

**PENGARUH PENERAPAN GAYA MENGAJAR LATIHAN TERHADAP GERAK  
DASAR *BOUNCE PASS* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET SISWA SMP BERE  
TONDANO**

<sup>1</sup> Ribka T. Doringin, <sup>2</sup> A.R.J. Sengkey, <sup>3</sup> Edita A.M. Pinangkaan

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia Email:

<sup>1</sup> ribkadoringin@gmail.com, <sup>2</sup> arjsengkey@gmail.com <sup>3</sup> editapiangkaan@unima.ac.id

Diterima: 23 April 2024 Direvisi :27 April 2024 Disetujui :28 April 2024

**Abstrak**

Masalah yang ingin dipecahkan dalam penelitian ini adalah apakah gaya mengajar latihan dapat meningkatkan kemampuan penguasaan gerak dasar bounce pass dalam permainan bola basket di kalangan siswa SMP BERE Tondano. Tujuan penelitian ini adalah untuk membandingkan skor rata-rata kemampuan gerak dasar bounce pass antara siswa yang diajarkan dengan gaya mengajar latihan dan siswa yang tidak menerima perlakuan khusus. Hipotesis penelitian menyatakan bahwa penerapan gaya mengajar latihan akan berdampak positif terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar dalam permainan bola basket. Metode eksperimen digunakan dengan mengambil sampel 20 siswa dari populasi 360 siswa SMP BERE Tondano menggunakan teknik simple random sampling. Instrumen penelitian berupa tes gerak dasar yang dikembangkan oleh peneliti. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji t dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Hasil analisis menunjukkan bahwa gaya mengajar latihan secara signifikan memengaruhi peningkatan kemampuan gerak dasar bounce pass pada siswa SMP BERE Tondano. Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa penerapan gaya mengajar latihan efektif dalam meningkatkan penguasaan gerak dasar bounce pass dalam permainan bola basket di kalangan siswa SMP BERE Tondano..

Kata Kunci: Gaya Mengajar Latihan, Gerak Dasar, *Bounce Pass* Dalam Permainan Bola basket.

**Abstract**

*The problem to be solved in this research is whether the practice teaching style can improve the ability to master basic bounce pass movements in the game of basketball among BERE Tondano Middle School students. The aim of this study was to compare the average score of basic bounce pass movement abilities between students who were taught with a training teaching style and students who did not receive special treatment. The research hypothesis states that the application of a training teaching style will have a positive impact on improving basic motor skills in the game of basketball. The experimental method was used by taking a sample of 20 students from a population of 360 students at BERE Tondano Middle School using a simple random sampling technique. The research instrument is a basic movement test developed by the researcher. The data obtained were analyzed using the t test with a significance level of  $\alpha = 0.05$ . The results of the analysis show that the practice teaching style significantly influences the improvement of basic bounce pass movement abilities in BERE Tondano Middle School students. The conclusion of this research is that the application of the practice teaching style is effective in improving mastery of the basic bounce*

*pass movement in the game of basketball among BERA Tondano Middle School students.*

*Keywords Teaching Style: Exercises, Basic Movements, Bounce Passes in Basketball Games.*

## **Pendahuluan**

parafase buat semenarik dan mudah di pahami serta merubah semua struktur kata harus maksud yang sama dan buat 5 versi terbaik dan pilih salah satu yang rocomend di gunakan dari semua kalimat di atas. Dalam penerapannya pendidikan jasmani diterapkan melalui bentuk aktifitas olahraga yang bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani serta menarik minat siswa dan memberi rasa menyenangkan bagi siswa itu sendiri. Pendidikan jasmani juga dapat di temukan dari SD, SMP, SMA, sampai Perguruan Tinggi yang di ajarkan diseluruh lembaga pendidikan. Untuk mencapai tujuan dari pendidikan jasmani tersebut, salah satu upaya yaitu dengan mengembangkan penguasaan gerak melalui permainan olahraga terpilih. Cabang olahraga yang paling di sukai peserta didik dalam hal ini yaitu permainan bola basket.

Dalam permainan bola basket melibatkan gerakan yang kompleks, mencakup jalan, lari, lompat, dan elemen-elemen lain seperti kekuatan, kecepatan, ketepatan, dan kelenturan (Perbasi, 2004). Ini merupakan olahraga tim yang dimainkan antara 2 tim yang terbagi dari lima anggota, yang bertujuan untuk memasukan bola ke dalam keranjang ring lawan. Pertandingan bola basket dapat dilakukan di lapangan terbuka, tetapi lebih umum dilakukan di dalam ruangan. Meskipun lapangan yang dibutuhkan relatif kecil dari pada lapangan sepak bola, yang membuat tempo permainannya cenderung lebih cepat dan kompetitif.. Dalam permainan bola basket yang diajarkan seperti bagaimana posisi tubuh, kaki, tangan saat memegang dan mendorong bola, Khususnya dalam melakukan gerak dasar *Bounce Pass*. Karna ada alasan tertentu dalam pendidikan jasmani yaitu rekreasi melalui aktivitas fisik, pembelajaran ini mempunyai kaitan erat dengan tentang gerak dasar dalam suatu teknik dasar dalam pembelajaran bola basket. Guru mampu menjelaskan pembelajaran gerak dasar *Bounce Pass* pada bola basket dengan menggunakan gaya latihan, apakah ada pengaruh terhadap kemampuan gerak dasar siswa saat melakukan *Bounce Pass* yang baik dalam bermain bola basket.

