

**PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA VISUAL DAN AUDIO VISUAL
TERHADAP KETERAMPILAN GERAK DASAR *LAY-UP SHOOT*
BOLA BASKET PADA SISWI KELAS VIII
SMP NEGERI 1 GEDONG TATAAN**

(Skripsi)

Oleh

MASNITA ALFI MUTIA



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2016**

ABSTRAK

PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA VISUAL DAN AUDIO VISUAL TERHADAP KETERAMPILAN GERAK DASAR *LAY-UP SHOOT* BOLA BASKET PADA SISWI KELAS VIII SMP NEGERI 1 GEDONG TATAAN

Oleh:

MASNITA ALFI MUTIA

Masalah penelitian ini adalah mengetahui pengaruh penggunaan media visual audio visual terhadap kemampuan gerak dasar *lay-up shoot* pada siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan populasi adalah siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan yang berjumlah 250 orang, sedangkan sampel yang digunakan dalam penelitian berjumlah 63 orang, dengan teknik *random sampling*. Selanjutnya data di analisis dengan menggunakan teknik Anava. Hasil penelitian menunjukkan: $f_{hitung}(28,953) < f_{tabel}(4,35)$. pada taraf signifikan 0,05 (1), terdapat pengaruh yang signifikan pada kelompok visual. $f_{hitung}(34,315) > f_{tabel}(4,35)$. (2), terdapat pengaruh yang signifikan pada kelompok audio visual. $f_{hitung}(5,362) > f_{tabel}(4,35)$. (3), pembelajaran dengan audio visual lebih baik dibandingkan dengan media visual dan kontrol.

Kata kunci : Fleksibilitas pergelangan tangan, *hook shoot*,. keseimbangan, power tungkai.

**PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA VISUAL DAN AUDIO VISUAL
TERHADAP KETERAMPILAN GERAK DASAR *LAY-UP SHOOT*
BOLA BASKET PADA SISWI KELAS VIII
SMP NEGERI 1 GEDONG TATAAN**

Oleh
MASNITA ALFI MUTIA

Skripsi

**Sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2016**

Judul Skripsi

:PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA VISUAL DAN AUDIO VISUAL TERHADAP KETERAMPILAN GERAK DASAR LAY-UP SHOOT BOLA BASKET PADA SISWI KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 GEDONG TATAAN

Nama Mahasiswa

: Masnita Alfi Mutia

Nomor Pokok Mahasiswa

: 1113051051

Program Studi

: Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan

: Ilmu Pendidikan

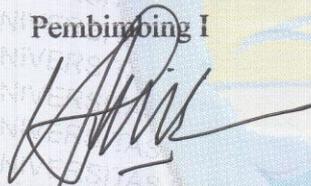
Fakultas

: Keguruan dan Ilmu Pendidikan

MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

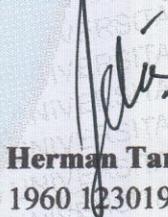
Pembimbing I



Drs. Akor Sitepu, M.Pd.

NIP. 19590117 1984031 002

Pembimbing II



Drs. Herman Tarigan, M.Pd.

NIP. 1960 1030198803 1 018

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan



Dr. Riswanti Rini, M.Si

NIP. 196003281986032002

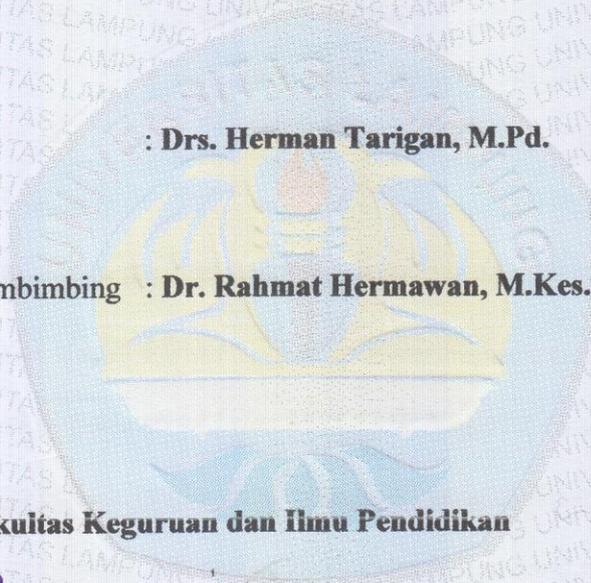
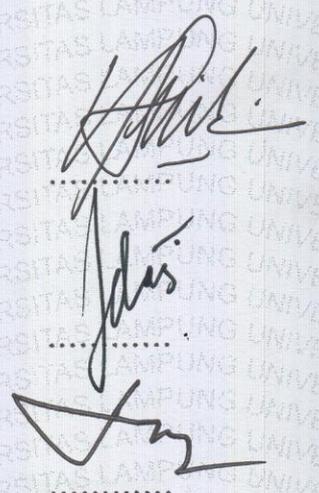
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Drs. Akor Sitepu, M.Pd.

Sekretaris : Drs. Herman Tarigan, M.Pd.

**Penguji
Bukan Pembimbing : Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes.**



Dean Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dr. H. Muhammad Fuad M. Hum

NIP 19590722 198603 1 003

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 30 Mei 2016

PERNYATAAN

Bahwa penulis yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Masnita Alfi Mutia

NPM : 1113051051

Tempat Tanggal Lahir: Bagelen, 12 Maret 1993

Alamat : Jln. Susanto Rt/Rw: 003/001 No 245 Bagelen 1

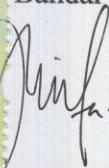
Kecamatan Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul "***Pengaruh Penggunaan Media Visual dan Audio Visual Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Lay-up Shoot Bola Basket pada siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan***" adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 28 Juli sampai dengan 09 September. Skripsi ini bukan hasil menjiplak, dan ataupun hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sebenar-benarnya, apabila dikemudian hari terjadi kesalahan, penulis bersedia menerima sanksi akademik sebagaimana yang berlaku di Universitas Lampung.

Bandar Lampung, Juni 2016




Masnita Alfi Mutia

RIWAYAT HIDUP



Penulis dilahirkan di Desa Bagelen Kecamatan Gedongtataan Kabupaten Pesawaran Propinsi Lampung pada tanggal 12 Maret 1993, anak kedua dari tiga bersaudara, dari keluarga Bapak Sutiyono dan Ibu Purwanti.

Pendidikan yang ditempuh adalah, SD Negeri 3 Bagelen diselesaikan pada tahun 2005, SMP Negeri 1 Gedong Tataan diselesaikan pada tahun 2008, dan SMA Negeri 1 Gading Rejo diselesaikan pada tahun 2011. Pada tahun 2011, penulis diterima sebagai mahasiswa pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung melalui jalur SNMPTN tertulis. Pada tahun 2014, Penulis melakukan Kuliah Kerja Nyata-Kependidikan Terintegrasi di desa Sumber Rejo, Kecamatan Bengkunt Belimbing, Pesisir Barat dan melakukan program Pengalaman Lapangan di SMAN 1 Bengkunt Belimbing, Pesisir Barat. Selama hidupnya penulis pernah mengikuti kegiatan KEJURDA BOLA BASKET Tahun 2010 (Juara 2 Lampung), POPWIL di Palembang tahun 2010 dan PORPROV di Tulang Bawang Meraih Medali Perunggu, Porwil 2011 di Batam Kepulauan Riau. Demikian riwayat hidup penulis sampaikan dan mudah-mudahan penulis dapat menjadi orang yang berguna bagi Agama, Keluarga, Masyarakat, Bangsa dan Negara kesatuan Republik Indonesia.

MOTTO

” Sabar adalah laksana kompas yang menuntun dan mengarahkan kita pada jalan yang tepat ”

“Tanpa kata sabar kita bagai bahtera yang tersesat kehilangan arah dan tujuan”

“Akan tiba masanya mukjizat sabar untuk orang – orang yang sabar”

“ Demi masa. Sungguh manusia, dalam kerugian, kecuali orang – orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasehati untuk kebenaran dan saling menasehati untuk kesabaran ”

(QS Al- ‘Ashr[103]:1-3)

PERSEMBAHAN

BISMILLAHIRAHMANNIROHIM

Kupersembahkan karya ini kepada:

Mama Puruwanti dan Papa Sutiyono terkasih dan tercinta yang telah memberikan segalanya untukku, membesarkanku, mendidikku dengan penuh

kesabaran dan kasih sayang serta tak pernah henti mendoakan

Keberhasilanku dan kebahagiaanku.

Mas Deni, Hafizh, Raudho dan keluarga besarku yang tersayang. Serta

Keluarga KKN Pak Yamani : Mba Suci, Yuli, Intan, Uni Patrik, dek

Mufida, Fadilla, Yesi, Ihwan, Sandi, Ijal , Sigit, Keluarga Besar

GLORY, sahabat- sahabat ku : Tiara , Fika, Indri dan teman-teman ku

yang telah banyak memberi semangat dan motivasi untuk menyelesaikan

karya terbaik ini.

Semua pihak yang mendukung dan mendoakan keberhasilanku serta

almamaterku tercinta

Universitas Lampung

SANWACANA

Bismillahirrohmanirrohiim

Alhamdulillah Penulis panjatkan Puji dan Syukur kehadirat ALLAH SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi ini dapat penulis selesaikan.

Skripsi ini disusun memenuhi salah satu syarat mencapai gelar sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FKIP Universitas Lampung.

Dengan judul

“ Pengaruh Media Visual Dan Audio Visual Terhadap Keterampilan Gerak Dasar *Lay Up Shoot* Bola Basket Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan”

Dalam Proses Penyelesaian skripsi ini, Penulis mendapat banyak bimbingan, petunjuk, bantuan, nasehat dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, maka pada kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terima kasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. H Muhammad Fuad M.Hum. Selaku Dekan FKIP Universitas Lampung
2. Ibu Dr. Riswanti Rini, M.Si. Selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung
3. Bapak Ade Jubaedi, M.Pd Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
4. Bapak Drs. Akor Sitepu, M.Pd. Sebagai Dosen Pembimbing I, terima kasih atas kesabaran dan pengertiannya dalam membimbing penulis selama menyusun skripsi ini

5. Bapak Drs. Herman Tarigan, M.Pd. Sebagai Dosen Pembimbing II, terima kasih atas pengetahuan tambahan yang membuat skripsi ini menjadi jauh lebih baik
6. Bapak Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes. Sebagai Dosen Pembahas, terima kasih atas kritik dan sarannya yang telah memberikan banyak masukan dan pengarahan selama penulis menyelesaikan skripsi ini
7. Bapak-Bapak Dosen Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan banyak ilmu yang bermanfaat selama penulis menyelesaikan skripsi ini.
8. Bapak dan ibu Staf tata usaha FKIP Universitas Lampung dengan pemberian pelayanan primanya sehingga skripsi ini dapat selesai tepat waktu
9. Bapak Kepala SMP N 1 Gedong Tataan yang telah memberikan izin penelitian dan Guru Olahraga serta siswi SMP N 1 Gedong Tataan, terima kasih atas waktu dan kerjasamanya yang telah diberikan dalam menyelesaikan skripsi ini
10. Papa dan Mama tercinta yang telah memberikan semangat, doa, dan bantuan materi sehingga skripsi ini dapat selesai tepat waktu
11. Dan kepada semua pihak yang telah membantu penulis
12. Akhirnya penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat sebagaimana mestinya

Bandar Lampung, Juni 2016
Penulis

Masnita Alfi Mutia

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
G. Batasan Istilah	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Hakikat Pendidikan Jasmani	9
B. Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani	10
C. Belajar Gerak atau Motorik	15
D. Tahapan Belajar Gerak	16
E. Keterampilan Gerak Dasar	18
F. Permainan Bola Basket	19
G. Teknik Permainan Bola Basket	20
H. Penerapan Media Pembelajaran Alat Modifikasi	26
I. Penelitian yang Relevan	33
J. Kerangka Pikir	33
K. Perumusan Hipotesis	34
BAB III. METODE PENELITIAN	36
A. Metode Penelitian	36
B. Variabel Penelitian	37
C. Populasi dan Sampel	39
D. Instrumen Penelitian	40
E. Teknik Pengumpulan Data	42
F. Teknik Analisis Data	44
1. Uji Normalitas	45

