahanan fisik maupun mental terhadap wabah penyakit kurang gerak hipokinetik. (Surya Adi Saputra, 2015). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang di desain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan

motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa (Samsudin, 2008:2-3). Proses pembelajaran harus dilakukan dengan menarik dan guru harus kreatif dalam membuat design pembelajaran supaya siswa memiliki kemauan untuk bergerak dan mengikuti proses pembelajaran, hasil dari pengamatan, observasi dan wawancara dilapangan bahwa guru kurang memiliki semangat dalam berkreaitifitas dan berinovasi dalam proses pembelajarannya, terkesan pembelajaran sangat monoton menjadikan siswa malas untuk mengikuti pembelajarannya, seharusnya guru memegang konsep pembelajaran penjas dan memahami karakteristik siswa, dan menentukan model pembelajaran yang cocok untuk setiap jenjang pendidikan, sehingga proses pembelajaran penjas disekolah ada semacam kesinambungan proses pembelajaran, tidak sama saja antara tingkatan SD, SMP dan SMA. Menurut Muhammad Rohman dan Sofan Amri (2013:110) berbicara tentang perilaku siswa sebagai tujuan belajar, saat ini para ahli pada umumnya sepakat menggunakan pemikiran dari Bloom (Gulo, 2005) sebagai tujuan pembelajaran. Proses pembelajaran harus memiliki tingkatan yang berbeda supaya anak lebih tertarik megikuti proses pembelajaran penjas. melihat fakta dilapangan proses pembelajaran renang gaya dada ini sangat monoton dan bahkan anak tidak diajarkan tahapan pembelajaran dari tingkat mudah-sedang-tinggi, terkadang langsung ke gerakan keseluruhan, yang akhirnya anak menjadi bingung dalam melakukan gerakan gaya dada tersebut, model pembelajaran di materi akuatik ini harus dikembangkan supaya siswa bisa mengikuti proses tahapan pembelajaran dan bisa melakukan gerak renang yang diajarkan Untuk itu, dalam membina dan meningkatkan pengembangan kemampuan daya gerak siswa SMP terhadap pembelajaran renang, guru penjas harus merancang bentuk-bentuk latihan atau permainan yang menarik saat pembelajaran berlangsung dan harus disesuaikan dengan karakteristik dari siswa SMP. Menurut Husdarta dan Yudha M Saputra (2000:35) model pembelajaran merupakan sebuah rencana yang dimanfaatkan untuk merancang pengajaran. Olahraga renang termasuk dalam jenis olahraga aquatik yang diajarkan di sekolah. Maka, tugas dari seorang guru pendidikan jasmani harus mengajarkannya. Olahraga renang dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk memahami serta beradaptasi terhadap lingkungannya (Widiastuti & Fatin, 2017). Persatuan olahraga renang untuk tingkat dunia disebut FINA (Federation International de Nation Amateur) sedangkan untuk tingkat nasional persatuan renang disebut PRSI (Persatuan Renang Seluruh Indonesia). Olahraga renang terdiri atas empat gaya yang sering dipertandingkan tingkat internasional maupun nasional yaitu gaya dada, gaya bebas, gaya kupu-kupu dan gaya punggung (Roji, 1994:64). Menurut Karnadi (2008:26) sikap tubuh yang horizontal sedatar mungkin dengan permukaan air, sikap kepala pada waktu mengambil nafas pada gaya dada pada waktu kepala naik di atas permukaan air untuk bernafas, harus diusahakan serendah mungkin sehingga bibir bawah tepat pada permukaan air, sedang pada waktu kepala masih diatas, diusahakan sebagian kecil dari rambut kepala maasih di atas air, diusahakan sebagian kecil dari rambut kepala masih di atas permukaan air. Dengan jalan tersebut maka sikap (posisi) badan akan semakin stream line, dalam melakukan renang gaya dada. penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Nabella Faradilla NN dengan judul penelitian Pengembangan Model Permainan Gather Ball Dalam Pembelajaran Renang Untuk Siswa Kelas VII Smp N 2 Ambarawa Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2014/2015 dengan hasil penelitiannya adalah Dari penelitian ini diperoleh data evaluasi ahli Renang 88,89%, ahli pembelajaran penjasorkes 91,30%, rata-rata persentase sebesar 90,09% sehingga memenuhi kriteria “sangat baik”. Sedangkan data uji coba skala kecil didapat persentase 81,06% dan uji coba lapangan 86,37%, memenuhi kriteria “baik”. Sehingga dari data tersebut “Pengembangan model permainan gather ball dapat digunakan dalam proses pembelajaran penjasorkes pada siswa kelas VII sekolah menengah pertama dan penelitian yang dilakukan oleh Bayu Adhi Nugroho dengan judul penelitiannya Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Renang Gaya Dada Melalui Permainan Triangle Pada Siswa Kelas VIII E Smp Negeri 36 Semarang Tahun 2015 dengan hasil penelitiannya Dari hasil penelitian yang diperoleh dari tiap siklusnya yaitu, diperoleh hasil belajar renang gaya dada pada siklus I ketuntasan klasikal sebanyak 6 siswa atau 25% dengan kriteria “rendah”. Pada

siklus II ketuntasan klasikal sebanyak 23 siswa atau 95,83% dengan kriteria “ memuaskan”. Ini berarti ada kenaikan ketuntasan yaitu 17 siswa (70,83%). Berdasarkan data hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan hasil belajar renang gaya dada dengan permainan triangle dikatakan berhasil, karena hasil yang diperoleh sudah melampaui indikator ketuntasan belajar siswa. Saran bagi guru penjasorkes adalah model permainan triangle sebagai alternatif untuk meningkatkan hasil belajar renang gaya dada dan Surya Adi Saputra dengan judul penelitiannya adalah Pengembangan Model Pembelajaran Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP, dengan hasil bahwa model pembelajaran renang gaya dada dapat meningkatkan kemampuan renang gaya dada siswa SMP Al-Azhar, peneliti mengembangkan kembali model-model pembelajaran yang lebih variatif dari penelitian sebelumnya. Peneliti ingin memberikan pembelajaran yang menarik dengan meneliti membuat sebuah pengembangan model pembelajaran renang gaya dada bagi siswa sekolah tingkat SMP. Model pembelajaran yang ingin dikembangkan lebih banyak variasi gerakan dan menggunakan pola tahapan pembelajaran dari tingkat mudah, sedang sampai ketahap sulit sehingga siswa akan lebih tertarik.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatif, pendekatan dengan tujuan menemukan jawaban dari masalah melalui rumusan masalah yang telah dirumuskan yaitu latihan renang gaya dada yang efektif pada siswa SMP. Hasil akhir berupa model pembelajaran pada materi renang gaya dada akan menghasilkan produk berupa desain pembelajaran yang lengkap dengan spesifikasi produknya sekaligus menguji keefektifan dari model pembelajaran yang dibuat, sehingga dapat meningkatkan keterampilan renang gaya dada pada siswa SMP dan dapat juga digunakan sebagai pegangan dalam kegiatan pembelajaran renang gaya dada. Penelitian dan pengembangan dari pembelajaran ini menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatif serta menggunakan sepuluh tahapan model pengembangan *Research & Development (R &D)* dari Borg dan Gall.



Gambar .1 *Instructional Design RandD*

Sumber: Walter R. Borg and Meredith D. Gall, *Educational Research: An Introduction*, 4th Edition. (New York: Longman Inc., 1983)

Analisis Kebutuhan

Analisis kebutuhan ini bertujuan menentukan apakah model pembelajaran renang gaya dada ini dibutuhkan atau tidak bagi pembelajaran renang di sekolah tersebut. Peneliti melakukan observasi di SMP Negeri 3 telagasari Kabupaten Karawang mengenai pelaksanaan pembelajaran penjas dan melakukan wawancara dengan guru penjasorkes serta mengamati sarana, prasarana di sekolah tersebut.

Pembuatan Draf Produk Awal

Berdasarkan analisis kebutuhan, maka langkah selanjutnya adalah peneliti merancang produk yang sesuai dengan analisis kebutuhan tersebut yang berupa draf produk awal model pembelajaran renang gaya dada berdasarkan kajian teori, hasil observasi dan wawancara serta pelaksanaan pembelajarannya

Validasi Ahli

Sebelum produk pembelajaran yang dikembangkan diujicobakan, maka produk yang dibuat dievaluasi terlebih dahulu oleh ahli renang dan ahli pembelajaran penjasorkes yang kemudian divalidasi untuk

mengetahui layak atau tidak layaknya produk untuk diujicobakan. Hasil evaluasi dari para ahli yang berupa masukan dan saran terhadap produk kemudian dianalisis dan digunakan sebagai acuan dasar pengembangan produk. Penilaian terhadap produk dilakukan dengan lembar kuesioner dengan pernyataan bentuk checklist menggunakan skala pengukuran Likert dengan skala 1 sampai dengan 5. Penilaian ini bersifat penilaian rasional karena belum fakta lapangan atau belum diujicobakan

Perbaikan Draf Produk Awal

Setelah draf produk awal divalidasi oleh ahli renang dan ahli pembelajaran penjasorkes maka selanjutnya draf produk awal diperbaiki sesuai dengan saran dari para ahli untuk mengurangi kelemahan-kelemahan produk yang dikembangkan sebelum diujicobakan.

Uji Coba Skala Kecil

Setelah membuat produk awal kemudian divalidasi dan produk telah diperbaiki berdasarkan saran dari para ahli, selanjutnya produk diujicobakan dalam kelompok kecil. Subjeknya berjumlah 20 siswa yang terdiri dari siswa putra dan putri kelas VII SMP N 1 Telagasari tahun ajaran 2017/ 2018. Selain kuisisioner untuk ahli, pengumpulan data uji coba skala kecil untuk peserta didik menggunakan teknik observasi (untuk memperoleh data afektif dan psikomotor), kuisisioner (untuk memperoleh data kognitif), serta dokumentasi (untuk memperoleh foto dan video penelitian). Untuk memperoleh data ranah afektif peserta didik, dilakukan dengan teknik pengamatan pada awal pembelajaran sampai pembelajaran berakhir. Untuk memperoleh data ranah psikomotorik peserta didik, dilakukan dengan pengamatan ketika peserta didik melakukan model pembelajaran renang gaya dada yang terdapat dalam produk pengembangan. Untuk memperoleh data ranah kognitif peserta didik, digunakan lembar kuisisioner yang diberikan diakhir pembelajaran

Revisi Produk Pertama

Revisi produk pertama diperoleh dari hasil evaluasi ahli Renang dan ahli pembelajaran penjasorkes dengan menggunakan kuisisioner, serta melihat kendala-kendala yang terjadi pada proses uji coba skala kecil. Setelah mendapat saran perbaikan dari ahli pada proses uji coba skala kecil kemudian produk diperbaiki sesuai dengan saran ahli dan kondisi dilapangan ketika uji skala kecil. Produk yang direvisi merupakan produk akhir yang akan digunakan pada uji coba lapangan.

