

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *SHOOTING* UNTUK MENINGKATKAN
KETERAMPILAN *MEDIUM SHOOT* PESERTA PUTRA EKSTRAKURIKULER
BOLABASKET DI SMA NEGERI 2 KLATEN**

E-JOURNAL



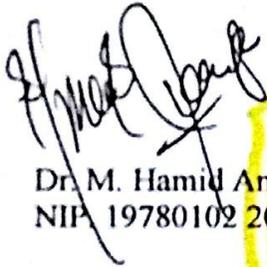
Oleh:
Putut Yhudha Mahardi
NIM. 12601244025

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016**

PENGESAHAN

E-Journal yang berjudul “Pengembangan Model Latihan *Shooting* untuk Meningkatkan Keterampilan *Medium Shoot* Peserta Putra Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 2 Klaten” yang disusun oleh Putut Yhudha Mahardi, NIM. 12601244025 ini telah disetujui oleh dosen pembimbing dan dosen penguji utama.

Dosen Pembimbing

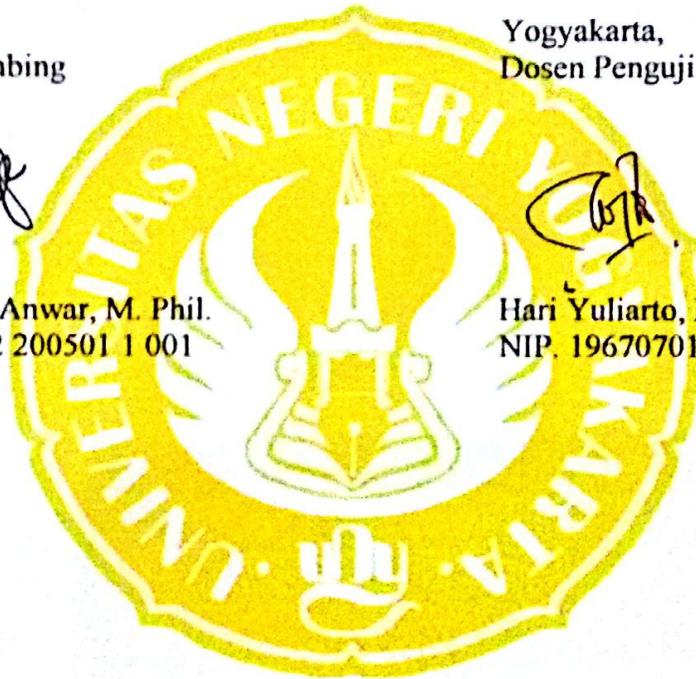


Dr. M. Hamid Anwar, M. Phil.
NIP. 19780102 200501 1 001

Yogyakarta, Juni 2016
Dosen Penguji Utama



Hari Yulianto, M. Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001



PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *SHOOTING* UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN *MEDIUM SHOOT* PESERTA PUTRA EKSTRAKURIKULER BOLABASKET DI SMA NEGERI 2 KLATEN

DEVELOPING SHOOTING PRACTICE MODEL TO IMPROVE MEDIUM SHOOT SKILL MALE BASKETBALL EXTRACURRICULAR PARTICIPANT AT SENIOR HIGH SCHOOL OF 2 KLATEN

Oleh: Putut Yhudha Mahardi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta
pututyhudha@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan dan menghasilkan model latihan *shooting* dalam suatu permainan yang menyenangkan untuk meningkatkan keterampilan *medium shoot*. Dalam penelitian dan pengembangan ini, langkah-langkah yang perlu ditempuh meliputi: (1) Potensi dan Masalah, (2) Pengumpulan Data, (3) Desain Produk, (4) Validasi Desain, (5) Revisi Desain, (6) Ujicoba Produk, (7) Revisi Produk, (8) Produksi/Implementasi Produk. Uji coba penelitian dilakukan terhadap 30 peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA N 2 Klaten dan SMK Leonardo Klaten. Teknik analisis data terdiri dari teknik analisis data deskriptif kuantitatif dan deskriptif kualitatif. Hasil akhir dari penelitian ini adalah sebuah model latihan *shooting* untuk meningkatkan keterampilan *medium shoot*. Pada tahap akhir penelitian dapat disimpulkan bahwa model latihan *shooting* untuk meningkatkan keterampilan *medium shoot* memiliki kualitas sangat baik.

