

**PENGARUH PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL DAN LANGSUNG
TERHADAP HASIL TEKNIK DASAR FLYING SHOOT
DALAM PERMAINAN BOLA TANGAN DI MAN 2
BANDAR LAMPUNG**

(Skripsi)

Oleh

**DHANDI PUTRANTO
NPM 1913051032**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

ABSTRAK

PENGARUH PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL DAN LANGSUNG TERHADAP HASIL TEKNIK DASAR FLYING SHOOT DALAM PERMAINAN BOLA TANGAN DI MAN 2 BANDAR LAMPUNG

Oleh
DHANDI PUTRANTO

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pembelajaran audio visual dan langsung serta perbedaan pengaruh pembelajaran audio visual dan langsung terhadap teknik dasar *flying shoot* permainan bola tangan siswa MAN 2 Bandar Lampung. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen kuasi. Sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 30 siswa dengan menggunakan teknik *ordinal pairing*. Instrumen yang digunakan yaitu tes *flying shoot*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 1) Ada pengaruh yang signifikan terhadap pembelajaran audio visual terhadap teknik dasar *flying shoot* dengan taraf uji T 5% (0,05) diperoleh $T_{hitung} = 5,107 > T_{tabel} = 2,145$. 2) Ada pengaruh yang signifikan terhadap pembelajaran langsung terhadap teknik dasar *flying shoot* dengan taraf uji T 5% (0,05) diperoleh $T_{hitung} = 30 > T_{tabel} = 2,145$. 3) Ada perbedaan yang signifikan antara pembelajaran audio visual dengan pembelajaran langsung terhadap teknik dasar *flying shoot* dengan taraf uji T 5% (0,05) diperoleh $T_{hitung} = 3,391 > T_{tabel} = 2,048$.

Kata kunci : Audio visual, langsung, *flying shoot*, bola tangan

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF AUDIO-VISUAL AND DIRECT LEARNING ON THE RESULTS OF BASIC FLYING SHOOT TECHNIQUES IN HANDBALL AT MAN 2 BANDAR LAMPUNG

By

DHANDI PUTRANTO

The purpose of this study was to determine the effect of audio-visual and direct learning, as well as the differences between the two, on the basic flying shoot technique in handball among students of MAN 2 Bandar Lampung. The research method used was a quasi-experiment. The sample consisted of 30 students selected using the ordinal pairing technique. The instrument employed was a flying shoot test. The results of the study showed that: 1) There was a significant effect of audio-visual learning on the basic flying shoot technique, with a T-test at a 5% significance level (0.05) yielding $T_{count} = 5.107 > T_{table} = 2.145$. 2) There was a significant effect of direct learning on the basic flying shoot technique, with a T-test at a 5% significance level (0.05) yielding $T_{count} = 30 > T_{table} = 2.145$. 3) There was a significant difference between audio-visual learning and direct learning on the basic flying shoot technique, with a T-test at a 5% significance level (0.05) yielding $T_{count} = 3.391 > T_{table} = 2.048$.

Keywords: *Audio-visual, direct, flying shoot, handball*

**PENGARUH PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL DAN LANGSUNG
TERHADAP HASIL TEKNIK DASAR FLYING SHOOT
DALAM PERMAINAN BOLA TANGAN DI MAN 2
BANDAR LAMPUNG**

Oleh

DHANDI PUTRANTO

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program Studi Pendidikan Jasmani Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

Judul Skripsi

: PENGARUH PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL DAN
LANGSUNG TERHADAP HASIL TEKNIK DASAR
FLYING SHOOT DALAM PERMAINAN BOLA TANGAN
DI MAN 2 BANDAR LAMPUNG

Nama

: **Dhandi Putranto**

Nomor Pokok Mahasiswa

: 1913051032

Program Studi

: Pendidikan Jasmani

Fakultas

: Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dosen Pembimbing 1

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Dr. Candra Kurniawan'.

Dr. Candra Kurniawan, S.Pd., M.Or.
NIP 199101312024211005

Dosen Pembimbing 2

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Dr. Riyandhi Sumantri'.

Dr. Riyandhi Sumantri, M.Pd.
NIP 19930607 202506 1 004

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Dr. Muhammad Nurwahidin'.

Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.
NIP 197412202009121002

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua

: **Dr. Chandra Kurniawan, S.Pd., M.Or.**



Sekretaris

: **Dr. Riyanto Jaya Sumantri, M.Pd.**



Penguji Utama

: **Joan Siswoyo, M.Pd.**



2. Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. Albet Maydiantoro, S.Pd., M.Pd.
NIP 19870504 201404 1 001



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 3 Oktober 2025

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dhandi Putranto
NPM : 1913051032
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan skripsi yang berjudul **“PENGARUH PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL DAN LANGSUNG TERHADAP HASIL TEKNIK DASAR FLYING SHOOT DALAM PERMAINAN BOLA TANGAN DI MAN 2 BANDAR LAMPUNG”** tersebut adalah asli hasil penelitian saya, kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila dikemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan Undang-Undang dan Peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 17 November 2025

Yang membuat pernyataan



Dhandi Putranto
1913051032

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama lengkap Dhandi Putranto, lahir di Kota Bandar Lampung, Lampung, pada tanggal 01 Oktober 2000 , anak ke 4 dari 4 saudara dari bapak Rohadi dan Ibu Yusni utari. Penulis selesai pendidikan Sekolah Dasar (SD) di SDN 3 Bandar Lampung, selesai pada tahun 2013, Sekolah Menengah Pertama (SMP) di SMP Muhamadiyah 3 Bandar Lampung , selesai pada tahun 2016 , dan Sekolah Menengah Atas (SMA) di SMAN 14 Bandar Lampung , selesai pada tahun 2019.

penulis diterima sebagai mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Unila melalui jalur Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN).

Selama penulis menempuh pendidikan di Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Universitas Lampung, penulis juga sering mengikuti beberapa kegiatan kegiatan dan kejuaraan dari tingkat Daerah, Provinsi, dan Nasional seperti :

Pada tahun 2021 semester genap, penulis melakukan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di desa Gulak Galik, Kecamatan Telik Betung Utara, Kabupaten Bandar Lampung dan melaksanakan Pengenalan Lingkungan Persekolahan (PLP) di SMKN 3 Bandar Lampung, Kecamatan Teluk Betung Utara, Kabupaten Bandar Lampung, Lampung, Demikian riwayat hidup penulis semoga bermanfaat bagi pembaca.

MOTTO

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai kesanggupannya”

(Q.S Al-Baqarah:286)

(DHANDI PUTRANTO)

PERSEMBAHAN

Bismillaahirrahmaanirrahiim

Yang paling utama dari segalanya maha suci Allah, Tuhan semesta alam. Sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, membekali dengan ilmu serta menunjukan setiap jalan yang aku lewati. Atas karunia dan kehendak serta kemudahan yang engkau berikan akhirnya Skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan.

Sholawat dan salam tak lupa selalu tercurah kepada Rasulllah Muhammad SAW. Teriring rasa syukur atas limpahan nikmat-Nya yang tak terhingga kupersembahkan karya ini untuk:

Ayahanda Rohadi Dan Ibunda Yusni Utari

Sebagai tanda bukti dan rasa terimakasih yang tiada terhingga atas semua kasih sayang, dan cinta kasih yang tiada terhingga. Terimakasih sudah menjadi tujuan saya untuk berada ditempat ini. Yang selalu mendukung dan mendengarkan keluh kesah saya saat senang maupun sedih.

Sahabat-sahabatku yang selalu menemani, menghibur dan memberi dukungan saat senang dan sulit tidak bisa dijelaskan betapa bersyukurnya memiliki kalian dalam hidup saya. Bapak/Ibu dosen yang telah membekali dengan ilmu pengetahuan yang sangat bermanfaat

Semua sahabat seperjuangan Penjas Unila angkatan 2019 Dan

Almamater tercinta Universitas Lampung

SANWACANA

Puji syukur kehadirat Allah Swt. yang telah memberikan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Pembelajaran Audio Visual Dan Langsung Terhadap Hasil Teknik Dasar Flying Shoot Dalam Permainan Bola Tangan Di Man 2 Bandar Lampung”** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan Program Studi S1 Pendidikan Jasmani di Universitas Lampung.

