

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Efektivitas

Efektivitas merupakan suatu ukuran yang berhubungan dengan tingkat keberhasilan dari suatu proses tingkat pembelajaran dan berusaha untuk mencapai sasaran yang telah ditetapkan.

Hidayat (1986:58) berpendapat bahwa "Efektivitas adalah suatu ukuran yang menyatakan seberapa jauh target telah tercapai. Dimana makin besar persentase target yang dicapai, makin tinggi efektivitasnya".

Adapun Martoyo (1998:4) memberikan definisi sebagai berikut: "Efektivitas dimana dalam memilih tujuan yang hendak dicapai dan sarana yang digunakan, serta kemampuan yang dimiliki adalah tepat, sehingga tujuan yang diinginkan dapat dicapai dengan hasil yang memuaskan".

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa efektifitas berusaha untuk mencapai sasaran dari suatu tujuan dengan terencana dan tidak ada tekanan.

B. Model Pembelajaran

Model atau metode merupakan suatu rencana atau pola yang digunakan sebagai pedoman yang digunakan dalam merencanakan pembelajaran, model

pembelajaran juga mengacu pada pendekatan pembelajaran yang akan digunakan.

Sagala (2005: 175) mengemukakan bahwa model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar peserta didik untuk mencapai tujuan belajar tertentu dan berfungsi sebagai pedoman bagi perancang pembelajaran dan guru dalam merencanakan dan melaksanakan aktivitas belajar mengajar.

suprijono (2011: 45), berpendapat bahwa “model diartikan sebagai bentuk representasi akurat sebagai proses aktual yang memungkinkan seseorang atau sekelompok orang mencoba bertindak berdasarkan model itu.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan model pembelajaran merupakan kerangka konseptual yang melukiskan prosedur sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan pembelajaran.

C. Pembelajaran

Pembelajaran merupakan upaya yang dilakukan seorang guru untuk membantu siswa dalam proses belajar, sehingga terjadi perubahan dari kondisi tidak mengerti menjadi mengerti. Sebab berhasil atau tidaknya siswa dalam belajar ditentukan oleh proses pembelajaran yang dilakukan guru.

Satori (2008:39), berpendapat bahwa “Pembelajaran adalah proses membantu siswa belajar, yang ditandai dengan perubahan perilaku baik dalam aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor”. Sedangkan menurut Mudjiono (2002:297), berpendapat bahwa “Pembelajaran adalah kegiatan guru secara

terprogram dalam desain instruksional, untuk membuat siswa belajaran secara aktif, yang menekankan pada penyediaan sumber belajar”.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan serangkaian kegiatan yang dirancang dan disusun agar menjadi proses belajar pada siswa untuk mencapai tujuan dalam pembelajaran.

D. Belajar

Belajar adalah kegiatan yang menghasilkan perubahan tingkah laku pada individu yang sedang belajar, baik potensial maupun aktual. Perubahan tersebut dalam bentuk kemampuan - kemampuan baru yang dimiliki dalam waktu yang cukup lama. Dan perubahan itu terjadi karena berbagai usaha yang dilakukan oleh individu yang bersangkutan.

Sugiyanto,(1999:267) mendefinisikan bahwa belajar adalah : “ Suatu perubahan pembawaan atau kemampuan yang bertahan dalam jangka waktu tertentu dan semata - mata disebabkan oleh pertumbuhan”.

Dan Sugiyanto,(1999:267) mengemukakan bahwa secara garis besar membaginya menjadi tiga ranah yaitu :

1.) Ranah Kognitif

Ranah kognitif adalah berkenaan dengan hasil belajar intelektual yang terdiri dari enam aspek yakni pengetahuan atau ingatan, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis dan evaluasi. Kedua aspek pertama disebut kognitif tingkat rendah dan keempat aspek berikutnya termasuk kognitif tingkat tinggi.

2.) Ranah Afektif.

Ranah Afektif adalah berkenaan dengan sikap yang terdiri dari lima aspek yakni, penerimaan, jawaban atau reaksi, penelitian, organisasi, dan internalisasi.

3.) Ranah Psikomotoris

Ranah Psikomotoris adalah berkenaan dengan hasil belajar keterampilan dan kemampuan bertindak. Ada enam aspek ranah psikomotoris, yakni (a) gerak *refleks*, (b) keterampilan gerak dasar, (c) keterampilan *perceptual*, (d) keharmonisan atau *ketepatan*, (e) gerak keterampilan *kompleks* dan (f) gerak *ekspresif* dan *interpretative*.

