

**UPAYA PENINGKATAN KEMAMPUAN *SHOOTING FREE THROW*  
BOLA BASKET MELALUI MEDIA AUDIO VISUAL  
PADA SISWA KELAS X MIPA1 SMA  
NEGERI 1 RENGAT BARAT**

**SKRIPSI**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Strata Satu (S1)  
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Universitas Islam Riau*



**OLEH :**

**Reski Agung Andresta  
NPM. 156610118**

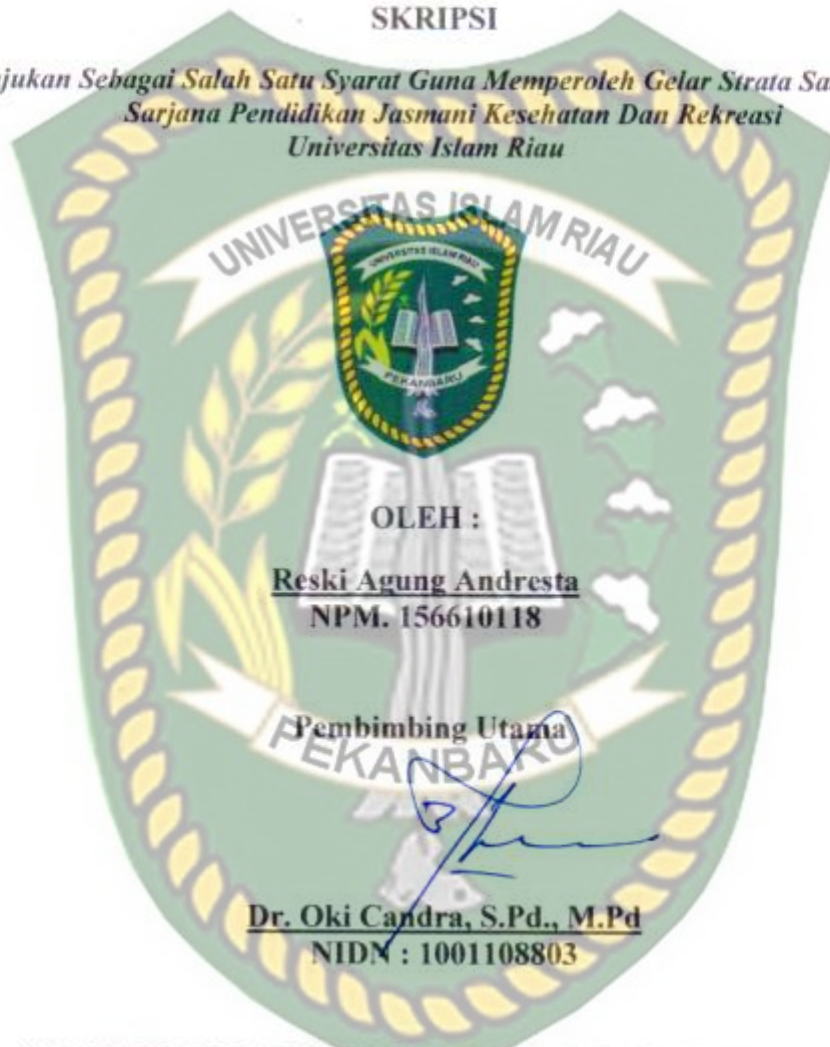
**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU  
PEKANBARU**

**2019**

UPAYA PENINGKATAN KEMAMPUAN *SHOOTING FREE THROW*  
BOLA BASKET MELALUI MEDIA AUDIO VISUAL  
PADA SISWA KELAS X MIPA1 SMA  
NEGERI 1 RENGAT BARAT

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Strata Satu (S1)  
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Universitas Islam Riau*



OLEH :

Reski Agung Andresta  
NPM. 156610118

Pembimbing Utama

Dr. Oki Candra, S.Pd., M.Pd  
NIDN : 1001108803

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

PEKANBARU

2019

PENGESAHAN SKRIPSI

UPAYA PENINGKATKAN KEMAMPUAN *SHOOTING FREE THROW*  
DALAM PERMAINAN BOLA BASKET MELALUI MEDIA AUDIO  
VISUAL PADA SISWA KELAS X MIPA 1 SMA NEGERI 1  
RENGAT BARAT

Dipersiapkan oleh :

Nama : Reski Agung Andresta

NPM : 156610118

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

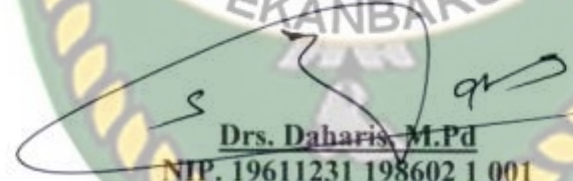
Pembimbing Utama

  
**Dr. Oki Candra, S.Pd., M.Pd**

**NIDN : 1001108803**

Mengetahui

**Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

  
**Drs. Daharis, M.Pd**

**NIP. 19611231 198602 1 001**

**NIDN. 0020046109**

Skripsi ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unuversitas Islam Riau  
Wakil Dekan Bidang Akademik FKIP UIR

  
**Dr. Sri Annah, S.Pd., M.Si**

**NIP. 19701007 1998303 2 022**

**NIDN. 0007107005**



## PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Reski Agung Andresta  
NPM : 156610118  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Judul : Upaya Peningkatan Kemampuan *Shooting Free Throw* Permainan Bola Basket Melalui Media Audio Visual Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat.

Disetujui Oleh :  
Pembimbing Utama

Dr. Oki Candra, S.Pd., M.Pd  
NIDN : 1001108303

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Islam Riau

Drs. Daharis, M.Pd

NIP. 19611231 198602 1 001

NIDN. 0020046109

## SURAT KETERANGAN

Kami pembimbing skripsi dengan ini menerangkan bahwa yang tersebut dibawah ini

Nama : Reski Agung Andresta  
NPM : 156610418  
Program studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Telah menyelesaikan menyusun Skripsi dengan judul :

**“Upaya Peningkatkan Kemampuan *Shooting Free Throw* Dalam Permainan Bola Basket Melalui Media Audio Visual Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat”**

Dengan surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana perlunya

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama



Dr. Oki Candra, S.Pd., M.Pd  
NIDN : 1001108803

## ABSTRAK

**Reski Agung Andresta, 2019. Upaya Peningkatan Kemampuan *Shooting Free Throw* Dalam Permainan Bola Basket Melalui Media Audio Visual Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran kemampuan *shooting free throw* dalam permainan bola basket melalui media audio visual pada siswa SMA Negeri 1 Rengat Barat. Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2018/2019. Adapun bentuk penelitian ini yaitu penelitian tindakan kelas, subjek penelitian siswa kelas X Mipa1 SMA Negeri 1 Rengat Barat berjumlah 35 orang. Teknik penelitian ini adalah *total sampling*. teknik analisis data menggunakan tes unjuk kerja yaitu melakukan praktek *shooting free throw* bola basket, kemudian hasil tes tersebut dilakukan penilaian. Dari pelaksanaan siklus I dan hasilnya terdapat 17 siswa yang mencapai nilai KKM (48.57%) dan 18 siswa yang belum mencapai nilai KKM (51.43%), Dilanjutkan dengan pelaksanaan siklus II dan hasilnya meningkat dengan jumlah 28 siswa yang mencapai nilai KKM (80%) dan 7 siswa yang belum mencapai nilai KKM (20%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pembelajaran *shooting free throw* bola basket melalui media audio visual pada siswa kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat dengan peningkatan sebesar (31.43%).