Kata kunci: pengembangan, model latihan *shooting*, *medium shoot*, ekstrakurikuler bolabasket

Abstract

This research aims to produce and develop shooting practice skill through fun game to improve medium shoot skill. This research and development study follows the steps of: (1) the potential and problem identification, (2) data collection, (3) product design, (4) design validation, (5) revision design, (6) product trials, (7) revision, (8) production/ product implementation. The trials were conducted to 30 participants of basketball extracurricular at SHS 2 Klaten and VHS Leonardo Klaten. The technique of data analysis was descriptive quantitative and qualitative descriptive analysis. The result of this research was a shooting practice model to improve medium shoot skill. At the end of the research summed up that shooting practice model to improve medium shoot skill had a very good quality.

Keywords: development, shooting practice model, medium shoot, basketball extracurricular

PENDAHULUAN

Permainan bolabasket pertama kali diciptakan oleh seorang pengajar dari *Springfield College*, Dr. James Naismith pada Desember 1891 di *Springfield, Massachusetts*. Naismith menciptakan permainan ini karena belum adanya aktivitas olahraga yang bisa dilakukan di dalam ruangan (*indoor*) pada saat musim dingin. Bolabasket merupakan suatu permainan yang dimainkan secara beregu, dimana dalam masing-masing regu terdiri dari 5 orang pemain dengan tujuan mencetak angka ke keranjang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah lawan mencetak angka sehingga diakhir pertandingan memperoleh jumlah angka lebih banyak dari lawan (Dedy Sumiyarsono, 2002: 1). Bolabasket memiliki beberapa teknik dasar yang mutlak harus dikuasai oleh pemain basket agar dapat bermain dengan baik, diantaranya adalah *shooting*, *passing*, *dribbling* dan *pivot* (memoros). Beberapa teknik dasar tersebut dibagi lagi menjadi beberapa jenis misalnya teknik *shooting*, teknik *shooting* terdiri dari *jump shoot*, *hook shoot*, *set shoot* dan *lay up shoot*.

Shooting dalam permainan bolabasket sekilas terlihat sederhana namun sebenarnya adalah teknik yang tergolong kompleks diantara teknik lainnya. *Shooting* (menembak) adalah keahlian yang sangat penting di dalam olahraga basket (Hal Wissel, 1996: 43). *Shooting* memerlukan koordinasi gerak yang baik yang biasa di sebut dengan istilah *BEEF* (*Balance, Eyes, Elbow, Follow through*) dimana posisi badan harus seimbang dengan pandangan mata menuju pada keranjang, kemudian siku membentuk sudut siku-siku 90 derajat dan diakhiri dengan gerakan lanjutan (*follow through*). Selain teknik dasar tersebut, di dalam permainan seorang pemain tidak selalu mendapatkan posisi yang ideal untuk menembak sehingga akan menambah tingkat kesulitan dalam melakukan *shooting*.

Medium shoot merupakan tembakan yang dilakukan untuk mendapatkan 2 angka, idealnya

medium shoot dilakukan di dalam area *three point* dan di luar area kotak terlarang *free throw*. Secara teknis tembakan ini dapat dilakukan dengan sikap berhenti maupun dengan lompatan di udara yang lebih dikenal dengan istilah *jump shoot*. *Medium shoot* bisa dikatakan sebagai alternatif yang bagus untuk mendapatkan poin karena jaraknya yang tidak terlalu jauh, berbeda dengan *three point shoot* dan ketika sudah tidak memungkinkan untuk melakukan *lay up shoot*. Kendala yang mungkin dihadapi ketika melakukan *medium shoot* adalah kurangnya konsentrasi pemain ketika melakukan *shooting* dan halangan dari pemain lawan yang akan menambah kesulitan dalam melakukan *shoot*.

Mayoritas peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA N 2 Klaten masih belum mempunyai akurasi yang baik dalam melakukan *shooting* khususnya *medium shoot*. Padahal *shooting* dalam bolabasket sangat penting dan berpengaruh bagi keberhasilan suatu tim. Tim SMADA sendiri terbagi menjadi dua yaitu tim senior yang rata-rata diperkuat siswa kelas XI dan XII. Namun karena kelas XII sudah harus berkonsentrasi pada ujian nasional maka hanya tim junior yang rata-rata masih kelas X yang harus memperkuat tim sekolah ini. Tim junior yang terdiri dari siswa kelas X dan XI masih belum mempunyai pengalaman yang panjang, sehingga akurasi melakukan tembakan belum bagus. Selain itu latihan yang selama ini berjalan masih jarang dilakukan latihan menembak. Latihan menembak hanya dilaksanakan dalam masa transisi antara latihan satu dan lainnya.