Ketiga ranah tersebut menjadi objek penilaian hasil belajar, diantara ketiga ranah itu, ranah kognitiflah yang banyak dinilai oleh para guru disekolah karena berkaitan dengan kemampuan para siswa dalam menguasai isi bahan pengajaran. Sedangkan dalam pembelajaran penjas di sekolah ketiga ranah ini diaplikasikan yaitu :

1. Ranah Kognitif

Ranah kognitif ini terbagi menjadi enam aspek ;

“ a) pengetahuan atau ingatan bertujuan untuk mengetahui dan mengingat teknik gerak dasar *flying shoot* yang diberikan oleh guru saat pembelajaran penjas di sekolah, b) pemahaman adalah tipe hasil belajar

yang lebih tinggi dari pengetahuan, misalnya siswa menjelaskan gerakan gerak lemparan *flying shoot* yang telah diberikan guru penjas di sekolah, c) aplikasi adalah penggunaan abstraksi pada situasi kongkrit atau situasi khusus, abstraksi tersebut mungkin berupa ide, teori, atau petunjuk teknis. Misalnya siswa mengaplikasikan teori dalam pembelajaran penjas agar keterampilan gerak dasar siswa menjadi lebih baik, d) analisis adalah usaha memilih suatu integritas menjadi unsur-unsur atau bagian-bagian sehingga jelas hirarkinya atau susunannya. Misalnya siswa mempunyai kecakapan yang kompleks yang memanfaatkan kecakapan dari ketiga tipe sebelumnya, e) evaluasi adalah pemberian keputusan tentang nilai sesuatu yang mungkin dilihat dari segi tujuan, gagasan, cara bekerja, pemecahan, metode, materil, dll. Misalnya guru penjas di sekolah memberikan tes gerak dasar *flying shoot* yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan keterampilan gerak dasar *flying shoot* pada siswa”.

2. Ranah Afektif

Ada beberapa kategori ranah afektif sebagai hasil belajar. Kategori dimulai dari tingkat yang dasar atau sederhana sampai tingkat yang kompleks.

“a) *receiving/attending* yakni semacam kepekaan dalam menerima rangsangan (stimulus) dari luar yang datang kepada siswa dalam bentuk masalah. Misalnya guru memberikan permainan kecil sebagai pengganti pemanasan sebelum memulai pembelajaran penjas agar siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas lebih bersemangat, b) *responding* atau

jawaban yakni reaksi yang diberikan kepada seseorang berupa stimulasi yang datang dari luar. Misalnya seorang guru memberikan penjelasan kepada siswa sehingga siswa memberikan reaksi atau respon terhadap penjelasan yang diberikan guru tersebut, c) *vauling* berkenaan dengan nilai dan kepercayaan terhadap gejala atau stimulasi tadi. Misalnya guru memberikan tes berupa keterampilan gerak dasar servis Sepaktakraw untuk mengetahui seberapa besar nilai yang dicapai berdasarkan nilai kelulusan yang telah ditentukan, d) organisasi yakni pengembangan dari nilai kedalam sistem organisasi termasuk hubungan satu dengan nilai yang lainnya, e) karakteristik nilai atau interaksi nilai yakni keterpaduan semua sistem nilai yang dimiliki seseorang”.

3. Ranah Psikomotor

Ada enam tingkat keterampilan yaitu :

- a) gerak refleks (keterampilan pada gerakan yang tidak sadar). Misalnya guru memberikan bola kepada siswa pada saat siswa dalam keadaan tidak siap dan siswa tersebut dengan gerakan secara tiba-tiba menangkap bola,
- b) keterampilan pada gerak-gerak dasar. Misalnya siswa terampil melakukan gerakan dasar *flying shoot*, c) kemampuan perceptual termasuk didalamnya membedakan visual, auditis, motoris, dll, c) kemampuan dibidang fisik misalnya kekuatan, harmonis dan ketepatan. Misalnya seorang siswa melakukan lemparan *flying shoot* pada saat lompatan bola tepat pada sasaran sehingga hasilnya sesuai yang diinginkan, e) gerakan-gerakan skill mulai dari keterampilan sederhana sampai keterampilan yang kompleks. Misalnya siswa melakukan

keterampilan mengoper bola, f) kemampuan yang berkenaan dengan komunikasi non decursive seperti gerakan ekspresif dan interpretatif”.

Kesimpulan dari beberapa teori diatas bahwa belajar adalah suatu proses, fungsi, dan juga hasil dari perubahan - perubahan. Perubahan yang terjadi bisa bertahan dalam jangka waktu yang relatif lama, maksudnya adalah perubahan itu tidak langsung hilang setelah kegiatan selesai dilakukan.

Berikut ini akan dikemukakan beberapa pandangan para ahli psikologi tentang belajar, yaitu :

1. Teori Belajar *Reinforcement* dari Thorndike dan Skinner.

Teori *Reinforcement* dari Thorndike telah banyak mempengaruhi dunia pendidikan dan psikologi pendidikan di Amerika Serikat. Perubahan tingkah laku boleh berwujud sesuatu yang *konkret* (dapat diamati), atau yang *nonkonkret* (tidak bisa diamati). Meskipun Thorndike tidak menjelaskan bagaimana caranya mengukur berbagai tingkah laku yang *nonkonkret* (pengukuran adalah satu hal yang menjadi obsesi semua penganut aliran tingkah laku), tetapi teori Thorndike telah banyak memberikan inspirasi kepada pakar lain yang datang sesudahnya (Bakker, 2002:67)