2. Uji Homogenitas	46
3. Anava	47
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	51
A. Hasil Penelitian	51
1. Deskripsi Data	51
a. jenis kelamin	51
b. usia	51
c. Tinggi badan	52
d. Berat badan	52
2. Analisis Data	53
3. Pengujian Hipotesis	55
B. Pembahasan	56
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN-LAMPIRAN	65

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Instrumen <i>Lay – up</i>	40
2. Validitas Instrumen	41
3. Uji Normalitas	44
4. Uji Homogenitas	45
5. Anava Tunggal.....	46
6. Ringkasan Anava	48
7. Uji <i>One Away Anava</i>	49
8. Hipotesis 1.....	49
9. Hipotesis 2	50
10. Hipotesis 3	50
11. Analisis Data	53
12. Hasil Pengukuran Menggunakan Instrumen Lay-up.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Cakupan Ranah Penjas	11
2. Model Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani	15
3. Gerakan awalan <i>Lay-up</i>	23
4. Gerakan Tolakan Kaki Pertama	23
5. Gerakan Tolakan Kaki Kedua.....	23
6. Gerakan <i>Lay – Up</i> Saat Melayang	24
7. Gerakan akhiran <i>Lay-up</i>	24
8. Tolakan Kaki Kanan	25
9. Tolakan Kaki Kiri	25
10. Rencana Penelitian Pengaruh Penggunaan Media Modifikasi Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Lay-Up	38
11. Proses Pengambilan Nilai	41
12. Diagram Usia Siswi.....	52
13. Diagram Tinggi Badan Siswi	52
14. Diagram Berat Badan Siswi	53
15. Diagram Batang Pengaruh Hasil Tes Awal antara Kelompok Audio Visual, Visual dan Kontrol	54
16. Diagram Batang Pengaruh Hasil Tes Awal antara Kelompok Audio Visual, Visual dan Kontrol	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Program Latihan <i>Lay-up</i>	65
2. Pedoman Penilaian Kemampuan <i>Lay-up</i>	75
3. Data Test Awal Pengambilan Nilai <i>Lay-Up Shoot</i>	78
4. Data Test Akhir Pengambilan Nilai <i>Lay-Up Shoot</i>	81
5. Pembagian Kelompok dengan Ordinal Pairing.....	83
6. Uji Efektifitas Hasil Perbandingan Antar Kelompok.....	88
7. Uji Efektifitas Analisis Data Varians	94
8. Analisis Data Statistik	95
9. 9.Perhitungan Analisis Varian	96
10. Ringkasan Anava	98
11. Hasil Uji Normalitas	99
12. Hasil Uji Homogenitas Kelas Visual, Audio Visual Dan Kontrol.....	101
13. Hasil Uji <i>One Away ANAVA</i>	102
14. Pengujian Hipotesis.....	104
15. Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors	106
16. Harga Kritik dari r Product-Moment	107
17. Uji Homogenitas dengan distribusi F tabel 0,05	108
18. Foto-foto.....	109
19. Surat-surat	115

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang makin banyak digemari oleh masyarakat terutama di kalangan pelajar dan mahasiswa. Melalui kegiatan olahraga bola basket ini para remaja banyak memperoleh manfaat khususnya dalam pertumbuhan fisik antara lain ; bentuk tubuh, tinggi badan dan berat badan, dalam aspek mental antara lain ; penguasaan taktik, kejiwaan dan kepribadian yang baik, dan sosial antara lain; pergaulan terhadap teman. Permainan bola basket saat ini mengalami perkembangan yang pesat terbukti dengan munculnya tim-tim yang besar di tanah air dan atlet-atlet bola basket pelajar baik di tingkat sekolah maupun perguruan tinggi dan kompetisi bola basket pelajar SMP dan SMA yang lebih profesional yaitu *DBL (development basketball league)*. Sodikun (1992:8) mengemukakan “bahwa bola basket adalah salah satu olahraga yang mempunyai nilai-nilai paedagogis, fisiologis , intelektual, dan sosiologis” . Sehingga dapat dikatakan keberadaan permainan bola basket ini secara tidak langsung ikut serta dalam upaya mewujudkan pembangunan nasional, yaitu pembangunan manusia yang berkualitas fisik dan mental .

Keberhasilan dalam peningkatan keterampilan bermain bola basket dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling mendukung. Berbagai faktor

yang berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan bermain bola basket terdiri dari dua faktor yakni faktor *endogen* dan *eksogen*. Faktor *endogen* terdiri dari: kesehatan fisik dan mental, penguasaan teknik yang sempurna, kondisi dan kemampuan fisik, penguasaan taktik, aspek kejiwaan dan kepribadian yang baik. Faktor *eksogen* meliputi pengajar, alat perlengkapan, tempat, keuangan, organisasi, lingkungan dan partisipasi. Faktor *endogen* yang sangat mempengaruhi pemain bola basket salah satunya adalah kondisi fisik, meliputi ; bentuk tubuh, tinggi badan dan berat badan. Kondisi fisik seseorang mempengaruhi keberhasilan dalam menggeluti suatu cabang olah raga seperti bola basket yang membutuhkan pemain yang memiliki tinggi badan yang ideal.

Ada beberapa keterampilan yang harus dikuasai dalam bola basket seperti *dribbling*, *passing* (*chest pass*, *bound pass*, *over head pass*), *shooting*, *rebound*, dan *lay-up*. Keterampilan *lay-up* adalah salah satu keterampilan yang sangat penting dikuasai oleh pemain karena tembakan *lay-up* sangat efektif dalam memasukkan bola ke ring karena jaraknya sangat dekat hanya dipantulkan di kotak kecil di papan ring dengan kekuatan kecil, salah satu tembakan yang dilakukan dari hasil *lay-up* merupakan perpaduan dari beberapa teknik dasar. Tembakan melalui teknik *lay-up* ini biasanya diawali *dribbling*, menangkap bola kemudian dilanjutkan memasukkan bola ke dalam ring. Pada saat *dribbling* usahakan bola berada dalam penguasaan siswa, setelah menangkap bola pemain diperbolehkan menambah langkahnya sebanyak dua langkah, baru kemudian bola ditembakkan ke ring. Saat melangkah pertama dilakukan dengan lebar dan badan condong ke depan.

Hal ini dimaksudkan untuk memperoleh jarak sedekat mungkin dengan ring dan menjaga keseimbangan tubuh dan dalam kenyataan di lapangan banyak siswa yang kurang mampu dalam melakukan *lay-up* banyak kesalahan yang terjadi dari kordinasi kaki , jumlah langkah, dan kordinasi antara kaki dan tangan. Dalam proses pembelajaran di kelas, khususnya guru Penjaskes saat menyajikan materi pembelajaran dapat ditempuh dengan beberapa cara misalnya menggunakan alat bantu pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran. Penyampaian materi dengan media atau alat bantu dapat membantu guru untuk menyampaikan materi pembelajaran agar lebih efektif dan efisien. Melalui media pembelajaran tersebut diharapkan siswa menjadi tertarik dalam pembelajaran Penjaskes, khususnya pada materi gerakan *lay-up* bola basket.

Media pembelajaran memiliki peran yang sangat strategis dalam mengikuti proses pembelajaran, melalui kreatifitas seorang guru media pembelajaran dapat berkembang menjadi sesuatu yang menarik dan memotivasi siswa untuk lebih giat mengikuti pelajaran. Dengan kata lain, guru seharusnya mampu mengolah bahan ajar menjadi sesuatu yang menarik dan memotivasi. Di satu pihak sistem pendidikan yang berlaku juga menuntut seseorang guru untuk mampu mengembangkan media pembelajaran dengan memanfaatkan beragam sumber teknologi yang ada untuk membantu siswa mencapai kompetensi yang telah ditetapkan. Dalam hal ini pengembangan media pembelajaran sejalan dengan tuntutan untuk mengembangkan kurikulum dan silabus. Secara terperinci jenis-jenis materi pembelajaran terdiri dari pengetahuan (fakta, konsep, prinsip, prosedur), keterampilan, dan sikap atau nilai.

Media pembelajaran yang dipilih oleh guru dan harus dipelajari siswa hendaknya berisikan materi atau bahan ajar yang benar-benar menunjang tercapainya standar kompetensi dan kompetensi dasar. Ketersediaan media tersebut dapat menunjang proses belajar mengajar di setiap sekolah yang memiliki keterbatasan media, keterbatasan tersebut dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu sulitnya memperoleh media yang sesuai dengan materi yang sedang diajarkan kepada siswa, kurangnya perhatian kepada mata pelajaran penjas kes dikarenakan pelajaran penjas kes dinilai kurang penting bila dibandingkan dengan mata pelajaran seperti matematika, biologi, fisika dan sebagainya. Guru harus bisa menerapkan cara – cara maupun media pembelajaran agar dapat menghasilkan peserta didik yang berkualitas, dalam meningkatkan penguasaan keterampilan teknik dasar bola basket.

Berdasarkan data kualitatif dan hasil kolaborasi bersama guru mata pelajaran penjas kes di SMP Negeri 1 Gedong Tataan Pesawaran, peneliti melihat betapa pentingnya keterampilan gerak dasar *lay-up* , keunikan *lay-up* , keindahan *lay-up* , dan keistimewaan dari *lay-up* .

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perlu diterapkannya media pembelajaran yang tepat atau model yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar *lay-up* siswa. Media pembelajaran yang berorientasi pada prinsip latihan yang disesuaikan dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan siswa serta memodifikasi waktu dan proses pembelajaran yang diharapkan dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar *lay-up* pada siswa sehingga mampu memberikan angin segar bagi siswa sehingga termotivasi untuk melaksanakan pembelajaran Penjas khususnya

pada gerakan *lay-up* dalam materi basket. Atas latar belakang inilah, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian eksperimen tentang “Pengaruh Media Visual dan Audio Visual Terhadap Keterampilan Gerak Dasar *Lay-up shoot* Bola Basket Pada siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan Pesawaran.”

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Banyaknya siswi yang kesulitan melakukan langkah awalan *lay-up shoot* bola basket dengan gerakan keterampilan yang benar pada siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan.
2. Banyaknya siswi yang kesulitan melakukan langkah akhiran *lay-up shoot* bola basket dengan gerakan keterampilan yang benar pada siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan.
3. Banyaknya siswi yang kesulitan melakukan koordinasi kaki dan tangan saat melakukan gerakan keterampilan *lay up shoot* bola basket.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, untuk memudahkan penelitian perlu pembatasan yang berdasarkan tujuan dari penelitian ini, adapun pembatasan masalah tersebut adalah untuk mengetahui “Pengaruh Media Visual dan Audio Visual Terhadap Keterampilan Gerak Dasar *Lay Up Shoot* Siswi Kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan Pesawaran”.

D. Perumusan Masalah

Masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Seberapa besar pengaruh media visual terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up shoot* pada siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan Pesawaran?
2. Seberapa besar pengaruh media audio visual terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up shoot* pada siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan Pesawaran?
3. Manakah yang lebih berpengaruh antara penggunaan media visual dan media audio visual terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up shoot* pada siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan Pesawaran?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan di atas, maka penelitian ini bertujuan :

1. Untuk mengetahui pengaruh penggunaan media visual terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up shoot* pada siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan Pesawaran.
2. Untuk mengetahui pengaruh audio visual terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up shoot* pada siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan Pesawaran.
3. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara penggunaan media visual dan audio visual terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up shoot* pada siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan Pesawaran?