*Bounce Pass* merupakan teknik passing yang di lakukan dalam pertandingan bola basket di mana bola dipantulkan ke lantai sebelum diarahkan ke rekan satu tim. Teknik ini digunakan untuk melewati pertahanan lawan, membuatnya sulit untuk mengintersep atau merebut bola. Untuk menguasai *Bounce Pass*, hal yang sangat penting yang harus di perhatikan . Dalam melakukan tekni secara teori, bola harus dipantulkan sekitar dua per tiga jarak menuju rekan satu tim. Setiap pemain bola basket harus memperhatikan cara melakukan *Bounce Pass* karena teknik ini efektif saat ada gangguan dari lawan. Dalam permainan bola basket, setiap pemain harus berkontribusi

sebagai tim dan menguasai keterampilan passing, meskipun sering kali keterampilan ini kurang diperhatikan dalam latihan.

Pada umumnya guru pendidikan jasmani dalam melakukan pengajaran di sekolah SMP BERA Tondano telah memilih patokan pada satu gaya mengajar yaitu gaya mengajar latihan, gerakan dalam permainan bola basket yang diajarkan seperti bagaimana posisi tubuh, kaki, tangan saat memegang dan mendorong bola, Khususnya dalam melakukan gerak dasar *Bounce Pass*, guru mampu menerapkan gaya latihan pada siswa dengan menjelaskan secara perinci gerak dasar *Bounce Pass* yang akan diajarkan pada siswa tersebut. Untuk itu guru diharapkan mampu memilih gaya mengajar yang baik sehingga dapat memberi pengaruh pada kemampuan gerak dasar siswa saat melakukan *Bounce Pass* yang baik dalam bermain bola basket.

Jumlah keseluruhan siswa di sekolah ini mencapai 360 orang. Meskipun hanya memiliki 2 guru penjas, namun sebagai seorang guru penjas, diperlukan kreativitas, profesionalisme, dan setelah melakukan observasi, diketahui bahwa banyak siswa yang masih belum memahami betul penggunaan gerak dasar teknik *Bounce Pass* dalam permainan bola basket. Hal ini mendorong peneliti untuk meneliti pengaruh gaya pengajaran latihan terhadap pemahaman gerak dasar tersebut di SMP BERA Tondano.

Gerak dasar *Bounce Pass* terhadap siswa mengalami kurangnya pemahaman dalam melakukan teknik ini dalam permainan bola basket, dikarenakan sebagian siswa banyak yang tidak memperhatikan dan fokus tidak tertuju disaat penjelasan materi. Untuk itu penerapan gaya mengajar latihan, siswa diharapkan mampu memberi peningkatan pada proses pembelajaran pada permainan bola basket disekolah SMP BERA Tondano. Gaya mengajar latihan melibatkan siswa dalam latihan mandiri, di mana mereka diberi kesempatan untuk berlatih secara individu dan menerima umpan balik dari guru untuk meningkatkan kemampuan mereka. Guru memberikan tugas belajar gerak, sering kali dalam bentuk kartu tugas, yang memungkinkan siswa untuk mengelola perkembangan belajar mereka sendiri. "Dalam konteks mempelajari teknik *Bounce Pass* yang tepat, pendekatan pengajaran latihan telah terbukti menjadi metode yang efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa. Maka dari itu, peneliti ingin menyelidiki pengaruh penggunaan gaya mengajar latihan terhadap kemampuan siswa SMP BERA Tondano dalam menguasai gerakan dasar *Bounce Pass* di lapangan bola basket."

## **Metode Penelitian**

Tujuan spesifik dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi apakah skor rata-rata gerak dasar *Bounce Pass* dalam permainan bola basket, di antara siswa SMP BERA Tondano, yang

dipelajari menggunakan gaya mengajar latihan, lebih tinggi daripada rata-rata skor gerak dasar dari kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan serupa. Penelitian ini akan menggunakan metode eksperimen dan akan dilakukan di SMP BEREA Tondano. Durasi penelitian adalah satu bulan, dengan dua pertemuan setiap minggunya pada hari Senin dan Jumat, dimulai pukul 08.00 pagi hingga selesai..

Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel:

- Variabel Bebas: Gaya mengajar latihan.
- Variabel Terikat: Gerak dasar Bounce Pass dalam permainan bola basket.

Gaya mengajar latihan yang membuat siswa lebih aktif dalam pembelajaran, terutama saat mereka diuji dalam gerak dasar yang dilakukan yaitu teknik *bounce pass* melalui permainan bola basket. Penelitian ini melibatkan 20 siswa SMP BEREA Tondano yang dipilih secara acak dari total 360 siswa.