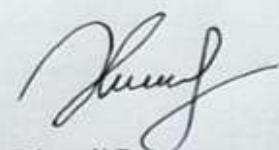
Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan skripsi ini, penulis banyak menerima masukan, arahan, bimbingan, motivasi, dan bantuan dari berbagai pihak sehingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sehubungan dengan hal itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak berikut yang telah memberikan motivasi dan bimbingan yang bermanfaat dari awal pelaksanaan sampai terselesaiannya skripsi ini.

1. Ibu Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani D.E.A.IPM., selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Bapak Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
3. Bapak Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag.,M.Si. selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung.
4. Bapak Lungit Wicaksono, M. Pd. Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Jasmani Universitas Lampung yang telah memberikan arahan, bimbingan, saran, pengetahuan, nasihat, dan motivasi kepada penulis selama proses penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak Dr. Candra Kurniawan, S.Pd., M.Or. selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, saran, pengetahuan, nasihat, dan motivasi yang sangat bermanfaat dan berharga bagi penulis.

6. Bapak Dr. Riyanto Jaya Sumantri, M.Pd. selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan, saran, pengetahuan, nasihat, dan motivasi yang sangat bermanfaat dan berharga bagi penulis.
7. Bapak Joan Siswoyo, M.Pd. selaku pembimbing akademik sekaligus dosen penguji yang telah memberikan kritik, saran, pengetahuan, motivasi dan nasihat yang sangat membangun dan bermanfaat bagi penulis.
8. Bapak dan Ibu dosen serta staf administrasi Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Lampung yang telah mendidik, memberikan berbagai ragam bekal ilmu pengetahuan, motivasi, kritik, dan saran yang sangat bermanfaat dan berharga bagi penulis.
9. Yang tersayang kakaku Devi Nurulita Sari, Dicky Hardiantoro, Terimakasih juga buat Doa, dan dukungan kalian yang begitu luar biasa dalam masa pendidikan dan penulisan Skripsi penulis
10. Kepada teman- teman KKN-PLP Desa Golak Galik, Terima kasih telah hadir,memberikan banyak ilmu berharga selama proses KKN dan PLP.
11. Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani, Teristimewa teman-teman angkatan 2019, terima kasih buat kebersamaan dan persahabatan kalian dalam suka dan duka selama dilapangan maupun di kampus.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam kelancaran penyusunan skripsi ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas semua kebaikan yang sudah diberikan kepada peneliti. Peneliti menyadari bahwa dalam skripsi ini masih terdapat kekurangan, akan tetapi semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Bandar Lampung, 17 November 2025
Penulis,



Dhandi Putranto
1913051032

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL.....	iv
DAFTAR GAMBAR.....	v
DAFTAR LAMPIRAN.....	vi
I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Pembatasan Masalah	4
1.4 Perumusan Masalah	4
1.5 Tujuan Penelitian.....	5
1.6 Manfaat Penelitian.....	5
II. KAJIAN PUSTAKA	6
2.1 Hakikat Pengaruh	8
2.2 Hakikat Model.....	8
2.3 Hakikat Pembelajaran.....	9
2.4 Hakikat Belajar	10
2.5 Belajar Gerak Motorik.....	26
2.6 Permainan Bola Tangan	16
2.7 Teknik Dasar Flying Shoot dan Peraturan Offside	18
2.7.1 Teknik Dasar Flying Shoot.....	18
2.7.2 Peraturan Offside	20
2.8 Model Audio Visual	20
2.9 Model Pembelajaran Langsung	21
2.10 Penelitian Yang Relevan	23
2.11 Kerangka Berfikir	23
2.12 Hipotesis	24

III. METODE PENELITIAN.....	27
3.1 Metode Penelitian.....	27
3.2 Jenis Penelitian	27
3.3 Populasi dan Sampel.....	28
3.3.1 Populasi	28
3.3.2 Sampel	28
3.4 Desain Penelitian.....	28
3.5 Variabel Penelitian	31
3.6 Instrumen Penelitian.....	31
3.7 Teknik Pengumpulan Data	31
3.8 Teknik Analisis Data	31
3.8.1 Uji Prasyarat	34
3.8.2 Uji Hipotesis	35
IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
4.1 Hasil Penelitian.....	33
4.1.1 Deskripsi Data Penelitian	36
4.1.2 Hasil Penelitian Pada Kelompok Audio Visual.....	38
4.1.3 Hasil Penelitian Pada Kelompok Pemukul Standar.....	39
4.2 Uji Prasyarat	40
4.2.1 Uji Normalitas	40
4.2.2 Uji Homogenitas.....	40
4.3 Uji Hipotesis.....	41
4.3.1 Hipotesis 1: Pengaruh Latihan Kelompok Audio Visual	41
4.3.2 Hipotesis 2: Pengaruh Latihan Kelompok Pengaruh Langsung	43
4.3.3 Hipotesis 3: Perbedaan Latihan Audio Visual dan Pengaruh Langsung	44
4.4 Pembahasan	45
V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	47
5.1 Kesimpulan.....	47
5.2 Saran	47
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN.....	51

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Norma Tes Flying Shoot (Sumber: Anas Sudjono 2009:453).....	33
2. Deskripsi Data Penelitian.....	36
3. Distribusi Kelompok Audio Visual.....	39
4. Distribusi Kelompok Pengaruh Langsung	41
5. Uji Normalitas	42
6. Uji Homogenitas	43
7. Uji Hipotesis.....	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Teknik Dasar Shooting.....	18
2. Teknik Dasar <i>Flying Shoot</i>	19
3. Desain Penelitian.....	29
4. Ordinal Pairing	30
5. Tes <i>Flying Shoot</i> Bola Tangan.....	32
6. Perbandingan Tes Awal	37
7. Perbandingan Tes Akhir.....	38
8. Perbandingan Tes Awal dan Akhir Kelompok Audio Visual.....	39
9. Perbandingan Tes Awal dan Akhir Kelompok Praktek langsung.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat izin penelitian.....	53
2. Surat balasan penelitian.....	54
3. Program latihan	55
4. Formulir pengambilan tes awal	68
5. Formulir pengambilan tes akhir	69
6. Data tes awal	70
7. Analisis kelas Interval	71
8. Pembagian kelompok Ordinal pairing	72
9. Tes akhir Kelompok Audio Visual	73
10. Tes akhir kelompok pengaruh langsung	74
11. Uji normalitas tes awal kelompok audio visual	75
12. Uji normalitas tes akhir kelompok audio visual.....	76
13. Uji normalitas tes awal kelompok pengaruh langsung	77
14. Uji normalitas tes akhir kelompok pengaruh langsung.....	78
15. Uji homogenitas tes awal	79
16. Uji homogenitas tes akhir	80
17. Uji pengaruh kelompok audio visual	81
18. Uji pengaruh kelompok Pengaruh langsung	82
19. Uji perbandingan.....	83
20. Tabel Uji normalitas.....	84
21. Tabel Uji Homogenitas	85
22. Tabel uji hipotesis	86
23. Dokumentasi Penelitian	87

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari seluruh proses pendidikan yang bertujuan mengembangkan fisik, mental, emosi, dan sosial, melalui aktivitas jasmani yang telah dipilih untuk mencapai hasilnya. Pendidikan jasmani salah satunya terdiri dari Permainan baik itu permainan bola besar atau permainan bola kecil. Permainan merupakan suatu kegiatan untuk mendapatkan keterampilan tertentu dengan cara yang menyenangkan. Kata permainan sendiri berasal dari kata “main” yang artinya perbuatan untuk menyenangkan hati. Menurut Hadfield yang dikutip oleh Saefulloh menyatakan bahwa permainan dalam bahasa Inggris dikenal dengan istilah *language games* yang merupakan suatu aktivitas atau kegiatan yang memiliki aturan, tujuan dan mengandung unsur-unsur hiburan yang menyenangkan. Menurut Soeparno yang dikutip oleh Machmudah dan Rosyidi, permainan ini memiliki tujuan ganda yakni mendapat kegembiraan dan juga untuk melatih keterampilan bahasa tertentu seperti kemampuan menyimak, mendengarkan, membaca, menulis maupun menambah penguasaan kosakata.