**Kata Kunci : Media Audio Visual dan Hasil Belajar *Shooting Free Throw* Bola Basket**



## ABSTRAK

**Reski Agung Andresta, 2019. Upaya Peningkatan Kemampuan *Shooting Free Throw* Dalam Permainan Bola Basket Melalui Media Audio Visual Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat.**

This research aims to observe the improvements of student's *shooting free throw* basket ball ability through audio visual media amongst state senior high school 1 students. This research was conducted during the even semester of school year 2018/2019. As for the form of the research is classroom action research, subject of research of students from X Mipa1 1 of State Senior High School 1 is 35 students. The research technique used is *total sampling*. Data analyzation technique used was test for work which is practical test of *shooting free throw* basket ball, after that the test results will be graded. From the execution of cycle I and the results, 17 students reached the passing grade (48.57%) and 18 students failed to reach the passing grade (51.43%). Followed by the execution of cycle II and the results increased with 28 students reached the passing grade (80%) and 7 students failed to reach the passing grade (20%). With the results it can be concluded that there is an increase of *shooting free throw* basket ball learning ability through audio visual media amongst students from X Mipa1 of State Senior High School 1 students with an increase of (31.43%).

**Kata Kunci : Media Audio Visual dan Hasil Belajar *Shooting Free Throw* Bola Basket**

## BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan Bimbingan Skripsi terhadap :

Nama : Reski Agung Andresta

NPM : 156610118

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Pembimbing Utama : Dr. Oki Candra, S.Pd., M.Pd

Judul : Upaya Peningkatan *Shooting Free Throw* Dalam Permainan Bola Basket Melalui Media Audio Visual Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat

Tanggal	Berita Acara Bimbingan	Paraf
12-12-2018	Acc judul proposal	
14-12-2018	1. Perbaiki Penulisan 2. Perbaiki BAB I	
17-12-2018	1. Perbaiki BAB II 2. Tambah Jurnal	
22-12-2018	1. Perbaiki BAB III 2. Bahasa Asing Dimiringkan 3. Buat Kata Pengantar 4. Ulas Teori	
29-12-2018	Acc untuk diseminarkan	
06-05-2019	Perlihatkan video, perbaiki hasil penelitian, dan penulisan	
13-05-2019	Acc untuk ujian skripsi	

Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

Pekanbaru, 13 Maret 2019  
Wakil Dekan Bidang Akademik



**Dr. Sri Amnah, S.Pd., M.Si**  
NIP. 19701007 19983032 022  
NIDN. 0007107005



## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Reski Agung Andresta  
NPM : 156610118  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Judul Skripsi : Upaya Peningkatan Kemampuan *Shooting Free Throw*  
Dalam Permainan Bola Basket Melalui Media Audio Visual  
Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi yang saya buat sesuai dengan aturan penulisan skripsi dan tidak melakukan plagiat
2. Penulisan yang saya lakukan murni karya saya sendiri dan di bimbing oleh dosen yang telah ditunjuk oleh Dekan FKIP Universitas Islam Riau
3. Jika ditemukan ini skripsi yang merupakan duplikat dari skripsi orang lain, maka saya menerima sanksi/pencabutan gelar dan ijazah yang telah saya terima dan saya bersedia dituntut sesuai dengan peraturan dan perundang undangan yang berlaku

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sadar dan tidak ada paksaan dari pihak manapun

Pekanbaru, 09 Mei 2019

Penulis



Reski Agung Andresta

NPM. 156610118

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT berkat karunianya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “ **Upaya Peningkatan Kemampuan *Shooting Free Throw* Dalam Permainan Bola Basket Melalui Media Audio Visual Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat** “.

Skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan program sarjana pendidikan pada Fakultas Perguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau Pekanbaru. Dalam proses penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang setulusnya kepada :

1. Bapak Drs. Daharis, M.Pd selaku ketua jurusan program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Universitas Islam Riau.
2. Bapak Dr. Oki Candra, M.Pd selaku dosen pembimbing yang banyak memberikan bimbingan dan masukan hingga skripsi ini dapat diselesaikan.
3. Seluruh dosen dan staf Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Universitas Islam Riau yang telah memberikan bimbingan, bekal ilmu pengetahuan dan bantuan kepada peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
4. Kepada orang tua tercinta yang telah banyak memberikan dukungan baik secara materil maupun spiritual.

5. Terimakasih kepada kepala sekolah SMA Negeri 1 Rengat Barat yang telah memberikan izin kepada penulis dalam melakukan penelitian, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan lancar.
6. Murid kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian.
7. Terimakasih Kepada Bapak Beni Sardi, S.Pd., M.Pd. dan Ardian Novandri S.Pd selaku guru olahraga SMA Negeri 1 Rengat Barat yang telah memberikan motivasi dan masukan dalam penyusunan skripsi.
8. Rekan – rekan penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu, atas dukungannya diucapkan terima kasih banyak.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih terdapat kekurangan, sehingga kritik dan saran yang membangun dari pembaca sangat peneliti harapkan demi kebaikan laporan penelitian ini. Peneliti berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi dunia pendidikan.

Pekanbaru, Januari 2019

Peneliti

Reski Agung Andresta



## DAFTAR ISI

<b>PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	<b>i</b>
<b>PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	<b>ii</b>
<b>SURAT KETERANGAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>v</b>
<b>BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI</b> .....	<b>vi</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	<b>xv</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
A. Landasan Teori.....	7
1. Hakekat Shooting .....	7
a. Pengertian Bola Basket.....	7
b. Pengertian Shooting.....	8

c. Teknik Dasar Shooting Bola Basket.....	11
d. Pengertian Shooting Free Throw.....	11
2. Hakekat Media Audio Visual.....	14
a. Pengertian Media.....	14
b. Pengertian Audio Visual.....	22
B. Kerangka Pemikiran.....	24
C. Hipotesis Tindakan.....	25
<b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>26</b>
A. Jenis Penelitian.....	26
B. Populasi dan Sampel.....	33
1. Populasi Penelitian.....	33
2. Sampel.....	34
C. Defenisi Operasional.....	34
D. Pengembangan Instrumen.....	35
E. Teknik Pengumpulan Data.....	38
F. Teknik Analisis Data.....	38
<b>BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>40</b>
A. Deskripsi Data.....	40
B. Analisis Data.....	43
C. Pembahasan.....	47
<b>BAB V. KESIMPULAN.....</b>	<b>50</b>
A. Kesimpulan.....	50

B. Saran..... 51

**DAFTAR PUSTAKA ..... 52**

**DOKUMENTASI PENELITIAN**



Dokumen ini adalah Arsip Milik :  
**Perpustakaan Universitas Islam Riau**



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Tabel 1. Populasi dan Sampel.....	34
2. Tabel 2. Interval Penilaian.....	39
3. Tabel 3. Interval Nilai <i>Shooting Free Throw</i> Siswa Kelas X Mipa1 Siklus I.....	41
4. Tabel 4. Interval Nilai <i>Shooting Free Throw</i> Siswa Kelas X Mipa1 Siklus II.....	42
5. Tabel 5. Kategori Keberhasilan Kemampuan <i>Shooting Free Throw</i> Siswa Kelas X Mipa1 SMA Negeri 1 Rengat Barat Siklus I.....	44
6. Tabel 6. Kategori Keberhasilan Kemampuan <i>Shooting Free Throw</i> Siswa Kelas X Mipa1 SMA Negeri 1 Rengat Barat Siklus II.....	44