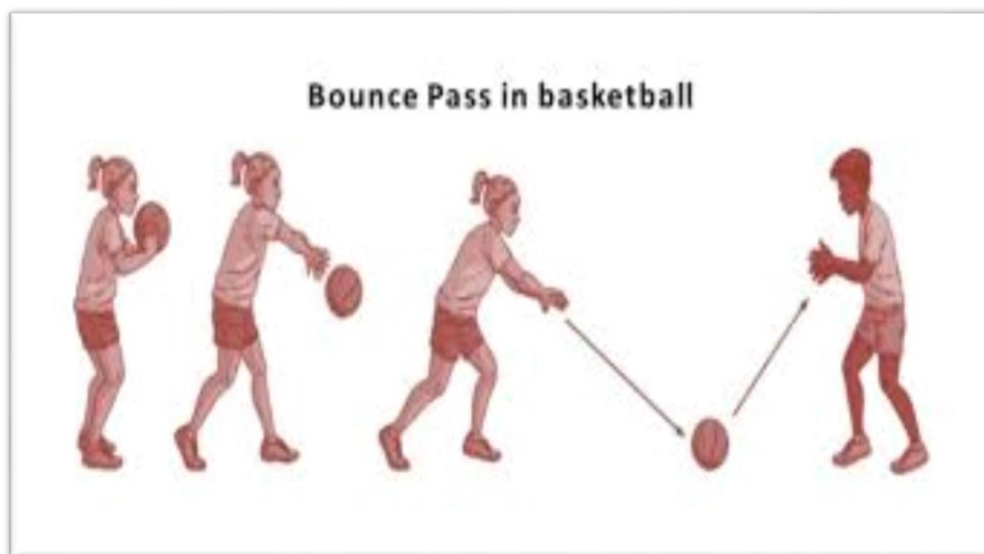
Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*pre-test and post-tes randomized control group design*”. Dengan pola sebagai berikut.:

Treatment	Pre-tes	Post-tes	Kelompok
<b>X</b>	<b>Y1</b>	<b>Y2</b>	® <b>E</b>
-	<b>Y1</b>	<b>Y2</b>	® <b>P</b>

Keterangan:

- ® : Random Acak
- P** : Kelompok kontrol
- E** : Kelompok eksperimen
- Y1** : Tes sebelum diberikan perlakuan
- Y2** : Tes sudah diberikan perlakuan
- X** : Diberikan perlakuan
- : Tidak ada perlakuan

Penggunaan instrumen ini melalui penelitian yang dilakukan adalah gerak dasar Bounce Pass, yang melibatkan tes gerak dasar dari awal sampai akhir saat melakukan lempar bola, dengan menggunakan sumpring, bola basket, serta alat tulis menulis.



**Gambar Gerak Awal Melakukan Bounce Pass Yang Benar**

Dalam pengambilan data ini sangat penting karena untuk mencapai suatu keberhasilan dalam mendapatkan suatu hasil yang di inginkan.

Dengan menggunakan variable terikat yaitu gerak dasar *Bounce Pass*. Dilakukan dengan cara sebagai berikut:

1. Dilaksanakan tes awal (pre-tes)
2. Melakukan tes akhir (post-tes) untuk melihat seberapa besar hasil peningkatan hasil belajar gerak dasar pada *Bounce Pass* dengan cara:
  - a. Peserta tes diberikan penjelasan tentang tata cara pelaksanaanya
  - b. Melakukan pemanasan di tempat tes
  - c. Siswa dipanggil sesuai urutan yang dibagikan
  - d. Kemudian langsung melakukan gerakan-gerakan *Bounce Pass*
  - e. Hanya gerak dasar yang benar akan di ambil nilainya.

Berdasarkan tujuan penelitian dalam pengujian uji t yang di lakukan agar memperoleh data . Langkah-langkah analisis meliputi Uji Lilliefors dan uji normalitas untuk memeriksa kenormalan data, dan uji homogenitas dengan uji F untuk menilai kesamaan varians.

$$F = \frac{\text{VARIANS TERBESAR}}{\text{VARIANS TERKECIL}}$$

Pengujian taraf signifikan  $\alpha = 0,05$

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

$$\text{Dimana } S = \frac{(n_1-1)s_1^2 + (n_2-1)s_2^2}{(n_1+n_2-2)}$$

Keterangan :

$n_2$  = jumlah sampel kelompok control

$n_1$  = jumlah sampel kelompok eksperimen

$S_2^2$  = standart deviasi dari (kelompok control)

$\bar{x}_1$  = nilai rata rata  $X_1$

$S$  = standar deviasi

$S_1^2$  = standar deviasi dari (kelompok eksperimen)

$\bar{x}_2$  = nilai rata rata  $X_2$

Kriteria berdasarkan hasil yang di dapatkan di temukan bahwa:  $H_0$  ditolak jika nilai  $t_0$  lebih besar dari  $t_t$  pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0.05$  dengan derajat kebebasan  $dk = n_1 + n_2 - 2 = 18$ , dan  $H_0$  diterima jika nilai  $t_0$  kurang dari atau sama dengan  $t_t$  pada tingkat signifikansi yang sama.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi apakah skor rata-rata penguasaan gerak dasar Bounce Pass dalam permainan bola basket oleh siswa SMP Berea Tondano meningkat setelah mereka menerima pembelajaran dengan menggunakan metode pengajaran latihan. Dalam penelitian ini, metode eksperimen digunakan dengan desain 'pre test and post test randomized control group design'. Dua kelompok terlibat dalam penelitian ini: kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, masing-masing terdiri dari 10 peserta. Kelompok eksperimen menerima pembelajaran dengan metode pengajaran latihan, sementara kelompok kontrol tidak mendapat perlakuan khusus. Jumlah total peserta dalam penelitian ini adalah 20, dan data dari kedua kelompok akan dianalisis untuk mengevaluasi hasilnya.