Dari hasil observasi dalam kegiatan ekstrakurikuler bolabasket yang telah dilaksanakan di SMA N 2 Klaten menunjukkan bahwa model latihan *shooting* yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan *medium shoot* yaitu dengan metode pengulangan (*drill*). Nancy dan Robin (1997: 96) mengatakan bahwa semakin sering anda melatih teknik tembakan, semakin besar kemungkinan anda untuk sukses. Nancy dan Robin (1997: 115) melanjutkan bahwa semakin banyak tembakan yang anda lakukan, anda akan semakin percaya diri. Sampai

saat ini memang latihan yang paling efektif untuk meningkatkan keterampilan menembak (*shooting*) adalah dengan metode *drill*. Namun metode ini memiliki kelemahan yaitu cenderung membosankan, karena hanya melakukan gerakan yang sama dan berulang-ulang. Disamping itu, peneliti juga melakukan wawancara terhadap pelatih ekstrakurikuler. Dari hasil wawancara yang dilakukan, peneliti memperoleh informasi bahwa sebagian besar atlet belum mempunyai akurasi yang baik dalam melakukan *shooting*.

Peneliti melihat bahwa dalam pertandingan yang sudah dilakoni oleh tim terlihat jelas bahwa kemampuan *shooting* peserta belum memiliki akurasi yang baik. Latihan yang masih konvensional cenderung membuat siswa mudah bosan dalam menjalaninya. Peneliti berpendapat bahwa latihan yang sudah diterapkan yaitu *drill* harus ditingkatkan, namun untuk mengatasi kebosanan pada siswa latihan ini akan dikemas dalam bentuk permainan. Konsep yang dimaksud adalah permainan yang menantang dan mengasikkan sehingga membuat siswa antusias untuk melakukannya, namun tetap ada unsur *drill* di dalamnya. Sehingga siswa tanpa sadar tetap melakukan latihan *drill* namun tidak membosankan karena berupa permainan yang didesain menyenangkan tanpa menghilangkan unsur penguasaan teknik dalam melakukan *shooting*. Selain itu permainan akan didesain menyerupai keadaan sesungguhnya dalam suatu pertandingan jadi pemain akan terbiasa dengan keadaan ketika di lapangan dalam permainan yang sesungguhnya.

Fokus yang akan diambil adalah pada *medium shoot*. Karena dalam *medium shoot* jarak dengan ring tidak terlalu jauh dan tidak terlalu dekat bagi siswa setingkat Sekolah Menengah Atas. Namun berbeda dengan *under ring* atau *under basket shoot*, *medium shoot* dirasa lebih kompleks karena dalam suatu permainan akan ada halangan berupa lawan atau musuh dalam bertanding. Sehingga dirasa perlu untuk melatih kemampuan *shooting 2 point* dengan jarak menengah (*medium*).

Dalam penelitian ini peneliti bermaksud mengembangkan bentuk latihan *shooting* menggunakan metode bermain dan memodifikasi dari aturan permainan yang sebenarnya. Dari latihan ini diharapkan bisa meningkatkan keterampilan melakukan *medium shoot* oleh siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA N 2 Klaten.

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan (*research and development*), yaitu penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut (Sugiyono, 2015 : 297). Selanjutnya Sugiyono (2015 : 298) menyatakan bahwa dalam penelitian dan pengembangan (*research and development*) ada beberapa langkah yang disusun dalam bagan.

Prosedur pengembangan dalam penelitian ini mengacu pada prosedur pengembangan Sugiyono yang telah dilakukan penyederhanaan. Pada awalnya, prosedur pengembangan menurut Sugiyono (2015 : 298) terdiri dari 10 langkah, kemudian disederhanakan menjadi 8 langkah yaitu: (1) Potensi dan Masalah, (2) Pengumpulan Data, (3) Desain Produk, (4) Validasi Desain, (5) Revisi Desain, (6) Ujicoba Produk, (7) Revisi Produk, (8) Produksi/Implementasi Produk. Berikut adalah bagan yang akan menjelaskan langkah-langkah prosedur pengembangan model latihan *shooting* dalam penelitian dan pengembangan ini.



Gambar 1. Langkah-langkah Metode *Research and Development* (R&D)
Sumber: Sugiyono (2015: 298)

Potensi dan Masalah

Penelitian dapat berangkat dari adanya potensi atau masalah (Sugiyono, 2015: 298). Potensi dalam penelitian ini adalah bakat yang dimiliki oleh peserta ekstrakurikuler bola basket SMA N 2 Klaten. Dalam sejarahnya, SMA N 2 Klaten selalu menghasilkan pemain bola basket yang menonjol minimal sampai tingkat daerah. Namun ada masalah yang ditemukan oleh peneliti yaitu belum adanya latihan yang mengkhhususkan pada tembakan atau *shooting*. Rata-rata *shooting* hanya dilakukan ketika perpindahan atau transisi dari satu latihan ke latihan yang lain. Jadi tidak semua peserta bisa mencoba dan melakukan *shooting*.