2. Teori *Puposive Behaviorism* dari Tolman

E. L. Tolman telah mengembangkan teori yang dapat dipandang sebagai rantai penghubung antara aliran *behaviorisme* dengan teori Gestalt dan mengawinkan keuntungan dari keduanya. Tolman menolak konsep

reinforcement dalam hubungannya dengan proses belajar. Dalam membedakan antara belajar dan tingkah laku, ia berpendirian bahwa belajar itu terdiri dari berpasangan stimulus atau berasosiasinya stimulus (Sanjaya, 2007:307). Bagi Tolman, belajar dapat terjadi dalam keadaan bebas dari setiap per formance yang bersamaan. Inilah yang dikenal sebagai “*latent Learning*”. Menurut Tolman, motivasi itu mempengaruhi performance tetapi tidak mempengaruhi belajar. *Confirmation of expectancy* juga mempengaruhi performance (Sanjaya,2007:300).

3. Teori *Conditioning* Dari Pavlov

Pavlov dapat dikatakan sebagai pelopor teori *conditioning* yang kemudian mempengaruhi perkembangan aliran *Behaviorisme* dalam psikologi. Ia adalah seorang ahli psiko-refleksologi dari Rusia, yang terkenal mengadakan percobaan-percobaannya dengan anjing, dimana perangsang asli dan netral dipasangkan dengan stimulus bersyarat secara berulang-ulang sehingga memunculkan reaksi yang diinginkan. Dari hasil percobaan-percobaan yang dilakukan dengan anjing itu Pavlov mendapat kesimpulan bahwa kejiwaan seseorang dilihat dari perilakunya. Hal ini sesuai dengan pendapat Bakker bahwa yang paling sentral dalam hidup manusia bukan hanya pikiran, peranan maupun bicara, melainkan tingkah lakunya. Pikiran mengenai tugas atau rencana baru akan mendapatkan arti yang benar jika ia berbuat sesuatu (Bakker, 2002:56).

E. Pengertian Belajar Gerak atau Motorik

Menurut Lutan (1988:101), belajar adalah suatu proses perubahan perilaku yang relatif permanen pada diri seseorang yang diperoleh melalui pengalaman dan latihan dan dapat diamati melalui penampilannya.

Perubahan tingkah laku sebagai hasil belajar memiliki pengertian yang luas, bisa berupa keterampilan fisik, verbal, intelektual, maupun sikap.

Belajar gerak secara khusus dapat diartikan sebagai suatu proses perubahan atau modifikasi tingkah laku individu akibat dari latihan dan kondisi lingkungan, Schmidt (1988:102), menyatakan bahwa belajar gerak mempunyai beberapa ciri, yaitu :

- a) merupakan rangkaian proses, b) menghasilkan kemampuan untuk merespon, c) tidak dapat diamati secara langsung, bersifat relatif permanen, d) sebagai hasil latihan, e) bisa menimbulkan efek negatif.

Lutan (2001:102) menjelaskan, karakteristik yang dominan dari belajar ialah kreativitas ketimbang sikap hanya sekedar menerima di pihak siswa atau atlet yang belajar. Penjelasan tersebut menegaskan pentingnya psiko-fisik sebagai suatu kesatuan untuk merealisasi peningkatan keterampilan.

Ada empat karakteristik belajar motorik yaitu sebagai berikut:

1. Belajar sebagai sebuah proses Lutan (1988:103), menjelaskan bahwa dalam psikologi kognitif, sebuah proses adalah seperangkat kejadian atau peristiwa yang berlangsung bersama menghasilkan beberapa perilaku tertentu. sebagai contoh dalam membaca proses dihasilkan dengan gerakan mata menangkap kode dan simbol dsalam teks, memberikan

pengertian sesuai dengan pembendaharaan kata yang tersimpan dalam ingatan dan seterusnya. Sama halnya dengan keterampilan belajar keterampilan motorik, didalamnya terlibat suatu proses yang menyumbang kepada perubahan dalam perilaku motorik sebagai hasil dari berlatih. Karena itu fokus dari belajar motorik adalah perubahan yang terjadi pada organisme yang memungkinkan untuk melakukan sesuatu yang berbeda dengan sebelum berlatih.

2. Belajar motorik adalah hasil langsung dari latihan. Perubahan perilaku motorik berupa keterampilan dipahami sebagai hasil dari latihan dan pengalaman. Hal ini perlu dipertegas untuk membedakan perubahan yang terjadi karena faktor kematangan dan pertumbuhan. Faktor-faktor tersebut juga menyebabkan perubahan perilaku (seperti anak yang lebih tua lebih terampil melakukan suatu keterampilan yang baru dari pada anak yang lebih muda). Meskipun dapat disimpulkan perubahan itu karena belajar. Lutan (1988:103).
3. Belajar motorik tak teramati secara langsung. Belajar motorik atau keterampilan olahraga tak teramati secara langsung. Proses yang terjadi dibalik perubahan keterampilan itu mungkin sekali amat kompleks dalam sistem persyarafan seperti misalnya bagaimana informasi sensorik di proses, di organisasi dan kemudian di ubah menjadi pola gerak otot-otot. Perubahan itu semuanya tidak dapat di amati secara langsung karena hanya dapat di tafsirkan eksistensinya dari perubahan yang terjadi dalam keterampilan atau perilaku motorik. Lutan (1988:103).