**Tabel 1 Data Hasil Penelitian Kelompok Eksperimen**

No	Post Test	Pre Test	Selisih ( $X_1$ )
1	7	4	3
2	6	3	3
3	8	6	2
4	9	5	4
5	7	5	2
6	7	4	3
7	8	5	3
8	9	5	4

9	6	4	2
10	9	6	3

**Tabel 2 Data Hasil Penelitian Kelompok Kontrol**

No Sampel	Post Test	Pre Test	Selisih (X <sub>2</sub> )
1	5	4	1
2	6	5	1
3	5	5	0
4	4	3	1
5	5	5	0
6	7	5	2
7	6	4	2
8	6	6	0
9	6	5	1
10	4	4	0

**Tabel 3 Besaran Statistik Data Pre Test Kedua Kelompok**

Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
n = 10	n = 10
$\bar{X}_1 = 4,7$	$\bar{X}_2 = 4,6$
Sdx <sub>1</sub> = 0,948683	Sdx <sub>2</sub> = 0,843274
S <sub>1</sub> <sup>2</sup> = 0,974003	S <sub>2</sub> <sup>2</sup> = 0,918299

**Tabel 4 Gain Score Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

No Sampel	Kelompok Kontrol (X <sub>2</sub> )	Kelompok Eksperimen (X <sub>1</sub> )
1	1	3
2	1	3
3	0	2
4	1	4

5	0	2
6	2	3
7	2	3
8	0	4
9	1	2
10	0	3

Untuk menganalisis data, langkah-langkah statistik seperti menghitung rata-rata skor, standar deviasi, jumlah sampel, dan kuadrat standar deviasi dari data gain score kedua kelompok dapat dilakukan menggunakan Microsoft Excel.

**Tabel 5 Besaran Statistik Gain Score Kedua Kelompok**

Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
$Sd_{x_1} = 0,737865$	$Sd_{x_2} = 0,788811$
$n = 10$	$n = 10$
$\bar{X}_1 = 2,9$	$\bar{X}_2 = 0,8$
$S_1^2 = 0,858990$	$S_2^2 = 0,888150$

**Analisis Data**

Sebelum melakukan analisis menggunakan uji t statistik untuk mengevaluasi dampak pada gerak dasar Bounce Pass melalui gaya mengajar dalam permainan bola basket, langkah awal yang harus dilakukan adalah memastikan bahwa data memenuhi persyaratan analisis. Hal ini melibatkan pengujian homogenitas dan normalitas data menggunakan uji Liliefors untuk normalitas dan uji homogenitas varians. Dengan melakukan pengujian ini, kita dapat memastikan kevalidan hasil analisis yang akan dilakukan.

**1. Pengujian Normalitas Data Pre Test Kelompok Eksperimen**

Untuk menentukan apakah data berdistribusi normal, langkah pertamanya adalah menggunakan uji Liliefors. Dalam uji ini, awalnya kita membuat dua hipotesis. Hipotesis alternatif (HA) menyatakan bahwa data tidak berasal dari populasi yang berdistribusi normal, sementara hipotesis nol (Ho) menyatakan sebaliknya, yaitu bahwa data berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Kemudian, kita menetapkan kriteria pengujian. Jika nilai observasi (Lo) kurang dari atau sama dengan nilai kritis (Lt), maka hipotesis nol (Ho) diterima; namun, jika nilai Lo lebih besar dari Lt, maka hipotesis nol (Ho) ditolak. Taraf signifikansi yang umum digunakan adalah  $\alpha = 0,05$ .



Kemudian, kita perlu menghitung beberapa nilai. Pertama, kita hitung  $z_i$ , yaitu perbedaan antara nilai observasi ( $X$ ) dan nilai rata-rata ( $\bar{X}$ ), dibagi dengan standar deviasi ( $Sd$ ). Selanjutnya, kita hitung  $S(z_i)$ , yang merupakan nilai yang dihasilkan dari urutan data dibagi dengan jumlah sampel. Selisih antara  $F(z_i)$  dan  $S(z_i)$  kemudian dihitung, dan nilai terbesar dari kolom ini ( $L$  Observasi) dibandingkan dengan nilai pada tabel uji Liliefors. Terakhir, kita menentukan  $F(z_i)$ , yang didapatkan dari tabel standar kurva normal berdasarkan nilai  $z_i$ . Dalam kasus ini, dengan data memiliki rata-rata 4,7 dan standar deviasi 0,94, langkah-langkah tersebut digunakan untuk menguji apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak.