F. Manfaat Penelitian

Dengan penelitian ini penulis berharap antara lain :

1. Pelatih

Sebagai pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar *Lay-up shoot* bola basket;

2. Bagi Guru dan Sekolah

Sebagai bahan masukan dan referensi bagi pembina sekolah tentang penggunaan media pembelajaran dalam pembelajaran penjasokes;

3. Bagi Program Studi

Sebagai informasi dan acuan bagi pihak yang ingin melaksanakan penelitian sejenis.

G. Batasan Istilah

1. Pengaruh

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005;849), “Pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang atau benda) yang ikut membentuk watak atau perbuatan seseorang.” sementara itu menurut Surakhmad (1982:7) menyatakan bahwa pengaruh adalah kekuatan yang muncul dari suatu benda atau orang dan juga gejala dalam yang dapat memberikan perubahan terhadap apa – apa di sekelilingnya

2. Media Visual

Menurut Heinich and Molenda 2005 (dalam Supriatna 2009) Media visual: Media yang dapat memberikan rangsangan-rangsangan visual seperti gambar/foto, sketsa, diagram, bagan, grafik, kartun, poster, papan buletin dan lainnya;

3. Media Audio Visual

Menurut Heinich and Molenda 2005 (dalam Supriatna 2009) Media Audio: Membantu menyampaikan maklumat dengan lebih berkesan membantu meningkatkan daya tarik terhadap sesuatu persembahan. Jenis audio termasuk suara latar, musik, atau rekaman suara dan lainnya;

4. *Lay-up Shoot*

Tembakan *lay-up* adalah tembakan yang dilakukan dengan jarak dekat sekali dengan ring basket, hingga seolah-olah bola itu diletakkan kedalam ring basket yang didahului dengan gerakan dua langkah.

Menurut Oliver (2007:13) : Presentase tembakan tertinggi adalah tembakan dalam, seperti *lay-up*, yang dilakukan oleh seorang pemain penyerang yang berada dalam jarak sekitar satu meter dari ring basket yang memiliki ketepatan tembakan dengan presentase tertinggi 55- 60 % dari semua hasil usaha.

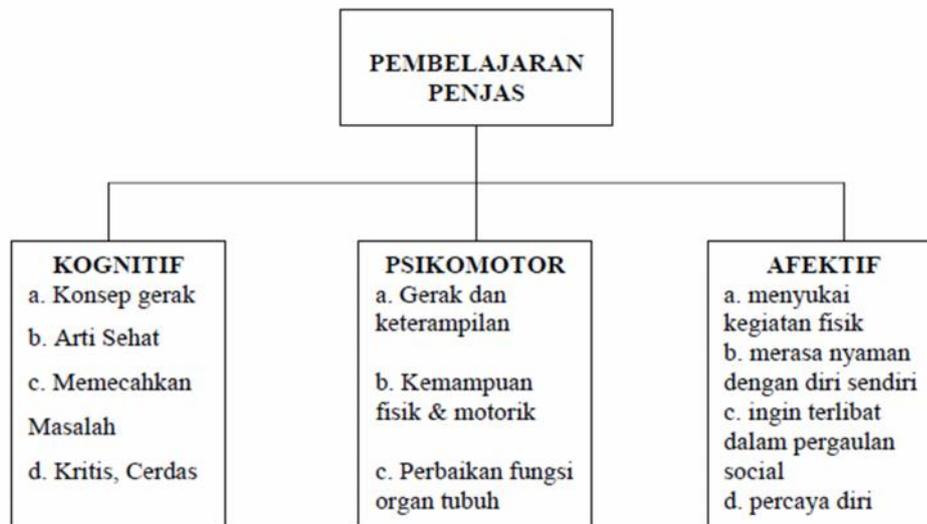
II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Hakekat Pendidikan Jasmani

Menurut Subagyo dkk (2007 : 1.14) “ Pembelajaran pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang diarahkan untuk mendorong, membimbing, mengembangkan, dan membina kemampuan jasmani dan rohani serta kesehatan”.

Menurut Oemar Hamalik (2004 : 205). “Pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan dan prosedur yang saling mempengaruhi antara satu dengan yang lain”. Dimiyati dan Mudjiono (2002 : 297), mendefinisikan “Pembelajaran adalah kegiatan guru secara terprogram dalam desain instruksional, untuk membuat siswa belajar secara aktif, yang menekankan pada penyediaan sumber belajar”. Gagne dan Briggs (1979 : 3) dalam juga mengartikan “Pembelajaran ini adalah suatu sistem yang bertujuan untuk membantu proses belajar siswa, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang, disusun sedemikian rupa untuk mempengaruhi dan mendukung terjadinya proses belajar siswa yang bersifat internal”.

Dengan demikian pembelajaran dapat diartikan sebagai serangkaian kegiatan yang dirancang dan disusun agar terjadi proses belajar pada siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran.



Gambar 1. Cakupan Ranah Penjas

B. Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Salah satu masalah yang dihadapi dunia pendidikan kita adalah masalah lemahnya proses pembelajaran. Dalam proses pembelajaran, anak kurang didorong untuk mengembangkan kemampuan berfikir. Proses pembelajaran di dalam kelas diarahkan pada kemampuan anak untuk menghafal informasi tanpa dituntut untuk memahami informasi yang diingatnya itu untuk meng- hubungkannya dengan kehidupan sehari-hari.

Ketika ilmu pengetahuan masih terbatas, ketika penemuan hasil-hasil teknologi belum berkembang seperti sekarang ini, maka peran utama guru di sekolah adalah menyampaikan ilmu pengetahuan sebagai warisan kebudayaan masa lalu yang dianggap berguna sehingga harus dilestarikan. Dalam kondisi demikian, guru berperan sebagai sumber belajar (*learnig resources*) bagi siswa, siswa akan belajar apa yang keluar dari mulut guru.

Proses pembelajaran dikenal beberapa istilah yang memiliki kemiripan makna dan bingung untuk membedakannya. Istilah-istilah ini yaitu, pendekatan pembelajaran, strategi pembelajaran, metode pembelajaran, teknik pembelajaran, taktik pembelajaran, dan model pembelajaran. Metode pembelajaran adalah cara yang digunakan untuk mengimplementasikan rencana yang sudah disusun dalam bentuk kegiatan nyata dan praktis untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Terdapat beberapa metode pembelajaran yang dapat digunakan untuk mengimplementasikan strategi pembelajaran diantaranya, ceramah, demonstrasi, diskusi, simulasi, simposium, dan sebagainya.

Teknik pembelajaran dapat diartikan sebagai cara yang dilakukan seseorang dalam mengimplementasikan suatu metode secara spesifik. Taktik pembelajaran merupakan gaya seseorang dalam melaksanakan metode atau teknik pembelajaran tertentu yang sifatnya individual. Sementara itu, strategi pembelajaran adalah suatu kegiatan pembelajaran yang harus dikerjakan guru dan siswa agar tujuan pembelajaran dapat dicapai secara efektif dan efisien. (Wina Sanjaya, 2007:124-125).

Menurut Depdiknas (2003), strategi pembelajaran merupakan kegiatan perencanaan yang dilakukan guru sebelum melaksanakan proses pembelajaran untuk menentukan kegiatan apa yang akan dilakukan guru sebelum melaksanakan proses pembelajaran untuk menentukan kegiatan apa yang akan dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung.

Pendekatan pembelajaran dapat diartikan sebagai titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran, yang merujuk pada pandangan tentang terjadinya suatu proses yang sifatnya masih sangat umum. Wina Sanjaya,

(2007:125) mencatat ada dua pendekatan dalam pembelajaran yaitu, pendekatan yang berpusat pada guru dan pendekatan yang berpusat pada siswa. Pendekatan yang berpusat pada guru menurunkan strategi pembelajaran langsung (*direct instruction*), pembelajaran deduktif atau pembelajaran ekspositori yang artinya adalah strategi pembelajaran yang dilakukan dengan mempelajari konsep-konsep terlebih dahulu kemudian dicari kesimpulan dan ilustrasi-ilustrasi atau bahan pelajaran yang dipelajari dari hal yang abstrak, kemudian secara perlahan-lahan menuju hal yang konkret. Sedangkan pendekatan pembelajaran yang berpusat pada siswa menurunkan strategi pembelajaran *discovery* dan *inkuiri* serta strategi pembelajaran induktif. Pada strategi ini bahan yang dipelajari dimulai dari hal-hal yang konkret dan secara perlahan-lahan siswa dihadapkan pada materi yang kompleks dan sukar.

Langkah-langkah dalam penerapan strategi ekspositori yaitu:

1. Persiapan (*preparation*)

Tujuan yang ingin dicapai dalam melakukan persiapan adalah dengan mengajak siswa keluar dari kondisi mental yang pasif, membangkitkan motivasi dan minat siswa untuk belajar, merangsang dan menggugah rasa ingin tahu siswa, serta menciptakan suasana dan iklim pembelajaran yang terbuka.

2. Penyajian (*presentation*)

Langkah penyajian adalah langkah penyampaian materi pelajaran sesuai dengan persiapan yang telah dilakukan. Yang harus difikirkan oleh setiap guru dalam penyajian ini adalah bagaimana agar materi pelajaran dapat dengan mudah ditangkap dan dipahami oleh siswa.

3. Menghubungkan (*correlation*)

Langkah korelasi adalah langkah menghubungkan materi pelajaran dengan pengalaman siswa atau dengan hal-hal lain yang memungkinkan siswa dapat menangkap keterkaitannya dalam struktur pengetahuan yang dimilikinya.

4. Menyimpulkan (*generalitazion*)

Menyimpulkan adalah tahapan untuk memahami inti dari materi pelajaran yang disajikan.

5. Mengaplikasikan (*aplication*)

Langkah aplikasi adalah langkah unjuk kemampuan siswa setelah mereka menyimak penjelasan. Langkah ini merupakan langkah yang sangat penting dalam proses pembelajaran ekspositori.

Pendekatan pembelajaran dikembangkan menjadi strategi *inquiry-discovery*.

Langkah-langkah pokok strategi ini adalah:

1. Menyajikan kesempatan-kesempatan kepada siswa untuk melakukan tindakan/perbuatan dan mengamati konsekuensi dari tindakan tersebut.
2. Menguji pemahaman siswa mengenai hubungan sebab akibat dengan cara mempertanyakan atau mengamati reaksi-reaksi siswa, selanjutnya menyajikan kesempatan-kesempatan lainnya.
3. Mempertanyakan atau megamati kegiatan selanjutnya, serta menguji susunan prinsip umum yang mendasari masalah yang disajikan itu.
4. Menyajikan berbagai kesempatan baru guna menerapkan hal yang baru saja dipelajari kedalam situasi atau masalah-masalah yang nyata.

Karakteristik siswa meliputi pola kehidupan sehari-hari, karakteristik pelajaran meliputi tujuan yang akan dicapai dalam pelajaran dan hambatan untuk pencapaiannya. Strategi penyampaian terfokus pada pertimbangan penggunaan media apa untuk menyajikan apa, bagaimana cara menyajikannya, siapa dan atau apa yang akan menyajikan. Pengelolaan kegiatan meliputi keputusan untuk mengembangkan dan mengelola serta kapan dan bagaimana digunakannya bahan pelajaran dan strategi penyampaian. Oleh karena itu, seorang guru perlu memiliki kemampuan merancang dan mengimplementasikan berbagai strategi pembelajaran yang dianggap cocok dengan minat dan bakat serta sesuai dengan taraf perkembangan siswa termasuk di dalamnya memanfaatkan berbagai sumber dan media pembelajaran untuk menjamin efektivitas pembelajaran. Dengan demikian seorang guru perlu memiliki kemampuan khusus, kemampuan yang tidak mungkin dimiliki oleh orang yang bukan guru.



Gambar 2. Model Strategi Pembelajaran Penjas

(Sumber: Gabbard, Physical Education For Children. 1987:101)

C. Belajar Gerak atau Motorik

Proses belajar gerak berlangsung dalam suatu rangkaian kejadian dari waktu ke waktu dan dalam prosesnya melibatkan sistem saraf pusat, otak, dan ingatan.