4. Belajar menghasilkan kapabilitas untuk bereaksi (kebiasaan) Menurut Lutan (1988:103), belajar motorik juga dapat ditinjau dari munculnya kapabilitas untuk melakukan suatu tugas dengan terampil. Kemampuan tersebut dapat dipahami sebagai suatu perubahan dalam sistem pusat syaraf. Tujuan latihan adalah untuk memperkuat atau memantapkan jumlah perubahan yang terdapat pada kondisi internal. Kondisi internal ini sering disebut dalam istilah kebiasaan.
5. Belajar motorik relatif permanen Belajar motorik adalah relatif permanen, hasil belajar ini relatif bertahan hingga waktu relatif lama. Misal saja seorang yang bisa mengendarai sepeda, meskipun seklama beberapa tahun tidak mengendarai sepeda, namun pada suatu ketika dia tetap dapat mengendarai sepeda. Perubahan ini terjadi dalam waktu yang cepat meskipun hanya menempuh beberapa menit. Secara sistematis dapat digambarkan, manakala kita belajar dan berlatih maka kita tidak pernah sama dengan keadaan sebelumnya dan belajar menghasilkan perubahan yang relatif permanen. Lutan (1988:103).

Dari beberapa pengertian belajar gerak dari para ahli di atas, penulis dapat menyimpulkan sebagai berikut, belajar gerak adalah sebagai tingkah laku atau perubahan kecakapan yang mampu bertahan dalam jangka waktu tertentu, dan bukan berasal dari proses pertumbuhan yang diwujudkan melalui respon-respon, yang pada umumnya diekspedisikan dalam gerak tubuh atau bagian tubuh.

F. Tahapan Belajar Gerak

Dalam proses belajar gerak ada tiga tahapan yang harus dilalui oleh siswa untuk mencapai tingkat keterampilan yang sempurna (otomatis). Tiga tahapan belajar gerak ini harus dilakukan secara berurutan, karena tahap sebelumnya adalah prasyarat untuk tahap berikutnya. Apabila ketiga tahapan belajar gerak ini tidak dilakukan oleh guru pada saat mengajar Pendidikan Jasmani, maka guru tidak boleh berharap banyak dari apa yang selama ini mereka lakukan, khususnya untuk mencapai tujuan Pendidikan Jasmani yang ideal. Adapun tahap-tahapan dalam belajar gerak menurut Lutan (1988:305), adalah sebagai berikut:

a. Tahap Kognitif

Pada tahap ini guru setiap akan memulai mengajarkan suatu keterampilan gerak, pertama kali yang harus dilakukan menurut Winkel (1984: 53) adalah memberikan informasi untuk menanamkan konsep-konsep tentang apa yang akan dipelajari oleh siswa dengan benar dan baik. Setelah siswa memperoleh informasi tentang apa, mengapa, dan bagaimana cara melakukan aktifitas gerak yang akan dipelajari, diharapkan di dalam benak siswa telah terbentuk motor-plan, yaitu keterampilan intelektual dalam merencanakan cara melakukan keterampilan gerak. Apabila tahap kognitif ini tidak mendapatkan perhatian oleh guru dalam proses belajar gerak, maka sulit bagi guru untuk menghasilkan anak yang terampil mempraktikkan aktivitas gerak yang menjadi prasyarat tahap belajar berikutnya.

b. Tahap Asosiatif / Fiksasi.

Pada tahap ini siswa mulai mempraktikkan gerak sesuai dengan konsep-konsep yang telah mereka ketahui dan pahami sebelumnya. Tahap ini juga sering disebut sebagai tahap latihan.

Menurut Winkel (1984: 54) Tahap latihan adalah tahap dimana siswa diharapkan mampu mempraktikkan apa yang hendak dikuasai dengan cara mengulang-ulang sesuai dengan karakteristik gerak yang dipelajari. Apakah gerak yang dipelajari itu gerak yang melibatkan otot kasar atau otot halus atau gerak terbuka atau gerak tertutup. Apabila siswa telah melakukan latihan keterampilan dengan benar dan baik, dan dilakukan secara berulang baik di sekolah maupun di luar sekolah, maka pada akhir tahap ini siswa diharapkan telah memiliki keterampilan yang memadai.

c. Tahap Otomatis

Pada tahap ini siswa telah dapat melakukan aktivitas secara terampil, karena siswa telah memasuki tahap gerakan otomatis, artinya siswa dapat merespon secara cepat dan tepat terhadap apa yang ditugaskan oleh guru untuk dilakukan.