**Menghitung ( $z_i$ ) pada uji normalitas data pre test penguasaan gerak dasar *bounce pass* kelompok eksperimen.**

Dengan rumus :  $z_i = \frac{X - \bar{X}}{Sd}$

$Sd$

1)  $z_i = \frac{3-4,7}{0,94}$

= -1,80

2)  $z_i = \frac{4-4,7}{0,94}$

= -0,74

3)  $z_i = \frac{4-4,7}{0,94}$

= -0,74

4)  $z_i = \frac{4-4,7}{0,94}$

= -0,74

5)  $z_i = \frac{5-4,7}{0,94}$

= 0,31

6)  $z_i = \frac{5-4,7}{0,94}$

= 0,31

7)  $z_i = \frac{5-4,7}{0,94}$

= 0,31

8)  $z_i = \frac{5-4,7}{0,94}$

= 0,31

9)  $z_i = \frac{6-4,7}{0,94}$

= 1,38

10)  $z_i = \frac{6-4,7}{0,94}$

= 1,38

**Tabel 6 Perhitungan Uji Normalitas Data Pre Test Penguasaan Gerak Dasar *Bounce Pass* Kelompok Eksperimen**

No	S( $z_i$ )	F( $z_i$ )	$X_1$	Zi	F( $z_i$ )-S( $z_i$ )
1	0,1	0,0359	3	-1,80	0,0641
2	0,4	0,2296	4	-0,74	0,1704
3	0,4	0,2296	4	-0,74	0,1704
4	0,4	0,2296	4	-0,74	0,1704
5	0,8	0,6217	5	0,31	<b>0,1783</b>
6	0,8	0,6217	5	0,31	<b>0,1783</b>
7	0,8	0,6217	5	0,31	<b>0,1783</b>
8	0,8	0,6217	5	0,31	<b>0,1783</b>

9	1	0,9162	6	1,38	0,0838
10	1	0,9162	6	1,38	0,0838

### Menyimpulkan Hasil Perhitungan

Dari hasil perhitungan, perbedaan yang signifikan tampak pada nilai  $L$  observasi sebesar 0,1783. Ketika dibandingkan dengan nilai kritis  $L$  uji Liliefors pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  dan jumlah sampel  $n = 10$ , yaitu 0,258, ditemukan bahwa  $L$  observasi (0,1783) lebih kecil dari  $L$  tabel (0,258). Sesuai kriteria pengujian, jika  $L$  observasi lebih kecil dari  $L$  tabel, maka hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sampel yang digunakan berasal dari populasi yang berdistribusi normal, dan oleh karena itu, data tersebut dapat dianggap cukup representatif untuk dilakukan analisis lebih lanjut.

## 2. Pengujian Normalitas Data Pre Test Kelompok Kontrol

Untuk mengevaluasi apakah sampel berasal dari distribusi yang normal, dilakukan pengujian normalitas data menggunakan uji Liliefors. Langkah-langkah pengujian normalitas data dapat diuraikan sebagai berikut:

Langkah pertama dalam pengujian normalitas adalah menetapkan hipotesis pengujian. Hipotesis alternatif ( $H_A$ ) menyatakan bahwa sampel berasal dari populasi yang tidak berdistribusi normal, sementara hipotesis nol ( $H_0$ ) menyatakan sebaliknya, yaitu sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Penetapan hipotesis ini merupakan langkah awal yang penting dalam proses pengujian normalitas data.

Pada langkah kedua, kita menetapkan kriteria pengujian untuk menentukan apakah hipotesis nol ( $H_0$ ) dapat diterima atau ditolak. Jika nilai observasi ( $L_o$ ) lebih besar dari nilai kritis ( $L_t$ ), maka hipotesis nol ditolak. Sebaliknya, jika nilai observasi kurang dari atau sama dengan nilai kritis, maka hipotesis nol diterima. Dalam pengujian ini, taraf signifikansi yang digunakan adalah  $\alpha = 0,05$ , yang menunjukkan tingkat signifikansi yang dipilih untuk pengujian. Penetapan kriteria ini penting karena akan menentukan kesimpulan akhir dari pengujian normalitas data.

Pada langkah ketiga, kita menghitung nilai  $z_i$ ,  $F(z_i)$ , dan  $S(z_i)$  serta selisih antara  $F(z_i)$  dan  $S(z_i)$  untuk kemudian dimasukkan ke dalam tabel. Nilai  $S(z_i)$  adalah hasil dari membagi urutan data dengan jumlah sampel. Untuk menghitung nilai  $z_i$ , kita menggunakan rumus  $(X - \bar{X}) / S_d$ , di mana  $X$  adalah nilai observasi,  $\bar{X}$  adalah nilai rata-rata, dan  $S_d$  adalah standar deviasi. Langkah ini penting karena memberikan perhitungan yang diperlukan untuk mengevaluasi distribusi data dan menguji hipotesis normalitas.

Versi yang mungkin paling sesuai adalah versi keempat, karena memberikan informasi dengan cara yang jelas dan langsung tentang bagaimana mengevaluasi keabnormalan data menggunakan

perbandingan antara nilai observasi dan nilai tabel. Selain itu, versi keempat memiliki urutan kalimat yang mudah diikuti dan memudahkan pemahaman.

Nilai F(zi) ditentukan berdasarkan nilai zi yang ditransfer ke dalam tabel kurva normal standar.