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Gambar 1. Gerakan <i>Shooting</i> .....	10
2. Gambar 1.1. Gerakan Dalam <i>Fase</i> Persiapan .....	13
3. Gambar 1.2. Gerakan Dalam <i>Fase</i> Pelaksanaan .....	14
4. Gambar 1.3. Gerakan Dalam <i>Fase Follow – Thought</i> .....	14
5. Gambar 2. Bentuk Media Sebagai Sumber Belajar.....	22
6. Gambar 3. Bentuk Media Audio Visual.....	20
7. Gambar 3.1. Gerakan Dalam <i>Fase</i> Persiapan .....	23
8. Gambar 3.2. Gerakan Dalam <i>Fase</i> Pelaksanaan.....	24
9. Gambar 3.3. Gerakan Dalam <i>Fase Follow – Thought</i> .....	24

## DAFTAR GRAFIK

	<b>Halaman</b>
1. Histrogram Penilaian <i>Shooting Free Throw</i> Siklus I Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat .....	41
2. Histrogram Penilaian <i>Shooting Free Throw</i> Siklus I Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat .....	43





## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
1. Silabus Dan RPP .....	54
2. Format Siklus I .....	70
3. Format Siklus II .....	72



Dokumen ini adalah Arsip Milik :  
**Perpustakaan Universitas Islam Riau**

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi merupakan bidang studi yang wajib diikuti dari tingkat satuan pendidikan Sekolah Dasar (SD) sampai dengan Tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) sederajat. Tujuan pelaksanaan pendidikan jasmani ditingkat sekolah adalah selain untuk mencapai program ketuntasan belajar yang telah diprogramkan juga untuk memacu perkembangan pertumbuhan jasmani dan proses pendewasaan peserta didik. Karena dalam pendidikan jasmani yang diterapkan disekolah secara tidak langsung dan tanpa disadari anak telah melakukan aktivitas olahraga.

Olahraga merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia, untuk itulah pemerintah menjadikan sebagai salah satu bagian dari pembangunan nasional, yang tertuang dalam undang - undang RI Nomor 3 tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional padapasal 1 ayat 11 yang berbunyi : Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani.

Berbagai usaha telah dilakukan oleh guru dalam meningkatkan hasil belajar untuk mencapai hasil yang diinginkan dalam pembelajaran bola basket, khususnya pada *shooting free throw*. *Shooting free throw* merupakan salah satu teknik dalam permainan bola basket yang bertujuan untuk memasukkan bola ke

dalam *ring* basket, untuk mencetak angka sebanyak – banyaknya dan dapat memenangkan suatu permainan.

Materi olahraga dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani ditetapkan dalam kurikulum. Salah satunya adalah olahraga permainan bola basket yang merupakan olahraga yang menggunakan bola besar, dimainkan dengan tangan, boleh dilempar keteman, boleh juga dipantulkan ke lantai dengan permukaan lapangan yang datar dan keras. Bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang dimainkan oleh dua tim dan masing – masing tim terdiri dari lima orang tiap regu, baik itu putra maupun putri. Permainan basket juga diatur oleh penentuan waktu pada setiap babak pertandingan. Permainan basket sangat didukung oleh penguasaan teknik dasar, diantaranya *dribbel, shooting, passing, pivot, dan lay up*. Banyak cara dilakukan oleh guru dalam latihan *shooting free throw*, namun latihan yang diberikan kurang efektif dan membosankan bagi siswa. Untuk mengatasi kendala yang ada guru dituntut untuk dapat menyediakan alat peraga bahkan media sebagai alat bantu belajar siswa. Dengan demikian proses belajar mengajar dapat terlaksana dengan baik.

*Shooting free throw* bola basket merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bola basket yang dipelajari di sekolah (SMA). Demikian halnya di SMA Negeri 1 Rengat Barat, *shooting* bola basket merupakan salah satu materi pembelajaran yang diberikan guru kepada siswa. Namun dalam pelaksanaan materi pembelajaran *shooting free throw* belum dapat sepenuhnya sesuai dengan tuntutan kurikulum yang ada. Sehingga hasil belajar *shooting free throw* di SMA Negeri 1 Rengat Barat kurang maksimal. Hal ini dapat terlihat dari siswa yang



melakukan *shooting free throw*, gerakan yang dilakukan masih belum sesuai dengan gerakan sebenarnya sehingga hasil *shooting free throw* bola tidak maksimal.

Bedasarkan observasi yang penulis lakukan di SMA Negeri 1 Rengat Barat pada kelas X MIAP1 saat pembelajaran permainan bola basket khususnya *shooting free throw* terlihat banyak siswa kurang menguasai teknik dasar *shooting free throw* bola basket, serta kurangnya kekuatan otot lengan siswa pada saat melakukan *shooting free throw* bola basket, dan pada saat melakukan *shooting free throw* siswa juga kurang memiliki koordinasi gerak *shooting free throw* bola basket.

Metode pembelajaran berupa metode demonstrasi yang diterapkan oleh guru selama ini pada pembelajaran bola basket khususnya *shooting free throw* di SMA Negeri 1 Rengat Barat, belum cukup baik bagi siswa untuk melakukan *shooting free throw*, hanya sedikit siswa yang mampu melakukan dengan teknik yang baik dan benar. Observasi yang penulis lakukan pada kegiatan pembelajaran khususnya olahraga bola basket, hanya 5 siswa dari 35 siswa yang mampu menguasai pembelajaran.

Kurikulum yang digunakan pada SMA Negeri 1 Rengat Barat yaitu kurikulum K13 Dan kebanyakan nilai tidak mencapai KKM yang telah ditetapkan oleh sekolah yaitu 66 ( enam puluh enam ). Dampak itulah yang membuat siswa kurang memahami materi *shooting free throw*. Bisa juga dikarenakan kesalahan sikap pada posisi kaki, bahu yang terlalu kaku, rentangan siku, atau juga ketidak pahaman siswa bagaimana cara melakukan gerakan sebenarnya. Serta kurangnya

penjelasan dari guru mengenai cara yang tepat untuk melakukan sikap persiapan dengan benar saat melakukan materi bola basket.

Untuk itu, peneliti tertarik menggunakan media audio visual agar siswa menguasai gerakan *shooting free throw* dengan baik. Jika selama ini guru penjas menyajikan materi pelajaran *shooting* bola basket lewat informasi contoh (peragaan) maka pada kesempatan kali ini guru menyajikan melalui media audio visual yang ditayangkan melalui gambar dan suara kepada siswa. Dengan memanfaatkan media audio visual ini, diharapkan siswa dapat memahami dan melakukan gerakan *shooting free throw* dengan benar sesuai dengan apa yang dilihat pada media audio visual melalui alat gambar dan suara.

Di dalam media audio visual siswa dapat mendengarkan sekaligus menyaksikan teknik dan bentuk cara melakukan gerakan *shooting free throw* dengan sebenarnya. Sehingga dengan digunakannya media audio visual ini, membantu siswa dalam melakukan teknik *shooting free throw* dengan baik.