Tanda-tanda keterampilan gerak telah memasuki tahapan otomatis adalah bila seorang siswa dapat mengerjakan tugas gerak tanpa berpikir lagi terhadap apa yang akan dan sedang dilakukan dengan hasil yang baik dan benar. Lutan (1988:307).

Lutan (1988:104), dijelaskan bahwa untuk mempelajari gerak maka perlu diperhatikan hal-hal sebagai berikut :

- a. Kesiapan belajar. Bahwa pembelajaran harus mempertimbangkan hukum kesiapan. Anak yang lebih siap akan lebih unggul dalam menerima pembelajaran.
- b. Kesempatan belajar. Pemberian kesempatan yang cukup banyak bagi anak sejak usia dini untuk bergerak atau melakukan aktivitas jasmani dalam mengeksplorasi lingkungannya sangat penting. Bukan saja untuk perkembangan yang normal kelak setelah dewasa, tapi juga untuk perkembangan mental yang sehat. Jadi penting bagi orangtua atau guru untuk memberikan kesempatan anak belajar melalui gerak.
- c. Kesempatan latihan. Anak harus diberi waktu untuk latihan sebanyak yang diperlukan untuk menguasai. Semakin banyak kesempatan berlatih, semakin banyak pengalaman gerak yang anak lakukan dan dapatkan. Meskipun demikian, kualitas latihan jauh lebih penting ketimbang kuantitasnya.
- d. Model yang baik. Dalam mempelajari motorik, meniru suatu model memainkan peran yang penting, maka untuk mempelajari suatu dengan baik, anak harus dapat mencontoh yang baik. Model yang ada harus merupakan replika dari gerakan-gerakan yang dilakukan dalam olahraga tersebut.
- e. Bimbingan. Untuk dapat meniru suatu model dengan betul, anak membutuhkan bimbingan. Bimbingan juga membantu anak membetulkan sesuatu kesalahan sebelum kesalahan tersebut terlanjur dipelajari dengan baik sehingga sulit dibetulkan kembali. Bimbingan dalam hal ini merupakan feed back.

- f. Motivasi. Besar kecilnya semangat usaha seseorang tergantung pada besar kecilnya motivasi yang dimilikinya.

G. Permainan Bolatangan

Permainan bola tangan merupakan modifikasi antara permainan bola basket dan sepak bola yang mengandalkan kemahiran tangan untuk memasukkan bola ke gawang lawan. Dimainkan oleh 2 regu, masing-masing regu terdiri dari 7 orang pemain dan dimainkan pada lapangan berukuran 20x40 meter.

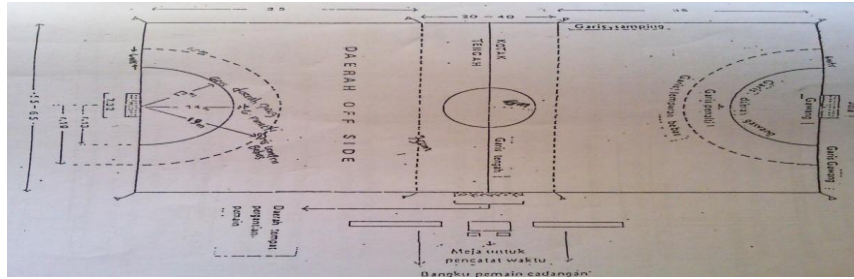
Tujuan permainan adalah mencetak gol sebanyak-banyaknya, dengan cara melempar bola ke gawang lawan yang dijaga oleh lawan. Permainan ini memainkan bola dengan seluruh anggota tubuh, kecuali kaki dan cara bermainnya membawa bola sebanyak-banyaknya tiga langkah dan menahan bola ditangan paling lama menit.

Menurut Mahendra (2000:6), bahwa :Bolatangan adalah permainan beregu yang menggunakan bola sebagai alatnya, yang dimainkan dengan menggunakan satu tangan atau dua tangan, bola tersebut boleh dilempar, dipantulkan atau ditembakkan yang tujuannya memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mencegah agar team lawan tidak dapat memasukan bola ke gawang sendiri.

Terdapat tiga jenis permainan bolatangan yang dapat dimainkan yaitu bolatangan dengan 11 orang pemain, bolatangandengan 7 pemain dan sekarang berkembang bola tangan mini (Mini handball) dengan 5 orang pemain termasuk penjaga gawang dan dimainkan untuk anak-anak sekolah dasar.

Peraturan permainan bolatangan 5 orang pemain adalah sama dengan peraturan bolatangan 7 orang pemain kecuali ukuran lapangan dan jumlah pemain setiap regunya. Namun untuk bolatangandengan 11 pemain agak berbeda karena permainan ini di mainkan di lapanganterbuka dengan ukuran lapangan seperti lapangan sepak bola.