Pengumpulan Data

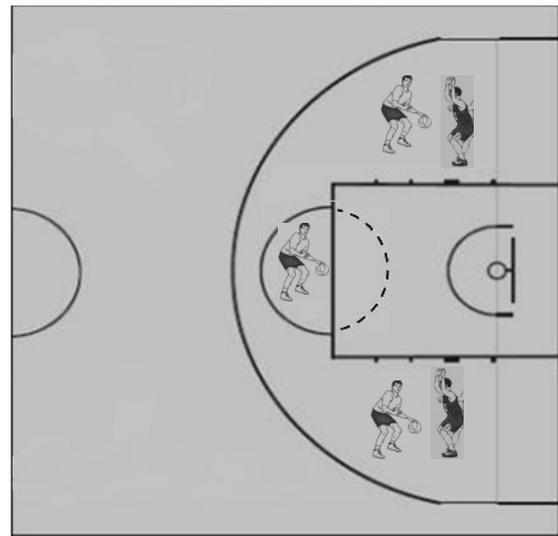
Dari observasi yang dilakukan oleh peneliti, sistematis latihan peserta putra ekstrakurikuler bolabasket di SMA N 2 Klaten dibagi menjadi dua kelompok. Kelompok pertama adalah untuk peserta baru/baru pertama kali mengikuti ekstrakurikuler bolabasket, kemudian kelompok kedua adalah untuk peserta yang sudah menguasai teknik dasar dan akan lebih berfokus pada taktik. Disini peneliti berniat untuk membuat model latihan untuk

meningkatkan keterampilan *shooting* bagi para pemula, yaitu kelompok yang pertama. Karena pada kelompok ini akan lebih berfokus pada teknik.

Desain Produk

Produk yang ingin dihasilkan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah suatu model latihan yang efektif dan efisien untuk meningkatkan keterampilan menembak dalam bolabasket. Model latihan tersebut adalah dengan suatu permainan yang disusun oleh peneliti, dalam permainan ini peserta akan diberikan metode *drill* namun dengan model permainan yang lebih menyenangkan. Sehingga peserta tidak akan mudah bosan ketika melakukannya.

3 on 3 Medium Basketball Shoot



Gambar 2. 3 on 3 Medium Basketball Shoot

Keterangan :



: pemain menyerang



: pemain bertahan

Alat dan bahan :

- a. Bola basket
- b. Lapangan bolabasket

Durasi permainan : 10 menit.

Peraturan permainan :

- a. Permainan dimulai dengan *switch*, yang menang akan melakukan *offense*.

- b. Tim *offense* hanya boleh *passing* tanpa *dribbling* kemudian melakukan *medium shoot*.
- c. Lawan bertugas menjaga namun hanya membayangi.
- d. Jika bola *shooting* masuk, selanjutnya tim bertahan akan berganti menyerang. Namun jika bola tidak masuk maka yang akan menyerang adalah tim yang mendapatkan bola *rebound*.
- e. Tiap bola yang masuk ke ring dihitung 1 poin.
- f. Tim dengan poin terbanyak dinyatakan sebagai pemenang.

Validasi Desain

Menurut Sugiyono (2009: 302) validasi desain merupakan proses kegiatan untuk menilai apakah rancangan produk model latihan akan lebih efektif atau tidak. Selanjutnya Sugiyono (2009: 302) mengatakan bahwa validasi produk dapat dilakukan dengan cara menghadirkan beberapa pakar atau tenaga ahli yang sudah berpengalaman untuk menilai produk baru yang dirancang tersebut. Pada penelitian ini peneliti akan berkonsultasi dengan ahli materi permainan bolabasket dari Universitas Negeri Yogyakarta dan ahli praktisi permainan bolabasket dari pelatih SMA N 2 Klaten dan SMK Leonardo Klaten untuk menilai model latihan yang didesain oleh peneliti.

Revisi Desain

Setelah desain produk divalidasi atau didiskusikan dengan pakar, maka akan diketahui kelemahannya. Kemudian kelemahan tersebut akan dikurangi dengan cara perbaikan desain yang dilakukan oleh peneliti. Pada penelitian dan pengembangan ini ahli materi memberikan masukan untuk merevisi model latihan yang telah didesain oleh peneliti. Setelah desain model latihan dinyatakan valid oleh ahli materi dan ahli praktisi permainan bolabasket, maka desain akan direalisasikan menjadi sebuah produk. Produk yang dihasilkan selanjutnya harus dilakukan uji

coba produk, dengan tujuan untuk meningkatkan kinerja dan mengetahui tingkat kelayakan produk yang dikembangkan agar layak untuk diproduksi secara masal.