Sehubungan dengan temuan masalah di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “ **Upaya peningkatan hasil belajar *shooting free throw* bola basket melalui media pembelajaran audio visual Pada siswa Kelas X MIPA 1 di SMA Negeri 1 Rengat Barat**”

## **B. Identifikasi Masalah**

Bedasarkan uraian masalah yang telah dikemukakan dalam latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Banyak siswa kurang menguasai teknik *shooting free throw* bola basket.
2. Kurang memiliki koordinasi gerak *shooting free throw*.

3. Masih ada diantara siswa tembakannya kurang tepat sasaran.
4. Masih ada diantara siswa kekuatan otot lengan yang kurang.
5. Kurang tercapainya KKM Di SMA Negeri 1 Rengat Barat.

### **C. Pembatasan masalah**

Agar penelitian ini efektif dan efisien maka peneliti membuat pembatasan masalah yang akan diteliti, untuk mempertegas sasaran yang akan dicapai. Maka yang menjadi batasan masalah dalam penelitian ini adalah “Upaya peningkatan hasil belajar *shooting free throw* bola basket melalui media pembelajaran audio visual pada siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat”.

### **D. Perumusan Masalah**

Bedasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah : Bagaimanakah peningkatan audio visual pada permainan bola basket khususnya *shooting free throw* berpengaruh terhadap peningkatan hasil belajar pada siswa kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yaitu : untuk mengetahui bagaimana peningkatan hasil belajar *shooting free throw* dengan menerapkan media audio visual dalam permainan bola basket pada siswa kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat.

### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah :

1. Untuk siswa, menambah pengetahuan tentang teknik *shooting free throw* bola basket dengan baik.



2. Untuk guru pendidikan jasmani, hasil penelitian ini bermanfaat sebagai sumber informasi dalam menggunakan media pembelajaran untuk mencapai tujuan belajar.
3. Untuk sekolah, sebagai bahan referensi untuk memperoleh prestasi dalam cabang olahraga khususnya bola basket.
4. Untuk fakultas, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi adalah sebagai bahan arsip di jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, sebagai menambah referensi kepustakaan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pengetahuan.
5. Untuk Peneliti, sebagai bahan acuan dan bandingan sederhana bagi peneliti berikutnya yang ingin melanjutkan penelitian ini dengan kajian yang sama ataupun aspek lainnya pada masa yang akan datang.
6. Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Strata Satu (S1) Jurusan Pendidikan Olahraga pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Landasan Teori

##### 1. Hakekat Shooting

###### a. Pengertian Bola Basket

Olahraga bola basket adalah suatu olahraga yang dimainkan oleh dua regu putra maupun putri, yang masing – masing regu terdiri dari lima orang pemain. Dengan tujuan membuat angka sebanyak – banyaknya dengan cara memasukkan bola ke *ring* basket lawan dan mencegah pemain lawan untuk memasukkan bola ke *ring* regu kita.

Menurut Candra (2019:3) bola basket adalah cabang olahraga permainan bola besar yang sangat menarik minat untuk ditonton dengan karakteristik tertentu. Usaha memasukkan bola ke dalam keranjang lawan dan mencegah regu lawan untuk memasukkan bola ke dalam keranjang adalah orientasi dan setiap tindakan di dalam permainan bola basket.

Menurut Muhajir dalam Rustanto (2017:76) mengemukakan bola basket merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu, baik putra maupun putri yang masing – masing regu terdiri dari lima orang pemain. Sedangkan menurut PERBASI *Official Basketball Rules* dalam Utomo (2015:437) Bola basket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu terdiri atas lima pemain.

Dilihat dari kutipan di atas disebutkan bahwa permainan bola basket merupakan olahraga bola besar yang apabila ingin dimainkan harus mempunyai grup atau tim. Dan dalam permainan bola basket tidak hanya terdapat nilai – nilai

kekompakan dari tim maupun dari individu masing – masing tetapi harus mengikuti aturan permainan dan peraturan permainan yang terdapat di dalam permainan .

Menurut Ahmadi (2007:13) bola basket mempunyai beberapa teknik atau gerakan dasar yang digunakan dalam suatu permainan olahraga. Permainan bola basket merupakan salah satu permainan yang kompleks gerakannya, artinya merupakan gabungan yang terdiri dari unsur gerakan terkordinasi secara baik dan rapi. Secara umum ada beberapa teknik dasar dalam permainan bola basket adalah sebagai berikut :

- a. Teknik dasar mengoper bola (*passing*)
- b. Teknik dasar menerima bola
- c. Teknik dasar menggiring bola (*dribbling*)
- d. Teknik dasar menembak bola (*shooting*)
- e. Teknik dasar latihan kaki (*footwork*)
- f. Teknik latihan *pivot*

**b. Pengertian *Shooting* :**

*Shooting* merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bola basket yang harus dikuasai oleh setiap pemain karena tujuan dari bola basket adalah berusaha memasukkan bola sebanyak – banyaknya ke dalam *ring* lawan. Dan merupakan suatu unsur penting dalam pertandingan dikarenakan kemenangan ditentukan oleh banyaknya bola yang masuk ke dalam *ring* basket.

Menurut Candra (2017:49) *Shooting* adalah keahlian yang sangat penting di dalam olahraga basket. Untuk dapat menembak dengan baik, seorang pemain



harus menguasai bola dengan mantap terlebih dahulu. Keberhasilan suatu regu dalam permainan selalu ditentukan oleh keberhasilan dalam menembak.

Bedasarkan pendapat di atas bahwa *Shooting* merupakan komponen penting dalam permainan bola basket, apabila pemain belum menguasai tembakan yang akurat lawan akan mudah mengantisipasi *Shooting*. Maka dari itu untuk dapat berhasil dalam tembakan perlu dilakukan teknik – teknik yang betul.

Menurut Amber (2016:13) gerakan *shooting* bukan hanyalah sekedar asal melempar bola saja, tetapi juga meliputi gerakan mengarahkan dan mengusahakan agar bola jatuh tepat di sasaran. Sedangkan menurut Anindiyah P (2017:492) *shooting* adalah usaha memasukkan bola kekeranjang lawan untuk mencetak point sebanyak mungkin.

Bedasarkan pendapat di atas bahwa *shooting* merupakan suatu teknik penting dalam permainan olahraga yang harus dikuasai oleh seorang pemain hal ini dikarenakan sesuai dengan tujuan permainan bola basket yang mengharuskan tim untuk memasukkan bola sebanyak – banyaknya ke *ring* basket dan mencegah tim lawan melakukan hal yang serupa.

Menurut Rustanto (2017:76) *shooting* adalah lemparan yang sangat penting peranannya. Pemain yang melakukan *shooting* dengan baik merupakan ancaman yang berbahaya bagi lawan – lawannya karena pemain dengan sangat mudah memasukkan bola ke *ring* lawan dan menghasilkan *point* untuk tim. Menurut Budi (2014:613) *shooting* adalah usaha yang dilakukan oleh seorang pemain untuk memasukkan bola ke dalam keranjang lawan dengan cara melemparkan bola dengan menggunakan satu ataupun dua tangan. *Shooting* dapat

dilakukan dengan cara berdiri di tempat (*set-shoot*) dan dengan cara melompat (*jump-shoot*).