Dari pengertian tentang pendidikan jasmani di atas dapat diketahui bahwa Pendidikan jasmani adalah salah satu aspek dari proses pendidikan keseluruhan peserta didik melalui kegiatan jasmani yang dirancang secara cermat, yang dilakukan secara sadar dan terprogram dalam usaha meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani dan sosial serta perkembangan kecerdasan.

Olahraga merupakan proses yang bersifat sistematis yang dapat berbentuk kegiatan untuk mengembangkan potensi jasmani maupun rohani yang dilakukan oleh beberapa orang atau kelompok.

Olahraga yang dilakukan dan dikelola secara profesional dengan tujuan untuk memperoleh prestasi optimal pada cabang-cabang olahraga. Atlet yang menekuni salah satu cabang tertentu untuk meraih prestasi, dan memulai tingkat daerah, nasional, serta internasional, mempunyai syarat memiliki tingkat kebugaran dan harus memiliki tingkat keterampilan pada salah satu cabang olahraga yang ditekuninya tentunya diatas rata-rata non atlet.

Olahraga sebenarnya terdapat banyak macamnya, pada umumnya cabang olahraga terbagi menjadi empat kategori utama yang berupa fisik seperti senam dan renang, olahraga bermotor, pikiran hingga memerlukan hewan sebagai unsur pendukung. Macam-macam cabang olahraga tersebut diketahui dapat dilakukan secara individu maupun kelompok. Macam-macam cabang olahraga seperti contohnya permainan bola tangan.

Didalam proses permainan ini, peserta didik akan terlibat langsung dalam pembelajaran yang aktif dengan melibatkan seluruh indera dan perasaan dengan semangat yang tinggi, karena didalamnya terdapat unsur-unsur hiburan dan persaingan yang sehat. Sangat tepat bila ini diterapkan agar para pesertadidik tidak merasa bosan.

Bola tangan adalah olahraga beregu di mana dua regu dengan masing-masing 7 pemain (6 pemain dan 1 penjaga gawang) berusaha memasukkan sebuah bola ke gawang lawan. Permainan ini mirip dengan sepakbola, tapi cara memindahkan bola adalah dengan tangan pemain, bukan kaki. Lapangan bola tangan berukuran 40 m x 20m dengan garis pemisah di tengah dan gawang di tengah kedua sisi pendek. Di sekeliling gawang dibuat garis untuk menandai daerah yang hanya boleh dimasuki penjaga gawang. Bola yang digunakan lebih kecil dari bola sepak. *Handball* dimainkan selama 2 x 30 menit. Penalti dilakukan dari jarak 7 meter. *Handball* juga dipertandingkan di Olimpiade dan permainan bola tangan ini dapat menyampaikan

pesan pembelajaran pada atlet dan juga dapat merangsang perkembangan daya ingat atlet yang memiliki kelebihan atau kekurangan. melalui media atlet lebih mempunyai kemampuan yang baik karena meliputi media auditif (mendengar) dan media visual (melihat).

Audio visual merupakan wahana penyampaian informasi atau pesan pembelajaran pada atlet, dengan media audio visual pelatih dapat merangsang perkembangan daya ingat atlet dan memiliki kelebihan dan kekurangan. Kelebihannya dapat membantu menimbulkan pengertian dan ingatan yang kuat pada pesan yang disampaikan dan dapat dipadukan dengan unsur suara, merangsang minat dan perhatian atlet dengan gambar dan warna yang kongkrit dan aspek suara, sedangkan kelemahannya atlet tidak bisa menanyakan langsung materi yang disampaikan.

Hal ini penulis melihat pada perkembangan jaman, seseorang akan selalu menggunakan media sosial dalam kehidupanya selain menjadi kebutuhanskunder, hal tersebut menyediakan banyak informasi. Atlet pada saat ini sering sekali melihat teknik-teknik bertanding pada cabang olah raga melalui video yang di peragakan langsung oleh atlet profesional yang sangat mudah di akses dan di unggah menjadi referensi bertanding. Menurut Arensd dalam Trianto (2007:29), Model pembelajaran langsung adalah Salah satu pendekatan mengajar yang dirancang khusus untuk menunjang proses belajar peserta didik yang berkaitan dengan pengetahuan deklaratif dan pengetahuan prosedural yang terstruktur dengan baik yang dapat diajarkan dengan pola kegiatan yang bertahap, selangkah demi selangkah. Pengetahuan prosedural adalah pengetahuan tentang bagaimana melaksanakan sesuatu, dan pengetahuan deklaratif adalah pengetahuan tentang sesuatu dapat berupa fakta, konsep, prinsip, atau generalisasi.

Menurut Kililen (dalam Iru dan Arihi 2012:155) menyatakan model pembelajaran langsung adalah teknik pembelajaran ekspositori (pemindahan pengetahuan dari pendidik kepada peserta didik secara langsung, misalnya melalui ceramah,

demostrasi dan tanya jawab) yang melibatkan seluruh kelas. Dari dua pendapat tersebut dapat dinyatakan bahwa model pembelajaran langsung adalah model pembelajaran yang merujuk pada pola-pola pembelajaran di mana pendidik banyak menjelaskan konsep atau keterampilan kepada sejumlah kelompok peserta didik.

Gerakan dasar menembak(*shooting*) dalam bola tangan dilakukan dengan langkah serta para pemain harus dapat menangkap dan menguasai bola dengan baik, kemudian melakukan gerakan awalan. Menembak dengan teknik ini memberikan keuntungan bagi penembak yaitu memperpendek jarak lemparan dan juga daya tembaknya akan lebih bertenaga dan lebih keras pada saat *flying shoot*. Salah satu teknik menembak (*shooting*) dalam permainan bola tangan *flying shoot* (Menembak sambil melayang), *flying shoot* merupakan senjata ampuh dalam permainan bola tangan dan cara menembak ini adalah cara yang efektif untuk memasukan bola ke gawang lawan, bila dibandingkan dengan cara menembak yang lain dan juga paling baik untuk dipandang, aspek penting untuk diperhatikan ialah irama langkah. Pemain harus dapat menangkap dan menguasai bola dengan baik. Pada waktu melakukan lompatan, pemain harus dapat mengkonsentrasi diri untuk melompat cukup jauh kedepan dan cukup tinggi, dan kemudian mempertahankan sikap melayang selama mungkin, sebelum melepaskan bola.

Jarak, dalam peraturan permainan dijelaskan bahwa seorang pemain diperkenankan menembakkan bola pada saat pemain tersebut berada di dalam daerah gawang, asalkan kedua kakinya tidak menyentuh lapangan (pada saat melayang) waktu melakukan gerakan menembak tersebut dan saat ahiran bolah sudah harus terlepas dari tangan pada saat pemain menyentuh lantai dan badan berdiri normal. Menembak dengan cara ini memberikan keuntungan bagi penembak yaitu memperpendek jarak lemparan dan juga gaya tembaknya akan lebih bertenaga lebih keras pada saat melakukan *flying shoot*.

Melalui hasil obserpasi dalam penelitian masih banyak peserta didik yang kurang mampu dalam melakukan lompatan *flying shoot* karena dalam pengujian peserata didik masih rendah untuk melakukan lompatan yang tinggi dan juga pesetra didik kurang menguasai awalan lompatan sehingga kurang nya kelentukan pada saat melompat dalam permainan bola tangan MAN 2 Bandar Lampung. Perserta didik juga masih kurang memiliki kekuatan lemparan karna lemah nya kekuatan tangan dan kurang nya akurasi akurasi lempatan dalam permianan handball MAN 2 Bandar Lampung. Tidak hanya itu kondisi fisik yang di miliki peserta didik dalam melompat, mendarat dan kelenturan saat melakuan *flyingshoot* dalam permainan bola tangan yang masih kurang jauh dari ketepatan sasaran.