Dengan demikian tugas utama peserta didik dalam proses belajar gerak adalah menerima dan menginterpretasikan informasi tentang gerakan-gerakan yang akan dipelajari kemudian mengolah dan menginformasikan informasi tersebut sedemikian rupa sehingga memungkinkan realisasi gerakan secara optimal dalam bentuk keterampilan.

John N. Drowtzky, 1975 (dalam Sugiyanto, 1999:269) mengemukakan bahwa belajar gerak adalah : “Perubahan secara permanen berupa gerak belajar yang diwujudkan melalui respon-respon muskular yang diekspresikan dalam gerakan tubuh atau bagian tubuh”.

Belajar motorik merupakan seperangkat proses yang bertalian dengan latihan atau pengalaman yang mengantarkan kearah perubahan permanen dalam perilaku terampil (Schmidt, 1982 dalam Lutan 1988:102).

Meskipun tekanan belajar motorik yaitu penguasaan keterampilan tidak berarti aspek lain, seperti peranan dominan kognitif diabaikan. Menurut Meinel (1976) dalam Lutan (1988:102) belajar gerak itu terdiri dari tahap penguasaan, penghalusan dan penstabilan gerak atau keterampilan teknik olahraga. Lutan menekankan integrasi keterampilan di dalam perkembangan total dari kepribadian seseorang. Oleh karena itu, penguasaan keterampilan baru diperoleh melalui penerimaan dan pemilikan pengetahuan, perkembangan, kordinasi dan kondisi fisik sebagaimana halnya kepercayaan dan semangat juang. Ditambahkannya

belajar gerak dalam olahraga mencerminkan suatu kegiatan yang disadari dimana aktivitas belajar diarahkan untuk mencapai suatu tujuan yang telah ditetapkan.

Schnabel (1983) dalam 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.

Dari paparan di atas dapat disimpulkan bahwa belajar gerak adalah sebagai tingkah laku atau perubahan kecakapan yang mampu bertahan dalam jangka waktu tertentu, dan bukan berasal dari proses pertumbuhan yang diwujutkan melalui respon-respon, yang pada umumnya diekspedisikan dalam gerak tubuh atau bagian tubuh.

D. 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 mengharap banyak dari apa yang selama ini mereka lakukan, khususnya untuk mencapai tujuan Pendidikan Jasmani yang ideal.

Adapun tahap-tahapan dalam belajar gerak adalah sebagai berikut :

1. Tahap Kognitif

Merupakan tahap awal dalam belajar gerak keterampilan motorik. Dalam tahap ini peserta didik harus memahami mengenai hakekat kegiatan yang

akan dilakukan. Peserta didik harus memperoleh gambaran yang jelas baik secara verbal maupun visual mengenai tugas gerakan atau model teknik yang akan dipelajari agar dapat membuat rencana pelaksanaan yang tepat.

2. Tahap Fiksasi

Pada tahap ini, pengembangan keterampilan dilakukan peserta didik melalui tahap praktek secara teratur agar perubahan perilaku gerak menjadi permanen. Selama latihan, peserta didik membutuhkan semangat dan upaya baik untuk mengetahui apa yang dilakukan itu benar atau salah. Lebih penting lagi peserta didik mengoreksi kesalahan. Pola gerakan sudah sampai pada taraf merangkai urutan-urutan gerakan yang didapatkan secara keseluruhan dan harus dilakukan secara berulang-ulang sehingga penguasaan terhadap gerakan akan semakin meningkat.

3. Tahap Otomatis

Setelah peserta didik melakukan latihan dalam jangka waktu yang relative lama, maka akan memasuki tahap otomatis. Secara fisiologis tahap ini dapat diartikan bahwa pada diri anak telah terjadi suatu kondisi reflek bersyarat, yaitu terjadinya pengerahan tenaga mendekati pola gerak reflek yang sangat efisien dan hanya akan melibatkan unsure motor unit yang benar-benar diperlukan untuk gerakan yang diinginkan.

Pada tahap ini kontrol terhadap gerakan semakin tepat dan penampilan semakin konsisten dan cermat.

Penampilan gerakan yang konsisten dan cermat pada tahap otomatis dapat dilihat dari ciri-ciri khusus sebagai berikut:

- a. Antisipasi gerakan mengarah pada kemampuan otomatis dan irama gerakan terlihat nyata.
- b. Penampilan gerakan dapat dilakukan diberbagai situasi dan kondisi yang berubah-ubah tanpa menghilangkan kelancaran dan kemulusan gerakan.
- c. Proses dan hasil gerakan diperlihatkan dalam penampilan yang konstan.

E. Keterampilan Gerak Dasar

Gerak dasar adalah gerak yang perkembangannya sejalan dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan. Keterampilan gerak dasar merupakan pola gerak yang menjadi dasar untuk ketangkasan yang lebih kompleks. Lutan (1998) membagi tiga gerakan dasar yaitu, (1) lokomotor, (2) gerak non lokomotor, (3) manipulatif.

Gerak dasar dalam permainan bola basket adalah keterampilan gerak yang dilakukan dalam kegiatan bermain bola basket baik yang berkaitan dengan aktivitas pada saat memainkan bola maupun saat tanpa memainkan bola.

Gerak dasar itu mencakup keterampilan lokomotor dan keterampilan manipulatif (Machfud Irsyada, 2007: 17).

Lutan (1998:103) mendefinisikan gerak lokomotor adalah gerak yang digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat misalnya: jalan dan lompat.

Gerak non lokomotor adalah keterampilan yang dilakukan tanpa memindahkan tubuh dari tempatnya, misalnya melenting, mendorong dan menarik. Sedangkan gerak manipulatif adalah keterampilan memainkan suatu proyek dilakukan dengan kaki maupun dengan tangan atau bagian tubuh yang lain, misalnya lay up.

Sehubungan dengan itu permainan bola basket membutuhkan kemampuan untuk mempersepsi bola, memantul-mantulka bola dengan baik, mengontrol bola dengan baik, dan keterampilan yang baik agar dapat melakukan teknik lay up dengan baik dan benar.

F. Permainan Bola Basket

Menurut Amber (2006:52) ada beberapa alternatif untuk memperkenalkan permainan bola basket pada calon atau para pemain, antara lain sebagai berikut :

Permainan Bola Basket cukup sederhana, yaitu suatu permainan antara dua tim dimana masing-masing tim saling melempar bola ke dalam ring atau jala basket tim lawan untuk mencetak atau mendapatkan nilai (skor) (Agus Salim, 2008:10). Sedangkan menurut Wissel (2000 : 2) Bola Basket dimainkan oleh dua tim dengan 5 pemain per tim. Tujuannya adalah mendapatkan nilai (skor) dengan memasukkan bola ke keranjang dan mencegah tim lain melakukan hal serupa.

Seperti diketahui bahwa permainan bola basket pada waktu sekarang ini merupakan suatu permainan yang banyak menuntut ketekunan dari semua pemain - pemainnya demi pencapaian prestasi yang dapat dibanggakan. Maka dari itu, atlet harus selalu memiliki kondisi fisik yang sebaik-baiknya. Untuk itu diperlukan latihan-latihan seperti latihan pembentukan, latihan bermain, pengaturan makan, tidur, serta kematangan sikap mental . Bola Basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Bola basket sangat cocok untuk ditonton karena biasa dimainkan di ruang olahraga tertutup dan hanya memerlukan lapangan yang

relatif kecil. Selain itu, bola basket mudah dipelajari karena bentuk bolanya yang besar, sehingga tidak menyulitkan pemain ketika memantulkan atau melempar bola tersebut.

Bola basket termasuk jenis permainan yang kompleks, yang berarti gerakannya terdiri dari gabungan unsur-unsur gerak yang terkoordinasi rapi, sehingga dapat bermain dengan baik. Jika cara memegang bola saja, salah tentu ia tidak dapat melempar bola dengan baik. Sebelum ia menerima bola terlebih dahulu ia harus dapat menangkap bola dengan baik pula untuk dikuasai sehingga dapat menerobos pertahanan lawan dengan baik. Untuk dapat bekerjasama dengan baik, tentu ia harus menguasai teknik melempar, menangkap, menggiring bola dengan baik (Imam Sodikun 1992:47). Gerakan yang baik menimbulkan efisiensi kerja dan berkat latihan yang teratur mendapatkan efektifitas yang baik pula.

Seorang pemain atau regu dapat bermain dengan baik, maka mereka dituntut untuk dapat melakukan setiap unsur gerak yang benar. Oleh karena itu penguasaan terhadap teknik dasar yang benar dapat menunjang keterampilan bermain selanjutnya.

G. Teknik Permainan Bola Basket

Gerakan yang efektif dan efisien dalam permainan bola basket adalah merupakan suatu tujuan dalam penguasaan teknik dasar yang baik. Menurut Depdiknas Direktorat Jendral Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga Kependidikan (2007:3). Beberapa teknik dasar yang perlu diketahui dalam permainan basket adalah sebagai berikut : (a) Mengoper (*Passing*), mengoper atau melempar bola terdiri atas tiga cara yaitu melempar bola dari atas kepala (*over head pass*),

melempar bola dari depan dada (*chest pass*) yang dilakukan dari dada ke dada dengan cepat dalam permainan, serta melempar bola memantul ke tanah atau lantai (*bounce pass*); (b) Menggiring bola (*Dribbling*) adalah memantul-mantulkan bola (membawa bola) yang dapat dilakukan dengan sikap berhenti, berjalan atau berlari. Pelaksanaannya dilakukan dengan tangan kanan atau tangan kiri; (c) Menembak bola ke ring (*Shooting*) adalah usaha memasukkan bola ke dalam keranjang atau ring basket lawan untuk meraih poin.

Dalam melakukan shooting ini dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan shooting dengan dua tangan serta shooting dengan satu tangan; (d) Memoros (*Pivot*) adalah suatu usaha menyelamatkan bola dari jangkauan lawan dengan salah satu kaki sebagai porosnya, sedangkan kaki yang lain dapat berputar 360 derajat; (e) Merayah (*Rebounding*), Salah satu teknik dalam bola basket dimana seorang pemain menangkap atau mendapatkan bola pantul yang tidak berhasil masuk ke ring yang ditembakkan pemain lain; (f) *Intercept* adalah teknik mencuri bola dari lawan dengan cara memotong passing lawan. Semua teknik di atas harus dikuasai oleh setiap atlet bola basket.

Apabila semua teknik tersebut sudah dikuasai dengan baik oleh para pemain, maka ia dapat bermain dengan baik. Selanjutnya untuk meningkatkan prestasi tinggal memperbanyak latihan yang cukup, sehingga dapat menjadi gerakan yang otomatis. Peningkatan prestasi ini adalah tugas guru atau pelatih yang akan mengantarkan kepada prestasi yang maksimal (Imam Sodikun 1992:48).

Teknik permainan bola basket secara garis besar terdiri dari: mengoper (*passing*), menggiring (*dribbling*), menembak (*shooting*), dan merayah (*rebound*), (Akros Abidin 1999:45).

Keempat teknik di atas harus dikuasai agar seseorang dapat menjadi pemain basket yang baik, namun keahlian dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain basket adalah kemampuan menembak. Untuk membuat angka dalam permainan bola basket pemain harus melakukan tembakan. Menembak merupakan sasaran akhir setiap bermain bola basket dan merupakan unsur yang sangat menentukan untuk mencapai kemenangan dalam suatu pertandingan. Menembak merupakan tehnik dasar yang paling penting dalam permainan bola basket, karena kemenangan suatu tim di tentukan oleh jumlah tembakan yang masuk pada ring sampai akhir pertandingan.