Menurut Ahmadi (2007:18) *shooting* adalah suatu usaha untuk memasukkan bola kekeranjang diistilahkan dengan menembak, dapat dilakukan dengan satu tangan, dua tangan dan *lay-up*. Sedangkan menurut Wissel (2000:43) *Shooting* adalah keahlian yang sangat penting di dalam olahraga basket. Teknik dasar seperti operan, *dribbling*, bertahan, dan *rebounding* mungkin mengantar tim memperoleh peluang besar membuat skor, tapi tetap harus mampu melakukan tembakan. Sebetulnya menembak dapat menutupi kelemahan teknik dasar lainnya.

Bedasarkan pendapat di atas bahwa *shooting* sangat berperan penting di dalam sebuah permainan olahraga bola basket dikarenakan apa bila sudah menguasai *shooting* tersebut, maka pemain akan dapat mengendalikan irama permainan dan menghasilkan *point* yang banyak untuk tim.

Berikut adalah gambar gerakan melakukan *shooting* dalam permainan bola basket.



Gambar 1. Gerakan *Shooting*  
(Kosasih, 2008:50)

### c. Teknik Dasar Shooting Bola Basket

Menurut Ahmadi (2007:18) langkah – langkah pada saat akan melakukan *shooting* adalah sebagai berikut :

- 1) Berdiri tegak dan kaki sejajar atau kaki kanan di depan (bagi yang tidak kidal), kaki kiri dibelakang sementara lutut ditekuk, 2) Bola dipegang dengan tangan kanan di atas kepala dan di depan dahi, siku tangan kanan ditekuk ke depan sedangkan tangan kiri membantu memegang bola agar tidak jatuh dan berfungsi untuk menjaga keseimbangan serta pandangan ditunjukkan ke keranjang, 3) Kemudian bola ditembakkan ke keranjang basket dengan gerakan siku, badan, dan lutut diluruskan secara serempak, 4) Pada waktu tangan lurus, bola dilepaskan, jari – jari dan pergelangan tangan diaktifkan.

Sedangkan menurut Utomo (2015:437) menyatakan adapun teknik dasar yang harus diperhatikan untuk melakukan *shooting* atau tembakan, yaitu :

- 1) Pandangan kearah *ring*, 2) Posisi badan (keseluruhan) menghadap *ring*, 3) Pada saat melakukan tembakan, badan tidak maju, 4) Jalannya bola parabola, 5) Karena yang dilatih gerakan yang baik dan benar maka dilakukan dari paling sederhana yakni dari dekat keranjang atau *ring*, 6) Tidak kaku baik badan, kaki, dan tangan, 7) Keseimbangan (*balance*), 8) Konsentrasi, 9) Biasakan melakukan telapak tangan menghadap bola, 10) Jangan terlalu cepat menarik tangan penyeimbang bola.

Bedasarkan pendapat di atas bahwa teknik dasar *shooting* yang harus diperhatikan pada saat bola ditembakkan ke *ring* basket, gerakan siku, badan, dan lutut diluruskan. Pertahankan mata pada sasaran, dan lengan tetap di atas pada posisi penyelesaian sampai bola menyentuh *ring* basket.

### d. Pengertian *Shooting Free Throw*

Menembak atau *shooting free throw* adalah salah satu teknik dasar permainan bola basket. Unsur ini sangat menentukan kemenangan dalam pertandingan, sebab kemenangan ditentukan oleh banyaknya bola yang masuk ke *ring*. Setiap regu yang menguasai bola selalu mencari kesempatan untuk menembak. Setiap serangan selalu berusaha dapat berakhir dengan tembakan.



Oleh karena itu menembak merupakan teknik dasar yang harus dipelajari dengan baik dan benar serta ditingkatkan keterampilannya.

Menurut Ahmad (2016:129) *free throw* adalah tembakan yang dihasilkan dan memperoleh satu angka dari daerah hukuman. *Shooting free throw* terjadi saat pemain bertahan melakukan pelanggaran saat pemain penyerang melakukan *shooting* atau *lay-up*. *Free throw* juga terjadi saat tim bertahan melakukan pelanggaran (*foul*) lebih dari empat kali dalam satu tim bisa disebut juga *foul* tim, dan saat lawan melakukan pelanggaran lagi maka wasit memberikan tembakan *free throw*.

Bedasarkan pendapat di atas bahwa *shooting free throw* adalah tembakan yang terjadi saat pemain melakukan pelanggaran dan juga terjadi pada saat pelanggaran (*foul*) lebih dari empat kali dalam satu tim disebut juga dengan *foul* tim, tembakan *free throw* memperoleh satu angka setiap tembakannya.

“Melakukan *shooting free throw* menggunakan otot – otot kaki untuk meluruskan lutut, sehingga memberikan kekuatan yang diperlukan untuk melakukan tembakan. Saat lutut benar benar lurus, lecutkan pergelangan tangan yang digunakan untuk melakukan tembakan ke arah *ring* basket. Lecutan pergelangan akan mengakibatkan bola melintir saat terlepas dari ujung jari ke arah sasaran. Pastikan untuk selalu melakukan gerakan ikutan dengan mempertahankan posisi terakhir pergelangan tangan, dan lengan yang melakukan tembakan sampai bola mencapai *ring*”. (Oliver, 2004, 29)

Menurut Wissel (2000:52) langkah yang paling penting sebelum mengawali gerakan *free throw*, bagaimanapun juga, adalah menghilangkan semua gangguan pada pikiran anda, pusatkan perhatian pada pikiran pada *ring*. Konsentrasikan pada tembakan yang pernah berhasil dan biarkan tembakan yang

gagal atau apa saja yang mungkin anda lakukan dengan salah, hayati keadaan pada saat sekarang.

Bedasarkan pendapat di atas bahwa pentingnya dalam melakukan *free throw* adalah ketenangan dan konsentrasi karena saat melakukan *free throw* pemain selalu dalam tekanan yang muncul dari dirinya sendiri maupun dari luar lapangan.

Menurut Wissel (2000:53) adapun teknik dasar *shooting free throw* adalah sebagai berikut :

#### 1 Fase persiapan

1) Penegasan yang positif, 2) Letakkan kaki untuk menembak sedikit di luar tanda, 3) Lakukan dengan rutin, 4) Sikap yang seimbang, 5) Tangan yang tidak menembak dibawah bola, 6) Tangan Menembak di belakang bola, 7) Ibu jari rileks, 8) Siku masuk ke dalam, 9) Bola antara telinga dan bahu, 10) Bahu rileks, 11) Nafas dalam, rileks, 12) Visualkan tambahan yang berhasil, 13) Konsentrasikan pada target.



Gambar 1.1  
Gerakan dalam *fase* persiapan  
(Wissel, 2000:53)

#### 2 Fase pelaksanaan

1) Lihat target, 2) Ucapkan kata – kata kunci secara berirama, 3) Rentangkan kaki, punggung, bahu, 4) Rentangkan siku, 5) Lenturkan pinggang dan jari – jari ke depan, 6) Lepaskan jari telunjuk, 7) Tangan penyeimbang pada bola sampai terlepas.