Berdasarkan masalah di atas, penelitian ingin mengetahui pengaruh pembelajaran audio visual dan langsung terhadap hasil teknik dasar *flying shoot* dalam permainan bola tangan di MAN 2 Bandar Lampung dan dapat membuktikan secara ilmiah keterkaitan pada hasil *flying shoot*. Maka dari itu penelitian tertarik untuk mengangkat permasalahan ini dengan judul pengaruh pembelajaran audio visual dan langsung terhadap hasil Teknik dasar *flying shoot* dalam permainan bola tangan di man 2 Bandar Lampung.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas terdapat masalah yang dapat di identifikasi antara lain:

1. Rendahnya penguasaan awalan dalam melakukan *flying shoot* dalam permainan bola tangan MAN 2 Bandar Lampung..
2. Rendahnya Kemampuan gerak dasar melompat dengan irama dalam pembelajaran bola tangan di MAN 2 Bandar Lampung..
3. Kurangnya komponen kondisi fisik yang dimiliki peserta didik dalam lompatan dan kelentukan saat melakukan *flying shoot*.
4. Kemampuan penguasaan pada saat mendarat dalam melakukan *flying shoot* dalam permainan bola tangan masih kurang.

1.3 Batasan Masalah

Dalam penelitian ini hanya membahas masalah tentang Pengaruh Pembelajaran Audio Visual dan Langsung Terhadap Teknik Dasar *Flying Shoot* Dalam Permainan Bola Tangan di MAN 2 Bandar Lampung.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Seberapa besar pengaruh pembelajaran dengan *audio visual* dalam pembelajaran *flying shoot* dalam permainan bola tangan di MAN 2 Bandar Lampung?
2. Seberapa besar pengaruh dari pembelajaran secara langsung terhadap pembelajaran *flying shoot* dalam permainan bola tangan di MAN 2 Bandar Lampung?
3. Manakah yang efektif antara media pembelajaran melalui *audio visual* dan langsung dalam permainan bola tangan di MAN 2 Bandar Lampung?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut di atas maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh pembelajaran antara *audio visual* terhadap pembelajaran gerak dasar *flying shoot* dalam permainan bola tangan di MAN 2 Bandar Lampung..
2. Untuk mengetahui pengaruh program latihan menggunakan pembelajaran secara langsung terhadap pembelajaran *flying shoot* dalam permainan bola tangan di MAN 2 Bandar Lampung.
3. Untuk mengetahui perbandingan pembelajaran kedua model *audio visual* dan langsung dalam pembelajaran *flying shoot* dalam permainan bola tangan di MAN 2 Bandar Lampung.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang terkait :

1. Bagi pendidik

Sebagai bahan pemikiran pendidik Penjaskes sebagai usahapenyempurnaan kemampuan *dribbling* dalam permainan bola tangan.

2. Bagi peserta didik

Sebagai bahan pembelajaran dalam meningkatkan pengetahuan peserta didik dalam kemampuan *shooting fliying shoot* dalam permainan bola tangan.

3. Bagi program studi

Sebagai bahan informasi dan acuan bagi pihak yang ingin melakukan penelitian sejenis.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Hakikat Pengaruh

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005: 849), Pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang atau benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan 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 yang ada di sekelilingnya. Dari pendapat-pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa pengaruh merupakan suatu daya atau kekuatan yang timbul dari sesuatu, baik itu orang maupun benda serta segala sesuatu yang ada dalam sehingga mempengaruhi apa-apa yang ada disekitarnya. Jadi, pengaruh adalah hasil dari sikap yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok dikarenakan seseorang atau kelompok tersebut telah melakukan dan menjalankan kewajibannya terhadap pihak memintanya untuk menjalankan kewajiban tersebut.

Oleh karena itu, kekuasaan dan pengaruh mempunyai hubungan yang sanggat erat yaitu apabila seseorang mempunyai kekuasaan maka dia dapat mempengaruhi pihak lain untuk menjalankan kehendaknya, seperti apa yang diinginkan oleh “penguasa” tersebut dan “pengaruh” apa yang mungkin timbul.

2.2 Hakikat Model

Model merupakan suatu perencanaan atau suatu pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan atau suatu pola pembelajaran di dalam kelas. Model pembelajaran merupakan pendekatan pembelajaran mengacu pada pendekatan pembelajaran yang akan digunakan termasuk di dalamnya tujuan – tujuan pengajaran, tahap – tahap dan kegiatan pembelajaran, lingkungan belajar dan

pengelolahan kelas. (joyce dan weil, 2003: 47), 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 pendidik 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 suatu kerangka atau rancangan yang menggambarkan proses pembelajaran tertentu yang memiliki fungsi sebagai pedoman bagi pendidik dalam menjalankan proses belajar mengajar.

2.3 Hakikat Pembelajaran

Pembelajaran merupakan upaya yang dilakukan seorang pendidik untuk membantu peserta didik dalam proses belajar, sehingga terjadi perubahan dari kondisi tidak mengerti menjadi mengerti. Sebab berhasil atau tidaknya peserta didik dalam belajar ditentukan oleh proses pembelajaran yang dilakukan pendidik. Satori (2008:39), berpendapat bahwa “Pembelajaran adalah proses membantu peserta didik belajar, yang ditandai dengan perubahan perilaku baik dalam aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor”. Sedangkan menurut Dimyati dan Mudjiono (2002:297), mendefinisikan “Pembelajaran adalah kegiatan pendidik secara terprogram dalam desain instruksional, untuk membuat peserta didik belajar secara aktif, yang menekankan pada penyediaan suber balajar”.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan

serangkaian kegiatan yang dirancang dan disusun agar menjadi proses belajar pada peserta didik untuk mencapai tujuan dalam pembelajaran. Atau proses interaksi antara peserta didik dengan pendidik dan dapat mencapai tujuan pembelajaran yang telah direncanakan.

2.4 Hakikat 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. Belajar adalah aspek penting bagi seseorang dalam kaitannya sebagai individu dan sebagai masyarakat. Ia menjelaskan bagaimana sebagai kemampuan dan ketempilan yang membuatnya lengkap dan utuh untuk menjadi seorang manusia.

Sedangkan menurut Bloom (Dalam Surisman, 2010:24) mengemukakan bahwa secara garis besar membaginya menjadi tiga ranah yaitu :

1) Ranah Kognitif

Ranah kognitif adalah ranah yang mencakup kegiatan mental (otak) yaitu segala upaya yang menyangkut aktivitas otak adalah termasuk di dalam ranah kognitif. Ranah kognitif terdiri dari enam aspek yakni pengetahuan atau ingatan, pemahaman, aplikasi atau penerapan, analisis, sistensis dan evaluasi atau penilian.

2) Ranah Afektif

Ranah Afektif adalah arah yang berkaitan dengan sikap dan nilai.yang terdiri dari lama aspek yakni, penerimaan, jawaban atau reaksi, penelitian, organisasi, dan internalisasi.

3) Ranah Psikomotor

Ranah Psikomotor adalah ranah yang berkaitan dengan keterampilan (skill) atau kemampuan bertindak setelah seseorang menerima pengalaman belajar tertentu. Ketiga ranah tersebut menjadi objek penilaian hasil belajar, diantara ketiga ranah itu, ranah kognitiflah yang banyak dinilai oleh para pendidik disekolah karena berkaitan dengan kemampuan para peserta didik dalam menguasai isi bahan pengajaran. Sedangkan dalam pembelajaran penjas di sekolah ketiga ranah ini diaplikasikan yaitu :

4) Ranah Kognitif

Ranah kognitif ini terbagi menjadi lima aspek yaitu :

- a) Pengetahuan atau ingatan bertujuan untuk mengetahui dan mengingat teknik gerak dasar *flying shoot* yang diberikan oleh pendidik saat pembelajaran penjas di sekolah.
- b) Pemahaman adalah tipe hasil belajar yang lebih tinggi dari pengetahuan misalnya peserta didik menjelaskan gerakan gerak lemparan *flying shoot* yang telah diberikan pendidik penjas disekolah.
- c) Aplikasi adalah penggunaan abstraksi pada situasi kongkrit atau situasi khusus, abstraksi tersebut mungkin berupa ide, teori, atau petunjuk teknis. Misalnya peserta didik mengaplikasikan teori dalam pembelajaran penjas agar keterampilan gerak dasar pesertadidik menjadi lebih baik.
- d) Analisis adalah usaha memilih suatu integritas menjadi unsur- unsur atau bagian-bagian sehingga jelas hirarkinya atau susunannya. Misalnya peserta didik 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, dan lain -lain. Misalnya pendidik penjas di sekolah memberikan tes gerak dasar *flying shoot* yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan keterampilan gerak dasar *flying shoot* pada peserta didik”.