Akros Abidin (1999:59-65), teknik dasar menembak tersebut antara lain:

- (1) *One hand set shoot* adalah tembakan satu tangan dari atas kepala;
- (2) *Free throw* adalah tembakan bebas yang diberikan kepada pemain karena pelanggaran (*Foul*) dari pemain lain;
- (3) *Jump shoot* adalah tembakan yang dilakukan sambil melompat;
- (4) *Three point shoot* adalah tembakan tiga angka yang dilakukan diluar garis setengah lingkaran besar;
- (5) *Lay-up* adalah teknik tembakan/memasukkan bola ke dalam keranjang dalam permainan bebas, sehingga seolah-olah bola itu diletakkan di dalam ring yang didahului dengan dua langkah.

Gerakan melangkah dapat dilakukan dari menerima operan dari teman satu tim atau dari gerakan menggiring bola, melangkah dua kali kemudian menembak ke ring.

1. *Lay-up*

Gerakan *lay up* merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai siswa dalam bola basket. Tembakan *lay-up* adalah tembakan yang dilakukan dengan jarak dekat sekali dengan ring basket, hingga seolah-olah bola itu diletakkan kedalam ring basket yang didahului dengan gerakan dua langkah. Melangkah dua kali kemudian mengoper atau menembak merupakan unsur yang sangat penting dalam bola basket, maka melangkah dengan dua hitungan ini perlu sekali dilatihkan dan diajarkan dengan cermat dan berulang-ulang, apalagi bila langkah dua hitungan ini diakhiri dengan tembakan *lay-up*.



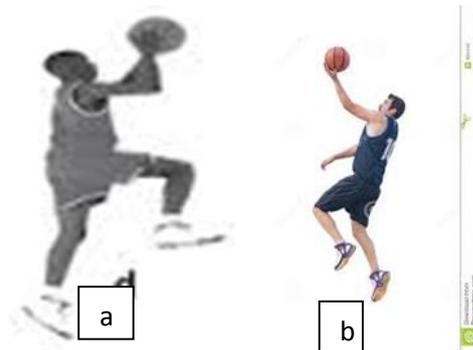
Gambar 3. Gerakan awalan *lay-up* (Adopsi dari :Akros Abidin)



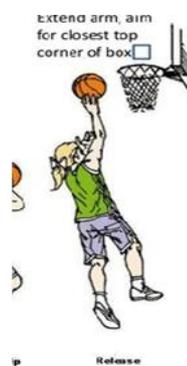
Gambar 4. Gerakan tolakan kaki pertama *lay-up*



Gambar 5. Gerakan tolakan kaki kedua *lay-up*



Gambar 6. Gerakan *lay-up* saat melayang menggunakan
a.kaki kanan b. kaki kiri



Gambar 7. Gerakan akhiran *lay-up* saat melepaskan bola

2. Pelaksanaan

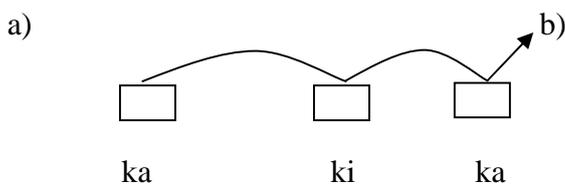
Menurut Akor Sitepu (2008:43), ada tiga hal yang perlu diperhatikan dalam tembakan *lay up* adalah :

- (1) Saat menerima bola : Saat menerima bola harus dalam keadaan melayang;
- (2) Saat melangkah : langkah pertama harus lebar atau jauh untuk memelihara keseimbangan. Langkah kedua pendek untuk memperoleh awalan tolakan agar dapat melompat setinggi-tingginya;

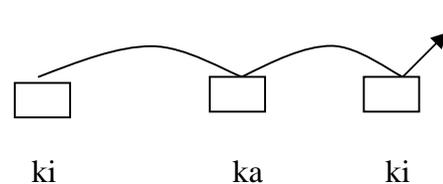
(3) Saat melepaskan bola : bola harus dilepas dengan kekuatan kecil, perhatikan pantulan pada papan disekitar garis tegak sebelah kanan pada petak kecil diatas ring basket, kalau arah bola dari kanan;

(4) Sesuai dengan peraturan permainan bahwa seorang pemain yang menerima bola pada saat melayang, maka pemain itu diperbolehkan untuk menambah langkah 2 hitungan.

Adapun dua langkah itu dapat dilakukan sebagai berikut : Bila tolakan pertama dengan kaki kanan langkah serta dengan kaki kiri dan langkah kedua dengan kaki kanan lagi atau sebaliknya (kiri,kakan,kiri).



Gambar 8. Tolakan kaki kanan



Gambar 9. Tolakan kaki kiri

Pembelajaran merupakan suatu proses kegiatan yang disadari dan terencana.

Pembelajaran bukan merupakan suatu proses kegiatan yang terjadi secara alami dan bersifat otomatis, tetapi suatu proses kegiatan yang dilakukan guru dan siswa, yang direncanakan dan diperhitungkan sedemikian rupa agar tujuan pembelajaran yang dirumuskan tercapai. Istilah pembelajaran berhubungan erat dengan pengertian belajar dan mengajar.

Belajar, mengajar dan pembelajaran terjadi bersama-sama. Belajar dapat terjadi tanpa guru atau tanpa kegiatan mengajar dan pembelajaran formal lain. Sedangkan mengajar meliputi segala hal yang guru lakukan di dalam kelas atau luar kelas.

H. Penerapan Media Pembelajaran Alat Modifikasi

Media pembelajaran banyak jenis dan macamnya. Dari yang paling sederhana dan murah hingga yang canggih dan mahal. Ada yang dapat dibuat oleh guru sendiri dan ada yang diproduksi pabrik. Ada yang sudah tersedia di lingkungan untuk langsung dimanfaatkan dan ada yang sengaja dirancang.

Perkembangan ilmu pendidikan dan teknologi menuntut guru agar mampu menggunakan alat-alat yang dapat disediakan oleh sekolah dan sekurangnya guru dapat menggunakan alat yang murah dan efisien yang meskipun sederhana dan bersahaja tetapi dapat membantu dalam pencapaian tujuan pengajaran yang diharapkan.

Menurut Arsyad, 2002; Sadiman, dkk.,1990, mengatakan Kata media berasal dari bahasa latin dan merupakan bentuk jamak dari kata *medium* yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar. Menurut Gerlach & Ely (dalam Arsyad,2002), mengatakan bahwa media jika dipahami secara garis besar adalah manusia, materi, atau kejadian yang membangun kondisi yang menyebabkan siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap. Dalam Buku Pengantar Ilmu Komunikasi (Cangara, 2006:119), media adalah alat atau sarana yang digunakan untuk menyampaikan pesan dari para komunikator pada khalayak. Ada beberapa pakar psikologi memandang bahwa dalam komunikasi antar manusia, maka media yang paling didominasi dalam berkomunikasi adalah pancaindera manusia seperti mata dan telinga. Pesan – pesan yang diterima selanjutnya oleh pancaindera di proses oleh pikiran manusia untuk mengontrol dan menentukan sikapnya terhadap sesuatu, sebelum dinyatakan dalam tindakan. Asosiasi Pendidikan Nasional mengemukakan pengertian media adalah bentuk – bentuk komunikasi baik

tercetak maupun audiovisual serta peralatannya. Media hendaknya dapat dimanipulasi, dapat dilihat, didengar, dan dibaca. Apapun batasan yang diberikan, ada persamaan di antara batasan tersebut yaitu bahwa media adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan dari pengirim dan penerima sehingga dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan minat serta perhatian siswa sedemikian rupa sehingga proses belajar terjadi.

Terdapat enam jenis dasar dari media pembelajaran menurut Heinich and Molenda (2005 dalam supriatna 2009) yaitu:

- (1) Teks : Merupakan elemen dasar bagi menyampaikan suatu informasi yang mempunyai berbagai jenis dan bentuk tulisan yang berupaya memberi daya tarik dalam penyampaian informasi;
- (2) Media Audio : Membantu menyampaikan maklumat dengan lebih berkesan membantu meningkatkan daya tarik terhadap sesuatu persembahan. Jenis audio termasuk suara latar, musik, atau rekaman suara dan lainnya;
- (3) Media Visual : Media yang dapat memberikan rangsangan-rangsangan visual seperti gambar/foto, sketsa, diagram, bagan, grafik, kartun, poster, papan buletin dan lainnya;
- (4) Media Proyeksi Gerak : Termasuk di dalamnya film gerak, film gelang, program TV, video kaset (CD, VCD, atau DVD);
- (5) Benda-benda Tiruan/miniatur : Seperti benda-benda tiga dimensi yang dapat disentuh dan diraba oleh siswa.

Media ini dibuat untuk mengatasi keterbatasan baik obyek maupun situasi sehingga proses pembelajaran tetap berjalan dengan baik; (6) Manusia : Termasuk di dalamnya guru, siswa, atau pakar/ahli di bidang/materi tertentu. Media

pembelajaran adalah alat atau bahan atau perantara dalam pencapaian proses pembelajaran atau proses komunikasi baik dalam bentuk cetak, maupun audiovisual.

Arif S. Sadiman (2011:17), secara umum media mempunyai kegunaan, antara lain

- : (1) Memperjelas pesan agar tidak terlalu verbalistik;
- (2) Mengatasi keterbatasan ruang, waktu, tenaga dan daya indra;
- (3) Menimbulkan gairah belajar, interaksi lebih langsung antara murid dan sumber belajar;
- (4) Memungkinkan anak belajar mandiri sesuai dengan bakat dan kemampuan visual, auditori dan kinestetiknya;
- (5) Memberikan rangsangan yang sama, mempersamakan pengalaman dan menimbulkan persepsi yang sama;
- (6) Proses pembelajaran mengandung lima komponen komunikasi, guru (komunikator), bahan pembelajaran, media pembelajaran, siswa (komunikan), dan tujuan pembelajaran.

Sehingga, media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan (bahan pembelajaran), sehingga dapat merangsang perhatian, minat, pikiran dan perasaan siswa dalam kegiatan belajar untuk mencapai tujuan belajar. Selain itu kontribusi media pembelajaran menurut Kemp dan Dayton (1985), adalah sebagai berikut :

- (1) Penyampaian pesan pembelajaran dapat lebih terstandar;
- (2) Pembelajaran dapat lebih menarik;
- (3) Pembelajaran menjadi lebih interaktif dengan menerapkan teori belajar;
- (4) Waktu pelaksanaan pembelajaran dapat diperpendek;

- (5) Kualitas pembelajaran dapat ditingkatkan;
- (6) Proses pembelajaran dapat berlangsung kapanpun dan dimanapun diperlukan;
- (7) Sikap positif siswa terhadap materi pembelajaran serta proses pembelajaran dapat ditingkatkan;
- (8) Peran guru mengalami perubahan kearah yang positif.

Adapun pengertian alat bantu mengajar menurut Subagio (2004 : 83) adalah alat-alat yang digunakan oleh guru sebagai sarana untuk membantu pelaksanaan kegiatan mengajar.

Pada pola pembelajaran tradisional, pengajar/guru memegang kendali sepenuhnya dalam menetapkan isi dan metode belajar mengajar.

Pengajar/guru mempunyai kedudukan sebagai satu-satunya sumber belajar dalam sistem pembelajaran.

Alat dalam hal ini disebut media. Pengertian alat bantu mengajar yang sering disebut juga media menurut Subagio (2004:84), adalah segala bentuk dan saluran yang digunakan sebagai perantara/ wahan penyalur untuk menyampaikan informasi/ pesan. Hamidjojo Santoso dalam Subagio (2004:84), memberikan batasan media sebagai berikut: Media adalah semua bentuk perantara yang digunakan untuk menyampaikan ide, sehingga ide itu sampai pada penerima. Adapun ciri-ciri umum media ini menurut Hamidjojo Santoso dalam Subagio (2004:85), antara lain:

- (1). Media pendidikan pada umumnya dapat dilihat atau dapat didengar, (2).

Media pendidikan sebagai alat bantu belajar-mengajar di kelas atau di luar kelas,

(3). Media pendidikan adalah suatu medium atau perantara yang digunakan untuk pendidikan,

(4).Media sebagai alat belajar, misalnya modul, program radio, program TV dan lain-lain.