Diketahui:  $\bar{X} = 4,6$  dan  $Sd = 0,84$

**Menghitung (zi) pada uji normalitas data pre test penguasaan gerak dasar *bounce pass* kelompok kontrol.**

Dengan rumus :  $z_i = \frac{X - \bar{X}}{Sd}$

Sd

- |   |  |
|---|--|
| 1) $z_i = \frac{3-4,6}{0,84}$<br>= -1,90  | 6) $z_i = \frac{5-4,6}{0,84}$<br>= 0,47  |
| 2) $z_i = \frac{4-4,6}{0,84}$<br>= -0,71  | 7) $z_i = \frac{5-4,6}{0,84}$<br>= 0,47  |
| 3) $z_i = \frac{4-4,6}{0,84}$<br>= - 0,71 | 8) $z_i = \frac{5-4,6}{0,84}$<br>= 0,47  |
| 4) $z_i = \frac{4-4,6}{0,84}$<br>= -0,71  | 9) $z_i = \frac{5-4,6}{0,84}$<br>= 0,47  |
| 5) $z_i = \frac{5-4,6}{0,84}$<br>= 0,47   | 10) $z_i = \frac{6-4,6}{0,84}$<br>= 1,66 |

**Tabel 7**

**Perhitungan Uji Normalitas Data Pre Test Penguasaan Gerak Dasar *Bounce Pass***

**Kelompok Kontrol**

No	S(zi)	Zi	X <sub>2</sub>	F(zi)	F(zi)-S(zi)
1	0,1	-1,90	3	0,0287	0,0713
2	0,4	-0,71	4	0,2388	0,1612
3	0,4	-0,71	4	0,2388	0,1612
4	0,4	-0,71	4	0,2388	0,1612
5	0,9	0,47	5	0,6808	<b>0,2192</b>
6	0,9	0,47	5	0,6808	<b>0,2192</b>
7	0,9	0,47	5	0,6808	<b>0,2192</b>

8	0,9	0,47	5	0,6808	<b>0,2192</b>
9	0,9	0,47	5	0,6808	<b>0,2192</b>
10	1	1,66	6	0,9515	0,0485

### Menyimpulkan Hasil Perhitungan

Dari hasil perhitungan, kita peroleh nilai  $L$  observasi sebesar 0,2192, yang merupakan perbedaan maksimum. Jika kita bandingkan dengan nilai kritis  $L$  tabel pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$  dan jumlah sampel  $n = 10$ , yaitu 0,258,  $L$  observasi ( $L_o$ ) lebih kecil. Berdasarkan aturan pengujian, jika  $L_o < L_t$ , maka  $H_o$  diterima. Kesimpulan ini menegaskan bahwa sampel data berasal dari distribusi normal dan dapat digunakan untuk analisis lebih lanjut.

### Pengujian Homogenitas Varians

Pengujian homogenitas dalam penelitian ini bertujuan untuk menilai apakah varians dari populasi yang diteliti seragam atau tidak. Tujuannya adalah untuk memastikan bahwa perbedaan-perbedaan antara varians dari berbagai populasi dalam sampel tidak terlalu besar secara signifikan. Untuk melakukan pengujian ini, digunakan suatu rumus yang membandingkan varians dari masing-masing populasi dalam sampel penelitian. Hasil perhitungan dari rumus tersebut kemudian dibandingkan dengan nilai kritis untuk menentukan apakah varians populasi dalam sampel seragam atau tidak. Jika nilai perhitungan mendekati atau kurang dari nilai kritis, maka dapat disimpulkan bahwa varians populasi dalam sampel dianggap homogen. Namun, jika nilai perhitungan lebih besar dari nilai kritis, maka varians dianggap tidak homogen, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara varians dari populasi yang diteliti.

$$F = \frac{\text{Varians Besar}}{\text{Varians Kecil}}$$

Proses pengujian homogenitas varians dilakukan melalui beberapa langkah sebagai berikut:

Langkah Pertama: Hipotesis yang ditetapkan untuk pengujian ini adalah: Hipotesis Nol ( $H_o$ ) menyatakan bahwa varians populasi homogen, yang berarti varians dari dua populasi sama ( $S_{12} = S_{22}$ ), sedangkan Hipotesis Alternatif ( $H_A$ ) menyatakan bahwa varians populasi tidak homogen, yang berarti varians dari dua populasi tidak sama ( $S_{12} \neq S_{22}$ ). Penetapan hipotesis ini penting untuk menentukan apakah ada perbedaan yang signifikan antara varians dari dua populasi yang diuji.

Langkah Kedua: Kriteria pengujian untuk menentukan apakah hipotesis nol ( $H_o$ ) diterima atau ditolak adalah: Menerima  $H_o$  jika nilai  $F$  observasi ( $F_o$ ) kurang dari atau sama dengan nilai  $F$  tabel ( $F_t$ ) pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$  dengan derajat kebebasan 9/9. Sebaliknya, menolak  $H_o$  jika nilai  $F_o$  lebih besar dari nilai  $F_t$  pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$  dengan derajat kebebasan

9/9. Penetapan kriteria ini penting untuk menafsirkan hasil uji F dan membuat keputusan tentang homogenitas varians dari dua populasi yang diuji.