5) Ranah Afektif

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

- a) *Raciving attending* yakni semacam kepekaan dalam menerima rangsangan (stimulus) dari luar yang datang kepada peserta didik dalam bentuk masalah. Misalnya pendidik memberikan permainan kecil sebagai pengganti pemanasan sebelum memulai pembelajaran penjas agar peserta didik dalam mengikuti pembelajaran penjas lebih bersemangat.
- b) *Responding* atau jawaban yakni reaksi yang diberikan kepada seseorang berupa stimulasi yang datang dari luar. Misalnya seorang pendidik memberikan penjelasan kepada peserta didik sehingga peserta didik memberikan reaksi atau respon terhadap penjelasan yang diberikan pendidik tersebut
- c) *Vauling* berkenaan dengan nilai dan kepercayaan terhadap gejala atau stimulasi tadi. Misalnya pendidik memberikan tes berupa keterampilan gerak dasar servis Sepak takraw 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 semuasistem nilai yang dimiliki seseorang.

6) Ranah Psikomotor

Ada enam tingkat keterampilan yaitu :

- a) gerak refleks (keterampilan pada gerakan yang tidak sadar). Misalnya pendidik memberikan bola kepada peserta didik pada saat peserta didik dalam keadaan tidak siap dan peserta didik tersebut dengan gerakan secara tiba-tiba menangkap bola.

- b) keterampilan pada gerak-gerak dasar. Misalnya perserta didik terampil melakukan gerakan dasar *flying shoot*.
- c) kemampuan perceptual termasuk didalamnya membedakan visual, auditif, motoris, dll.
- d) kemampuan dibidang fisik misalnya kekuatan, harmonis dan ketepatan. Misalnya seorang perserta didik 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 perserta didik melakukan keterampilan mengoper bola.
- f) kemampuan yang berkenaan dengan komunikasi non *discursive* 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 selasai dilakukan. Berikut ini akan dikemukakan beberapa pandangan para ahli psikologi tentang belajar, yaitu: 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.

2.5 Belajar Gerak Motorik

Menurut Rusli (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(Drowatzky, 1981:17). Lebih lanjut 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 persertadidik atau atlet yang belajar. Penjelasan tersebut menegaskan pentingnya psikofisik sebagai suatu kesatuan untuk merealisasi peningkatan keterampilan. Ada empat karakteristik belajar motorik yaitu sebagai berikut:

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 dalam teks, memberikan pengertian sesuai dengan pembendaharaan kata yang tersimpan dalam ingatan dan seterusnya. Sama halnya dengan keterampilan belajar keteramplan motorik, di dalamnya terlibatsuatu proses yang menyumbang kepada perubahan dalam prilaku motorik sebagai hasil dari berlatih. Karna itu fokus dari belajar motorik adalah perubahan yang terjadi pada organisme yang memungkinkan untuk melakuansesuatu yang berbeda dengan sebelum berlatih.

Belajar motorik adalah hasil langsung dari latihanPerubahan prilaku motorikberupa keterampilan dipahami sebagai hasil dari latihan dan pengalaman. Hal ini perlu

dipertegas untuk membedaan 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). Belajar motorik tak teramat secara langsung Belajar motorik atau keterampilan olahraga tak teramat 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 diubah menjadi pola gerak otot-otot. Perubahan itu semuanya tidak dapat diamati secara langsung karena cuman dapat ditafsirkan eksistensinya dari perubahan yang terjadi dalam keterampilan atau perilaku motorik. Lutan (1988:103).

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. Belajar motorik relatif permanen adalah relatif permanen, hasil belajar ini relatif bertahan hingga waktu relatif lama. Misal saja seorang yang bisa mengendarai sepeda, meskipun sejak lama 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 di gambarkan, mana kala 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 mampubertahan 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.

2.6 Permainan Bola Tangan

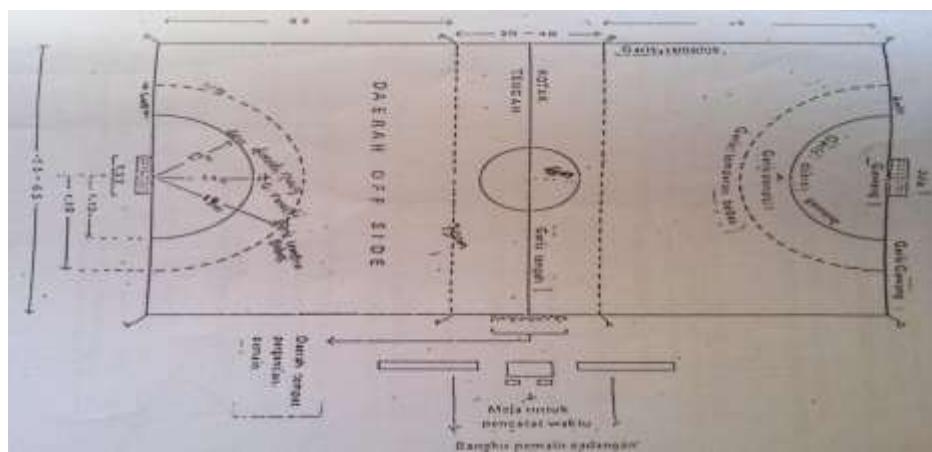
Bola tangan merupakan modifikasi antara permainan bola basket dan sepak bola yang mengandalkan kemahiran tangan untuk memasukkan bola ke gawang lawan. Dimainkan oleh 2 regu, masing-masing regu terdiri dari 7 orang pemain dan dimainkan pada lapangan berukuran 20x40 meter. Tujuan permainan adalah mencetak 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 Agus (2000:6), bahwa :Bola tangan 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, bolatangan dengan 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 bolatangan dengan 11 pemain agak berbeda karena permainan ini dimainkan di lapangan terbuka dengan ukuran lapangan seperti

lapangan sepak bola. Kebangkitan permainan bola tangan sesungguhnya muncul dari tiga negara Denmark, Jerman, dan Swedia. Permainan bolatangan yang kita kenal saat ini, pertama kali di perkenalkan pada tahun 1890 oleh seorang tokoh gymnastic dari Jerman yaitu Konrad Koch Namun pendiri bola tangan 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, 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 menyebarluaskan permainan bolatangan lapangan.

Pada tahun 1917, Max Heiser mengembangkan peraturan bolatangan untuk pertama kalinya. Tahun 1919 seorang pendidik 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

2.7 Teknik Dasar *Flying Shoot* dan Peraturan *Offside*

2.7.1 Teknik Dasar *Flying Shoot*

Shoting 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 menembakkan bola kegawang lawan, pemain dan penyerang diperkenankan melakukan berbagai macam cara menembak sesuai dengan kemahirannya dan sesuai dengan situasi permainannya, salah satu contoh menembak dalam bola tangan ialah menembak bola the *flying shoot* (menembak dengan melayang). Teknik dasar *shooting* seperti gambar pada gambar berikut:



Gambar 2. Teknik Dasar Shooting

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

Shoting *flying shoot* merupakan senjata ampuh dalam permainan dan cara menembak ini cara yang efektif untuk memasukan bola kegawang lawan, bila dibandingkan dengan cara menembak yang lain, aspek yang penting yang perlu diperhatikan yaitu irama atau langka pemain harus dapat menangkap

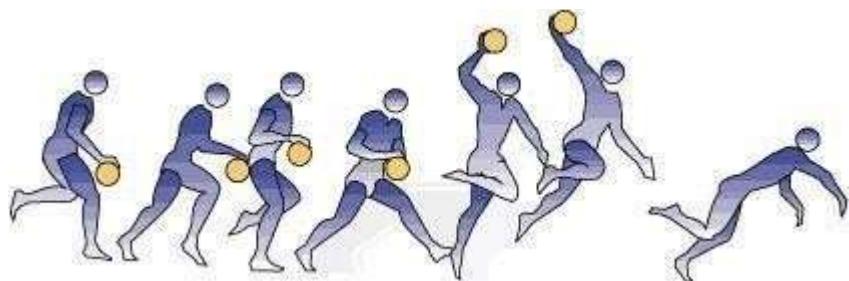
dan menguasai bola. Pelaksanaan teknik ini seperti layup dalam permainan bola basket dengan memenpaatkan peraturan yang memperbolehkan permainan membawa bola maksimal 3 langkah yaitu :

- 1) jika pemain tidak kidal, langkah pertama dimulai dari kaki kanan
- 2) kemudian kaki kiri melangkah dengan kuat, bolamasih dibawa di samping pinggang
- 3) langkah terakhir panjang sambil melompat, dilakukan sekuat nya, badan dilentukan kebelakang 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 mengonsentrasiikan diri untuk lompatan cukup jau 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 perserta didik harus mempelajari teknik-teknik permainan bola tangan;

- a) Tehnik melempar atau mengoperkan bola,
- b) Cara melempar bola,
- c) Tehnik menengkap/menerima bola,
- d) Menggiring bola,

Menembak bola (shooting), Shoting *flying shoot* seperti gambar pada gambar berikut:



Gambar 3. Teknik Dasar *Flying Shoot*

2.7.2 Peraturan *Offside*

- 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. Regu penyerang dinyatakan melakukan pelanggaran peraturan *offside*;
- b) 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 berahan di tempat pemain penyerang ke 7 memasuk daerah *off side*

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*.