Media Visualisasi dalam mengajar atau media pendidikan ini digunakan dengan maksud mempermudah siswa belajar dan untuk meningkatkan atau mempertinggi mutu proses kegiatan belajar-mengajar dengan memperhatikan perbedaan-perbedaan pada diri siswa.(Subagio, 2004:87)

Alat bantu (peraga) adalah alat yang digunakan pendidik dalam menyampaikan pendidikan, alat peraga sangat penting dengan adanya alat peraga ini maka bahan dengan mudah dipahami oleh siswa.

Alat tersebut berguna agar bahan pelajar yang disampaikan oleh guru lebih mudah diterima atau dipahami peserta didik. Dalam proses belajar mengajar alat peraga dipergunakan untuk membantu guru agar proses belajar siswa lebih berhasil dalam proses pembelajaran dan efektif serta efisien. Di bawah ini merupakan pengertian alat peraga menurut:

- a. Tajar Yusuf (1985 : 52), Alat peraga adalah alat yang dapat memperdengarkan atau dapat memperagakan bahan-bahan tersebut, sehingga murid-murid dapat menyaksikan langsung, mengamati dengan cermat, memegang atau merasakan bahan-bahan peragaan pelajar itu.

b. Asosiasi Pendidikan Nasional (NEA) dalam Nirvan Diana

(1992:2), bahwa media merupakan alat Bantu yang diperlukan oleh guru dan siswa agar dapat memperjelas materi dan dapat lebih mengefektifkan proses belajar mengajar.

Modifikasi secara umum diartikan sebagai usaha untuk mengubah atau menyesuaikan. Namun secara khusus modifikasi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu hal yang baru, unik, dan menarik. Modifikasi disini mengacu kepada sebuah penciptaan, penyesuaian dan menampilkan suatu alat/sarana dan prasarana yang baru, unik, dan menarik terhadap suatu proses belajar mengajar pendidikan jasmani.

Pelaksanaan modifikasi sangat diperlukan bagi setiap guru pendidikan jasmani sebagai salah satu alternatif atau solusi dalam mengatasi permasalahan yang terjadi dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani, modifikasi merupakan implementasi yang sangat berintegrasi dengan aspek pendidikan lainnya.

Setiap rencana yang akan dilaksanakan tentunya terdapat suatu maksud dan tujuan. Dalam hal ini Lutan (1988) menyatakan mengenai tujuan memodifikasi dalam pelajaran pendidikan jasmani yang dikutip oleh Husdarta (2011:179) yaitu agar : Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran, Meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, dan Siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

Pendekatan modifikasi ini dimaksudkan agar materi yang ada di dalam kurikulum dapat tersampaikan dan disajikan sesuai dengan tahap-tahap perkembangan

kognitif, afektif, dan psikomotor anak, sehingga pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar dapat dilakukan secara intensif.

I. PENELITIAN Yang Relevan

1. Media Audiovisual Akuatik Untuk Meningkatkan Kualitas Pembelajaran oleh: Ermawan Susanto” (Surakarta : 2010). Dengan hasil penelitian bahwa dalam penggunaan media audio visual dapat meningkatkan kualitas pembelajaran akuatik di prodi D-II PGSD Penjas FIK UNY.
2. “ Pengaruh Penggunaan Media Gambar OHP Terhadap Prestasi Belajar Keterampilan Servis Tangan Bawah Bola Voli oleh: Antonius Susanto” (Jakarta: Maret 2002). Dengan hasil penelitian bahwa penelitian yang dilakukan seorang guru olahraga SMUK BPK PENABUR Jakarta memperlihatkan bahwa penggunaan media gambar OHP dalam servis tangan bawah dalam permainan bola voli memberikan kontribusi peningkatan nilai dalam keterampilan servis tangan bawah permainan bola voli.
3. Pengaruh Penggunaan Media LCD Proyektor Terhadap Kemampuan Gerak Dasar *Lay-up* Bola Basket oleh Ratia Hesti Putri Dinanti yang memperlihatkan bahwa media pembelajaran LCD Proyektor mempunyai peran penting dalam pembelajaran di kelas dan mempunyai pengaruh terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up* bola basket.

J. Kerangka Pikir

Bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri dari dua tim Beranggotakan masing-masing dua lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukan bola ke dalam ring lawan. Ada beberapa

keterampilan yang harus dikuasai dalam bola basket seperti *dribbling*, *passing* (*chest pass*, *bound pass*, *over head pass*), *shooting*, *rebound*, dan *layup*.

Keterampilan *lay-up* adalah salah satu keterampilan yang sangat penting dikuasai oleh pemain, salah satu tembakan yang dilakukan dari hasil *lay-up* merupakan perpaduan dari beberapa teknik dasar.

Tembakan melalui tehnik *lay-up* ini biasanya diawali *dribbling*, menangkap bola kemudian dilanjutkan memasukkan bola ke dalam ring.

Saat *dribbling* usahakan bola berada dalam penguasaan siswa, setelah menangkap bola pemain diperbolehkan menambah langkahnya sebanyak dua langkah, baru kemudian bola ditembakkan ke ring. Saat melangkah pertama dilakukan dengan lebar dan badan condong ke depan.

Hal ini dimaksudkan untuk memperoleh jarak sedekat mungkin dengan ring dan menjaga keseimbangan tubuh. Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perlu ditentukan metode dan media pembelajaran yang tepat dalam hal meningkatkan keterampilan gerak dasar *lay-up*.

Metode pembelajaran dengan penggunaan media yang sesuai dengan materi pendidikan jasmani di sekolah yang pencapaian tujuan pendidikannya melalui aktivitas jasmani yang berupa gerak jasmani atau olahraga.

Dengan menggunakan media alat modifikasi diharapkan dapat menciptakan pembelajaran yang lebih aktif, efektif, menarik, menyenangkan dan dapat meningkatkan motivasi anak untuk melakukan gerakan *lay-up* dengan baik sehingga tercapai tujuan pembelajaran.

K. Perumusan Hipotesis

Hipotesis berasal dari bahasa Yunani yaitu “hupo” (sementara) dan “thesis” (pernyataan atau teori) karena merupakan pernyataan sementara yang masih lemah keberadaanya, hipotesis dapat menjadi penuntun ke arah proses penelitian untuk menjelaskan permasalahan yang harus dicari pemecahannya. Kemudian para ahli menafsirkan arti hipotesis adalah sebagai dugaan terhadap hubungan antara dua variabel atau lebih.

Hipotesis adalah alat yang sangat besar kegunaannya dalam penyelidikan ilmiah karena dapat menjadi penuntun ke arah proses penelitian untuk menjelaskan permasalahan yang harus dicari pemecahannya.

Menurut Arikunto (2006 : 71) hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut Berdasarkan uraian kajian teori dan kerangka pemikiran, dapat diajukan hipotesis sebagai berikut :

Ho : Tidak terdapat pengaruh visual terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up* pada siswi kelas VIII SMP N 1 Gedongtataan Pesawaran

Ha₁ : Terdapat pengaruh visual terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up* pada siswi kelas VIII SMP N 1 Gedongtataan Pesawaran

Ho : Tidak terdapat pengaruh audio visual terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up* pada siswi kelas VIII SMP N 1 Gedongtataan Pesawaran

Ha₂ : Terdapat pengaruh audio visual terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up* pada siswi kelas VIII SMP N 1 Gedongtataan Pesawaran.

Ho : Audio visual tidak memberikan pengaruh yang lebih besar daripada visual terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up* dalam bola basket pada siswi kelas VIII SMP N 1 Gedongtataan Pesawaran .

Ha₃: Audio visual memberikan pengaruh yang lebih besar daripada visual terhadap keterampilan gerak dasar *lay-up* dalam bola basket pada siswi kelas VIII SMP N 1 Gedongtataan Pesawaran.

III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian ini adalah penelitian eksperimen diartikan sebagai metode yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Metode ini digunakan atas dasar pertimbangan bahwa sifat penelitian eksperimental yaitu mencoba sesuatu untuk mengetahui atau akibat dari suatu perlakuan. Disamping itu penulis ingin mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat yang diselidiki atau diamati.

Mengenai metode eksperimen ini Sugiono (2010:3) mengemukakan bahwa: “secara umum metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.” Selain itu eksperimen menurut Sugiono (2010: 107) mengemukakan bahwa Metode eksperimen dapat diartikan sebagai mode penelitian yang digunakan untuk mencari perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Berdasarkan pemaparan di atas metode penelitian eksperimen merupakan rangkaian kegiatan percobaan dengan tujuan untuk menyelidiki sesuatu hal atau masalah sehingga diperoleh hasil. Jadi dalam metode eksperimen harus ada faktor yang dicobakan,

Rancangan penelitian dengan menggunakan pre test dan post- test design. Adapun yang menjadi variable bebas dalam penelitian ini adalah penggunaan media modifikasi media visual dan audio visual , variable terikat nya adalah kemampuan gerak dasar *lay-up*

B. Variabel Penelitian

Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian Arikunto (2002:91). Yang menjadi titik perhatian dalam penelitian ini adalah :

1. Variable bebas (X)

Variabel bebas adalah variabel yang nilai-nilainya tidak tergantung pada variabel lain yang berguna untuk meramalkan nilai variabel atau variabel yang mempengaruhi dilambangkan dengan (X).

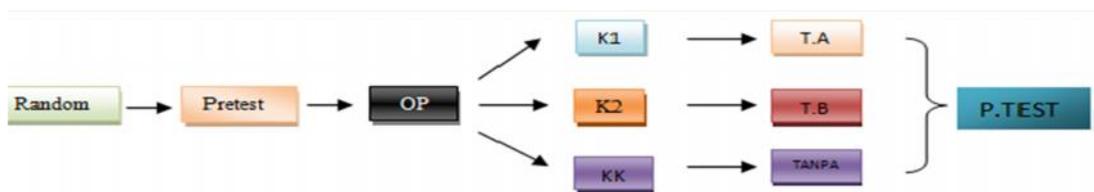
Variabel bebas 1 (X1) yaitu Penggunaan media visual dan variable bebas 2 (X2) yaitu audio visual

2. Variable terikat (Y)

Variabel terikat adalah variabel yang nilai-nilainya bergantung pada variabel lain dan merupakan variabel yang diterangkan nilainya dilambangkan dengan (Y). Variabel terikatnya adalah kemampuan gerak dasar *lay-up*.

Pengaruh antara dua variabel yang terlibat dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:

C. Desain Penelitian



Gambar 10 . Rencana Penelitian Pengaruh Penggunaan Media Visual Dan Audio Visual Terhadap Keterampilan Gerak Dasar *Lay-up*.

Keterangan:

R	: random
Pretest	: tes awal (tes keterampilan gerak dasar <i>lay-up</i>)
OP	: ordinal pairing
K1	: kelompok eksperimen 1 dengan TA
K2	: kelompok eksperimen 2 dengan TB
KK	: Kelompok Kontrol Tanpa treatment= Tanpa perlakuan
TA	: penggunaan media visual
TB	: dengan menggunakan audio visual
Posttest	: tes akhir (tes kemampuan gerak dasar <i>lay-up</i>)

Kelompok diberikan tes awal untuk mengukur kondisi awal. Selanjutnya pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan. Sesudah selesai perlakuan kelompok diberi tes lagi sebagai tes akhir. Pembagian kelompok berdasarkan hasil pre test keterampilan gerak dasar *lay-up*, langkah awal adalah melakukan tes awal kemudian direngking, dan dimasukkan dalam kelompok

- 1) pembelajaran dengan penggunaan media visual
- 2) pembelajaran modifikasi media audio visual
- 3) kelompok tanpa perlakuan. Apabila pada post tes nanti terdapat peningkatan kemampuan gerak dasar *lay-up*, maka hal ini disebabkan oleh pengaruh perlakuan yang diberikan. Adapun pembagian kelompok dalam penelitian ini dengan cara ordinal pairing. Eksperimen dilakukan selama 8 minggu dengan 16 kali pertemuan ditambah tes awal dan tes akhir . Sedangkan frekuensi

proses belajar ditentukan 4 kali seminggu yaitu setiap hari senin ,jumat untuk perlakuan media audio visual , selasa kamis untuk perlakuan media visual dan audiovisual dengan lama nya proses belajar dalam satu pertemuan 45 menit. Dengan prosedur tersebut diharapkan satu perkembangan proses belajar mengajar akan terlihat jelas. Karena perlakuan yang teratur dan berkesinambungan serta mengikuti tahap -tahap perkembangan kemampuan hasil perlakuan akan lebih tampak

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Arikunto (2006:108) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Dalam penelitian ini populasi yang akan digunakan adalah seluruh siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Gedong Tataan yang berjumlah 250 orang.