Gambar 1.2  
Gerakan dalam *fase pelaksanaan*  
(Wissel, 2000:53)

### 3 *Fase follow – through*

- 1) Lihat target, 2) Lengan terentang, 3) Jari telunjuk menunjuk pada target, 4) Telapak tangan ke bawah saat *shooting*, 5) Seimbangkan dengan telapak tangan ke atas, 6) Posisi lengan tetap di atas sampai bola masuk ke dalam *ring*.



Gambar 1.3  
Gerakan dalam *fase follow - through*  
(Wissel, 2000:53)

## 2. Hakekat Media Audio Visual

### a. Pengertian Media

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi semakin mendorong upaya – upaya pembaharuan dalam pemanfaatan hasil – hasil teknologi dalam



proses belajar. Hal tersebut menuntut agar guru atau pengajar mampu menggunakan alat – alat yang disediakan oleh sekolah, dan tidak tertutup kemungkinan bahwa alat – alat tersebut sesuai dengan perkembangan dan tuntutan zaman. Guru sekarang – kurangnya dapat menggunakan alat yang murah dan efisien yang meskipun sederhana tetapi merupakan keharusan dalam upaya mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Untuk itu guru/pengajar harus memiliki pengetahuan dan pemahaman yang cukup tentang media pembelajaran, yang meliputi Hamalik (1994) di dalam Kustandi dan Bambang (2011:7) berikut ini :

- (a) Media sebagai alat komunikasi guna lebih mengefektifkan proses belajar mengajar.
- (b) Fungsi media dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.
- (c) Seluk – beluk proses belajar.
- (d) hubungan antara metode mengajar dan media pembelajaran.
- (e) Nilai atau manfaat metode pendidikan dalam pembelajaran.
- (f) Pemilihan dan penggunaan media pendidikan.
- (g) Berbagai jenis alat dan teknik media pendidikan.
- (h) media pendidikan dalam setiap mata pelajaran.
- (i) Usaha inovasi dalam media pendidikan.

Menurut Sadiman (1993) di dalam Kustandi dan Bambang (2011:7) mengemukakan bahwa media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan.

Bedasarkan pendapat di atas bahwa media pembelajaran adalah suatu alat yang dapat membantu proses belajar mengajar dan berfungsi untuk memperjelas apa yang disampaikan, sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran yang lebih baik dan sempurna.

Menurut Asyhar (2015:5) media adalah suatu sarana atau perangkat yang berfungsi sebagai perantara atau saluran dalam suatu proses komunikasi antara komunikator dan komunikan. Selanjutnya beberapa dan komunikan. Selanjutnya

beberapa pendapat yang memberikan pengertian tentang media yang dikemukakan oleh Asyhar (2012:4), yakni :

(a) *The association for Educational and Technology* (AECT) mengemukakan, media adalah apa saja yang digunakan untuk menyalurkan informasi. (b) Suparman mengemukakan, media adalah alat yang digunakan untuk menyalurkan pesan dan informasi dari pengirim pesan kepada penerima pesan. (c) Midun memaknai media sebagai saluran informasi.

Menurut Arsyad (2010:3) kata media berasal dari bahasa latin *medius* yang secara harfiah berarti ‘tengah’, ‘perantara’ atau ‘pengantar’. Dalam bahasa arab, media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim kepada penerima pesan. Sedangkan menurut Mahnun (2012:28) media adalah berkaitan dengan perantara yang berfungsi menyalurkkan pesan dan informasi dari sumber yang akan diterima oleh si penerima pesan yang terjadi dalam proses pembelajaran.

Bedasarkan pendapat di atas bahwa media adalah adalah suatu alat informasi untuk menyampaikan pesan kepada penerima pesan. Media adalah bagian yang tidak bisa terpisahkan dari suatu proses pembelajaran untuk mencapai suatu tujuan pendidikan yang baik dan efisien. Media sangat membantu dalam pembelajaran sehingga peserta didik tidak jenuh dalam pembelajaran yang diberikan oleh guru, sehingga pembelajaran menjadi menarik dan efektif.

Menurut Kustandi dan Bambang (2011:10) mengemukakan kesimpulan dan peristilahan media tersebut :

(a) Media pembelajaran digunakan dalam rangka komunikasi dan interaksi guru dan siswa dalam proses pembelajaran. (b) Media pembelajaran memiliki pengertian non – fisik yang dikenal sebagai software (perangkat

lunak), yaitu kandungan pesan yang terdapat dalam perangkat keras yang merupakan isi yang ingin disampaikan kepada siswa pada proses belajar baik di dalam maupun diluar kelas. (c) Media memiliki pengertian fisik yang dewasa ini dikenal sebagai *hardware* (perangkat keras), yaitu sesuatu benda yang dapat dilihat, didengar, atau diraba dengan pancaindera. (d) Media pembelajaran dapat digunakan secara massa (misalnya: radio, televisi) kelompok besar dan kelompok kecil (misalnya : film, *slide*, video, OHP), atau perorangan (misalnya : buku, komputer, radio tape, kaset, video recorder).

Bedasarkan pendapat di atas media merupakan alat bantu yang dapat memperjelas, mempermudah, dan mempercepat penyampaian pesan atau materi pembelajaran kepada siswa, sehingga mencapai tujuan pembelajaran dengan lebih baik dan sempurna. Mengingat banyaknya bentuk – bentuk media tersebut, maka guru harus cermat, sehingga dapat digunakan dengan tepat.

Menurut Kemp (2009) di dalam Asyhar (2012:6) menyatakan bahwa selain media, pesan akan sampai kepada si penerima pesan apabila terjadi proses pengkodean (*ecoding*) pesan tersebut. Jadi, sebelum sampai kepada penerima, pesan tersebut harus dikodekan terlebih dahulu melalui simbol verbal maupun nonverbal. Setelah pesan itu diartikan oleh penerima pesan, barulah penerima pesan memberikan respon (umpan balik) kepada pengirim pesan.

Media pembelajaran memiliki fungsi yang sangat strategis dalam pembelajaran. Sering kali terjadi banyaknya siswa yang tidak atau kurang memahami materi pelajaran yang disampaikan guru atau pembentuk kompetensi yang diberikan pada siswa dikarenakan ketiadaan atau kurang optimalnya pemberdayaan media pembelajaran dalam proses belajar mengajar.

Menurut Rusman Dkk (2011:60) media pembelajaran adalah alat atau bentuk stimulus yang berfungsi untuk menyampaikan pesan pembelajaran. Bentuk



– bentuk stimulus bisa dipergunakan sebagai media diantaranya adalah hubungan atau interaksi manusia; realita; gambar bergerak atau tidak; tulisan, dan suara yang direkam. Kelima bentuk stimulus ini akan membantu peserta didik mempelajari bahasa asing. Namun demikian, tidaklah mudah mendapatkan kelima bentuk itu dalam satu waktu atau tempat.

Menurut Rusman Dkk (2011:62) dalam proses belajar mengajar, hal utama yang harus diperhatikan oleh seorang guru dalam menggunakan media adalah berkaitannya dengan analisis manfaat dari penggunaan media tersebut.

Bedasarkan pendapat di atas bahwa media memegang peran penting dalam mencapainya sebuah tujuan belajar. Hubungan komunikasi antara guru dan peserta didik akan lebih baik dan efisien jika menggunakan media.