Uji Coba Lapangan

Uji coba lapangan menggunakan subjek uji coba 40 siswa (putra dan putri) kelas VII SMP N 3 Telagasari tahun ajaran 2017/ 2018. Data uji coba lapangan dihimpun dengan menggunakan teknik kuisisioner, observasi dan dokumentasi. Kuisisioner digunakan untuk memperoleh data kognitif peserta didik, observasi digunakan untuk memperoleh data afektif dan psikomotor peserta didik, serta dokumentasi untuk memperoleh foto dan video penelitian. Untuk memperoleh data ranah afektif peserta didik dilakukan dengan pengamatan pada awal pembelajaran sampai pembelajaran berakhir. Untuk memperoleh data ranah psikomotorik peserta didik dilakukan dengan pengamatan ketika peserta didik melakukan pembelajaran renang gaya dada yang terdapat dalam produk pengembangan. Untuk memperoleh data ranah kognitif peserta didik, digunakan lembar kuisisioner yang diberikan diakhir pembelajaran

Revisi Produk Akhir

Setelah produk diuji coba lapangan, kemudian produk direvisi berdasarkan uji coba lapangan yang telah dilaksanakan. Revisi produk ini dapat digunakan untuk mengetahui kelemahan maupun kelebihan dari produk yang dikembangkan setelah digunakan dalam proses pembelajaran

Hasil akhir

Produk pengembangan dari uji lapangan yang berupa pengembangan model pembelajaran renang gaya dada.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Teknik yang digunakan dalam mengolah data hasil penelitian yang diperoleh dari para ahli cabang olahraga, guru, dan siswa dengan menggunakan teknik persentase. Tabel berikut menyajikan data hasil studi pendahuluan, validasi data dari ketiga para ahli, serta uji coba kelompok kecil, uji coba kelompok besar dan uji pelaksanaan lapangan serta draf model final.

Need Assessment Model

Studi Pendahuluan

Studi Kepustakaan berkaitan dengan: (1) Keterampilan renang gaya dada dilaksanakan dalam lima tahap penilaian, yaitu: a) posisi badan, b) gerakan kaki, c) bernafas., d) gerakan lengan, e) gerak koordinasi. (2) Keterampilan gerak merupakan gerak yang mengikuti serangkaian pola atau bentuk tertentu yang melibatkan koordinasi serta kontrol sebagian tubuh atau keseluruhan tubuh yang bisa dilakukan setelah melalui proses belajar gerak. (3) Renang merupakan bentuk keterampilan di air dan penguasaannya dipelukan pembelajaran berulang-ulang dalam tempo waktu tertentu, sebelum menguasainya. (4) Model pembelajaran renang Renang Gaya Dada Pada siswa SMP dapat dikembangkan dan diterapkan dalam pembelajaran renang gaya dada serta meningkatkan keterampilan renang gaya Dada.

Analisis kebutuhan (melalui observasi) yaitu (1) Pembelajaran yang diberikan masih belum optimal dalam meningkatkan keterampilan renang gaya dada Pada siswa SMP. (2) Guru belum menggunakan model pembelajaran yang spesifik untuk meningkatkan keterampilan renang gaya dada Pada Siswa SMP. (3) Hasil observasi dari lapangan menunjukkan, bahwa Proses pembelajaran yang dilakukan adalah siswa bermain di dalam kolam dan kurang ada pembelajaran yang spesifik karena banyak siswa yang bebas bermain tanpa instruksi dan hanya sebatas dalam pengawasan guru. (4) Pembelajaran yang diberikan belum fokus kepada siswa SMP. (5) Guru secara general melaksakan proses pembelajaran dikarenakan jumlah siswa yang banyak dengan kelompok umur yang bervariasi berbanding terbalik dengan sedikitnya jumlah guru pada saat proses mengajar berlangsung.

Validasi Ahli

Hasil Validasi ahli Renang (n=3), Validasi dari ketiga para ahli renang diperoleh hasil (91,76%) untuk Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP sehingga Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP sangat layak digunakan. Peneliti membuat konsep model pembelajaran awal yang di kembangkan sebanyak 34 model pembelajaran, setelah berdiskusi dengan para ahli, mereka menyarankan untuk menyempurnakan kembali model tersebut dengan memperhatikan tingkat kesulitan, variasi pembelajaran dan sarana prasarana yang digunakan.

Hasil Validasi ahli Renang (n=3) dengan jumlah kuisisioner instrument sebanyak 204 butir pertanyaan. (1) Validasi dari ketiga para ahli renang diperoleh hasil (86,30%) untuk Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP, sehingga Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP sangat layak digunakan. (2) Dari ketiga ahli diperoleh masukan penyusunan model dari yang mudah kemudian bertahap variasi yang lebih sulit. Sebagai garis besar urutan pembelajaran keterampilan dasar renang gaya dada masukan dari para ahli yaitu: a) Posisi Badan, b) Gerakan Kaki, c) Gerakan Nafas, d) gerakan lengan, e) Gerakan keseluruhan.

Uji Coba

Hasil Ujicoba kecil (n= 20) dengan Jumlah Intrument 204 butir pertanyaan (1) Validasi dari ketiga para ahli renang diperoleh hasil (82,06%) untuk Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP, sehingga Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP sangat layak digunakan. (2) Dari uji coba kelompok kecil diperoleh masukan (a) Model 13: gerakan kaki diangkat sampai rata-rata air, (b) Model 18: lebih baik menggunakan papan luncur dibandingkan dengan bola menjaga keamanan pada saat mengapung di air. (3) Penjelasan mengenai aturan pelaksanaan lebih

disempurnakan. (4) Pada saat melakukan pembelajaran renang guru harus lebih banyak mengawasi karena dikhawatirkan ada beberapa anak yang luput dari pengawasan dan akan beresiko tenggelam.

Hasil Uji coba lapangan (n=40 dengan jumlah instrument sebanyak 204 butir pertanyaan. (1) Validasi dari ketiga para ahli renang diperoleh hasil (85,29%) untuk Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP, sehingga Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP sangat layak digunakan. (2) Catatan lapangan berdasarkan hasil pengamatan pada uji coba lapangan ini antara lain Tingkat keamanan penggunaan alat dalam pembelajaran renang gaya dada bagi siswa SMP, dinyatakan sudah aman dan layak untuk digunakan. (3) Antusiasme siswa akan mengalami peningkatan jika pembelajaran renang gaya dada diberikan berupa model-model yang bervariasi dan tidak mengurangi inti pembelajaran itu sendiri. (4) Penggunaan alat-alat bantu yang mudah didapat dinyatakan oleh para ahli sudah baik, namun disesuaikan dengan kebutuhan. (5) Penyusunan model dimulai dari model yang mudah dilakukan dilanjutkan ke jenjang model yang lebih sulit dilakukan, para ahli menyatakan model sudah tersusun dengan baik. (6) Para Ahli menyatakan efektivitas penyusunan model pembelajaran renang gaya dada bagi siswa SMP dilihat sudah efektif untuk membantu guru dalam mencapai tujuan pembelajaran renang khususnya renang gaya dada. (7) Secara umum seluruh siswa mampu melakukan intruksi yang diberikan sesuai dengan harapan yang diinginkan peneliti.

Model Final

Setelah melakukan serangkaian uji coba dan revisi serta penyempurnaan terhadap draft model. Maka tersusunlah Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP yang terdiri dari 34 bentuk variasi model pembelajaran.

Tabel 1. Variasi Model

Model	Nama Variasi Gerakan	Tujuan	Deskripsi Gerakan
Posisi Badan			
1	Mengapung di air dengan bantuan teman	Meningkatkan kemampuan adaptasi dengan air dan daya apung badan	Dengan dibantu 2 orang teman 1 orang dengan memegang kaki dan 1 orang memegang tangannya dengan bergerak maju kedepan
2	Mengapung di air tanpa bantuan teman	Meningkatkan kemampuan adaptasi dengan air dan daya apung badan serta kepercayaan diri	Posisi awal berdiri kedua lengan lurus kedepan dan perlahan angkat kedua kaki sampai lurus kebelakang dan tahan selama 10 detik untuk mengapung di air
3	Mengapung di air memegang Gutter kolam	Meningkatkan kemampuan adaptasi dengan air dan daya apung badan	Berdiri menghadap gutter kolam dan pegang gutter kolam terus kedua kaki luruskan kebelakang sampai posisi telungkup dan lurus tahan 10 detik
4	Meluncur menembus hola hop	Meningkatkan kemampuan adaptasi dengan air dan daya apung badan serta keberanian	Berdiri bersandar pada tembok kolam dan lakukan tolakan dengan posisi meluncur dan masuk melewati hola hop
Gerakan Nafas			
5	Meniup bola	Adaptasi dengan air dan supaya berani dalam mengambil nafas	Posisi setengah jongkok lalu tiup bola sambil berjalan maju sejauh 15 meter
6	Jungkat Jungkit	Meningkatkan kemampuan bernafas	Posisi awal berdiri berpasangan sambil berhadapan dan bergantian masuk ke dalam kolam masing-masing menghitung sebanyak 5 hitungan baru bergantian masuk ke dasar kolam sambil jongkok
7	Duduk di	Meningkatkan kemampuan	Masuk ke dasar kolam dengan posisi duduk di

	dasar kolam	menahan nafas	dasar kolam tahan selama 10 hitungan lambat
8	Berburu koin	Meningkatkan kemampuan menahan nafas dan bernafas	Berpasangan dengan teman, bergantian menabur koin ke dasar kolam dan mengambil koin yang ada didasar kolam
Gerakan kaki			
9	Gerak menaiki tangga	Meningkatkan kekuatan kaki	Berdiri dengan mengangkat paha bergantian
10	Gerak kedepan dengan membuka paha kesamping	Meningkatkan kemampuan tendangan kaki gaya dada	Berdiri dengan mengangkat paha dan membuka kaki kesamping lakukan selajauh 15 meter
11	Gerakan menendang pantat	Meingkatkan kemampuan kaki gaya dada	Berdiri dengan menekuk lutut kebelakang bergantian sampai menyentuh pantat
12	Lompat kijang	Meningkatkan kemampuan kekuatan otot tungkai dan kaki	Lari di air dengan mengangkat paha tinggi
13	Lomba lari di air	Meningkatkan kemampuan kekuatan otot tungkai dan kaki	Berdiri dan lakukan lomba lari dengan secepat mungkin sampai garis finish
14	Loncatan vertikal	Meningkatkan kemampuan tendangan kaki gaya dada	Lakukan loncatan keatas dari dasar kolam dengan kedua tangan lurus keatas.
15	Tendangan samping	Meningkatkan kemampuan tendangan kaki gaya dada	Berdiri dan luruskan kaki kesamping bergantian kaki kanan dan kiri lakukan masing masing kaki sebanyak 10 kali
16	Gerak menaiki tangga berpasangan	Meningkatkan kekuatan otot paha dan tugkai kaki	Berpasangan dengan kedua lengan sambil pegangan menyilang dan berputar berlawanan arah
17	Mendorong Becak	Meningkatkan kemampuan adaptasi kaki gaya dada	Berpasangan yang melakukan menghadap tembok kolam berpegangan pada gutter kolam, kedua kaki lurus kebelakang dan rekannya memegang kedua kaki sambil membantu melakukan gerakan kaki gaya dada
18	Mengapung dengan papan luncur	Meningkatkan kemampuan kaki gaya dada	Lakukan gerakan kaki gaya dada dengan memegang papan luncur dengan posisi badan vertikal lakukan selama 1 menit
19	Telungkup diatas papan luncur	Meningkatkan kemampuan kaki gaya dada	Menggunakan papan luncur dengan ditempatkan di dada dengan posisi telungkup dan lakukan gerakan kaki dada sejauh 15 meter
20	Menarik Becak	Meningkatkan kemampuan kordinasi gerakan kaki gaya dada	Berpasangan, yang melakukan memegang holahop dengan melakukan gerakan kaki gaya dada dan temannya menarik dan berlari sejauh 15 meter dan bergantian melakukannya
21	Kaki gaya dada dengan memegang papan luncur	Meningkatkan kemampuan kordinasi kaki gaya dada	Dengan bantuan papan luncur lakukan gerakan kaki gaya dada sejauh 15 meter
22	Kaki gaya dada tanpa papan luncur	Meningkatkan kekmpuan koordinasi kaki gaya dada dan kepercayaan diri	Lakukan gerakan kaki gaya dada tanpa bantuan papan luncur sejauh 15 meter
Gerakan Lengan			
23	Mendorong	Meningkatkan kekuatan	Berdiri dengan dengan kedua lengan