Kebangkitan permainan bola tangan sesungguhnya muncul dari tiga negara Denmark, Jerman, dan Swedia. Permainan bolatanganyang kita kenal saat ini, pertama kali di perkenalkan pada tahun 1890 oleh seorang tokoh gymnastic dari Jerman yaitu Konrad Koch Namun pendiri bolatangan lapangan justru berasal dari pakar pendidikan jasmani Jerman yang memisahkan bolatangan lapangan pada pergantian abad yang berdasar pada dua bentuk permainan, “Raffball” (bola tangkap) dan “Königsbergerball” (Konrad Kroch, 1846-1911). Di Swedia, G. Wallström juga memperkenalkan permainan bolatangan di negaranya pada tahun 1910. Tahun 1912 Seorang berkebangsaan Jerman, Hirschmann yang merupakan sekretaris umum dari Persatuan Sepakbola Internasional mencoba menyebarkan permainan bolatangan lapangan. Pada tahun 1917, Max Heiser mengembangkan peraturan bolatangan untuk pertama kalinya. Tahun 1919 seorang guru olahraga di Berlin, Karl Scelenz memperkenalkan bentuk permainan bolatangan di lapangan besar (outdoor) di beberapa negara Eropa. Kemudian ia mengembangkan peraturan bolatangan dan sekarang dikenal sebagai salah seorang pendiri bolatangan lapangan. Pada tahun 1926 dalam sebuah pertemuan di kota Hague, Kongres Federasi Atletik Amatir Internasional, mengusulkan kepada peserta kongres untuk menyusun peraturan internasional dari bolatangan lapangan



Gambar 1. Lapangan Bola tangan

H. Teknik Dasar *Shooting flying Shot* dan Peraturan Off Side Permainan

Bola Tangan

1. Teknik Dasar *Shooting*

Shooting merupakan elemen utama dalam permainan bola tangan dan berbagai permainan lainnya sebagai upaya utama untuk memenangkan pertandingan. Power yang dihasilkan dalam gerakan shooting ditentukan oleh panjang rentang yang dihasilkan oleh persendian, banyaknya persendian yang terlibat, serta kecepatan dan kekuatan dalam mengayun lengan, tujuan dari shooting (menembak) untuk membuat angka/gol dengan cara melempar atau menembakan bola ke gawang lawan, pemain dan penyerang diperkenankan melakukan berbagaimacam cara menembak sesuai dengan kemahirannya dan sesuai dengan situasi permainannya, salah satu contoh menembak dalam bola tangan iyalah menembak bola the *flying shoot*(menembak dengan melayang).



Gambar 2. Teknik dasar shooting

2. *Shooting flying Shoot* (menembak dengan melayang)

Shooting flying shoot merupakan senjata ampuh dalam permainan dan cara menembak ini cara yang efektif untuk memasukkan bola ke gawang lawan, bila dibandingkan dengan cara menembak yang lain, aspek yang penting yang perlu diperhatikan yaitu irama atau langkah pemain harus dapat menangkap dan menguasai bola. Pelaksanaan teknik ini seperti lay up dalam permainan bola basket dengan memanfaatkan peraturan yang memperbolehkan permainan membawa bola maksimal 3 langkah.

- a. jika pemain tidak kidal, langkah pertama dimulai dari kaki kanan
- b. kemudian kaki kiri melangkah dengan kuat, bola masih dibawa di samping pinggang
- c. langkah terakhir panjang sambil melompat, dilakukan sekuatnya, badan dilentukan ke belakang untuk menyusun power lemparan, tangan ditarik ke belakang. Pada titik tertinggi lompatan bola dilemparkan. Bola sudah harus lepas di tangan sebelum kaki mendarat ke lantai.

Pada waktu melakukan lompatan, pemain harus dapat mengonsentrasikan diri untuk lompatan cukup jauh kedepan dan juga cukup tinggi dan kemudian mempertahankan sikap melayang selama mungkin sebelum melemparkan kedepan, kearah gawang lawan dan menembak dengan cara ini memberikan keuntungan bagi penembak yang memperpendek jarak lemparan dan juga daya tembaknya akan lebih bertenaga lebih keras.

Untuk melakukan teknik *flying shoot* dengan baik terlebih dahulu siswa harus mempelajari teknik-teknik permainan bola tangan; a) Teknik melempar atau mengoperkan bola, b. Cara melempar bola, c) Teknik menangkap/menerima bola, e) Menggiring bola, f) Menembak bola (shooting).



Gambar 3. *Shooting Flying shoot* (menembak dengan melayang)

3. Peraturan *Off Side* Permainan Bola Tangan

- a. Suatu regu dinyatakan dalam keadaan “*off side*” jika jumlah pemain lapangan salah satu regu (baik regu bertahan maupun regu menyerang) lebih dari 6 orang berada didalam salah satu daerah *off side* pada saat bola berada didaerah itu.

- b. Regu penyerang dinyatakan melakukan pelanggaran peraturan *off side*; jika suatu serangan di daerah peraturan *off side*, penyerang ke 7 memasuki daerah *off side*. Wasit harus segera meniup peluitnya dan kemudian memberikan lemparan bebas kepada regu bertahan di tempat pemain penyerang ke 7 masuk daerah *off side*.
- c. Regu bertahan dinyatakan melakukan pelanggaran *off side*; jika pada waktu regu penyerang melakukan serangan di daerah *off side*, pemain bertahan ke 7 memasuki daerah *off side*.