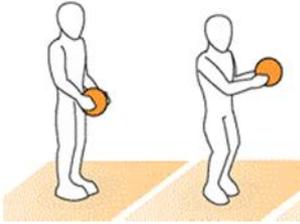
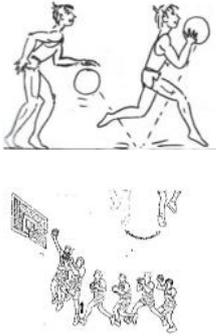
2. Sampel

Sampel penelitian adalah suatu objek yang akan menjadi bahan penelitian. Adapun untuk menentukan besarnya sampel yang akan diteliti, menurut Arikunto (2004 : 120) di dalam bukunya, untuk sekedar ancer-ancer maka apabila subjeknya kurang dari 100 maka lebih baik diambil semua, sehingga penelitian ini disebut penelitian populasi, selanjutnya jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 10 – 15 % atau 20 -25 %. Karena ini adalah penelitian populasi, jadi sampel dari penelitian ini berjumlah 63 orang.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah dengan melakukan penilaian kualitas gerakan. Menurut Arikunto(2000:112), instrumen penelitian adalah alat pada waktu penelitian yang menggunakan suatu metode. Keberhasilan suatu penelitian ditentukan oleh instrumen yang digunakan, sebab data yang diperoleh untuk menjawab pertanyaan penelitian dan menguji melalui instrumen tersebut. Instrumen yang di gunakan untuk megukur keterampilan gerak dasar *lay-up* adalah menggunakan instrumen proses *lay-up* .

Tabel 1. Insrumen *Lay-up*

No	Gerakan	KriteriaPenilaian KemampuanGerakDasar <i>Lay-up</i>	Nilai			Total Nilai
			1	2	3	
1	Awalan 	Ambilposisi sikapsiap normal danbadancondongkedepantitik beratbadanterletakantaradua kaki				
		Mengambilsikap salahsatu kaki berada didepandan dibelakangdansejajar				
		Sikapkuda-kudaluttedikitditekuk				
		Pandanganrilekskedepanmelih at ring basket				
2	Pelaksanaan 	Mendriblle bola sambilmelangkahmendekatiga riskeyhole				
		Langkahpertamaharuslebarunt ukmenjagakeseimbangan				
		Langkahkeduapendekuntukme mperolehawalantolakanseting gi-tingginya				
		Bola harus dilepas dengan kekuatan kecil perhatikan pantulan disekitar garis tegak sebelah kanan pada petak kecil diatas basket kalau arah dari kananatausebaliknya				
3	SikapAkhir 	Jagakeseimbangansetelahmela kukan <i>lay-up</i>				
		Saat mendarat usahakan lentuk (mengeper)				

Tabel 2. Validitas Instrumen

Indikator	Koefisien Korelasi	Harga t_{hitung}	Harga t_{tabel}	Keputusan
Tahap persiapan	0,5672	3,644	1,701	Valid
Tahap gerakan	0,6242	5,411	1,701	Valid
Tahap gerak Akhir	0,5122	3,674	1,701	Valid

$r_{hitung} = 0,969 > r_{tabel} = 0,361$, maka instrumen dinyatakan reliabel.

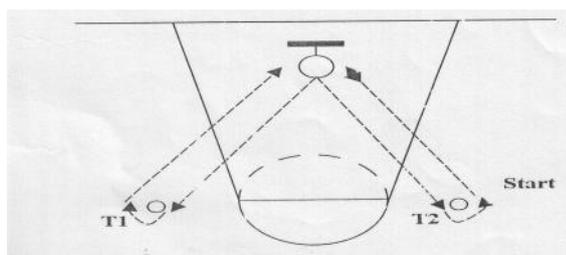
Tes Keterampilan *Lay-Up*

a. Fasilitas dan alat

(1) Lapangan bola basket, (2) Bola basket, (3) Peluit, (4) Alat tulis, (5) Dua orang untuk pemberi aba-aba dan pencatat hasil *lay up*.

b. Pelaksanaan Tes

Testi berdiri pada garis start yang terletak pada tanda T2 dengan bola di tangan, setelah aba-aba pelaksanaan diberikan testi memantulkan bola dengan tangan kanan ke arah ring dan selanjutnya memasukkan bola kedalam ring dari sisi kanan menggunakan tangan kanan. Bola yang memantul dari ring kemudian ditangkap atau rebound dan kemudian memantulkan bola (*drible*) dengan tangan kiri ke arah T1, lakukan pembalikan pada T1 dari dalam keluar, selanjutnya memantulkan bola kembali ke ring dengan tangan kiri, lalu masukkan bola lagi kedalam ring dengan tangan kiri. Bola ditangkap lagi selanjutnya *drible* dengan tangan kanan ke T2 dan berputar dari dalam keluar pada T2, dengan itu di nilai dari proses awalan tolakan, dan akhiran



Gambar 11. Proses Pengambilan Nilai

F. Teknik Pengambilan Data

Teknik pengambilan data dilaksanakan dengan tes dan pengukuran. Tes dan pengukuran merupakan bagian yang integral dalam proses penilaian hasil belajar siswa, dengan melalui tes dan pengukuran kita akan memperoleh data yang objektif Nurhasan (2000:1.3) tes adalah alat ukur yang dapat dipergunakan untuk memperoleh data yang objektif tentang hasil belajar siswa, sedangkan pengukuran adalah proses pengumpulan data atau informasi dari suatu obyek tertentu dan dalam proses pengukuran diperlukan suatu alat ukur.

Tes dan pengukuran dalam penelitian ini dilaksanakan untuk mendapatkan data tentang keterampilan gerak dasar *lay-up*. Cara pengambilan data adalah dengan melakukan tes kualitas gerak *lay-up* mulai dari tahap awalan sampai dengan akhiran.

Penelitian ini berlangsung selama dua bulan dengan tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Seluruh sampel dites melakukan gerakan *lay-up*, kegiatan tes ini merupakan tes awal. Tujuan tes ini adalah untuk menilai keterampilan gerak *lay-up* siswi sebelum diberikan perlakuan. Pada penelitian ini sebelum diambil tesnya, maka teste diberikan pemanasan, petunjuk pelaksanaan tes dan teknik dasar *lay-up*. Hasil penilaian disusun berdasarkan dari hasil terbesar sampai hasil terkecil, kemudian dikelompokkan ke dalam dua kelompok menggunakan teknik ordinal pairing. Pada akhirnya terbagi ke dalam dua kelompok

eksperimen, yaitu kelompok eksperimen dengan media visual dan audio visual.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan tahap ini merupakan inti dari pelaksanaan penelitian secara keseluruhan, karena itu kedua kelompok eksperimen masing-masing diberi perlakuan yang berbeda dengan beban latihan sama, seperti berikut ini :

Jadwal eksperimen Audio Visual : senin, rabu, jumat

Jadwal eksperimen Visual : selasa, kamis, sabtu

3. Tahap Pengambilan Data

Setelah 8 minggu perlakuan selanjutnya dilakukan tes kembali sebagai tes akhir yang dilaksanakan seperti pada tes awal. Tujuan tes ini adalah untuk menilai keterampilan gerak dasar *lay-up* siswi setelah diberikan perlakuan pembelajaran dengan menggunakan media visual dan audio visual.

Pelaksanaan tes akhir sama dengan pelaksanaan tes awal. Dilaksanakannya tes akhir adalah untuk mengetahui hasil yang dicapai oleh siswi baik pada kelompok eksperimen Visual, Audio Visual dan kontrol.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu rangkaian dalam kegiatan penelitian.

Pada tahap analisis, semua data yang telah ada dikumpulkan dan dianalisis menggunakan teknik analisis yang tepat. Data yang dianalisis adalah data yang di tes di awal dengan akhir setelah terkumpul setelah itu diolah supaya

menjadi penelitian yang jelas. Menghitung hasil tes menggunakan teknik analisis data uji F. adapun syarat uji F adalah

1. Uji Normalitas

Uji Normalitas data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan uji liliefors dengan criteria uji jika nilai $L_{hitung} < L_{tabel}$, maka data tersebut berdistribusi normal. Hasil uji normalitas data disajikan pada table berikut:

Tabel 3. Uji Normalitas

Data	L_{hitung}	L_{tabel}	Kesimpulan
Tes awal dengan media Visual	0,140	0,19	Normal
Tes awal dengan media Audio Visual	0,185	0,19	Normal
Tes awal dengan kelompok kontrol	0,189	0,19	Normal
Tes akhir dengan media Visual	0,143	0,19	Normal
Tes akhir dengan media Audio Visual	0,156	0,19	Normal
Tes akhir dengan kelompok kontrol	0,171	0,19	Normal

(Pada lampiran10 halaman 87)

Pada tabel di atas terlihat bahwa gerak dasar *lay-up* baik dengan media visual, audio visual dan kontrol dengan taraf signifikan 0,05 dan taraf kepercayaan 95% memiliki nilai L_{hitung} yang lebih kecil dari pada L_{tabel} , artinya distribusi data untuk semua variabel adalah normal.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk memperoleh informasi apakah kedua kelompok sampel memiliki varians yang homogen atau tidak, dilakukan dengan cara membandingkan variansterbesar dan varians terkecil dari masing-masing kelompok, sehingga diperoleh nilai F_{hitung} dengan criteria uji, jika nilai $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka kedua data berdistribusi sama atau bersifat homogen. Adapun hasil perhitungan homogenitas disajikan pada table berikut:

Tabel 4. Uji Homogenitas

Table Uji Homogenitas		
Data	F_{hitung}	F_{tabel}
Pretest	0,745	0,05
Posttest	0,310	0,05
Ngain	0,222	0,05

(Pada lampiran9 halaman 70)

Interpretasi:

Uji kesamaan dua varians (homogenitas)

Hipotesis : H_0 = Ketiga sampel mempunyai varians yang sama

H_1 = Ketiga sampel mempunyai varians yang berbeda

Kriteria Uji :

- Jika probabilitasnya $> 0,05$ maka H_0 diterima
- Jika probabilitasnya $< 0,05$ maka H_0 ditolak

Tabel diatas menunjukkan bahwa memiliki nilai $F_{hitung} < F_{tabel}$, artinya ketiga kelompok tersebut memiliki varians yang sama (homogen).

. 3. Anava

Untuk menguji perbedaan mean terhadap dua kelompok, yang satu ada perlakuan dan yang satu lagi tidak bisa dengan menggunakan uji T, akan tetapi uji t hanya dapat dilihat perbedaan mean dua kelompok. Apabila kita mempunyai tiga sampel yaitu X_1 , X_2 dan X_0 maka pengujian perbedaan mean tidak dapat dilakukan sekaligus, tetapi dua-dua secara berpasangan

- a. Pertama, menguji perbedaan sampel X_1 dengan X_2
- b. Kedua, menguji perbedaan sampel X_1 dengan X_0
- c. Ketiga, menguji perbedaan sampel X_2 dengan X_0

Untuk dapat membandingkan tiga sampel sekaligus harus menggunakan teknik lain yaitu F tes atau analisis varian. Dengan menggunakan F tes sampel bisa diuji secara serentak. Dengan demikian, maka dari segi waktu yang digunakan akan lebih efisien. Disamping itu, dengan F tes dapat diketahui gambaran mengenai interaksi antar variabel yang menjadi pusat perhatian. Analisis varian yang digunakan adalah analisis varian klasifikasi tunggal karena tidak terdapat variabel baris hanya terdapat kolom atau bisa disebut rumus Anava tunggal, adapun rumusnya sebagai berikut.