	papan luncur kebawah air	otot lengan	memegang sisi papan dan dorong papan luncur ke dalam kolam sampai posisi kedua lengan lurus lakukan sebanyak 20 kali
24	Mengangkat tubuh dikolam	Meningkatkan kekuatan otot lengan	Berdiri menghadap tembok kolam kedua tangan memegang gutter kolam dan angkat tubuh keatas dengan posisi badan tetap lurus lakukan sebanyak 8 kali
25	Membuka kearah samping dan mendorong kebawah	Meningkatkan kemampuan lengan gaya dada	Berdiri dengan kedua lengan membuka didepan dada lalu dorong kebawah dan tempelkan kedua siku dan tangan sampai rapat
26	Menggambar angka delapan	Meningkatkan adaptasi dengan air dan kemampuan lengan gaya dada	Berdiri kedua tangan dibawah air dan imajinasikan kedua tangan membuat angka delapan lakukan sebanyak 10 kali
27	Mendayung papan luncur	Meningkatkan kekuatan otot lengan	Berdiri dikolam dengan kedua lengan memegang kedua sisi papan luncur dan lakukan gerakan mendayung lakukan sebanyak 20 kali
28	Operan dada	Meningkatkan kekuatan otot lengan	Berdiri dikolam dengan kedua lengan memegang sisi papan luncur, lakukan gerakan dorongan kedepan sebanyak 20 kali
29	Gerakan Membuka jendela	Meningkatkan kemampuan lengan gaya dada	Berdiri dikolam dengan kedua lengan rapat didepan dada dan lakukan gerakan membuka dan menutup usahakan kedua sikut jangan sampai turun harus membentuk sudut 90 derajat, lakukan sebanyak 10 kali
30	Kedua Tangan lurus kedepan membuka ,menarik dan lurus kedepan	Meningkatkan kemampuan koordinasi gerakan lengan gaya dada	Posisi membungkuk kedua lengan lurus kedepan dan lakukan gerakan kedua lengan membuka, menarik dan mengambil nafas lalu mendorong kedua lengan lurus kedepan lakukan sebanyak 10 kali
31	3 kali langkah kedepan dan lakukan gerakan membuka,men arik dan kedua lengan lurus kedepan		Posisi membungkuk kedua lengan lurus kedepan dan sambil melangkah 3 kali kedepan lakukan gerakan kedua lengan membuka, menarik dan mengambil nafas lalu mendorong kedua lengan lurus kedepan sejauh 15 meter
32	Gerobak dorong	Meningkatkan kemampuan koordinasi gerakan lengan gaya dada	Berpasangan, yang melakukan dengan posisi telungkup dengan kedua kaki mengapit badan rekannya sambil di dorong kedepan sambil melakukan gerakan lengan gaya dada sejauh 15 meter dan bergantian melakukan
Gerakan Keseluruhan (Koordinasi gerakan)			
33	2 kali kaki 1 kali lengan	Meningkatkan kemampuan koordinasi renang gaya dada	Posisi berdiri dan lakukan luncuran lalu lakukan gerakan kaki gaya dada 2 kali dan lengan gaya dada 1 kali sejauh 20 meter
34	1 kali lengan 1 kali kaki	Meningkatkan kemampuan koordinasi renang gaya dada	Posisi berdiri dan lakukan luncuran lalu lakukan gerakan kaki gaya dada 1 kali dan lengan gaya dada 1 kali sejauh 20 meter

Untuk mengetahui keefektifan dari penerapan model final sehingga tercapainya tujuan penelitian. Dengan demikian pendekatan kuantitatif digunakan untuk mencari efektifitas tersebut dengan rancangan penelitian pra-eksperimen berbentuk *the one group pretest-posttest design*. untuk menguji efektifitas model ini melalui persyaratan yaitu: 1) uji persyaratan analisis data dan (2) uji-t berikut ini :

Uji persyaratan analisis data

Data hasil penelitian yang sudah didapat perlu diuji terlebih dahulu sebelum dianalisa dengan uji normalitas sebagai persyaratan analisis data. Berdasarkan hasil perhitungan uji normalitas data terhadap data tes awal diperoleh nilai L- Hitung 0,1271 lebih kecil dari pada L-Tabel 0,1401, maka dapat disimpulkan bahwa data tes awal berdistribusi normal. Hasil data tes akhir diperoleh nilai L- Hitung 0,1287 lebih kecil dari pada L-Tabel 0,1401, maka kesimpulannya data tes akhir berdistribusi normal.

Uji-t.

Setelah pengujian normalitas dilanjutkan Uji-t untuk mengetahui keefektifan Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP. Hasil perhitungan disajikan pada tabel di bawah ini :

Tabel 2. Uji Perbedaan Efektivitas Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Tes_AWAL	14,85	40	1,292	,204
Tes_AKHIR	19,18	40	1,738	,275

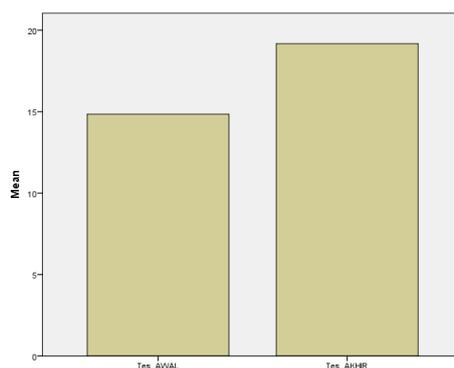
	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Tes_AWAL & Tes_AKHIR	40	,503	,001

	Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Tes_AWAL - Tes_AKHIR	4,325	1,559	,246	4,824	3,826	17,547	39	,000

Berdasarkan analisis pengolahan data diperoleh nilai rata-rata pre test 14.85 dan rata-rata post test 19.18, standart deviasi pretest 1.29 dan post test 1.73, rata-rata pre test dan post test 4.32 dan standart deviasi 1.55. nilai t hitung 17.54.

Berdasarkan tabel di atas df= 39 sehingga nilai t-tabel 2,02 taraf signifikasni 0,05. Karena nilai t-Hitung 17.54 > t-tabel 2,02 maka H₀ ditolak, Berdasarkan keterangan tersebut dapat dikatakan bahwa Model Renang Gaya dada untuk Siswa SMP efektif dan dapat meningkatkan keterampilan renang dada untuk siswa SMP.

Berikut perbandingan hasil dari tingkat kemampuan siswa sebelum pemberian *treatment* dan sesudah pemberian *treatment* dengan model-model Pembelajaran renang gaya dada bagi siswa SMP dengan diagram batang :



**Gambar 2. Diagram Batang
(Uji Efektivitas)**

Pembahasan

Kesimpulan berdasarkan Hasil uji coba kelompok kecil dan kelompok besar bahwa Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP dapat digunakan dalam Pembelajaran renang bagi siswa serta layak dan efektif untuk meningkatkan kemampuan renang gaya dada.

Pada pembahasan akan dikemukakan 4 penjelasan yaitu: (1) keunggulan model (2) kelemahan model (3) faktor pendukung model (4) faktor penghambat model

Keunggulan Model

Keunggulan Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP terlihat dengan adanya buku panduan berupa produk akhir dan media Pembelajaran keterampilan renang gaya dada yang disusun dengan kombinasi gerakan dari mudah sampai tersulit yang fokus terhadap siswa. Guru renang akan sangat terbantu dengan adanya buku panduan dan media Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada.

Kelemahan Model

Kelemahan Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa ini setiap variasi model Pembelajaran saling berkaitan maka siswa harus menguasai variasi model Pembelajaran dengan baik. Apabila salah satu variasi model Pembelajaran tidak dapat dikuasai maka akan menghambat terhadap proses Pembelajaran model Pembelajaran yang tingkatannya lebih sulit.

Faktor Pendukung Model

Produk yang telah dikembangkan ini bertujuan untuk meningkatkan ketercapaian tujuan Pembelajaran renang bagi siswa serta sangat bermanfaat bagi para guru, maka secara tidak langsung memotivasi penulis untuk menciptakan Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP. Antusiasnya beberapa sekolah yang dijadikan tempat uji coba kecil dan uji coba besar memudahkan peneliti untuk melaksanakan serangkaian proses penelitian dan proses pengambilan data.

Faktor Penghambat Model

Kemampuan peneliti sudah maksimal dalam melaksanakan penelitian ini, namun peneliti mendapatkan banyak hambatan dalam proses penelitian sebagai bahan pertimbangan dalam menggeneralisir dalam menentukan hasil dari penelitian yang dicapai. Adapun faktor penghambat dalam proses penelitian sebagai berikut: (1) Waktu pemberian treatment yang sangat sedikit supaya tidak mengganggu program Pembelajaran sekolah. (2) Pelaksanaan treatment yang kurang maksimal karena kolam renang di pakai pengunjung lainnya.. (3) Anggaran biaya untuk melakukan penelitian yang sangat sedikit. (4) Beberapa faktor psikologis pun ikut serta mempengaruhi hasil penelitian. Faktor yang tidak dapat dikontrol oleh peneliti, antara lain : minat siswa, kepercayaan siswa, dan faktor psikologis lainnya.

SIMPULAN

Hasil penelitian berdasarkan pengolahan data yang diperoleh terdiri dari validasi ahli, uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar serta pembahasan dari hasil penelitian, maka peneliti dapat

menarik kesimpulan bahwa (1)Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada Siswa SMP dapat dikembangkan dan diterapkan dalam pembelajaran serta meningkatkan keterampilan renang gaya dada. Model pembelajaran disusun berdasarkan prinsip keterampilan renang gaya dada serta bermanfaat dijadikan referensi bagi guru. (2)Model renang yang telah dikembangkan, diperoleh hasil data data yang efektif. Model Pembelajaran Keterampilan Renang Gaya Dada Pada siswa sangat sederhana, mudah dipahami dan dapat diterapkan dari segi kesesuaian, variasi, serta kemasan yang sangat menarik dari produk buku yang dilengkapi dengan media pembelajaran sehingga memudahkan para guru dan siswa dalam memahami materi pembelajaran dan meningkatkan efektifitas dalam proses pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Gall, M.D, Borg, WR. &. 1979. *Education research: An introduction*. 3rdEd London.
- Karnadi, Indik, dkk. 2008. *Renang*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Muhammad, Rohman, dan Sofan Amri. 2013. *Strategi & Desain Pengembangan Sistem Pembelajaran*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya
- Nugroho, Bayu Adhi. 2015. *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Renang Gaya Dada Melalui Permainan Triangle pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 36 Semarang Tahun 2015*. Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang
- Noveminaila, Nabella Faradilla Noor.2015.*Pengembangan model permainan gather ball dalam pembelajaran renang untuk siswa kelas VII SMP N 2 Ambarawa Kabupaten SemarangTahun Ajaran 2014/2015*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang.
- Roji.1994.*Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Klaten Utara: PT INTAN PARIWARA.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/MTs*. Jakarta : Litera
- Saputra, H Yudha usdarta dan. 2000. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Depdiknas
- Adi, Surya Saputra. 2015. *Pengembangan Model Pembelajaran Renang Gaya Dada Bagi Siswa SMP*. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Volume 14 Nomer 2.
- Widiastuti, Hamamah, Fatin. 2017. Model Pembelajaran Renang (fh) bagi Siswa Prasekolah. Jurnal Pendidikan Usia Dini. Volume 11 Edisi 2, 359.