Langkah Ketiga: Menghitung nilai F observasi menggunakan rumus yang telah ditentukan. Diketahui :

$$Sdx_1^2 = 0,974003$$

$$Sdx_2^2 = 0,918299$$

$$F = \frac{0,974003}{0,918299}$$

$$F = 1,06$$

#### Menyimpulkan Hasil Penelitian

Setelah melakukan analisis, didapati bahwa nilai F observasi sebesar 1,06. Ketika dibandingkan dengan nilai kritis distribusi F pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$  dan derajat kebebasan masing-masing 9 untuk pembilang dan penyebut, nilai F tabelnya adalah 3,18. Karena nilai F observasi ( $F_o$ ) lebih kecil daripada nilai F tabel ( $F_t$ ), yaitu  $F_o = 1,06 < F_t = 3,18$ , maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol ( $H_o$ ) diterima. Ini menunjukkan bahwa varians dari kedua kelompok populasi yang diuji dianggap homogen, yang mengindikasikan adanya keseragaman variabilitas antara kelompok-kelompok tersebut. Hasil dari pengujian persyaratan analisis menunjukkan bahwa data telah memenuhi kriteria untuk melanjutkan ke analisis statistik parametrik. Hal ini menandakan bahwa data secara statistik dapat dianggap normal dan memiliki varians yang seragam di antara kelompok-kelompok yang diuji. Dengan demikian, kita dapat melanjutkan ke langkah-langkah analisis lebih lanjut tanpa kekhawatiran akan pelanggaran asumsi dasar analisis statistik parametrik.

#### Pengujian Hipotesa Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menilai apakah gaya mengajar latihan memiliki efek yang signifikan terhadap kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar bounce pass dalam permainan bola basket di SMP Berea Tondano. Untuk menguji hipotesis ini, kita akan menggunakan uji t. sebagai berikut:

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

$$S^2 = \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{(n_1 + n_2 - 2)}$$

Langkah-langkah pengujian hipotesis penelitian adalah sebagai berikut:

Langkah pertama dalam analisis adalah menentukan hipotesis pengujian. Hipotesis nol (H0) menyatakan bahwa tidak ada pengaruh penerapan gaya mengajar latihan terhadap penguasaan gerak dasar bounce pass dalam permainan bola basket pada siswa SMP Berea Tondano, sedangkan hipotesis alternatif (HA) menyatakan sebaliknya. Secara statistik, H0 menyatakan bahwa rata-rata penguasaan gerak dasar bounce pass dalam permainan bola basket antara kelompok yang menerima pelatihan dan kelompok kontrol sama atau kurang, sementara HA menyatakan bahwa rata-rata kelompok yang menerima pelatihan lebih besar dari kelompok kontrol.

Langkah kedua dalam analisis adalah menetapkan kriteria pengujian. Jika nilai t hitung lebih besar dari nilai t tabel pada taraf signifikansi 0,05 dengan derajat kebebasan (df) yang dihitung dari jumlah sampel kedua kelompok, maka hipotesis nol (H0) ditolak, menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok. Namun, jika nilai t hitung kurang dari atau sama dengan nilai t tabel, H0 diterima, yang menunjukkan bahwa perbedaan antara kelompok tidak signifikan..

Langkah ketiga dalam proses ini adalah memasukkan besaran statistik ke dalam rumus. Sebelumnya, kita menghitung standar deviasi gabungan (S) dari kedua kelompok data. Hal ini penting karena standar deviasi gabungan digunakan dalam perhitungan uji t untuk menentukan perbedaan signifikan antara rata-rata kedua kelompok. Dengan kata lain, S akan membantu kita dalam mengevaluasi seberapa jauh perbedaan antara kelompok tersebut secara statistik signifikan.

$$S^2 = \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{(n_1 + n_2 - 2)}$$

$$S^2 = \frac{(10-1)0,974003+(10-1)0,918299}{(10 + 10 - 2)}$$

$$S^2 = \frac{(9)0,974003 + (9)0,918299}{(18)}$$

$$S^2 = \frac{8,766027+8,264691}{18}$$

$$S^2 = \frac{17,030718}{18}$$

$$S^2 = 0,946151$$

$$S = \sqrt{0,946151}$$

$$= 0,97$$

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

$$\begin{aligned} &= \frac{2,9-0,8}{0,97 \sqrt{\frac{1}{10} + \frac{1}{10}}} \\ &= \frac{2,1}{0,97 \sqrt{0,1+0,1}} \\ &= \frac{2,1}{0,97 \sqrt{0,2}} \\ &= \frac{2,1}{0,97 (0,4472136)} \\ &= \frac{2,1}{0,433797} \\ &= 4,84 \end{aligned}$$

Menyimpulkan Hasil Perhitungan

Dengan nilai thitung sebesar 4,84 yang melebihi nilai ttabel pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$  dengan derajat kebebasan 18, yaitu 2,101, maka hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_A$ ) diterima. Ini menandakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam penguasaan gerak dasar bounce pass antara kelompok yang diajar dengan gaya mengajar latihan dan kelompok kontrol. Artinya, pembelajaran dengan gaya mengajar latihan secara efektif memberikan dampak yang lebih besar dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar bounce pass dibandingkan dengan pendekatan konvensional pada kelompok kontrol.