Uji Coba Produk

Uji coba produk adalah suatu kegiatan menguji produk yang dikembangkan kepada subjek pengguna alat atau konsumen yang dituju. Melalui kegiatan uji coba produk, akan diketahui kelemahan pada produk yang dikembangkan, sehingga dapat digunakan sebagai dasar revisi produk untuk meningkatkan kualitas produk, sehingga benar-benar tepat dan sesuai dengan kebutuhan para pengguna produk model latihan *shooting* yang sedang dikembangkan.

Dalam penelitian ini, uji coba produk model latihan *shooting* dilakukan melalui dua tahapan, yaitu uji coba skala kecil yang dilanjutkan dengan revisi produk dan uji coba skala besar yang dilanjutkan dengan revisi produk. Setelah didapat penilaian yang baik dari kedua tahapan tersebut, dapat dikatakan bahwa produk yang dikembangkan telah layak untuk diproduksi dan diterapkan dalam kegiatan ekstrakurikuler bolabasket. Dalam penelitian ini total subyek adalah 30 siswa yang terdiri dari 6 siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket SMK Leonardo Klaten yang merupakan subyek uji coba skala kecil dan 24 siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA N 2 Klaten yang merupakan subyek uji coba skala besar.

Revisi Produk

Revisi produk dilakukan setelah mendapatkan umpan balik berupa skor dari pengisian kuesioner oleh para ahli kemudian dikonversikan menjadi nilai beserta kritik, saran, dan masukan. Dengan perbaikan yang diberikan oleh ahli materi dan ahli praktisi, maka pengembangan produk dapat dilanjutkan ke tahapan selanjutnya.

Produksi/Implementasi Produk

Dalam tahapan ini, secara garis besar kegiatan yang dilakukan dapat terdiri dari tiga macam, yaitu pelaporan hasil penelitian, pengimplementasian produk yang dihasilkan dalam kegiatan ekstrakurikuler, sampai dengan publikasi apabila dirasa diperlukan.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dan pengembangan ini dilaksanakan di dalam kegiatan ekstrakurikuler bolabasket putra SMA N 2 Klaten. Penelitian dan pengembangan ini dilaksanakan dari bulan Januari 2016 sampai bulan April 2016, sehingga dapat dikatakan bahwa lama penelitian yaitu 4 bulan, namun ada kegiatan survei pada bulan November-Desember 2015, yaitu observasi sebelum dilaksanakan penelitian secara resmi.

Subyek Penelitian

Dalam penelitian dan pengembangan ini, jumlah subjek penelitian adalah seluruh peserta putra ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 2 Klaten yang berjumlah 24 siswa/atlet. Pada subjek tersebut dilakukan uji coba skala besar. Sedangkan uji coba skala kecil dilakukan kepada 6 peserta ekstrakurikuler dari sekolah yang berbeda namun sederajat yaitu SMK Leonardo Klaten yang diperoleh dengan teknik *random sampling*.

Teknik Analisis Data

Dalam penelitian dan pengembangan ini, data yang diperoleh dalam uji coba diklasifikasikan menjadi dua, yaitu data kualitatif dan data kuantitatif. Sehingga teknik analisis data yang diperoleh dapat dikategorikan ke dalam teknik analisis statistik deskriptif kualitatif. Pemilihan analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif kualitatif dimaksudkan agar karakteristik data pada masing-masing variabel dapat tergambar dengan baik. Selain itu, penggunaan teknik analisis

statistik deskriptif kualitatif juga diharapkan dapat memudahkan berbagai pihak yang terkait dengan penelitian dan pengembangan untuk memahami data yang diperoleh dalam penelitian. Hasil analisis data akan digunakan sebagai dasar untuk merevisi model latihan *shooting* untuk meningkatkan keterampilan *medium shoot* dalam permainan bolabasket yang dikembangkan.