MENINGKATKAN KETERAMPILAN SERVIS ATAS BOLA VOLI MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN

Sarja Wiguna

Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

Email: sarjawiguna@yahoo.com

ABSTRAK

Penelitian ini untuk meningkatkan keterampilan servis atas bola voli pada siswa kelas VII MTs Annur Lemahabang Karawang. Penelitian ini menggunakan metode tindakan dengan jumlah sampel 26 siswa. Penelitian ini menggunakan model kemmis dan Taggart yang terdiri dari 2 siklus. Dalam keterampilan servis atas ini menggunakan modifikasi permainan berupa; hulahoop; tali; bola karet; net; cons; untuk mencapai tujuan keterampilan yang diinginkan. Data dikumpulkan melalui pengamatan observer berupa; catatan lapangan; dan dokumen selama penelitian berlangsung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan tindakan menggunakan modifikasi permainan pada siklus I diperoleh hasil 61,54% dengan jumlah 16 siswa yang mencapai kriteria ketuntasan minimal, dan 38,46% dari 10 siswa yang belum mencapai kriteria ketuntasan minimal, dengan nilai rata rata mencapai 74,3% pada siklus II diperoleh hasil 84,60% dengan jumlah 22 siswa yang mencapai kriteria ketuntasan minimal, dan 15,4% dari 4 siswa yang tidak mencapai kriteria ketuntasan minimal, dengan nilai rata rata mencapai 78,8% Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerapan modifikasi permainan dapat meningkatkan keterampilan servis atas bola voli dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada siswa kelas VII di MTs Annur Lemahabang Karawang.

Kata kunci: Modifikasi Permainan, Servis Atas Bola Voli

ABSTRACT

This research is to improve service skills on volleyball in class VII MTs Annur Lemahabang Karawang. This study uses an action method with a sample of 26 students. This study uses the Kemmis and Taggart models which consist of 2 cycles. In this service skill using game modifications in the form of; hulahoop; rope; rubber ball; net; cons; to achieve the desired skill goals. Data was collected through observer observations in the form of; field notes; and documents during the study. The results showed that after the action using game modification in the first cycle obtained results of 61.54% with the number of 16 students who achieved the minimum completeness criteria, and 38.46% of the 10 students who had not achieved the minimum completeness criteria, with an average score of 74, 3% in cycle II obtained results of 84.60% with a total of 22 students who achieved the minimum completeness criteria, and 15.4% of the 4 students who did not reach the minimum completeness criteria, with an average score of 78.8% Based on the results of the study, It can be concluded that the application of game modification can improve the service skills of volleyball in sports and health physical education learning in class VII students at MTs Annur Lemahabang Karawang.

Keywords: Game Modification, Service on Volleyball

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani dengan medianya adalah aktifitas dan kebiasaan hidup sehari-hari yang mempunyai peranan penting dalam pembinaan dan pengembangan individu maupun kelompok dan dampaknya menyangkut pribadi anak didik secara keseluruhan. Hal ini tercermin dalam sasaran yang dikemukakan yaitu menuju keserasian antara perkembangan jasmani, mental dan sosialnya. Keterampilan merupakan keahlian atau kemampuan seseorang dalam melakukan suatu gerakan, untuk menguasai teknik keterampilan yang benar maka seorang perlu diberikan latihan-latihan mulai dari usia dini agar dapat memiliki keterampilan yang baik untuk mengacu kepada keterampilan yang lebih kompleks. Untuk meningkatkan keterampilan harus sesuai dengan kegiatan dan dapat memberikan pengalaman yang cocok bagi peserta didik dan sebagai pengajar juga harus memutuskan bagaimana untuk meningkatkan keterampilan tersebut disediakan dan bagaimana kegiatan diorganisasikan.

Minimnya fasilitas untuk pembelajaran bola voli dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar khususnya servis atas bola voli disekolah menuntut guru pendidikan jasmani lebih kreatif untuk menciptakan permainan, peralatan dan perlengkapan lapangan yang sesuai dengan kondisi siswa disekolahnya. Dengan melakukan modifikasi permainan fasilitas pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan servis atas bola voli tidak akan mengurangi aktivitas peserta didik dalam melakukan aktivitas jasmani. Untuk mencapai tujuan tersebut, Guru pendidikan jasmani harus dapat merancang dan melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani sesuai dengan tahap-tahap perkembangan dan karakteristik peserta didik.

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang banyak digemari oleh siswa khususnya dan masyarakat pada umumnya. Permainan bola voli untuk peserta di MTs Annur Lemahabang Karawang diperlukan modifikasi-modifikasi yang baik dalam hal permainan, peralatan, lapangan maupun aturan permainannya, sesuai dengan tingkatan usia siswa. Unsur gerak permainan bolavoli sangat jelas kelihatan ketika seseorang melakukan teknik dasar dalam permainan bola voli. Teknik-teknik dasar permainan bola voli meliputi, servis bawah, servis atas, passing bawah, passing atas, smash, blok. Dari teknik dasar tersebut, teknik Servis yang terdiri dari Servis atas dan Servis bawah merupakan keterampilan paling dasar dalam permainan bola voli.

Observasi awal peneliti disekolah MTs Annur Lemahabang Kabupaten Karawang peralatan olahraga yang dimiliki sangat minim, peserta didik yang mengikuti pembelajaran bola voli di MTs Annur Lemahabang mengalami kesulitan untuk melakukan pembelajaran dalam melakukan servis atas bola voli, dan kurangnya kemampuan gerak atau keterampilan dalam cara posisi kaki, posisi badan, posisi melambungkan dan memukul bola untuk melakukan servis atas, hal ini lah yang menjadi permasalahan dan hambatan dalam proses pembelajaran bola voli untuk meningkatkan keterampilan dasar khususnya dalam teknik dasar servis atas bola voli.

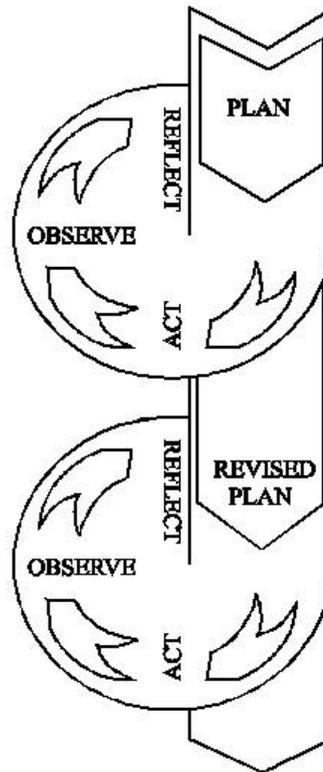
Cara yang dapat membantu memperbaiki teknik servis atas yang baik dengan cara menguasai teknik servis atas dan dengan melalui modifikasi permainan sebagai dorongan atau motivasi supaya anak mempunyai minat yang tinggi untuk mencoba melakukan teknik servis sehingga dalam kegiatan pembelajaran dapat diperoleh hasil yang baik. Pemilihan modifikasi permainan, dengan strategi pembelajaran ini menawarkan tingkat-tingkat kesulitan yang berbeda secara berurutan dengan modifikasi permainan, yang bertujuan agar peserta didik kreatif dan mendapatkan kemudahan dalam mempelajari suatu permainan olahraga, khususnya servis atas dalam permainan bola voli.

Dalam penelitian tindakan ini juga dilakukan teknis analisis data dengan membandingkan kesesuaian rencana pembelajaran yang telah didiskusikan antara peneliti dengan kolaborator dengan pelaksanaan dilapangan dengan cara dicatat dalam lembar observasi guru. Dampak dari penerapan modifikasi permainan ini terhadap keterampilan peserta didik selama proses kegiatan ekstrakurikuler berlangsung, selanjutnya dicatat dalam lembar observasi peserta didik, menganalisis hasil rekaman video, dan menganalisis hasil pengamatan tentang hasil peserta didik dalam melakukan gerakan servis atas. Keempat analisis data ini dilakukan dengan teliti dan cermat agar dapat ditarik kesimpulan dengan benar. Selain itu juga dilakukan analisis dengan cara membandingkan skor angket pretest dan skor post test. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kemajuan pemahaman peserta didik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran servis atas bola voli melalui modifikasi permainan.

METODE

Jenis Penelitian

Dalam penelitian tindakan ini, peneliti menggunakan model spiral *kemmis* dan *taggart* terdiri dari dua siklus dari tiap siklus menggunakan empat komponen tindakan yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi dalam suatu spiral yang saling terkait. Untuk lebih jelasnya desain penelitian dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 1. Model kemmis dan Taggart

Sumber: Rochiati Wiriaatmadja, *Metode Penelitian Tindakan Kelas*

Populasi

Penelitian dilaksanakan di MTs Annur Lemahabang yang beralamat di Ds. Lemahabang; Kecamatan Lemahabang Kabupaten Karawang. Waktu penelitian yaitu 11 Januari 2018 s/d 29 Januari 2018. Subyek penelitian adalah peserta didik kelas VII MTs Annur Lemahabang Kabupaten Karawang yang berjumlah 26 siswa.

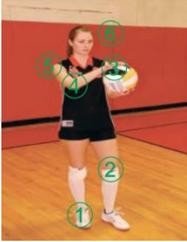
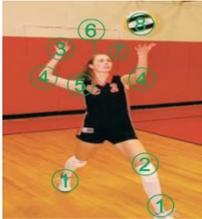
Teknik Pengumpulan Data

Penelitian tindakan ini terdiri dari dua siklus tindakan. Tiap siklus dilaksanakan sesuai dengan perubahan yang ingin dicapai. Mula-mula guru mengidentifikasi permasalahan kelas dengan observasi awal pada keterampilan siswa pada materi Servis atas pada permainan bola voli. Setelah perumusan masalah berapa rendahnya keterampilan siswa pada materi servis atas, dilakukan siklus yang meliputi: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan (3) observasi, dan (4) refleksi. Pada fase refleksi siklus pertama, guru menganalisis tindakan pada siklus pertama dan memperbaiki hal hal yang kurang tepat untuk diatur ulang pada fase perencanaan di siklus kedua. Observasi

Kegiatan observasi dilaksanakan bersamaan dengan proses pembelajaran. Hal yang dicatat dalam kegiatan observasi ini antara lain proses tindakan, pengaruh tindakan yang sengaja maupun yang tidak

disengaja, situasi tempat dan tindakan, dan kendala yang dihadapi. Semua hal tersebut dicatat dalam kegiatan observasi yang terencana secara fleksibel dan terbuka. Untuk mengetahui apakah proses yang dilakukan sesuai dengan skenario yang telah disusun bersama, perlu dilakukan evaluasi. Selain itu juga bertujuan untuk mengetahui tingkat ketercapaian sasaran keterampilan yang diharapkan.

Tabel 1. Kisi – kisi Intrumen Penelitian untuk Tes Servis Atas Bola Voli

INDIKATOR	URAIAN SIKAP	PENILAIAN			
		4	3	2	1
A. Fase awalan 	1. Sikap kaki				
	2. Sikap lutut				
	3. Sikap tangan				
	4. Sikap siku				
	5. Sikap bahu				
	6. Sikap kepala				
B. Fase Melempar 	1. Sikap kaki				
	2. Sikap lutut				
	3. Sikap tangan				
	4. Sikap siku				
	5. Sikap bahu				
	6. Sikap kepala				
	7. Pandangan				
	8. Jalan bola				

C. Fase Memukul 	1. Sikap kaki				
	2. Sikap lutut				
	3. Sikap tangan				
	4. Sikap siku				
	5. Sikap bahu				
	6. Sikap kepala				
	7. Pandangan				
	8. Jalan Bola				
D. Fase Akhir 	1. Sikap kaki				
	2. Sikap lutut				
	3. Sikap tangan				
	4. Sikap siku				
	5. Sikap bahu				
	6. Sikap kepala				
	7. Pandangan				
	8. Jalan Bola				

Keterangan Skor:

Nilai 1 : Kurang

Nilai 2 : Cukup

Nilai 3 : Baik

Nilai 4 : Sangat Baik

Analisa Data

Data yang telah diperoleh di lapangan kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara peneliti bersama kolaborator merefleksikan hasil observasi terhadap proses pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru dan siswa di lapangan. Data kualitatif dalam catatan lapangan diolah menjadi kalimat-kalimat yang bermakna dan dianalisis secara kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan secara berurutan yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Dalam penelitian tindakan ini juga dilakukan teknis analisis data dengan membandingkan kesesuaian rencana pembelajaran yang telah didiskusikan antara peneliti dengan kolaborator dengan pelaksanaan di lapangan dengan cara dicatat dalam lembar observasi guru. Dampak dari penerapan modifikasi permainan ini terhadap keterampilan peserta didik selama proses kegiatan ekstrakurikuler berlangsung, selanjutnya dicatat dalam lembar observasi peserta didik, menganalisis hasil rekaman video, dan menganalisis hasil pengamatan tentang hasil peserta didik dalam melakukan gerakan servis atas. Keempat analisis data ini dilakukan dengan teliti dan cermat agar dapat ditarik kesimpulan dengan benar. Selain itu juga dilakukan analisis dengan cara membandingkan skor angket pretest dan skor post test. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kemajuan pemahaman peserta didik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran bola voli melalui modifikasi permainan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Siklus I

Tes siklus I Servis atas bola voli ekstrakurikuler MTs Annur Lemahabang Karawang. Berdasarkan data nilai akhir hasil penilaian proses keterampilan servis atas bola voli melalui modifikasi permainan pada siswa kelas VII MTs Annur Lemahabang Karawang pada siklus I secara garis besarnya belum dapat dikatakan memuaskan, karena rata-rata keterampilan servis atas siswa baru mencapai nilai rata-rata 74,3 dan nilai tersebut belum mencapai atau melampaui nilai kriteria ketuntasan minimal di MTs Annur Lemahabang Karawang yaitu 75,00. Dari 26 siswa, 10 diantaranya belum memenuhi KKM yang diinginkan, dengan persentase kelulusan mencapai 38,46%. Lalu 16 siswa sudah memenuhi KKM yang diinginkan, dengan persentase kelulusan mencapai 61,54%. Nilai tertinggi dari keterampilan servis atas adalah 82 dan yang terendah adalah 63. Selanjutnya dari keterampilan servis yang sudah dilakukan, kolaborator akan mengevaluasi dan refleksi untuk perbaikan proses tindakan berikutnya.

Dengan demikian, sesuai dengan data yang diperoleh di atas maka dapat dikatakan bahwa keterampilan servis atas bola voli masih rendah, diakibatkan oleh metode pembelajaran yang disampaikan guru di setiap pertemuan kurang menarik perhatian, dalam gerakan pemanasan kurang beragam, kemudian penjelasan materi kurang sistematis, pola interaksi dengan siswa harus lebih diperhatikan.

Data kualitatif hasil pengamatan catatan lapangan siklus I, berdasarkan hasil catatan lapangan pada siklus I ditemukan bahwa, selama proses kegiatan pembelajaran berlangsung, terlihat masih ada siswa yang menunjukkan sikap pasif dalam bergerak, masih banyak melakukan kesalahan, seperti posisi awalan yang kurang rileks, masih meraba-raba gerakan yang akan dilakukan beberapa siswa masih ragu dalam menempatkan kaki pada saat memasuki fase awalan. Pada saat melempar bola terlalu tinggi, bola menyamping, pandangan siswa masih tunduk ke bawah. Pada saat memasuki fase memukul ada beberapa siswa melakukan kesalahan seperti salah menempatkan kaki tumpu, bahu dan tangan untuk memukul tidak memakai tenaga. Pada fase *follow through*, masih ada siswa yang lupa menempatkan kaki kanan di

depan. Berdasarkan data pada siklus I tersebut, maka bisa disimpulkan bahwa pada siklus I keterampilan servis atas siswa belum meningkat secara signifikan sesuai dengan target yang diinginkan.

Siklus II

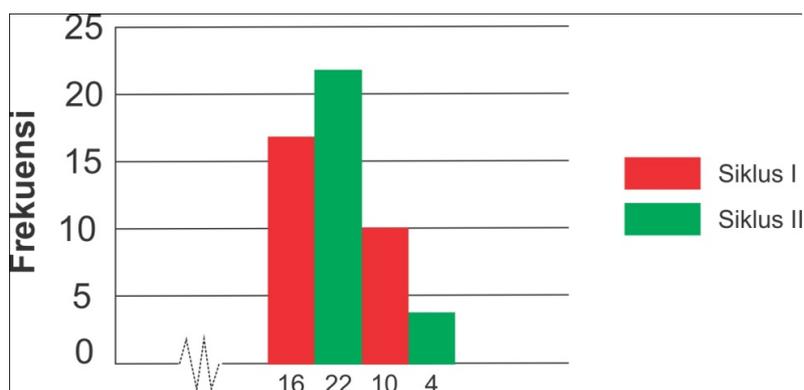
Berdasarkan data nilai akhir keterampilan servis melalui modifikasi permainan pembelajaran bola voli di MTs Annur Lemahabang Karawang pada siklus II secara garis besarnya dapat dikatakan baik, karena hasil keterampilan servis atas siswa mencapai nilai rata-rata 78,8 dan mencapai atau melampaui nilai kriteria ketuntasan minimal di MTs Annur Lemahabang Karawang yaitu 75,00. Dari 26 siswa, 4 diantaranya belum memenuhi KKM yang diinginkan, dengan persentase kelulusan mencapai 15,4%. Lalu 22 siswa sudah memenuhi KKM yang diinginkan, dengan persentase kelulusan mencapai 84,60%. Nilai tertinggi dari hasil keterampilan servis atas bola voli adalah 90 dan yang terendah adalah 71. Sesuai dengan data di atas, keterampilan servis atas meningkat cukup signifikan, berarti penerapan modifikasi permainan memiliki efek yang positif terhadap keterampilan servis atas bola voli.

Data kualitatif hasil pengamatan catatan lapangan siklus II, berdasarkan hasil catatan lapangan pada siklus II ditemukan bahwa, selama proses kegiatan pembelajaran berlangsung, sikap yang ditunjukkan siswa mulai berubah dari yang tadinya kurang menanggapi menjadi fokus dalam mengikuti keterampilan servis atas bola voli. Disiplin membaik, ditandai dengan berbaris tanpa disuruh, tidak ada yang telat, dan memberitahu guru apabila berhalangan hadir. Siswa pun terlihat lebih bergembira dalam mengikuti kegiatan pembelajaran bola voli khususnya teknik dasar servis atas. Permainan atau perlombaan yang dilakukan pada awal atau akhir pembelajaran turut serta dalam meningkatkan sikap yang ditunjukkan oleh siswa tersebut. Untuk lebih jelasnya peningkatan keterampilan servis atas bola voli di bawah ini ditampilkan tabel data perbandingan keterampilan servis atas pada siklus I dan siklus II.

Tabel 2. Hasil Perbandingan Penilaian Keterampilan Servis Atas

No	Ketuntasan	KKM	Siklus I		Siklus II	
			F	%	F	%
1	Tuntas	> 75	16	61,54	22	84,60
2	Tidak Tuntas	< 75	10	38,46	4	15,4
	Jumlah		26	100	26	100

Berdasarkan tabel data di atas keterampilan servis atas bola voli melalui modifikasi permainan di MTs Annur Lemahabang Karawang secara umum belum dikatakan maksimal, karena jumlah persentase ketuntasan keterampilan servis atas pada siklus I baru mencapai angka 61,54%, sebanyak 16 siswa. Lalu 38,46% dengan jumlah 10 siswa yang belum tuntas. Sedangkan pada siklus II, persentase keterampilan servis atas mengalami peningkatan secara signifikan. Sedangkan pada siklus II jumlah persentase ketuntasan keterampilan servis atas bola voli hasil mengalami peningkatan yang signifikan dengan capaian 84,60%, dengan jumlah 22 siswa. Lalu 15,4% dengan jumlah 4 siswa yang belum tuntas. Setelah diberikan tindakan berupa penerapan modifikasi permainan selama dua siklus terjadi peningkatan 23,06% dari siklus I ke siklus II. Untuk lebih jelasnya, dapat dilihat pada diagram histogram berikut ini:



Gambar 2. Grafik Perbandingan Ketuntasan Keterampilan Servis Atas pada Siklus I dan Siklus II

Menurut peneliti dan kolabolator, penelitian dihentikan dan tidak dilanjutkan ke siklus berikutnya, karena permasalahan sudah terjawab yaitu melalui penerapan modifikasi permainan terhadap proses kegiatan pembelajaran keterampilan servis atas. Setelah selesai tindakan selama siklus I dan siklus II, kolabolator menyampaikan hasil pengamatan selama proses kegiatan belajar keterampilan servis atas berlangsung pada peneliti, berupa angka-angka kuantitatif. Selanjutnya observasi selama proses pembelajaran keterampilan servis atas berlangsung pada siklus I dan siklus II, kolabolator juga menyampaikan hasil pengamatan kepada peneliti berupa data kualitatif. Berdasarkan hasil analisis dan penelitian yang telah dilakukan oleh observer dan peneliti, diperoleh kesimpulan bahwa hasil penilaian proses keterampilan servis atas bola voli melalui modifikasi permainan pada siswa kelas VII MTs Annur Lemahabang Kabupaten Karawang meningkat. Pada siklus pertama nilai rata-rata yang diperoleh yaitu 74,3; Pada siklus kedua nilai rata-rata yang diperoleh adalah 78,8 yaitu nilai rata-rata telah melampaui nilai KKM yaitu 75,0. Dengan demikian ada peningkatan keterampilan servis atas di dalam tindakan siklus I dan II sebesar 23,06%.

SIMPULAN

Dengan demikian target dari pemberian tindakan ini terpenuhi dan hasilnya dapat dikatakan maksimal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui penerapan modifikasi permainan dapat meningkatkan keterampilan servis atas bola voli yang berdampak pada keterampilan siswa dalam pembelajaran bola voli pada siswa kelas VII MTs Annur Lemahabang Karawang. Atas hasil penelitian yang sudah dilakukan, terbukti bahwa pemahaman siswa terhadap keterampilan servis atas meningkat. Maka dari itu, guru dalam upaya meningkatkan proses keterampilan yang baik, perlu memberikan metode yang beragam kepada siswa khususnya dalam pembelajaran teknik dasar bola voli. Selain itu, siswa juga dapat mengetahui manfaat gerakan servis atas dalam permainan bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Heriawan, adang, dkk “*Metode Pembelajaran Kajian Teoritis Praktis*” Serang-Banten: LP3G, 2012.
- Hidayat, Witono., *Buku Pintar Bola Voli*. Jakarta Timur: Anugrah, 2017.
- Komarudin. *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013.
- Kardiyanto, Whinato, Deddy., Sunardi., *Bola Voli.*, Surakarta: UPT Penerbitan dan Percetakan UNS Perss, 2015.
- Monteleone, John., W. Crisfield, Deborah., *Winning Volleyball for Girls*. New York: Chelsea House, 2010.
- McMorris., Terry. *Acquisition and Perfomance of Sport Skills*. England: Jhon Wiley & Sons, Ltd 2004.
- Putra, Nusa. *Penelitian Tindakan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014.
- Pramono, Sri wahyuni, Sutarmin., *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan 1* (Jakarta: Pusat perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional, 2010).

- Rahyubi, Hery. *Teori-Teori Belajar dan Apikasi Pembelajaran Motorik*. Bandung: Referens, 2014.
- Rizal Harun, Fadel., *Ensiklopedia Mini Olahraga*. Jakarta Selatan: Rexa Pustaka, 2016.
- Schmidt. Richard A., Lee Timothy D. *Motor Learning and Performance: From Priciplles to Application*. United States: Human Kinetic, 2014.
- Sanjaya, Wina., *Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Pranamedia Group, 2013.
- Sutanto, Teguh., *Buku Pintar Olahraga*. Yogyakarta: Pustaka BaruPerss, 2016.
- Tangkudung, James. *Macam-Macam Metodolgi Penelitian (Uraian dan Contohnya)*. Jakarta: Lensa Media Pustaka, 2016.
- Wiriaatmadja, Rochiati. *Metode Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014.
- Widiastuti. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2015.
- Yuliantoro, Agus. *Penelitian Tindakan Kelas Dengan Metode Mutakhir*. Yogyakarta: Andi, 2015.
- Yusup Hidayat. *Psikologi Olahraga*. Bandung: CV. Bintang Warliartika, 2010.
- Zuber, Skerritt O. *Action Learning and Action Reserarch*. Rotterdam: Sense Publisher, 2009.