2.8 Model Audio Visual

Menurut Sujana pembelajaran *audio visual* sebagai alat bantu pembelajaranyang digunakan pendidik untuk memotivasi belajar peserta didikmemperjelas informasi atau pesan pembelajaran, memberi tekanan pada bagian-bagian yang penting, memberi variasi pembelajaran, memperjelas setruktur pembelajaran”. Menurut Sanjaya (2010:172)“Media *audio- visual* adalah media yang mempunyai unsur suara dan unsurgambar yang bisa dilihat, isalnyarekaman 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 peserta didik. Pemanfaatan media *audio visual* dalam

peroses pembelajaran di dalam kelas sudah merupakan hal yang biasa. Sebagai media *audio visual* dengan memilki unsur gerakan dan suara vidio dapat digunakan sebagai alat bantu mengajar pada berbagai bidang setudi. Kemampuan vidio untuk memanipulasi waktu dan ruang dapat mengajak peserta didik untuk melanglang buana kemana saja walaupun dibatasi didalam kelas.

Pada bidang setudi yang banyak mempelajari keterampilan motorik dapat mengandalkan kemampuan vidio. Melatih kemampuan kegiatan dengan prosedur tertentu akan membantu dengan pemanfaatan media vidio dengan kemampuan menyajikan gerakan lambat (slow motion), medio *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 pendidik 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 peserta didik.

2.9 Model Pembelajaran Langsung

Menurut Ariends (2009:41) adalah suatu model pembelajaran yang dirancang khusus untuk menunjang proses belajar peserta didik yang berkaitan dengan pengetahuan deklatif 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. Pengaruh

peran dari pendidik sangatlah penting sebagai penyampai informasi.

Dalam sistem 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 pendidik mengajukan pertanyaan untuk mengetahui keterampilan dan pengetahuan yang sudah dikuasai perserta didik.
- 3) Menyampaikan materipelajaran dalam tahap ini pengajar akan menyampaikan materi dan informasi dan informasi serta memberikancontoh.
- 4) Melaksanakan bimbingan jadi bimbingan dilakukan dengan cara mengajukan pertanyaan yang bertujuan untuk menilai tingkat pemahamanpeserta didik dan mencoba untuk mengoreksi kesalahan konsep yang ada
- 5) Memberi kesempatan perserta didik untuk berlatih, pendidik memberi kesempatan perserta didik agar terus berlatih.
- 6) Menilai kinerja perserta didik dan memberinya umpan balik
- 7) Memberikan latihan mandiri.

Pada model pembelajaran langsung ini pada dasar nya sangatlah cocok di terapkan apabila mendapati yang memungkinkan di antaranya :

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

Jadi model pembelajaran langsung memang patut diterapkan apabila sudahmendapati

beberapa kondisi seperti yang dijelaskan tersebut, sehingga peroses belajar dan penyampayan materi kepada para peserta didik juga bisa lebih efektif.

2.9 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 : Ni Kadek Pratyamita Wijayanti berjudul “Pengaruh Penggunaan Media *Audio visual* Terhadap Hasil Pembelajaran Pembelajaran Bola Tangan.” Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Ajaran 2019. Berdasarkan dari hasil penelitian kedua model ini ada peningkatan hasil pembelajaran *flying shoot* di SMA/MAN secara signifikan. Berpatok dari penelitian di atas maka penulis akan melihat seberapa besar pengaruh kedua model ini dalam penelitian eksperimen di MAN 2 Bandar Lampung.

2.10 Kerangka Berpikir

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 teknik lompatan dan kelentukan, melentukan badan untuk menambah power lemparan. Pemain harus dapat menangkap dan menguasai bola dengan baik kemudian melakukan awalan tiga langkah. 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 kepadabidang sasaran.

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

2.11 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). Sedangkan menurut Sedangkan 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* 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 pembelajaran 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.

III. METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Pada suatu penelitian penggunaan metode yang harus di pakai harus tepat dan mengarah pada tujuan penelitian serta dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah sesuai aturan yang berlaku, agar penelitian tersebut dapat diperoleh hasil yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Menurut Margono (2010:1) metode penelitian adalah semua kegiatan pencarian, penyelidikan dan percobaan secara ilmiah dalam suatu bidang tertentu, untuk mendapatkan fakta-fakta atau prinsip-prinsip baru yang bertujuan untuk mendapatkan pengertian baru dan menaikkan tingkat ilmu serta teknologi. Sedangkan menurut Sukardi (2003:17) “metode penelitian adalah kegiatan yang secara sistematis, direncanakan oleh para peneliti untuk memecahkan permasalahan yang hidup dan berguna bagi masyarakat, maupun bagi peneliti itu sendiri”.

Terdapat beberapa metode yang bisa dipergunakan untuk pengkajian data dalam sebuah penelitian agar tujuan penelitian dapat tercapai seperti yang diharapkan. Untuk menggunakan suatu metode penelitian, penulis harus memperhatikan jenis ataupun karakteristik serta objek yang akan diteliti agar pengguna metode peneliti menjadi tepat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Dikatakan eksperimen karena di dalam keduaperlakuan ini tidak ada kontrol.

3.2 Jenis Penelitian

Klasifikasi data penelitian kali ini yaitu data penelitian kuantitatif. Menurut M.

Ramdhan (2021), jenis penelitian kuantitatif merupakan investigasi sistematis mengenai sebuah fenomena dengan mengumpulkan data yang dapat diukur menggunakan teknik statistik, matematika, atau komputasi. Adapun metode penelitian yang digunakan dalam penelitian kuantitatif ini ialah penelitian eksperimen. Metode penelitian eksperimen ini memiliki tujuan untuk meneliti pengaruh dari suatu perlakuan tertentu terhadap gejala suatu kelompok tertentu disbanding dengan kelompok lain yang menggunakan perlakuan berbeda.

Dalam metode penelitian eksperimen juga terdapat metode yang lebih khusus yaitu metode eksperimen komparatif. Oleh karena itu, metode dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen komparatif. Metode eksperimen komparatif yaitu bentuk analisis variabel (data) untuk mengetahui perbedaan di antara dua kelompok data (variabel) atau lebih yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh suatu variabel bebas (*treatment*) terhadap variabel terikat dengan cara memanipulasi variabel bebas untuk kemudian melihat efeknya pada variabel terikat.

Pada metode ini, observasi dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Observasi sebelum eksperimen disebut *pre-test*, dan observasi sesudah eksperimen disebut *post-test*. Dalam hal ini faktor yang di uji cobakan yaitu pembelajaran audio visual dan pembelajaran langsung untuk diketahui pengaruhnya terhadap *flying shoot* pada siswa ekstrakurikuler bola tangan di MAN 2 Bandar Lampung. Untuk mengetahui pengaruh pembelajaran audio visual dan pembelajaran langsung terhadap *flying shoot* pada siswa ekstrakurikuler bola tangan di MAN 2 Bandar Lampung digunakan instrumen penelitian berupa Tes *Flying Shoot*. Oleh karena itu, akan diberikan *treatment* yang akan dilakukan sebanyak 16 kali pertemuan. Pemberian *treatment* (Pembelajaran Audio Visual dan Pembelajaran Langsung).