Data yang diperoleh dalam penelitian dan pengembangan ini berupa data pernyataan ya atau tidak, dan kemudian data tersebut diubah menjadi data kuantitatif skala 2 (skala Guttman), yaitu apabila gejala atau unsur yang terdapat klasifikasi data dinyatakan sesuai maka nilainya satu (1), apabila dinyatakan tidak sesuai maka nilainya nol (0). Menurut Asep Yonny dalam Dwi Arif (2015: 86) terdapat tiga langkah dalam analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif kualitatif, yaitu :

1. Mengumpulkan data kasar.
2. Pemberian skor.
3. Pengkonversian skor menjadi data kualitatif.

Dalam penelitian dan pengembangan ini data kriteria produk yang dikembangkan dikategorikan ke dalam beberapa kategori. Berikut ini merupakan pemaparan kriteria penilaian dalam penelitian dan pengembangan yang dilakukan :

Tabel 1. Kriteria Penilaian

No	Interval Persentase	Kategori
1	0 % - 24,99 %	Sangat Buruk
2	25,00 % - 49,99 %	Buruk
3	50,00 % - 74,99 %	Baik
4	75,00 % - 100,00 %	Sangat Baik

Sumber: Asep Yonny dalam Dwi Arif (2015: 87)

Menurut Sugiyono (2007: 39) rumus untuk mencari persentase adalah dengan membagi jumlah skor dengan total skor kemudian dikalikan 100%. Untuk lebih jelasnya berikut ini merupakan persamaan untuk menentukan persentase skor.

$$P = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{total jumlah skor}} \times 100\%$$

Keterangan :

P= nilai persentase (%)

Sumber : Sugiyono (2007: 39)

Berdasarkan hasil konversi skor ke nilai maka didapat nilai produk model latihan *shooting* yang sedang dikembangkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Produk Awal

Produk awal yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah model latihan *shooting* yang terkemas dalam sebuah permainan setengah lapangan. Model latihan *shooting* adalah bentuk pengembangan model latihan dalam permainan bolabasket yang dapat memfasilitasi peserta ekstrakurikuler dalam melakukan latihan khususnya tembakan dua angka. Model latihan ini merupakan bentuk metode yang dapat digunakan pelatih dalam memberikan latihan kepada peserta ekstrakurikuler bolabasket dalam meningkatkan kemampuan tembakan dua angka, sehingga pelatih dan peserta mempunyai variasi yang memiliki unsur menyenangkan di dalam latihan.

Rancangan produk awal yang dimaksud di atas adalah hasil dari analisis terhadap berbagai potensi permasalahan yang terjadi dan berbagai data yang didapatkan melalui hasil survei dalam kegiatan ekstrakurikuler bolabasket putra SMA N 2 Klaten. Tahapan selanjutnya adalah membuat desain produk, validasi desain, revisi desain, ujicoba produk, revisi produk, produksi/implementasi produk. Berbagai tahapan tersebut harus dilaksanakan secara urut dan sistematis tanpa terlewatkan demi tercapainya suatu model latihan yang benar-benar mampu mengatasi masalah yang terjadi di lapangan. Berikut ini adalah konsep produk awal model latihan *shooting* untuk meningkatkan ketrampilan *medium shoot* dalam permainan bolabasket.

Model latihan yang dikembangkan adalah suatu model latihan untuk meningkatkan ketrampilan tembakan dua angka (*medium shoot*). Dengan model latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan antusias dan kesenangan, diharapkan peserta ekstrakurikuler dapat menikmati proses latihan dengan baik. Selain itu, dengan model latihan yang dikembangkan peserta akan mendapatkan suasana latihan yang lebih mengenai kondisi dan situasi seperti dalam permainan yang sesungguhnya. Hanya saja, model latihan yang dikembangkan ini merupakan suatu permainan yang dilakukan pada setengah lapangan. Namun dalam hal ini justru secara tidak langsung peserta didik mendapatkan konsep dalam suatu penyerangan pada permainan bolabasket yang sesungguhnya.

Validasi Desain

Validasi ahli materi permainan bolabasket terhadap model latihan *shooting* yang dikembangkan dilakukan oleh Herka Maya Jatmika, M.Pd. yang merupakan ahli materi permainan bolabasket dari Universitas Negeri Yogyakarta. Validasi praktisi permainan bolabasket terhadap model latihan *shooting* yang dikembangkan akan dilakukan oleh Coach Krisdiyanto Dono Prabowo dan Coach Arief Rohman yang merupakan pelatih ekstrakurikuler bolabasket SMA N 2 Klaten.

Validasi dilakukan dengan memberikan konsep produk awal model latihan *shooting* yang dikemas dalam permainan *3 on 3*, dalam kegiatan ini produk yang telah dirancang oleh peneliti dipraktikkan oleh pemain bola basket tingkat sekolah menengah yang didokumentasikan dalam video. Validator menilai produk melalui video dokumentasi yang telah diambil oleh peneliti.

Berdasarkan pengisian angket dapat disimpulkan bahwa hasil validasi aspek kualitas model latihan oleh ahli materi dan ahli praktisi permainan bolabasket menunjukkan kualitas model latihan *shooting* yang dikembangkan

masuk dalam kategori “Sangat Baik” dengan total rata-rata persentase 87,5%.