Gambar 4. Permainan off side

I. Model *Audio Visual*.

Menurut Sujana pembelajaran *audio visual* sebagai alat bantu pembelajaran yang digunakan guru untuk memotivasi belajar peserta didik memperjelas informasi atau pesan pembelajaran, memberi tekanan pada bagian-bagian yang penting, memberi variasi pembelajaran, memperjelas struktur pembelajaran ”.

Menurut Sanjaya (2010:172)“Media *audio- visual* adalah media yang mempunyai unsur suara dan unsurgambar yang bisa dilihat, misalnya rekaman video, slide, suara, dan sebagainya”.

Dari pendapat-pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *audio visual* adalah salah satu strategi yang digunakan untuk memudahkan penyampaian materi ke siswa.

Pemanfaatan media *audio visual* dalam proses pembelajaran di dalam kelas sudah merupakan hal yang biasa. Sebagai media *audio visual* dengan memiliki unsur gerakan dan suara video dapat digunakan sebagai alat bantu mengajar pada berbagai bidang studi. Kemampuan video untuk memanipulasi waktu dan ruang dapat mengajak peserta didik untuk melanglang buana kemana saja walaupun dibatasi didalam kelas. Pada bidang studi yang banyak mempelajari keterampilan motorik dapat mengandalkan kemampuan video. Melatih kemampuan kegiatan dengan prosedur tertentu akan membantu dengan pemanfaatan media video dengan kemampuan menyajikan gerakan lambat (*slow motion*), media *audio visual* membantu pengajar untuk menjelaskan gerakan atau prosedur tertentu dengan lebih rinci. Selain prosedur yang di tempuh untuk memecahkan suatu masalah dan mampu mengingatkan lebih lama.

Aspek yang harus diperhatikan oleh guru dalam mengembangkan dan membuat sendiri media pembelajaran *audio visual* maka tentunya harus memperhatikan beberapa aspek seperti kejelasan informasi dan konten yang

tersaji di dalam media pembelajaran tersebut tidak terjadinya miskonsepsi (kesalahan konsep), serta mudah dimengerti oleh siswa.

J. Model Pembelajaran Secara Langsung

Menurut Ariends (2009:41) adalah suatu model pembelajaran yang dirancang khusus untuk menunjang proses belajar siswa yang berkaitan dengan pengetahuan deklaratif dan pengetahuan prosuderal yang terstruktur dengan baik, dapat diajarkan dengan pola kegiatan yang bertahap selangkah demi selangkah.

Menurut Uno (2008:166) menyatakan bahwa model pembelajaran secara langsung adalah program yang paling efektif untuk mengukur pencapaian keahlian dasar, keahlian dalam memahami suatu materi dan konsep diri sendiri.

Model pembelajaran langsung atau yang di kenal dengan direct instruction ini adalah sebuah model pembelajaran yang menitik beratkan pada penguasaan konsep dan juga perubahan perilaku dengan melakukan pendekatan secara deduktif. Disini peran dari guru sangatlah penting sebagai penyampai informasi.

Dalam sisatem model pembelajaran langsung terdapat tujuh langkah yang mana disetiap langkah tersebut terdapat tahap-tahap dalam penyampayan materi :

1. Menyampaikan pelajaran dan tujuan pelajaran dan tujuan pembelajaran, pada tahap ini para pelajar menyampikan beberapa hal yang harus dipelajari dan juga kinerja peserta didik yang diharapkan.

2. Melakukan review pengetahuan serta keterampilan pra-syarat, di sini guru mengajukan pertanyaan untuk mengetahui keterampilan dan pengetahuan yang sudah dikuasai siswa.
3. Menyampaikan materi pelajaran dalam tahap ini pengajar akan menyampaikan materi dan informasi dan informasi serta memberikan contoh.
4. Melaksanakan bimbingan jadi bimbingan dilakukan dengan cara mengajukan pertanyaan yang bertujuan untuk menilai tingkat pemahaman peserta didik dan mencoba untuk mengoreksi kesalahan konsep yang ada.
5. Memberi kesempatan siswa untuk berlatih, guru memberi kesempatan siswa agar terus berlatih.
6. Menilai kinerja siswa dan memberinya umpan balik
7. Memberikan latihan mandiri.

Di samping itu model pembelajaran langsung ini pada dasarnya sangatlah cocok di terapkan apabila mendapati yang memungkinkan di antaranya :

1. Saat guru ingin mengenalkan bidang pembelajaran baru
2. Saat guru ingin mencoba mengajari keterampilan kepada siswa ataupun mengajari prosedur yang mempunyai struktur jelas
3. Saat siswa mendapati kesulitan yang bisa diatasi dengan sebuah penjelasan yang terstruktur.
4. Saat guru ingin menyampaikan teknik tertentu sebelum para peserta didik melakukan kegiatan peraktek.