### **Pembahasan Hasil Penelitian**

Pada dasarnya hakikat gaya mengajar latihan ini digunakan oleh guru pendidikan jasmani memberikan siswa untuk berlatih secara individu dan mandiri, serta menyediaka guru waktu untuk memberikan umpan balik (*feedback*) kepada siswa secara individu dan pribadi. Gaya mengajar latihan mengupayakan akan kemandirian siswa karena guru akan memberikan setiap keputusan dalam pembelajaran pada siswa dengan bentuk-bentuk latihan sehingga itu akan menjadi tugas untuk para siswa yang harus dilaksanakan agar siswa diberi kebebasan untuk memberi keputusan dalam proses pembelajaran sehingga siswa bias melakukan suatu keterampilan yang sesuai dengan pencapaian yang diinginkan.

Strategi pembelajaran latihan telah terbukti efektif karena pengetahuan yang diperoleh oleh peserta didik dapat diserap dengan cepat dan dipahami. Inilah mengapa peran guru sangat penting dalam proses pembelajaran. Mengajar dengan gaya latihan bergantung pada inisiatif dan kreativitas guru serta partisipasi aktif siswa dalam menyajikan materi pelajaran. Yang terutama

dalam latihan adalah penjelasan yang singkat, dengan fokus pada memberi kesempatan pada siswa untuk berlatih sebanyak mungkin. Gerak dasar adalah pola gerak yang menjadi dasar bagi ketangkasan yang lebih kompleks, dan perkembangannya sejalan dengan pertumbuhan dan kematangan.

Pada saat melakukan *Bounce Pass* kedua telapak tangan berada di permukaan bola dengan kedua jari-jari tangan dibuka dengan kedua ibu jari menghadap kebawah, pandangan kedepan dengan kemudian pada saat akan melakukan operan dengan melangkahkan salah satu kaki kedepan bola didorong ke bawah/dipantulkan sampai bola tiba pada sasaran, proses itu bertujuan untuk mengatur arah bola.

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan metode pengajaran latihan berdampak positif terhadap kemahiran siswa dalam menguasai gerak dasar bounce pass dalam bola basket di SMP Berea Tondano. Dalam studi ini, kelompok eksperimen yang menerima pelatihan menunjukkan peningkatan yang lebih signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan serupa. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode pengajaran latihan efektif dalam meningkatkan keterampilan siswa dalam gerak dasar bounce pass dalam bola basket di SMP Berea Tondano..

### **Kesimpulan**

Berdasarkan temuan dari penelitian dan analisis sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa penerapan gaya mengajar latihan memiliki dampak positif terhadap peningkatan penguasaan gerak dasar bounce pass dalam permainan bola basket oleh siswa SMP Berea Tondano. Hal ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang fokus pada latihan dan praktik secara konsisten mampu meningkatkan keterampilan siswa dalam gerak dasar bola basket. Dengan demikian, pendekatan ini dapat dianggap efektif dalam konteks peningkatan keterampilan olahraga siswa..

### **Daftar Pustaka**

Anggaraaditya: <https://anggaraaditya.wordpress.com/2009/12/21/metodegaya-mengajar>

Anggaraaditya: *Materi-Pembelajaran/2009/12/21*

Amung, Yudha. Perkembangan Gerak Dan Belajar Gerak. Pendidikan Nasional Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D III. Jakarta, 2000.

Ary, Donald, Luchy Jacobs Cheser, Asghar Razavieh, Pengantar Penelitian Dalam Pendidikan, Terjemahan Arief Furchan. Usaha Nasional, Surabaya, 1982

E Rahantoknam, *Metode-Mengajar*



<https://backti93.blogspot.com/2018/03/tujuan-pembelajaran-pendidikan-jasmani-21.html?m=1>

<https://salamadian.com/bola-basket/9mei2021/jam03:52/hariminggu>

Rahantoknam, B Edward.. Belajar Motorik dan Aplikasinya. Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan Ditjen Dikti Depdikbud. Jakarta, 1988.

Roestiya (2001):[www.sarjanaku.com/2013/05/Pengertian Metode Latihan Drill. html?m=1](http://www.sarjanaku.com/2013/05/Pengertian-Metode-Latihan-Drill.html?m=1)

Sagala (2003):[www.sarjanaku.com/2013/05/Pengertian-Metode Latihan Drill. html?m=1](http://www.sarjanaku.com/2013/05/Pengertian-Metode-Latihan-Drill.html?m=1)

Sugiono, Metode Penelitian Pendidikan. Bandung, 2016 .

Muhajir, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Kelas VII. Politeknik Negeri Media Kreatif, Jakarta 2003.

Vendist: <https://vendist.wordpress.com>

Winarno Surahmad, Pengantar Penelitian Ilmiah, Tarsito. Bandung, 1985.

Wissel,2000:2:<https://text-id.123dok.com/document/ly9rdd41wy-landasan-teori1pengertian-bola-basket.html>.