Revisi Model Tahap I

Adapun hasil revisi produk yang dilakukan atas dasar masukan atau saran dari para ahli materi permainan bolabasket dan ahli praktisi permainan bolabasket adalah sebagai berikut.

1. Peraturan dibuat lebih sederhana dan tidak terlalu banyak untuk memudahkan peserta dalam pelaksanaan serta tidak menghilangkan unsur menyenangkan.
2. Informasi langkah-langkah pelaksanaan lebih diperjelas agar peserta ekstrakurikuler mudah memahaminya.

Uji Coba Skala Kecil

Setelah produk model latihan *shooting* divalidasi oleh para ahli dan direvisi, produk kemudian diujicobakan dalam bentuk ujicoba skala kecil. Ujicoba skala kecil ini dilakukan pada 6 peserta putra ekstrakurikuler bolabasket SMK Leonardo Klaten yang dipilih secara acak atau *random sampling*. Ujicoba dilaksanakan pada saat kegiatan ekstrakurikuler yaitu pada hari Jumat, 26 Februari 2016.

Dalam uji coba ini, peneliti mengujicobakan produk awal yang berupa permainan yang sudah divalidasi oleh para ahli. Waktu dalam uji coba skala kecil ini adalah 60 menit.

Berdasarkan pengisian angket oleh 6 siswa dapat diketahui bahwa pada uji coba produk skala kecil diperoleh hasil skor kualitas model latihan *shooting* kategori “Sangat Baik” dengan rata-rata persentase 96,53%.

Revisi Model Tahap II

Adapun hasil revisi yang dilaksanakan atas dasar data hasil pelaksanaan uji coba skala kecil dan saran dari ahli materi permainan bolabasket adalah sebagai berikut.

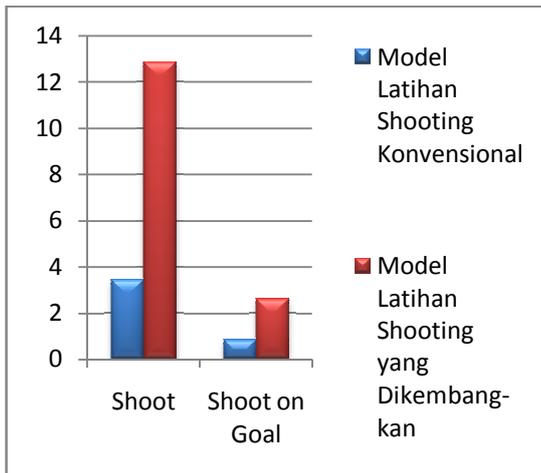
1. Memperjelas langkah-langkah pelaksanaan permainan *3 on 3 medium basketball shoot* yaitu dengan mengadopsi langkah-langkah pembelajaran TGfU.
2. Membandingkan model latihan *shooting* yang dikembangkan dengan model latihan *shooting* konvensional yang selama ini dilakukan di kegiatan ekstrakurikuler bolabasket SMA N 2 Klaten.

Uji Coba Skala Besar

Setelah produk model latihan *shooting* yang dikembangkan telah diujicobakan pada uji coba skala kecil dan direvisi berdasarkan pada masukan berupa saran, komentar, dan perbaikan dari peserta ekstrakurikuler, validator ahli materi, dan validator ahli praktisi, maka model latihan *shooting* yang dikembangkan diujicobakan dalam bentuk uji coba skala besar. Dalam uji coba skala besar ini dilakukan untuk melihat seberapa jauh model latihan *shooting* yang dikembangkan dapat diaplikasikan dalam kegiatan ekstrakurikuler bolabasket. Selain itu pada uji coba skala besar ini juga dilakukan untuk melihat perbandingan efektifitas dan efisiensi antara model latihan *shooting* yang dikembangkan dengan model latihan *shooting* konvensional yang selama ini diterapkan pada kegiatan ekstrakurikuler bolabasket SMA N 2 Klaten.

Uji coba skala besar ini terdiri dari 24 siswa peserta putra ekstrakurikuler bolabasket SMA N 2 Klaten. Uji coba skala besar ini dilaksanakan pada kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di lapangan bolabasket SMA N 2 Klaten. Kegiatan uji coba ini dilakukan pada hari Kamis, 7 April 2016 dan termasuk dalam kategori “Sangat Baik” dengan rata-rata persentase 98,78%.

Selain itu, peneliti juga melakukan pengamatan mengenai statistik frekuensi *shooting* yang terjadi pada model latihan *shooting* konvensional dan model latihan *shooting* yang dikembangkan. Berikut uraiannya.