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi menurut Sugiyono (2010:117) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler Bola Tangan di MAN 2 Bandar Lampung yang berjumlah 30 orang.

3.3.2 Sampel

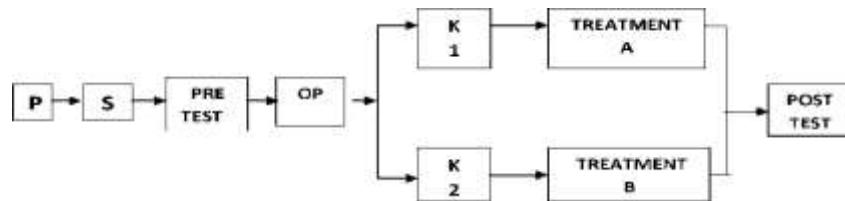
Sampel menurut Sugiyono (2010: 124) adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dengan demikian sampel merupakan bagian dari populasi. Mengenai besarnya sampel yang cukup untuk populasi, apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, karena peserta tidak lebih dari 100 orang, sehingga penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh, dan sampel penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler bola tangan di MAN 2 Bandar Lampung berjumlah 30 orang.

3.4 Desain Penelitian

Menurut Arikunto, S. (2006) desain penelitian adalah rencana atau rancangan yang dibuat oleh peneliti sebagai ancar-ancar kegiatan yang akan dilaksanakan. Sedangkan menurut Sugiyono (2015) desain penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *pre test- post test*

design. Desain ini terdapat *pretest* sebelum diberi perlakuan dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan hasil sebelum diberi perlakuan. Desain penelitian dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 4. Desain Penelitian
(Sumber : Sugiyono, 2015:82)

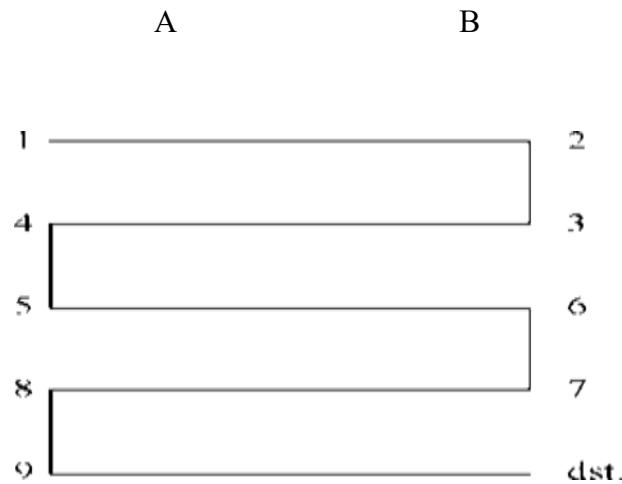
Keterangan:

P	: Populasi
S	: Sampel
<i>Pree test</i>	: Tes awal <i>Flying Shoot</i>
<i>OP</i>	: Ordinal pairing pengelompokkan
<i>K 1</i>	: Kelompok pembelajaran audio visual
<i>K 2</i>	: Kelompok pembelajaran langsung
<i>Treatment A</i>	: Kelompok eksperimen (audio visual)
<i>Treatment B</i>	: Kelompok eksperimen (langsung)
<i>Post Test</i>	: Tes akhir <i>Flying Shoot</i>

Dari gambar tersebut dapat dijelaskan, bahwa semua sampel diberikan tes awal yaitu tes *flying shoot*, sehingga diperoleh data angka hasil dari tes tersebut dengan skor atau poin.

Dari data tersebut penulis dapat mengetahui kondisi awal siswa ekstrakurikuler bola tangan MAN 2 Bandar Lampung tersebut. Kemudian dilakukan pemeringkatan, dari skor atau poin tes *flying shoot* yang tertinggi hingga ke skor atau poin yang terendah, selanjutnya dibagi menjadi 2 kelompok menggunakan *ordinal pairing* (pemisahan sampel yang didasari atas *kriteria ordinal* (Hadi Sutrisno, 2000),

berpatokan dengan hasil *rangking* agar semua kelompok berisikan sampel yang samarata akan tingkat skor atau poin yang didapat. Adapun pembagian kelompoknya dalam penelitian ini menggunakan *Ordinal Pairing*, sebagai berikut:



Gambar 5. Ordinal Pairing

Keterangan:

A : Pembelajaran Audio Visual

B : Pembelajaran Langsung

Kemudian setelah dikelompokan sama ratakan tingkat skor atau poin yang didapat, sampel diberikan perlakuan atau *treatment* sesuai dengan kelompok masing-masing. Setelah menerima perlakuan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan, semua sampel diberikan tes akhir yang pelaksanaannya sama dengan tes awal. Untuk semua kelompok agar diketahui adanya pengaruh atau tidak adanya pengaruh latihan terhadap *flying shoot* dengan cara membandingkan hasil data dari tes awal hingga tes akhir skor atau poin.

3.5 Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2015), variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga

diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan. Selanjutnya Sugiyono (2015), menjelaskan bahwa variabel dapat dibedakan menjadi:

1. Variabel Independen

Variabel ini sering disebut sebagai variabel stimulus, prediktor, *antecedent*. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel bebas. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat).

2. Variabel Dependen

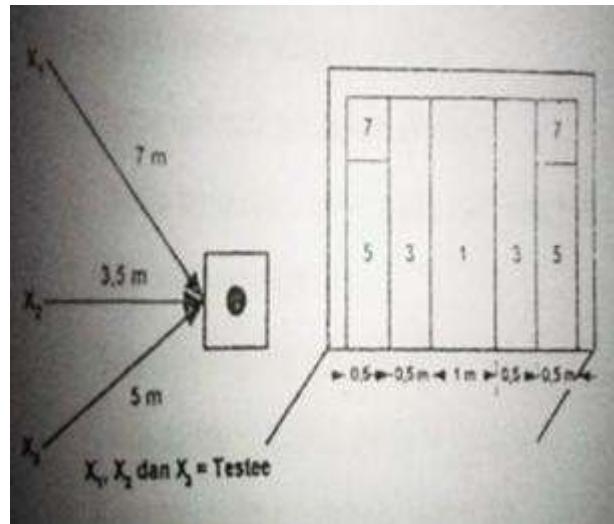
Sering disebut juga sebagai variabel output, kriteria konsukuan. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang di pengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.

Judul pada penelitian ini adalah “Pengaruh Pembelajaran Audio Visual dan Langsung Terhadap Teknik Dasar *Flying Shoot* Dalam Permainan Bola Tangan di MAN 2 Bandar Lampung”. Sesuai pendapat diatas variabel dalam penelitian ini ada dua macam, yaitu variabel bebas (X) yakni pembelajaran audio visual dan pembelajaran langsung serta variabel terikat (Y) yakni teknik dasar *flying shoot*.

3.6 Instrumen Penelitian

Menurut Arikunto, S. (2006) “Instrumen adalah alat pada waktu penelitian menggunakan suatu metode”. Alat tersebut memenuhi persyaratan akademis, yang dapat dipergunakan sebagai alat untuk mengukur suatu objek ukur atau mengumpulkan data mengenai suatu variabel. Sedangkan menurut Sugiyono (2010) Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Pengumpulan data dalam penelitian ini

menggunakan tes *flying shoot*.



Gambar 6. Tes *Flying Shoot* Bola Tangan
(Sumber: Enjang Ahmad Mustaqim 2018)

1. Pelaksanaan : Testee harus melakukan *flying shoot* 6x berturut-turut dari 3 tempat/ pos yang jaraknya berbeda-beda dan langkah terakhir harus bertolak/ bertumpu didalam kotak tumpuan (1 x 1m)
2. Penilaian : Skor dan kecepatan menembak *flying shoot* adalah 6 x
 - a. Tembakan/ shooting dianggap berhasil bila bola secara langsung mengenai sasaran.
 - b. Bila bola mengenai sasaran pada bagian garis batas daerah skor maka diambil skor yang lebih besar.
3. Dinyatakan gagal bila :
 - a. Melakukan pelanggaran pada waktu melakukan awalan teknik *flying shoot*.
 - b. Bertumpu diluar kotak tumpuan.
 - c. Menginjak garis daerah gawang.
 - d. Tidak melakukan teknik *flying shoot*.
 - e. Bola tidak langsung mengenai target (memantul ke lapangan terlebih dahulu).