GERAK DASAR *LAY UP SHOOT* PADA SISWA MELALUI PENERAPAN MODEL PSI (*PERSONALIZED SYSTEM INTRACTION*)

Silvy Juditya

Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, STKIP PASUNDAN

Sjuditya@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh sebelum dan sesudah diterapkannya Model *Personalized System Intraction* dengan menggunakan modul bergambar terhadap hasil keterampilan gerak dasar *lay-up shoot*. Metode penelitian yang digunakan adalah Praeksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas XI TEI A (Teknik Elektronika Industri) dan TEI B (Teknik Elektronika Industri) SMKN 1 CIMAHI yang berjumlah 73 orang. Sampel penelitian ini diambil dari populasi yang diberikan kuisioner gaya belajar, yaitu sebanyak 25 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berdasarkan hasil dari *expert judgment* dari para ahli dan uji coba. Analisis dalam penelitian ini menggunakan perhitungan rumus uji non parametik jenjang bertanda Wilcoxon (Wilcoxon Signed Rank Test) dengan hasil yang di dapat $T(15) < T_{0,05}(81)$ maka H_0 ditolak. Kemudian nilai rata-rata yang diperoleh dari hasil *pre test* sebesar 13,6 dan nilai rata-rata hasil *post test* sebesar 18,4. Maka berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa Model Pembelajaran *Personalized System Intraction* menggunakan media visual memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar *lay up shoot* kanan bola basket.

Kata kunci : Model Pembelajaran PSI (*Personalized System Intraction*), Keterampilan *Lay Up Shoot* Kanan

ABSTRACT

This study aims to determine the effect before and after the implementation of the Personalized System Intraction Model using pictorial modules on the results of the basic motion shoot skills. The research method used was Pre-experiment. The population in this study was the class XI TEI A (Industrial Electronics Engineering) and TEI B (Industrial Electronics Engineering) SMK 1 CIMAHI which numbered 73 people. The sample of this study was taken from a population that was given a learning style questionnaire, namely as many as 25 people. The instrument used in this study is based on the results of expert judgment from experts and trials. The analysis in this study uses the calculation of the Wilcoxon level (non-parametric test formula) (Wilcoxon Signed Rank Test) with the results obtained $T(15) < T_{0.05}(81)$ then H_0 is rejected. Then the average value obtained from the pre test results is 13.6 and the average value of the post test results is 18.4. So based on these results it can be concluded that the Personalized System Intraction Learning Model using visual media has a significant influence on improving the basic motion skills of the right basketball lay up shoot.

Keywords: PSI Learning Model (*Personalized System Intraction*), Right Lay Up Shoot Skills

PENDAHULUAN

Kita sebagai makhluk hidup selama menjalani hidupnya pasti tidak terlepas dari yang namanya pendidikan, karena pendidikan sangat penting bagi kelangsungan hidup bermasyarakat. Dalam pendidikan kita bisa mempelajari dari yang awalnya tidak tahu menjadi tahu, salah satunya yang ada didalam pendidikan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani. Di dalam pendidikan jasmani siswa dituntut untuk melakukan aktivitas gerak atau terlibat dalam aktivitas gerak supaya bisa mengembangkan keterampilan geraknya, menjaga kebugaran jasmani, mengembangkan hidup sehat dan melatih mentalnya. Menurut Bambang Abduljbar, mengemukakan bahwa “Pendidikan jasmani, sangat memungkinkan untuk menggantikan istilah gerak insani (*human movement*), karena menggunakan aktivitas jasmani sebagai alat untuk mendapatkan perkembangan yang menyeluruh dalam hal kualitas

fisik, mental, dan emosional seseorang”. Salah satu materi pembelajaran pendidikan jasmani yang terdapat pada standar isi kurikulum 2013 revisi no 24 tahun 2016 mengenai Kompetensi Inti (KI) dan Kompetensi Dasar (KD). Di dalam kompetensi dasar tingkat SMA, permainan bola besar tercatat sebagai kompetensi dasar 3.1 untuk aspek kognitifnya sedangkan untuk aspek psikomotornya tercatat pada kompetensi dasar 4.1. Permainan bola besar yang di maksudkan dalam kompetensi dasar tersebut yaitu permainan sepak bola, bola voli dan bola basket. setiap guru berhak memilih cabang olahraga yang akan diajarkan kepada para siswa. Namun dari ketiga cabang olahraga yang di ajarkan dalam pendidikan jasmani di sekolah, cabang olahraga basket masih digemari oleh para siswa dibandingkan dengan permainan bola voli. Pernyataan tersebut diperoleh dari penelitian yang dilakukan oleh Dusan, M dkk (2012) yang berjudul “*The Students’ Interest In Introducing Physical Education Classes At Faculties. Doaj Directory Of Open Acces Journals: Ovidius University Annals, Series Physical Education And Sport/ SCIENCE, MOVEMENT AND HEALTH. XII (2)*” mengungkapkan hasil penelitiannya yaitu “. . . interested in swimming (51.33%), then in basketball (48,00%), mountaineering (40.00%), fitness (36.33%), volleyball (36%), etc . . .”.

Meskipun basket tergolong kedalam olahraga yang cukup mudah akan tetapi jika pada saat pengajaran atau pemberian materi tidak sesuai dengan tahapannya atau tidak sistematis maka pasti akan terasa sulit untuk dipelajari. Begitu halnya dalam mempelajari *lay-up shoot*, jika langkah dalam mempelajarinya tidak bertahap atau sistematis maka akan terasa sulit. Berdasarkan dari hasil survei dilapangan yang dilakukan pada salah satu sekolah tingkat SLTA dengan sasaran survei adalah siswa dan guru, maka diperoleh beberapa permasalahan atau kesulitan saat mempelajari teknik *lay-up shoot*, yaitu siswa merasa kesulitan dalam menentukan langkah kaki pada pantulan bola terakhir, siswa merasa kesulitan dalam menentukan irama langkah kaki, siswa merasa kesulitan dalam menentukan jarak untuk melompat, serta siswa merasa kesulitan saat melepaskan bola kedalam ring dan masih banyak nilai dibawah KKM.

Dalam upaya meningkatkan keterampilan gerak dasar *lay-up shoot* ada beberapa penelitian yang sudah dilakukan. Diantaranya adalah penelitian yang dilakukan Dimas Hertafah Lefi dan Sudarso yang berjudul “Pengaruh Metode Penugasan Terhadap Hasil Belajar *Lay Up Shoot* Bola Basket”, dalam penelitian tersebut bahwa dengan adanya pengaruh metode penugasan mampu meningkatkan keterampilan gerak dasar *lay up shoot*; Frendy Nurochwan Febryanto yang berjudul “Pembelajaran *Lay Up Shoot* Menggunakan Media Audio Visual Basic *Lay Up Shoot* Untuk meningkatkan Hasil Belajar *Lay Up Shoot* dapat disimpulkan bahwa pembelajaran lay up shoot menggunakan media audio visual basic lay up shoot dapat meningkatkan hasil belajar pada siswa kelas VIIIA SMP Kanisius Pati tahun 2013/2014. Dan I Putu Wisnu Octa Vernanda yang berjudul “Pengaruh model pembelajaran klasikal dengan individu terhadap hasil belajar *lay up*” di SMA YP Unila Bandar Lampung, hasil penelitian ini diperoleh hasil penelitian menunjukan bahwa melalui model pembelajaran Klasikal dapat meningkatkan hasil belajar lay-up bola basket. Perbedaan dari penelitian sebelumnya yang dipaparkan diatas dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis ialah dari penerapan model yang digunakan dalam pembelajaran, dalam penelitian yang penulis lakukan pembelajaran keterampilan gerak dasar *lay up shoot* melalui penerapan model pembelajaran PSI (*Personalized System Intraction*).

Model pembelajaran PSI (*Personalized System Intraction*) merupakan salah satu model pembelajaran yang memungkinkan siswanya untuk menjadi pembelajar yang mandiri. Menurut M. Metzler (2005: 28) menyatakan bahwa “. . . PSI adalah untuk memungkinkan siswa agar menjadi pembelajar yang mandiri dan pada saat yang sama memungkinkan guru untuk menggunakan tingkat interaksi yang tinggi dengan siswa yang membutuhkannya”. Dalam model pembelajaran PSI ini siswa selalu disajikan media pembelajaran berupa modul sebagai sumber dari materi pembelajaran. Namun media yang dapat diterapkan dalam model pembelajaran PSI tidak hanya berupa modul saja, akan tetapi media lainnyapun dapat diterapkan. Seperti halnya dalam penelitian yang dilakukan oleh Heidi L. Eyre tahun 2007 yang berjudul “*Keller's Personalized System of Instruction: Was it a Fleeting Fancy or is*

there a Revival on the Horizon?” dalam penelitiannya menggunakan model pembelajaran PSI berbasis Komputer. Selain media berbasis Komputer, dalam model pembelajaran PSI juga dapat diterapkan media berbasis web. Hal ini sebagai mana penelitian yang dilakukan oleh Andrew Rae b,1, Peter Samuels a, tahun 2011 yang berjudul “*Web-based Personalised System of Instruction: An effective approach for diverse cohorts with virtual learning environments*”. Dari beberapa penelitian terdahulu yang telah dipaparkan diatas dapat kita simpulkan bahwa dalam model pembelajaran PSI dapat disertakannya media lain seperti halnya media berbasis komputer ataupun media berbasis *web*. Perbedaan penelitian yang akan penulis lakukan dengan penelitian terdahulu ialah penggunaan media. Model pembelajaran PSI dalam penelitian yang penulis lakukan yaitu model PSI dengan penambahan media visual.

Media visual, menurut Rusman dkk (2013:63) media visual adalah “media yang hanya dapat dilihat dengan menggunakan indra penglihatan yang terdiri atas media yang dapat diproyeksikan dan media yang tidak dapat diproyeksikan yang biasanya berupa gambar diam atau gambar gerak. Media visual merupakan salah satu media pembelajaran yang banyak digunakan dalam pembelajaran penjas dan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran gerak. Dedy Agung Nugroho dkk yang berjudul “Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Manipulatif Melempar dan Menangkap Bola melalui Media Visual pada Siswa SDLB-B (Tunarungu) SLB Negeri Sragen” dengan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa melalui penerapan media visual dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar manipulatif melempar dan menangkap bola. Perbedaan penelitian yang penulis lakukan dengan penelitian sebelumnya ialah penelitian ini diterapkan pada pembelajaran keterampilan gerak dasar *lay up shoot* pada permainan bola basket. Dan untuk melihat perbedaan lainnya dalam penelitian ini yaitu melihat dari karakteristik gaya belajar, dalam penelitian yang penulis lakukan ini media visual diberikan kepada siswa yang berkarakteristik gaya belajar visual.