Jadi model pembelajaran langsung memang patut diterapkan apabila sudah mendapati beberapa kondisi seperti yang dijelaskan tersebut, sehingga proses belajar dan penyampaian materi kepada para siswa juga bisa lebih efektif.

K. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan berguna untuk melihat adanya suatu kaitan atau hubungan apa yang dibicarakan dan apa yang berlaku.

Untuk memperkuat kesimpulan yang menyatakan bahwa ada perbedaan antara model pembelajaran *audio visual* dan langsung terhadap keterampilan gerak dasar *flying shoot*, maka peneliti akan membandingkan hasil dari penelitian ini dengan hasil penelitian sebagai berikut :

1. Ni Kadek Pratyamita Wijayanti berjudul “Pengaruh Penggunaan Media *Audio Visual* Terhadap Hasil Pembelajaran Pembelajaran Bola Tangan.”
Unipersitas Pendidikan Indonesia Tahun Ajaran 2013
2. Zuchaira berjudul “Perbandingan Efektivitas Pembelajaran Dengan Media *Audio visual* dan langsung terhadap hasil belajar cespas dalam permainan Bola Bapest Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 20 Medan Tahun Ajaran 2012/2013.”

Berdasarkan dari hasil penelitian kedua model ini ada peningkatan hasil pembelajaran *flying shoot* di SMP secara signifikan.

Berpatok dari penelitian di atas maka penulis akan melihat seberapa besar pengaruh kedua model ini dalam penelitian eksperimen di SMP Negeri 2 Waytenong.

L. Kerangka Pikir

Dalam menyelesaikan suatu masalah kita harus melihat masalah itu dari berbagai segi, baik dari hal-hal terkecil maupun hal-hal yang besar, agar kita dapat memahami konsep permasalahan dengan mudah dan menyelesaikan masalah dengan baik. Untuk memudahkan peneliti dalam melaksanakan penelitian maka diperlukan suatu kerangka pikir yang jelas, sebab dengan kerangka pikir yang jelas kita dapat mengetahui gambaran-gambaran permasalahan dan konsep pemecahan masalah.

Soekamto (1984:24) “Kerangka pikir adalah konsep yang memerlukan abstraksi dan hasil pemikiran atau kerangka acuan yang pada dasarnya berdimensi sosial yang dianggap relevan dengan peneliti”

Keberhasilan dalam belajar teknik yang lebih kompleks tergantung dari penguasaan pola gerak dasar. Dan penguasaan gerak dasar tersebut tergantung pada komponen-komponen fisik dasar yang mendukungnya seperti, kekuatan, power, kecepatan, kelentukan, ketepatan yang baik. Untuk menunjang kemampuan *flying shoot* bolatangan dibutuhkan tiga unsur pokok, awalan, ketinggian yang cukup pada saat lompatan, jarak.

Untuk mengembangkan kemampuan *flying shoot* berbagai metode latihan yang digunakan misalnya latihan tehnik lompatan dan kelentukan, melentukan badan

untuk menambah power lemparan. Pemain harus dapat menangkap dan menguasai bola dengan baik kemudian melakukan awaan tiga langka.

Keterampilan *flying shoot* membutuhkan koordinasi, dan kekuatan otot lengan dimana kekuatan lengan berfungsi untuk mengatur kuat lemahnya dorongan *flying shoot* sehingga bola dapat diarahkan dengan mudah kepada bidang sasaran.

Berdasarkan uraian di atas dapat penulis simpulkan bahwa lompatan dan kelentukan memberikan hubungan yang positif terhadap keberhasilan melakukan kemampuan *plying shoot* dalam permainan bolatangan yang benar.

M. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul (Arikunto, 2006:71).

Hipotesis adalah jawaban sementara masalah penelitian yang secara teoritis dianggap paling mungkin atau paling tinggi tingkat kebenarannya (Margono, 2010:67). Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Sedangkan menurut Sugiyono (2008:20) menjelaskan hipotesis penelitian merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Hipotesis adalah dugaan sementara atau jawaban sementara yang harus diuji lagi kebenarannya melalui penelitian ilmiah.

Berdasarkan landasan teori dan uraian di atas, dapat dirumuskan hipotesis sebagai berikut :

- Ho : Tidak ada pengaruh yang signifikan gerak dasar *flying shoot* dalam permainan bola tangan melalui model pembelajaran *audio visual*.
- H1 : Ada pengaruh yang signifikan gerak dasar *flying shoot* dalam permainan bola tangan melalui model pembelajaran *audio visual*.
- Ho : Tidak ada pengaruh dari pembelajaran *flying shoot* dalam permainan bola tangan melalui model pembelajaran langsung.
- H2 : Apakah ada pengaruh dari pembelajran gerak dasar *flying shoot* dalam permainan bola tangan melalui model pembelajaran langsung.
- Ho : Tidak ada perbedaan gerak dasar *flying shoot* dalam permainan bola tangan antara melalui model pembelajaran *audio visual* dan langsung.
- H3 : Ada perbedaan gerak dasar *flying shoot* dalam permainan bola tangan melalui pembelajaran *audio visual* dan langsung.