4. Norma Tes

Tabel 1 Norma Tes *Flying Shoot*
(Sumber: Anas Sudjono 2009:453)

No	Pengkategorian	Kategori
1	33-40	Baik Sekali
2	25-32	Baik
3	17-24	Cukup
4	9-16	Kurang
5	1-8	Kurang Sekali

3.7 Teknik Pengumpulan Data

Menurut Arikunto, S. (2006) menjelaskan bahwa metode pengumpulan data merupakan cara yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya. Lebih lanjut dikatakan oleh Arikunto, S. (2006) bahwa untuk memperoleh data data yang diinginkan sesuai dengan tujuan peneliti sebagai bagian dari langkah pengumpulan data merupakan langkah yang sukar karena data-data yang salah, akan menyebabkan kesimpulan- kesimpulan yang ditarik akan salah pula.

Data yang perlu dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu data *pre-test* sebelum sampel diberikan perlakuan/*treatment* pembelajaran audio visual dan langsung. Dan data *post-test* setelah sampel diberikan perlakuan/*treatment* pembelajaran audio visual dan langsung. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tes *Flying shoot*. *Treatment* pembelajaran audio visual dan langsung yang dilakukan yaitu sebanyak 16 kali pertemuan. Pemberian *treatment* pembelajaran audio visual dan langsung dilakukan tiga kali dalam satu minggu.

3.8 Teknik Analisis Data

Menurut Surisman (2010:4) “jika kita memperhatikan definisi statistika maka fungsi pertamanya adalah mengumpulkan data mentah, yaitu data yang belum mengalami pengolahan apapun”. Pengujian data hasil pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk membantu analisis agar menjadi lebih baik. Data yang dianalisis adalah data dari hasil tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*). Menghitung hasil tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*) dengan teknik analisa data uji t, adapun syarat dalam menggunakan uji t adalah:

3.8.1 Uji Prasyarat

Agar memenuhi persyaratan analisis dalam menguji hipotesis penelitian, akan dilakukan beberapa langkah uji prasyarat, meliputi:

a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data yang berasal dari kedua kelas berupa nilai hasil belajar dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Penelitian ini menggunakan uji normalitas data menggunakan uji *liliefors*.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui data memiliki varian yang sama (homogen) atau tidak. Penelitian ini menggunakan uji homogenitas dilakukan uji-F menurut Sudjana (2010) adalah sebagai berikut: Homogenitas dicari dengan uji F dari data daya tahan (*cardiovascular*) dengan menggunakan bantuan microsoft excel 2010.

$$F = \frac{\text{Varians Terbesar}}{\text{Varians Terkecil}}$$

Membandingkan nilai F hitung dengan F tabel dengan rumus Dk

pembilang : n-1 (untuk varians terbesar)

Dk penyebut : n-1 (untuk varians terkecil) Taraf signifikan 0.05 maka dicari pada tabel F. Dengan kriteria pengujian jika : F hitung \geq F tabel tidak homogen.

$F_{\text{hitung}} \leq F_{\text{tabel}}$ berarti homogen.

Pengujian homogenitas ini bila F_{hitung} lebih kecil ($<$) dari F_{tabel} maka data tersebut mempunyai varians yang homogen. Tapi sebaliknya bila F_{hitung} ($>$) dari F_{tabel} maka kedua kelompok mempunyai varians yang berbeda.

3.8.2 Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk memperoleh kesimpulan apakah nantinya hipotesis yang kita ajukan diterima atau ditolak. Adapun uji yang peneliti gunakan untuk menguji hipotesis adalah uji-t. Uji-t digunakan untuk membandingkan rata-rata dari dua kelompok yang tidak berhubungan satu dengan yang lain.

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 + n_2)s^2 + (n_2)s^2 \frac{1}{n_1 - 1} + \frac{1}{n_2}}{n_1 + n_2 - 2}}}$$

Keterangan :

X_1 = Rerata Skor I

X_2 = Rerata Skor II

n_1 = Banyak Data Sampel I

n_2 = Banyak Data Sampel II

S_1^2 = Varians Sampel I

S_2^2 = Varians Sampel II

Kriteria pengujian apabila $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$ dengan $\alpha = 0,05$ maka H_0 diterima. Jika tingkat *flying shoot* siswa kelas eksperimen A lebih besar dari kelas eksperimen B, atau sebaliknya maka H_0 diterima. Analisis uji t pada penelitian ini dilakukan untuk menguji perbedaan (H3).

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan Penelitian dan pembahasan, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa:

1. Ada pengaruh dengan latihan menggunakan audio visual pada siswa ekstrakulikuler bola tangan MAN 2 Bandar Lampung.
2. Ada pengaruh dengan menggunakan praktek langsung pada siswa ekstrakulikuler bola tangan MAN 2 Bandar Lampung.
3. Ada perbedaan antara latihan Kelompok audio visual dan pengaruh langsung pada siswa ekstrakulikuler bola tangan MAN 2 Bandar Lampung.

5.2 Saran

Penulis menyarankan untuk dijadikan bahan masukan bagi :

1. Peneliti lainnya, untuk dapat terus menerus memperbaiki penelitian dalam melakukan penelitian selanjutnya, dengan beberapa penyempurnaan misalnya: a) jumlah sampel penelitian yang lebih besar; b) waktu penelitian yang lebih lama; c) menambah variabel bebas sebagai pendamping.
2. Bagi pelatih, sebaiknya siswa diberikan latihan yang bervariasi antara latihan menggunakan audio visual dan praktek langsung mengingat dua jenis latihan ini sama baiknya dalam meningkatkan teknik dasar *flying shoot*.
3. Bagi siswa agar dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar *flying shoot*.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, Mahendra. (2000). Permainan Bola Tangan. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Edisi revisi VI). Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Dimyati & Mudjiono. (2002). Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Hadi, Sutrisno. 2000. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Iru, L., & Arihi, La Ode Safiun. (2012). Pendekatan, Metode, Strategi, dan Model-Model Pembelajaran. Yogyakarta: Multi Presindo.
- Joyce, B. R., & Weil, M. (2003). *Models of Teaching (7th ed.)*. Upper Saddle River, NJ: Allyn & Bacon.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2005). Kamus Besar Bahasa Indonesia (edisi ke-3). Jakarta: Balai Pustaka.
- Lutan, Rusli. (1988). Belajar keterampilan motorik: Pengantar teori dan metode. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Margono, S. (2010). Metodologi penelitian pendidikan (Cet. ke-8). Jakarta: Rineka Cipta.
- Ramdhani, M. 2021. *Metode Penelitian*. Surabaya : Cipta Media Nusantara (CMN).
- Sagala, Syaiful. (2005). Konsep dan Makna Pembelajaran: Untuk Membantu Memecahkan Problematika Belajar dan Mengajar. Bandung: Alfabeta.
- Sanjaya, W. (2010). Strategi pembelajaran: Berorientasi standar proses pendidikan. Jakarta: Prenada Media Group.
- Satori, Djam'an, dkk. (2008). Profesi Keguruan. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Schmidt, R. A. (1988). *Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis (2nd ed.)*. Champaign, IL: Human !

- Soekanto, S. (1984). Pengantar penelitian hukum. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sudjana, N. 2010. Metode statistika dalam penelitian pendidikan. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. (2008). Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2015. Metode Penelitian Kombinasi Mix Methods. Alfabeta, Bandung.
- Suprijono, A. (2011). Model-Model Pembelajaran. Jakarta: Gramedia Pustaka Jaya.
- Surakhmad, Winarno. (1982). Pengantar Penelitian Ilmiah: Dasar, Metode dan Teknik (Edisi ke-7). Bandung: Tarsito.
- Surisman, 2010. Statistika Dasar. Universitas Lampung. Bandar Lampung, Lampung.
- Trianto. (2007). Model-Model Pembelajaran Inovatif Berorientasi Konstruktivistik: Konsep Landasan Teoritis-Praktis dan Implementasinya. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Uno, H. B. (2008). Teori motivasi dan pengukurannya: Analisis di bidang pendidikan (Cetakan ke-3). Jakarta: PT Bumi Aksara.