Anava Tunggal

Sumber Variasi (SV)	Jumlah Kuadrat (JK)	Derajat Kebebasan (db)	Mean Kuadrat (MK)
Kelompok (K)	$JK_K = \sum \frac{(\sum X_k)^2}{n_k} - \frac{(\sum X_T)^2}{N}$	$db_k = k - 1$	$MK_K = \frac{JK_K}{db_K}$
Dalam (d)	$JK_d = JK_T - JK_K$	$db_d = N - K$	$MK_d = \frac{JK_d}{db_d}$
Total (T)	$JK_T = \sum X_T^2 - \frac{(\sum X_T)^2}{N}$	$db_t = N - 1$	*)

Tabel 5. Tabel anava tunggal

Keterangan:

N_k = Jumlah subjek dalam kelompok

k = banyak subjek

N = jumlah subjek seluruhnya

Untuk menguji hipotesis digunakan uji F atau uji Anova. Uji F digunakan apabila sampel berdistribusi normal. Sedangkan uji *Mann-Whitney U* digunakan apabila sampel berdistribusi tidak normal. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan program SPSS 17

1). Uji hipotesis dengan uji F (Uji Anova *one-way*)

Rumus Uji F seperti yang dikemukakan oleh Sugiyono (2003: 47) sebagai berikut:

$$F = \frac{R^2(N - m - 1)}{m(1 - R^2)}$$

Keterangan:

N = banyak sampel,

m = banyak predictor,

R = koefisien korelasi antara kriterium dengan prediktor.

Koefisien korelasi ganda dikatakan signifikan apabila $F_{tabel} < F_{hitung}$ dengan derajat signifikansi 5%.

1. Menghitung Jumlah Kuadrat Total (JK_T) dengan rumus :

$$JK_T = \sum X^2_T - \frac{(\sum XT)^2}{N}$$

$$JK_T = 205.253 - 9192,39 = 196.060,91$$

2. Menghitung Jumlah Kuadrat Kelompok (JK_k) dengan rumus :

$$JK_k = \sum \frac{(\sum X_k)^2}{n_k} - \frac{(\sum XT)^2}{N}$$

$$JK_k = 4755,05 + 3706,71 + 1312,20 - 9192,40 = 581,56$$

3. Menghitung Jumlah Kuadrat Dalam (JK_d) dengan rumus :

$$JK_d = JK_T - JK_k$$

$$JK_d = 19.060,91 - 581,56 = 195.479,05$$

4. Menghitung Jumlah Derajat Kebebasan Total (db_T) dengan rumus :

$$db_T = N - 1$$

$$db_T = 63 - 1 = 62$$

5. Menghitung Jumlah Derajat Kebebasan Kelompok (db_k) dengan rumus :

$$db_K = K - 1$$

$$db_K = 3 - 1 = 2$$

6. Menghitung Jumlah Derajat Kebebasan Dalam (db_d) dengan rumus :

$$db_d = N - K$$

$$db_d = 63 - 3 = 60$$

7. Menghitung Jumlah Mean Kelompok (MK_k) dengan rumus :

$$MK_k = JK \div db_K$$

$$MK_k = 581,56 \div 2 = 290,78$$

8. Menghitung Jumlah Mean Kuadrat Dalam (MK_d) dengan rumus :

$$MK_d = JK_d \div Db_d$$

$$MK_d = 195.479,05 \div 60 = 3.258$$

Sumber	JK	Db	MK	F _{hitung}	F _{tabel}
Kelompok (K)	581,56	2	290,78	5.362	4,35
Dalam (d)	195.479,05	60	3.258		
Total (T)	196.060,61	62			

Tabel 6. Ringkasan Anava

Tabel 7. Uji One Way Anava

Tabel Uji One Way Anava		
Data	F _{hitung}	F _{tabel}
Visual	28,953	4,35
Audio visual	34,315	
Kontrol	0,207	

(Pada lampiran 13 halaman 102)

Hipotesis: H_0 = Rata-rata ketiga perlakuan tidak berbeda secara signifikan

H_1 = Rata-rata ketiga perlakuan berbeda secara signifikan

Kriteria Uji:

- Jika $F_{hitung} < F_{tabel}$, maka H_0 diterima
- Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka H_0 ditolak

Oleh karena:

- Nilai kelas media visual yaitu $F_{hitung} (28,953) > F_{tabel(4,35)}$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya perlakuan berbeda secara signifikan.
- Nilai kelas audio visual yaitu $F_{hitung} (34,315) > F_{tabel(4,35)}$, maka H_0 ditolak dan H_1 di terima , artinya perlakuan berbeda secara signifikan.
- kelas kontrol yaitu $F_{hitung} (0,207) < F_{tabel(4,35)}$, maka H_0 diterima, artinya perlakuan tidak berbeda secara signifikan.

Tabel 8 . Hipotesis 1

Kelompok	Nilai F_{hitung}	Nilai F_{tabel}	Kriteria uji	Kesimpulan
Kelompok Visual,	28,953	4,35	H_0 ditolak H_1 Diterima	ada Perbedaan

Pada tabel di atas di peroleh nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka H_0 ditolak, dan H_1 diterima. Hal ini berarti Visual berpengaruh terhadap Keterampilan gerak dasar *lay-up shoot* siswi kelas VIII. Jadi kesimpulannya hipotesis H_1 di terima

Tabel 9. Tabel Hipotesis 2

KELOMPOK	Nilai F_{hitung}	Nilai F_{tabel}	Kriteria uji	Kesimpulan
Audio Visual,	34,315	4,35	H_0 ditolak H_1 Diterima	ada Perbedaan

Pada tabel di atas di peroleh nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka H_0 ditolak, dan H_2 diterima. Hal ini berarti Audio Visual berpengaruh terhadap Keterampilan gerak dasar *lay-up shoot* siswi kelas VIII. Jadi kesimpulannya hipotesis H_2 di terima.

Tabel 10. Uji Hipotesis 3

KELOMPOK	Nilai F_{hitung}	Nilai F_{tabel}	Kriteria uji	Kesimpulan
Visual Audio visual	5.362	4,35	H_0 ditolak	Audio Visual Lebih Baik

Pada tabel di atas di peroleh nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka H_0 ditolak, dan H_3 diterima. Hal ini berarti Audio Visual lebih berpengaruh Visual terhadap Keterampilan gerak dasar *lay-up shoot* siswi kelas VIII. Jadi kesimpulannya hipotesis H_3 di terima.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat pengaruh yang signifikan dari penggunaan Audio Visual terhadap peningkatan gerak dasar *lay-up shoot* siswi pada kelas VIII SMPN 1 Gedong Tataan.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan dari media Visual terhadap peningkatan gerak dasar *lay-up shoot* siswi pada kelas kelas VIII SMPN 1 Gedong Tataan.
3. Penggunaan media Audio Visual lebih baik dibandingkan dengan media Visual dan Kontrol pada siswi kelas kelas VIII SMPN 1 Gedong Tataan.

B. Saran

1. Bagi Pelatih dapat digunakan sebagai acuan pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar *lay-up*
2. Bagi guru dan sekolah Sebagai bahan masukan dan referensi penggunaan media pembelajaran dalam pembelajaran penjaskes;
3. Program studi Tidak menutup kemungkinan bila dikaji lebih luas atau lebih dalam dengan topik yang sama tetapi sampel di perbesar dan di perbanyak sehingga memperoleh hasil yang lebih besar dan lebih kompleks.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Akros. (1999). *Permainan Bola Basket*. Yudhistira. Bandung.
- Amber. (2006), *Petunjuk untuk Pelatih & Pemain Bola Basket*. Bandung : Pionir Jaya.
- Arikunto,S. (2000) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, PT Rineka Cipta. Jakarta.
- _____ (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Arikunto, Suharsimi. (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, PT Rineka Cipta. Jakarta.
- _____ (2004). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, PT Rineka Cipta. Jakarta.
- _____ (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Daryanto. (2010). *Media Pembelajaran*. Gava Media. Yogyakarta.
- Depdiknas. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*, Depdiknas, Jakarta.
- Dimiyati, Mudjiono. (2002). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta. Rineka cipta.
- Gagne' R M, & Briggs, L J (1979). *Principle Instructional Design*. New York. Holt Renchart.
- Hamalik, Oemar. (2004). *Proses Belajar Mengajar*. PT Bumi Aksara. Jakarta
- Heinich. R. Molenda.(2002). *Instructional Media and Learning 7th Eedition*. New Jersey. Prentice Hall. Inc
- Husdarta. (2011). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung. ALFABETA

- Irsyada, Machfud. (2007). *Keterampilan Gerak Dasar dalam Bola Basket*. Erlangga. Bandung.
- Irwansyah. (2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Grafindo Media Pratama. Bandung.
- Lutan, Rusli, (1982). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Drijen Dikti, PPLPTK. Jakarta.
- _____ (1988). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Drijen Dikti, PPLPTK. Jakarta.
- _____ (2001). *Pengantar Pendidikan Jasmani*. Drijen Dikti, PPLPTK. Jakarta.
- Nurhasan. (2000). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. FPOK IKIP Bandung. Bandung.
- _____ (2001). *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Direktorat Jendral Olahraga. Depdiknas.
- Oliver, Jon. (2007). *Dasar – dasar Bola Basket*. Bandung. Pakar Raya
- Riduwan. (2005). *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. ALFABETA. Jakarta.
- Sadiman, Arief. (1990). *Media Pendidkan, Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatan*. Jakarta. Rajawali.
- _____ (2011). *Media Pendidkan, Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatan*. Jakarta. Rajawali.
- Sadiman, Raharjo, Haryono, Rahardito (1990). *Media Pendidikan : Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatannya*. CV. Rajawali. Bandung.
- Salim, Agus. (2008). *Buku Pintar Bola Basket*. Bandung. Jembar.
- Sanjaya, Wina. (2007). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Fajar Interpratama Offset. Jakarta.
- Sardiman.(2004). *Interaksi dan Motifasi Belajar Mengajar*. Raja Grafindo. Jakarta.
- Sitepu, Akor. (2010). *Bola Basket 1 dan 2*. Universitas Lampung. Bandar Lampung.

- Sodikun, Imam. (1992). *Bola Basket*. Universitas Pendidikan Indonesia. Jakarta.
- Subagio, dkk. (2004). *Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Universitas Terbuka. Jakarta.
- _____ (2007). *Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Universitas Terbuka. Jakarta.
- _____ (2010). *Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Universitas Terbuka. Jakarta.
- Sudjana. (1992). *Metode Statistika*. Tarsito. Bandung.
- Suharjana. (2004). *Kebugaran Jasmani*. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Sugiyanto. (2012). *Handout: Belajar Gerak*. Universitas Sebelas Maret. Surakarta
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung. ALFABETA
- _____ (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*. Bandung. ALFABETA
- Sugiyanto. (1999). *Metode Belajar Mengajar*. Universitas Terbuka. Bandar Lampung.
- Suprayekti. (2004). *Interaksi Belajar Mengajar*. Depdiknas. Jakarta.
- Surisman. (2008). *Hand Out Mata Kuliah Evaluasi Penjas*. Universitas Lampung. Bandar Lampung.
- Yusuf, Tayar. (1985). *Alat Bantu Pembelajaran*. Bandung. Sinar Baru
- Universitas Lampung. (2011). *Format Penulisan Karya Ilmiah*. Bandar Lampung.
- Wissel, Hal. (2000). *Bola Basket Dilengkapi Dengan Program Pemahiran Teknik Dan Taktik*. Jakarta. PT. Raja Grafindo Persada