Menurut Asyhar (2012:29) media pembelajaran tidak sekedar menjadi alat bantu pembelajaran, melainkan juga merupakan suatu strategi dalam pembelajaran. Sebuah strategi, media pembelajaran memiliki fungsi, sebagaimana diuraikan di bawah ini :

- (a) Media sebagai sumber belajar adalah proses aktif dan konstruktif suatu pengalaman dalam memperoleh informasi.
- (b) Fungsi Semantik berkaitan dengan “*meaning*” atau arti dari suatu kata, istilah, tanda atau simbol.
- (c) Fungsi Manipulatif adalah kemampuan media dalam menampilkan kembali suatu benda/peristiwa dengan berbagai cara, sesuai kondisi, situasi, tujuan dan sarannya.
- (d) Fungsi Fiksatif adalah fungsi yang berkenaan dengan kemampuan suatu media untuk menangkap, menyimpan, menampilkan kembali suatu objek atau kejadian yang sudah lama terjadi.
- (e) Fungsi Distributif media pembelajaran berarti bahwa dalam sekali penggunaan satu materi, objek atau kejadian, dapat diikuti oleh peserta didik dalam jumlah besar (tak terbatas) dan dalam jangkauan yang sangat luas sehingga dapat meningkatkan efisiensi baik waktu maupun biaya.
- (f) Fungsi Psikologis, dari segi psikologis, media pembelajaran memiliki beberapa fungsi seperti fungsi atensi, fungsi afektif, fungsi kognitif, fungsi imajinatif dan fungsi motivasi.

Menurut Hasan (2016:25) fungsi utama media pembelajaran adalah sebagai alat bantu mengajar yang turut mempengaruhi iklim, kondisi, dan lingkungan belajar yang di tata dan diciptakan oleh guru serta media pembelajaran juga mempunyai kegunaan – kegunaan sebagai berikut : Memperjelas penyajian pesan agar tidak terlalu bersifat verbalistis (dalam bentuk kata – kata atau lisan belaka), mengatasi keterbatasan ruang, waktu dan daya indra, dengan menggunakan media pendidikan secara tepat dan bervariasi dapat diatasi sikap pasif anak didik.

Bedasarkan pendapat di atas bahwa media pembelajaran dapat membantu peserta didik memahami objek yang terlalu kompleks, misalnya dengan memanfaatkan diagram, peta, grafik, dll. Media juga dapat memperlihatkan secara lambat gerakan – gerakan yang berlangsung cukup cepat. Sehingga dapat membantu peserta didik dalam proses pembelajaran dengan baik.

Sedangkan menurut Hamalik (2008:49) di dalam Rusman dkk (2011:172), fungsi media pembelajaran yaitu :

- (a) Untuk mewujudkan situasi pembelajaran yang efektif.
- (b) Penggunaan media pembelajaran merupakan bagian integral dalam sistem pembelajaran.
- (c) Media pembelajaran penting dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran.
- (d) Penggunaan media dalam pembelajaran adalah untuk mempercepat proses pembelajaran dan membantu siswa dalam upaya memahami materi yang disajikan oleh guru dalam kelas.
- (e) Penggunaan media dalam pembelajaran dimaksudkan untuk mempertinggi mutu pendidikan.

Selain itu, menurut Kemp dan Dayton (1985:28) di dalam Rusman dkk (2011:172), fungsi utama media pembelajaran adalah :

- a. Memotivasi minat dan tindakan, direalisasikan dengan teknik drama atau hiburan.

- b. Menyajikan informasi, digunakan dalam rangka penyajian informasi di hadapan sekelompok siswa.
- c. Memberi intruksi, informasi yang terdapat dalam media harus melibatkan siswa.

Penggunaan media pembelajaran pada tahap orientasi pembelajaran akan sangat membantu dalam penyampaian pesan dan isi pelajaran serta memberikan makna yang lebih dari proses pembelajaran sehingga memotivasi peserta didik untuk meningkatkan proses belajarnya. Dengan dikembangkannya pembelajaran berbasis *web* tentunya fungsi – fungsi di atas bisa diimplementasikan dalam proses belajar secara nyata.

Menurut Midun (2009) di dalam Asyhar (2012:41) Dari penjelasan mengenai fungsi media pembelajaran di atas secara umum beberapa manfaat penggunaan media pembelajaran tersebut dijelaskan sebagai berikut :

- (a) Dengan media pembelajaran yang bervariasi dapat memperluas cakrawala sajian materi pembelajaran yang diberikan di kelas seperti buku, foto – foto dan narasumber. Dengan demikian, peserta didik akan memiliki banyak pilihan sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik masing – masing.
- (b) Dengan menggunakan berbagai jenis media, peserta didik akan memperoleh pengalaman beragam selama proses pembelajaran. Pengalaman yang bervariasi ini akan sangat berguna bagi peserta didik dalam menghadapi berbagai tugas dan tanggung jawab yang berbagai macam, baik dalam pendidikan, di masyarakat dan di lingkungan kerjanya.
- (d) Media pembelajaran dapat memberikan pengalaman belajar yang konkret dan langsung kepada peserta didik, seperti kegiatan karyawisata ke pabrik, pusat tenaga listrik, swalayan, bank, industri, pelabuhan dan sebagainya. Dengan demikian peserta didik akan merasakan dan melihat secara langsung keterkaitannya antara teori dan praktik atau memahami aplikasi ilmunya dilapangan.
- (e) Media pembelajaran menyajikan sesuatu yang sulit diadakan, dikunjungi atau dilihat oleh peserta didik, baik karena ukurannya yang terlalu besar seperti sistem tatasurya, terlalu kecil seperti virus, atau rentang waktu prosesnya terlalu panjang misalnya proses metamorfosa dan pelapukan batuan, atau masa kejadiannya sudah lama seperti terjadinya perang uhud. Dengan media, keterbatasan – keterbatasan



tersebut dapat diatasi. Misalnya dengan menggunakan berbagai jenis media berupa model, protipe, peta, denah, foto, video, film, mengunjungi stitus, dan sebagainya. (f) Media – media pembelajaran dapat memberikan informasi yang akurat dan terbaru, misalnya penggunaan buku teks, majalah, dan orang sebagai sumber informasi. (g) Media pembelajaran dapat menambah kemenarikan tampilan materi sehingga meningkatkan motivasi dan minat serta mengambil perhatian peserta didik untuk fokus mengikuti materi yang disajikan, sehingga diharapkan efektivitas belajar akan meningkat pula. (h) Media pembelajaran dapat merangsang peserta didik untuk berfikir kritis, menggunakan kemampuan imajinasi, bersikap dan berkembang lebih lanjut, sehingga melahirkan kreativitas dan karya – karya inovatif. (i) Penggunaan media dapat meningkatkan efesiensi proses pembelajaran, karena dengan menggunakan media dapat menjangkau peserta didik di tempat yang berbeda – beda dan di dalam ruang lingkup yang tak terbatas pada suatu waktu tertentu. Dengan media, durasi pembelajaran juga bisa dikurangi. Misalnya guru tidak memerlukan waktu berlama – lama menjelaskan satu topik, dengan bantuan media materinya sudah bisa langsung dipahami oleh peserta didik. (j) Media pembelajaran dapat memecahkan masalah pendidikan atau pengajaran baik dalam lingkup mikro maupun makro.