Gaya belajar visual adalah gaya belajar yang menitik beratkan pada indra penglihatan sebagaimana yang diungkapkan oleh Arylien L.B dkk dalam penelitiannya bahwa gaya belajar visual adalah “salah satu gaya belajar siswa yang pada dasarnya lebih menekankan pada bagaimana seorang siswa lebih mudah mempelajari materi melalui melihat, memandangi, atau mengamati objek belajarnya”. Dengan memperhatikan karakteristik gaya belajar yang dimiliki peserta didik atau siswa maka dapat mempermudah siswa dalam menyerap informasi pembelajaran dan berdampak terhadap pencapaian hasil belajar. Pernyataan tersebut terbukti dalam penelitian yang dilakukan oleh Arylien Ludji Bire dkk yang berjudul “Pengaruh Gaya Belajar Visual, Auditorial, dan Kinestetik Terhadap Prestasi Belajar Siswa”, dalam penelitian tersebut terdapat pengaruh dari hasil prestasi belajar siswa yakni dengan persentase gaya belajar visual 26,4%, gaya belajar auditorial 24,2%, dan gaya belajar kinestetik 26,2% mengacu pada hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa gaya belajar memberikan pengaruh yang signifikan terhadap prestasi belajar siswa. Jika dilihat dalam penelitian sebelumnya terdapat perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan. Di dalam penelitian sebelumnya menerapkan 3 (tiga) gaya belajar sekaligus yaitu, gaya belajar Visual, Kinestetik, dan Auditorial. Sedangkan dalam penelitian ini hanya menerapkan satu gaya belajar saja yaitu gaya belajar Visual.

Maka berdasarkan pemaparan diatas dan pembahasan diatas penulis melakukan penelitian ini dengan bertujuan meningkatkan keterampilan gerak dasar *lay up* melalui penerapan model PSI (*personalized system of instruction*)

METODE

Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain *pre test post test one group* desain. Menurut Maksun (dalam Sudarso dan Dimas W, 2014) menyatakan bahwa metode eksperimen adalah sebagai berikut:

Eksperimen adalah suatu penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab akibat diantara variabel-variabelnya. Salah satu ciri pokok dari penelitian eksperimen adalah adanya perlakuan (*treatment*) yang diberikan ke subjek penelitian.

Populasi dan Sampel

Untuk Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMKN 1 Cimahi yang mengambil Jurusan Elektronika Industri (EIND) 2, yang terdiri dari kelas, XI EIND A jumlah 36 orang, XI EIND B jumlah 37 orang, dengan jumlah keseluruhan siswa sebanyak 73 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive random sampling*. Menurut Arikunto (dalam Kusuma Adhianto, *et al.*, 2012) menyatakan bahwa “*purposive random sampling* merupakan pengambilan data yang didasarkan atas karakteristik tertentu”. Dalam penelitian ini penulis menentukan sampel berdasarkan kriteria gaya belajar berupa gaya belajar visualisasi yang dimiliki oleh setiap siswa disekolah SMKN 1 Cimahi kelas XI Elektronika Industri (EIND) A, sebanyak 25 siswa. Jumlah pengambilan sampel tersebut mengacu pada Fraenkel & Wallen (dalam Ali Maksum, 2012:62) menyatakan bahwa “Jenis Penelitian Eksperimen/kausal-komparatif minimal jumlah sampel 30 subjek atau 15 subjek . . .”.

Instrumen

Penulis gunakan dalam penelitian ini yaitu berupa *quesioner* gaya belajar yang merujuk kepada *quesioner* gaya belajar dari Bobby De Potter berupa karakteristik dari masing-masing gaya belajar, karena di dalam *quesioner* tersebut terbagi menjadi tiga gaya belajar yaitu gaya belajar auditory, gaya belajar visual, dan gaya belajar kinestetik. Sedangkan untuk keterampilan gerak dasar *lay up* menggunakan tes *lay up* dengan lembar observasi penguasaan gerak dasar *lay up* yang terdiri dari fase awalan, fase pelaksanaan dan fase akhir yang merujuk pada Edi Komarudin *et al.*

Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama lima pertemuan dan untuk setiap pertemuan berlangsung selama 90 menit. Waktu tersebut dibagi kedalam tiga kegiatan yaitu kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, dan kegiatan penutup. Adapun tahapan dalam penerapan model PSI yang dilakukan pada penelitian ini yaitu berdo'a, mengecek kehadiran, penyampaian materi yang akan dipelajari dan tujuan yang akan dicapai oleh siswa, pemanasan, pembagian modul pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran gerak mengacu kepada isi modul, dan terakhir siswa melakukan pelaporan kegiatan belajar ke dalam modul pembelajaran yang dibagikan di awal pembelajaran. Adapun tahapan analisis data yang dilakukan yaitu dengan penghitungan nilai rata-rata, simpangan baku, normalitas dan homogenitas, dan uji T satu pihak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Deskripsi Data

Hasil tes *lay up shoot* kanan bola basket sebelum dan sesudah diberikannya *treatment* atau perlakuan adalah sebagai berikut.

Table 1. Deskripsi Hasil Tes Pre-Test dan Post Test Lay Up Shoot

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variansi
T1	25	10	19	13,6	2,94	8,5
T2	25	10	26	18,4	5,27	28,9

Uji Persyaratan Analisis

Dalam uji normalitas peneliti menggunakan rumus uji normalitas distribusi dengan pendekatan uji liliforse. Dalam uji normalitas distribusi ada beberapa kriteria untuk mengetahui apakah hasilnya ditolak atau diterima. Terima H_0 jika L_0 lebih kecil hasilnya dari L_α dan Tolak H_0 jika L_0 lebih besar hasilnya dari L_α . Dari perhitungan uji normalitas distribusi yang dilakukan oleh peneliti pada tes awal atau *fre-test* diperoleh hasil T-hitung (L_0) sebesar (0,6331) dan T-tabel $> (L_\alpha)$

sebesar 0,173 atau jika dijelaskan secara sederhana yaitu $L_0 (0,6331) > L_\alpha (0,173)$ maka hipotesis ditolak atau dengan perkataan lain dapat dirumuskan bahwa distribusi tersebut “Tidak Normal”. Kemudian dari perhitungan uji normalitas distribusi yang dilakukan oleh peneliti pada tes akhir atau *pos-test* diperoleh hasil T-hitung (L_0) sebesar (0,8707) dan T-tabel (L_α) sebesar (0,173) atau dijelaskan secara sederhana yaitu $L_0 (0,8708) > L_\alpha (0,173)$ maka hipotesis ditolak atau dengan perkataan lain dapat dirumuskan bahwa distribusi tersebut “Tidak Normal”. Karena dari hasil uji normalitas hasilnya menunjukkan tidak normal maka dalam perhitungannya digunakan uji statistika non parametrik.

Hasil Pengujian Hipotesis

Seperti yang telah diungkapkan pada penjelasan diatas bahwa perhitungan dalam penelitian ini dilanjutkan dengan menggunakan uji statistika non parametrik. Uji non parametrik yang digunakan oleh peneliti yaitu metode statistika non parametrik Uji jenjang bertanda Wilcoxon (Wilcoxon Signed Rank Test). Berikut langkah-langkah yang diperlukan dalam uji jenjang bertanda Wilcoxon (Wilcoxon Signed Rank Test). Dari table kritis T untuk Wilcoxon Signed Rank Test untuk $n=24$ (karena ada satu orang yang memiliki nilai bedanya=0, jadi $N-1=23$), $\alpha=0,05$ dengan pengujian dua arah nilai $T_\alpha=81$. Oleh karena $T (15) < T_{0,05} (81)$ maka H_0 ditolak. Artinya ada perbedaan yang nyata atau model pembelajaran PSI menggunakan media visual memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar *lay up shoot* kanan bola basket.

Pembahasan

Berdasarkan hasil dari analisis uji non parametrik dapat mengetahui beberapa hal yang untuk mengambil sebuah kesimpulan yaitu terdapat peningkatan terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up shoot* karena adanya penerapan model pembelajaran PSI, dimana dalam penerapan model PSI memungkinkan siswa untuk belajar secara mandiri dan tidak menunggu intruksi dari guru. Hal ini sebagaimana yang diungkapkan oleh. Matzler yang diterjemahkan Shela Ginanjar *et al.* (2005;28) bahwa “... PSI (*personalised system of instruction*) adalah untuk memungkinkan siswa agar menjadi pembelajar yang mandiri dan pada saat yang sama memungkinkan guru untuk menggunakan tingkat interaksi yang tinggi dengan siswa yang membutuhkannya”. Dengan diterapkannya model PSI ini akan membentuk dan meningkatkan siswa jadi lebih mandiri dalam proses pembelajaran, selain itu model pembelajaran PSI akan membuat siswa lebih bertanggung jawab dalam melaksanakan proses pembelajaran.

Model pembelajaran PSI (*personalised system of instruction*) dalam penelitian ini penerapannya dengan pemberian modul pembelajaran yang dilengkapi media visual diam berupa teks dan gambar sebagai alat atau media yang digunakan untuk menyampaikan materi kepada peserta didik. Media visual ini merupakan sarana untuk menyampaikan sebuah informasi yang didalamnya berupa foto atau gambar. Hal tersebut sebagaimana yang diungkapkan oleh Cecep dkk (2011:104) media visual adalah “Visualisasi pesan, informasi, atau konsep yang ingin disampaikan kepada siswa dapat dikembangkan dalam berbagai bentuk, seperti foto, gambar/ilustrasi, sketsa/gambar garis”. Dalam pemanfaatan media visual ini akan berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa atau peserta didik dalam melaksanakan proses pembelajaran, karena proses pembelajaran akan lebih menarik dan mudah di pahami oleh siswa. Selain itu Norotun Mumtahanah mengemukakan manfaat media visual sebagai berikut. 1). Proses pembelajaran akan lebih menarik perhatian siswa; 2) Bahan pengajaran akan lebih mudah difahami oleh siswa; 3) Metode pembelajaran akan lebih bervariasi. Dengan media proses pembelajaran tidak akan bersifat verbalistik; 4) Siswa akan dapat melakukan aktivitas, karena siswa tidak hanya mendengarkan tetapi juga dapat mengamati, mendemonstrasikan, memerankan, dan lain-lain.

Selain beberapa manfaat media visual yang dipaparkan diatas, media visual juga memiliki peran terhadap kemampuan daya ingat peserta didik dalam memahami materi atau informasi yang di

berikan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sovocom Company dari Amerika (dalam Bambang Warsita, 2008:125) mengungkapkan bahwa adanya hubungan antara jenis media dengan daya ingat manusia yaitu :

.... Ditemukan bahwa kemampuan daya ingat melalui media *visual* 40% Sedangkan tingkat kemampuan menyimpan pesan berdasarkan media *visual* kurang dari 3 hari 72%.

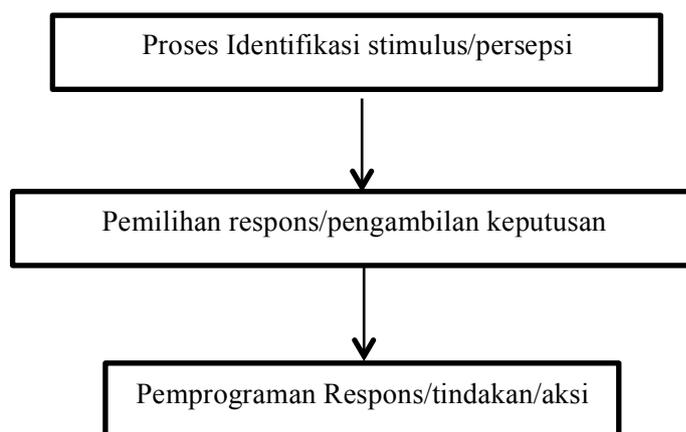
Dari beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa media visual lebih mudah untuk dipahami siswa dan menarik perhatian siswa dengan adanya gambar dan teks jadi siswa bisa membaca dan melihat gambar untuk melakukan proses pembelajaran. Dengan menyertakan media visual dalam pembelajaran akan memberikan manfaat kepada siswa diantaranya meningkatkan motivasi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran, mempermudah siswa untuk memahami materi yang disampaikan dan mudah diingat.