Gambar 3. Diagram Perbandingan Frekuensi *Shoot* dan *Shoot on Goal* antara Model Latihan *Shooting* Konvensional dengan *3 on 3 Medium Basketball Shoot*.

Produk Akhir

Produk akhir yang dihasilkan dalam penelitian dan pengembangan ini berupa model latihan *shooting* yang dikemas dalam suatu permainan. Model latihan *shooting* yang dikembangkan ini adalah pengembangan dari model latihan *shooting* konvensional yang selama ini dilakukan pada kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMA N 2 Klaten. Setelah produk awal dibuat, dilanjutkan dengan mengevaluasi kepada ahli materi dan ahli praktisi untuk menghasilkan produk yang layak digunakan sebagai model latihan salah satu teknik *shooting* dalam permainan bolabasket yaitu *medium shoot*.

Pada evaluasi ahli materi dilakukan dua kali revisi, dan ahli praktisi hanya melakukan revisi sebanyak satu kali. Revisi oleh ahli materi dan ahli praktisi dilakuka sebelum uji coba dan selama uji coba. Uji coba dilakukan untuk mengetahui kelayakan model latihan *shooting* yang dikembangkan sebelum diaplikasikan pada kegiatan ekstrakurikuler nantinya.

Uji coba dilakukan sebanyak dua kali, yaitu uji coba skala kecil dan uji coba skala besar. Sebelum dilaksanakan uji coba skala kecil dilakukan validasi oleh ahli materi dan ahli praktisi permainan bolabasket. Ahli materi memberikan revisi pertama dan ahli praktisi

memberikan revisi satu-satunya pada evaluasi produk sebelum dilaksanakan uji coba skala kecil. Setelah dilaksanakan uji coba skala kecil, ahli materi memberikan revisi lagi untuk perbaikan dan saran untuk membandingkan dengan model latihan *shooting* konvensional sebelum dilaksanakannya uji coba skala besar. Pada uji coba skala besar, diketahui bahwa model latihan *shooting* yang dikembangkan frekuensi melakukan *shooting* lebih tinggi daripada frekuensi *shooting* pada model latihan *shooting* konvensional.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diambil kesimpulan bahwa secara garis besar langkah-langkah yang harus dilakukan dalam melakukan penelitian dan pengembangan terdiri atas tiga tahap yaitu : (1) Tahap pendahuluan yang terdiri atas studi lapangan untuk mengidentifikasi masalah dan kemudian menentukan materi dari masalah yang dianggap paling sesuai. (2) Mengembangkan desain model latihan *shooting* yang sesuai dengan karakteristik siswa Sekolah Menengah Atas. (3) Melakukan evaluasi yang terdiri dari validasi ahli materi dan ahli praktisi, uji coba skala kecil dan uji coba skala besar.

Setelah melakukan tahapan tersebut, dihasilkan model latihan *shooting* “*3 on 3 Medium Basketball Shoot*” untuk peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA N 2 Klaten yang telah diujicobakan terhadap peserta ekstrakurikuler sebagai pengguna dan mendapatkan persentase nilai rata-rata skor sebesar 100% dari ahli materi permainan bolabasket, 87,50% dari ahli praktisi permainan bolabasket, 96,53% dari penilaian subjek uji coba skala kecil, dan 98,78% dari penilaian subjek uji coba skala besar dengan kriteria masing-masing “Sangat Baik” dan lebih efektif dan efisien dibanding model latihan *shooting* konvensional dengan perbandingan frekuensi *shooting* 12,83:2,59 kali per 10 menit.

Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Perlu ada pengembangan lebih lanjut terkait model latihan *shooting* ini, terutama keefektifitasan dan peningkatan ketrampilan peserta ekstrakurikuler setelah diberikan model latihan *shooting* yang dikembangkan.
2. Perlu adanya pelatihan bagi pelatih untuk menginovasi model latihan suatu teknik untuk meminimalisir unsur membosankan.
3. Dalam pembuatan model latihan harus menganalisis materi yang benar-benar dibutuhkan oleh pelatih dan atlet.

DAFTAR PUSTAKA

- Dedy Sumiyarsono. (2002). *Keterampilan Bolabasket*. Yogyakarta: UNY.
- Dwi Arif Stiyapramono. (2015). Pengembangan Model Permainan Sepakbola untuk Meningkatkan Ketrampilan *Short Pass* dalam Permasalahan Taktik Mencetak Angka. Skripsi. FIK-UNY.
- Lieberman Nancy. (1997). *Bolabasket untuk wanita*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2007). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wissel, Hal. (1996). *Bola Basket*. Jakarta : PT. RAJA GRAFINDO PERSADA.