Maka dengan diterapkannya model PSI yang disertai dengan modul bergambar ini akan memberikan pengaruh terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar lay-up shoot kanan. Tidak hanya dari segi model saja peneliti melakukan penelitian ini untuk tercapainya peningkatan pada siswa dari pengembalian sampel, peneliti mengambil sampel dengan cara membagikan kuisioner berdasarkan gaya belajar. Ini bertujuan untuk menyesuaikan karakter gaya belajar siswa atau peserta didik dan agar tercapai dari tujuan pembelajaran tersebut. Penulis memperhatikan proses pengambilan sampel melalui gaya belajar karena peserta didik memiliki cara yang berbeda satu sama lainnya untuk mengolah informasi yang diterimanya. Menurut Bobbi De Porter & Mike Hernacki “secara umum gaya belajar manusia dibedakan ke dalam tiga kelompok besar, yaitu gaya belajar visual, gaya belajar auditorial dan gaya belajar kinestetik”. Gaya belajar yang akan penulis terapkan ialah gaya belajar visual.

Gaya belajar visual merupakan gaya belajar yang memungkinkan siswa untuk mengamati pesan atau informasi yang diberikan oleh guru dalam proses pembelajaran. Hal tersebut sejalan dengan yang diungkapkan oleh Bobbi De Porter & Mike Hernacki yang dikutip oleh Sukadi, “Gaya belajar visual adalah gaya belajar dengan cara melihat, mengamati, memandang, dan sejenisnya”. Dapat disimpulkan dari pendapat diatas bahwa gaya belajar visual ialah dimana peserta didik menerima dan memahami materi pembelajaran dengan cara melihat dan mengamati, semua materi yang dituangkan kedalam modul. Adapun ciri-ciri atau karakteristik peserta didik yang memiliki gaya belajar visual menurut Bobbi De Porter & Mike Hernacki (dalam Yusri Wahyuni, 2017) menjelaskan sebagai berikut: 1) Rapi dan teratur; 2) Berbicara dengan cepat; 3) Biasanya tidak terganggu oleh keributan; 4) Mengingat apa yang dilihat daripada apa yang di dengar; 5) Lebih suka membaca daripada dibacakan; 6) Pembaca cepat dan tekun; 7) Seringkali mengetahui apa yang harus dikatakan, tetapi tidak pandai memilih kata-kata; 8) Mengingat asosiasi visual; 9) Mempunyai masalah untuk mengingat intruksi verbal kecuali jika ditulis, dan sering kali minta bantuan orang untuk mengulanginya; 10) Teliti terhadap detail.

Maka dari pernyataan diatas mengenai karakteristik gaya belajar visual peneliti menyimpulkan bahwa peserta didik yang mempunyai gaya belajar visual sangat tepat untuk dijadikan sampel, karena peserta didik akan langsung menerima materi yang diberikan dan langsung mempraktikan apa yang sudah di tugaskan didalam modul.

Jika diuraikan berdasarkan tahap-tahap pengolahan informasi dalam pembelajaran teknik dasar *lay up shoot* dengan menggunakan media audio dan gaya belajar auditorial adalah sebagai berikut:



Menurut Rahyubi (2012: 325)

Gambar 1. Skema Tahap-Tahap Pengolahan Informasi

Heri Rahyubi menjelaskan dari setiap tahapan pengolahan informasi yang telah digambarkan diatas yaitu sebagai berikut : Tahap pertama adalah proses identifikasi stimulus yang juga disebut tahap “persepsi”. Tahap kedua adalah tahap pemrosesan respons. Dalam tahap ini terjadi apa yang disebut sebagai pengambilan keputusan. Kemudian, tahap ketiga adalah tahap pemrograman respons. Dalam tahap ketiga ini telah terjadi “tindakan” atau “aksi” dari seorang pembelajar motorik.¹

Berdasarkan teori pemrosesan informasi diatas bahwa ada beberapa tahapan yang dilakukan peserta didik untuk mempelajari gerak dalam pengolahan informasi. Tahap pertama siswa melakukan identifikasi stimulus yaitu peserta didik mengamati materi *lay-up shoot* yang disampaikan melalui media visual berupa modul teks dan gambar. Tahapan kedua peserta didik memasuki tahap pemrosesan respon, dimana peserta didik memahami materi gerak *lay up shoot* dan membayangkan bagaimana tahapan gerak *lay up shoot* mulai dari awal sampai akhir, yang disampaikan melalui media visual. Dan tahapan terakhir yaitu respon dimana peserta didik melakukan proses mencoba atau mempraktikkan gerak *lay up shoot* yang disampaikan media visual.

Dalam pembahasan ini tidak hanya mengambil data berdasarkan teori saja. Akan tetapi untuk memperkuat dari beberapa teori diatas peneliti mencoba mengambil data di lapangan yang dialami selama penelitian berlangsung.

Sesuai yang terjadi dilapangan penerapan model pembelajaran PSI ini siswa memiliki rasa tanggung jawab yang lebih pada saat pembelajaran berlangsung, saat pembagian modul siswa melaksanakan tugasnya membaca dan tidak banyak bertanya. Ada juga siswa yang membaca sambil melakukan gerakan dan ada juga siswa yang membaca secara kelompok dan selain itu dilihat dari pemantauan dilapangan terdapat beberapa siswa yang cepat memahami materi, mereka hanya membutuhkan 2 sampai 3 kali pengulangan dalam membaca materi sebelum mereka melakukan gerakan *lay up shoot*. Pada dasarnya dilihat dari segi kemandirian siswa lebih mandiri dan tidak banyak bertanya karena model pembelajaran PSI memungkinkan siswa untuk belajar secara mandiri. Kemudian dengan adanya bantuan media visual siswa menjadi lebih memahami materi yang disampaikan, karena didalam media visual tertera materi yang di sampaikan melalui teks berupa keterangan dan gambar gerakan *lay-up shoot* jadi siswa akan lebih cepat memahami.

Pernyataan tersebut terbukti dengan siswa ingin langsung mencoba dilapangan dan meskipun ada yang sambil membawa modul siswa langsung mempraktikannya. Dari hasil penelitian yang peneliti lakukan menunjukan sebuah hasil peningkatan bahwa siswa dengan gaya belajar visual dapat melakukan keterampilan gerak dasar *lay-up shoot* dengan baik, ini membuktikan bahwa model pembelajaran PSI dengan disertakannya media visual terhadap siswa gaya belajar visual memberikan pengaruh terhadap hasil pembelajaran keterampilan dasar *lay-up shoot* kanan. Pernyataan tersebut merupakan hasil dari peninjauan dilapangan selama kegiatan penelitian berlangsung mulai dari awal sampai akhir.

Model pembelajaran PSI berbasis media visual ini memberikan pengaruh yang sangat tinggi terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar *lay up shoot* pada siswa yang memiliki karakter gaya belajar visual. Berdasarkan hasil dari pengamatan dilapangan dengan diterapkannya model pembelajaran PSI berbasis media visual siswa yang memiliki karakteristik gaya belajar visual dapat langsung mempraktikan atau mengalami materi yang disampaikan oleh guru.

SIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil deskripsi data, uji persyaratan analisis, hasil pengujian hipotesis, dan pembahasan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Model Pembelajaran PSI (*Personalized System Intraction*) menggunakan media Visual memberikan pengaruh terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar *Lay up shoot* kanan bola basket pada siswa kelas XI SMKN 1 Cimahi.

Implikasi

Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru dalam mengajar khususnya guru penjas. Namun peneliti mengakui bahwa masih banyak kekurangan dalam penelitian ini. Bagi peneliti selanjutnya bisa meneruskan penelitian ini dengan lebih selektif dalam pengambilan sampel, kemudian karena di penelitian ini hanya menggunakan 25 sampel untuk penelitian selanjutnya bisa tambah jumlah sampelnya agar bisa menyertakan kelompok kontrol sebagai pembanding. Selain itu melakukan penelitian yang sama pada level pendidikan yang berbeda. Berdasarkan beberapa kekurangan yang penulis sebutkan tersebut, penulis berharap ada perubahan dan tindak lanjut pada penelitian berikutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Dusan, M dkk. "The Students' Interest In Introducing Physical Education Classes At Faculties". *Doaj Directory Of Open Acces Journals: Ovidius University Annals, Series Physical Education And Sport/ SCIENCE, MOVEMENT AND HEALTH*. XII (2). (2012, <http://www.analefeffs.ro/analefeffs/2012/issue-2/pe-autori/18.pdf> (diakses 05 Januari 2017)).
- Lefi, Hertafah Dimas dan Sudarso." Pengaruh Metode Penugasan Terhadap Hasil Belajar *Lay Up Shoot* Bola Basket Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Kembangbahu Kabupaten Lamongan". *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 05 Nomor 03 Tahun 2017*, 717 – 721, <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive> (diakses 10 Februari 2018)
- Febryanto, Nurochwan Frendy. "Pembelajaran *Lay Up Shoot* Menggunakan Media Audio Visual Basic *Lay Up Shoot* Untuk meningkatkan Hasil Belajar *Lay Up Shoot* Pada Siswa Kelas VIII A SMP Kanisius Pati Tahun 2013/2014". *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations 2013/2014*, <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr> (diakses 10 februari 2018)
- Matzler. *Instractional Models For Physical Education*. 2005.
- Nugroho, Agung Dedy. Krstyanto, Agus. dan Purnama, Kunta Septa. "Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Manipulatif Melempar dan Menangkap Bola melalui Media Visual pada Siswa SDLB-B (Tunarungu) SLB Negeri Sragen. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia Volume 6. Nomor 1. Edisi Juni 2016*, <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/miki> (diakses 10 Februari 2018)
- Rusman., Kurniawan, Deni., Riyana, Cepi. *Pembelajaran Berbasis Teknologi Informasi Dan Komunikasi*, (Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2013)
- Bire Ludji Arylien at all, "PENGARUH GAYA BELAJAR VISUAL, AUDITORIAL, DAN KINESTETIK TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA," *JURNAL KEPENDIDIKAN*, Volume 44, Nomor 2, November 2014, Halaman 168-174, <https://journal.uny.ac.id/index.php> (diakses 10 Februari 2018)
- Maksum dalam Sudarso, "Pengaruh Metode Simulasi Terhadap Hasil Belajar Dribble Sepakbola (Studi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Trenggalek)," *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* 02 (2014). <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/> (diakses 17 Desember 2016).
- DePorter, Bobby & Hernacki, Mike. *Quantum Learning – Membiasakan Belajar Nyaman dan Menyenangkan*, (Bandung : Mizan Pustaka, 2015

- Arikunto dalam Kusuma Adhianto, *et al*, “Lama Kebuntingan, Litter Size, dan Bobot Lahir Kambing Boerawa pada Pemeliharaan Perdesaan di Kecamatan Gisting KabupatenTanggamus”, *jurnalJurnalPenelitianPertanianTerapan*, Vol.12,(201),<http://jurnal.polinela.ac.id/index.php/JPPT/article/viewFile/208/174> (diakses 04 Desember 2017).
- Maksum, Ali. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Universitas Negeri Surabaya, 2012.
- Kustani, Cecep, dan Sutjipto, Bambang. *Media Pembelajaran*, (Bogor: Ghalia Indonesia, 2011)
- Mumtahanah, Nurotun. “Penggunaan Media Visual Dalam Pembelajaran PAI”, *Jurnal Studi Keislaman*, Volume 4, Nomor 1. (2014) <http://ejournal.kopertais4.or.id/> (diakses 2 Februari 2018)
- Warsita, Bambang. *Teknologi Pembelajaran Landasan Aplikasi*. Jakarta: Rineka 2008.
- Wahyuni, Yusri. “identifikasi gaya belajar (Visual, Auditorial, Kinestetik) Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Bung Hatta”, *Jurnal, Universitas Bung Hatta*, 2017.
- Abduljabar, Bambang. *Manajemen Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*; UPI (2009)
- Octavernanda, Wisnu I Putu. “Pengaruh model pembelajaran klasikal dengan individu terhadap hasil belajar lay up, <https://digilib.unila.ac.id/1162/1/cover%dalam> (Diakses 12 Februari 2018)
- Rahyubi, Heri. *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik* (Nusamedia, 2012)