Bedasarkan pendapat di atas bahwa penggunaan media dalam pembelajaran tidak hanya berperan sebagai alat bantu akan tetapi juga merupakan strategi pembelajaran agar proses pembelajaran yang diajarkan dapat berjalan dengan optimal, sehingga peserta didik tidak bosan dalam materi yang disampaikan oleh guru.

Penggunaan media pembelajan akan membantu dalam menyampaikan isi pejaran dan memotivasi peserta didik untuk meningkatkan proses pembelajaran yang ada di sekolah.

Berikut adalah gambar beberapa jenis peralatan dalam bentuk media pendidikan.



Gambar 2. Beberapa Media Sebagai Sumber Belajar  
(Asyhar, 2012:30)

#### b. Pengertian Audio Visual

Audio visual merupakan salah satu komponen dalam sumber belajar, sekaligus merupakan bentuk pemecahan belajar menurut teknologi pendidikan dengan melalui suatu perencanaan yang sistematis. Hubungan antara alat dan teknologi pendidikan ini saling erat hubungannya apalagi membicarakan media tentu saja tidak lepas dari membicarakan alat peraga pendidikan.

Menurut Cendra Dkk (2019) media audio visual akan mempermudah seseorang dalam mendapatkan informasi dan pengetahuan karena pusat atau fokus belajarnya teletak pada penglihatan dan pendengarannya, sehingga akan mempermudah seseorang melakukan dan mencontoh apa yang dilihat dan didengar

Perkembangan audio visual mempunyai pengaruh besar dalam teknologi pendidikan. Pengembangan konsep ini juga sejalan dan seluas pengembangan konsep teknik dan konsep ilmu pengetahuan yang lebih memperhatikan, pada awalnya pada perangkat keras dan perlengkapan.

Menurut Kustandi dan Bambang (2002:34) teknologi audio visual merupakan cara menghasilkan atau menyampaikan materi dengan menggunakan

mesin – mesin mekanis dan elektronik, untuk menyajikan pesan – pesan audio dan visual.

Menurut Kustandi dan Bambang (2011:34) ciri – ciri utama teknologi media audio visual adalah sebagai berikut ini :

- (a) Bersifat *linear*.
- (b) Menyajikan visualisasi yang dinamis.
- (c) Digunakan dengan cara yang telah ditetapkan sebelumnya oleh perancang atau pembuatnya.
- (d) Merupakan representasi fisik dari gagasan riil atau gagasan abstrak.
- (e) Dikembangkan menurut prinsip psikologi behaviorisme dan kognitif.
- (f) Umumnya berorientasi kepada guru, dengan tingkat keterlibatan interaktif siswa yang rendah.

Menurut Rusman dkk (2011:82) media visual adalah media yang hanya dapat dilihat dengan menggunakan indra penglihatan. Media audio visual adalah media yang hanya dapat didengar dengan menggunakan indra pendengaran saja. Jadi media audio visual ini adalah alat bantu yang dapat digunakan melalui pendengaran dan penglihatan.

Bedasarkan pendapat di atas bahwa media merupakan cara untuk menghasilkan atau menyampaikan sebuah materi dengan menggunakan alat elektronik yang merupakan alat bantu yang dapat digunakan melalui pendengaran dan penglihatan.

Menurut Hamalik (2002) di dalam Abdulhak dan Deni (2013:84) media audio visual pada hakikatnya adalah suatu representasi penyajian realitas, terutama melalui penglihatan dan pendengaran yang bertujuan untuk mempertunjukkan pengalaman – pengalaman pendidikan yang nyata kepada siswa.

Menurut Asyhar (2012:77) media audio visual adalah jenis media yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran dengan melibatkan pendengaran dan



penglihatan sekaligus dalam satu proses atau kegiatan. Pesan dan informasi yang dapat disalurkan melalui media ini dapat berupa pesan verbal dan nonverbal yang mengandalkan baik penglihatan maupun pendengaran.

Menurut Wingkel dalam Purwono (2014:130) mengemukakan media audio visual adalah media kombinasi antara audio dan visual yang diciptakan sendiri seperti *slide* yang dikombinasikan dengan kaset audio.

Jadi berdasarkan pendapat di atas bahwa audio visual merupakan suatu media yang menyampaikan pesan informasi yang berupa suara dan gambar yang dapat membantu peserta didik dalam mencapai tujuan pembelajaran.

Berikut adalah gambar bentuk media audio visual yang akan digunakan dalam media pendidikan.



Gambar 3. Bentuk Media Audio Visual  
(Asyhar, 2012:70)

## B. Kerangka Pemikiran

*Shooting free throw* adalah salah satu teknik dasar permainan bola basket. Unsur ini sangat menentukan kemenangan dalam pertandingan, sebab kemenangan ditentukan oleh banyaknya bola yang masuk ke *ring*. Dan untuk melakukan *shooting free throw* yang baik, diperlukan keterampilan yang baik dan factor pendukung dari media yang dapat membantu meningkatkan keterampilan

yang baik pula. Media yang paling diperlukan dalam meningkatkan keterampilan *shooting free throw* dalam permainan bola basket adalah media audio visual.

Dari uraian di atas tersebut dapat ditarik pemikiran bahwa dengan menggunakan media akan berpengaruh terhadap meningkatkan keterampilan *free throw* dalam permainan bola basket. Sehingga jelas, jika siswa melihat media audio visual dengan baik, karena media audio visual menyajikan pembelajaran yang dilengkapi suara dan gambar dapat dilihat dan didengar langsung oleh siswa. Apabila siswa benar – benar melihat, memperhatikan dengan baik dan menerapkannya maka akan dapat meningkatkan keterampilan *shooting* siswa kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat.

### **C. Hipotesis Tindakan**

Bedasarkan kerangka pemikiran di atas serta permasalahan pokok penelitian yang ditentukan terlebih dahulu, maka dapat dirumuskan hipotesis tindakan dalam bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut : Apakah Terdapat Peningkatan Kemampuan *Shooting free throw* dalam Permainan Bola Basket dengan Melalui Media Audio Visual Pada Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat.

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Bentuk penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut Kunandar (2011:44) menyatakan penelitian tindakan kelas adalah suatu penelitian tindakan yang dilakukan oleh guru yang sekaligus sebagai penelitian dikelasnya atau bersama – sama dengan orang lain (kolaborasi) dengan jalan merancang, melaksanakan dan merefleksikan tindakan secara kolaborasi dan partisipatif yang bertujuan untuk meningkatkan mutu (kualitas) proses pembelajaran di kelasnya melalui suatu tindakan tertentu dalam suatu siklus.

Menurut Saefudin (2012:13) menyatakan suatu proses pemecahan masalah proses pembelajaran di dalam kelas yang dilakukan dengan suatu tindakan melalui kegiatan siklus secara terencana dalam situasi proses pembelajaran, kemudian hasilnya dianalisis dan direfleksikan sehingga dapat diketahui pengaruh dan tindakan tersebut.

Sedangkan menurut Hopkin dalam Saefudin (2012:13) mengemukakan bahwa PTK adalah suatu bentuk kegiatan refleksi diri yang dilakukan oleh para pelaku pendidikan dalam suatu situasi dan kondisi kependidikan untuk meningkatkan rasionalisme dan keadilan tentang praktik – praktik kependidikan, pemahaman tentang praktik – praktik tersebut, dan situasi dimana praktik – praktik pendidikan tersebut dilaksanakan.

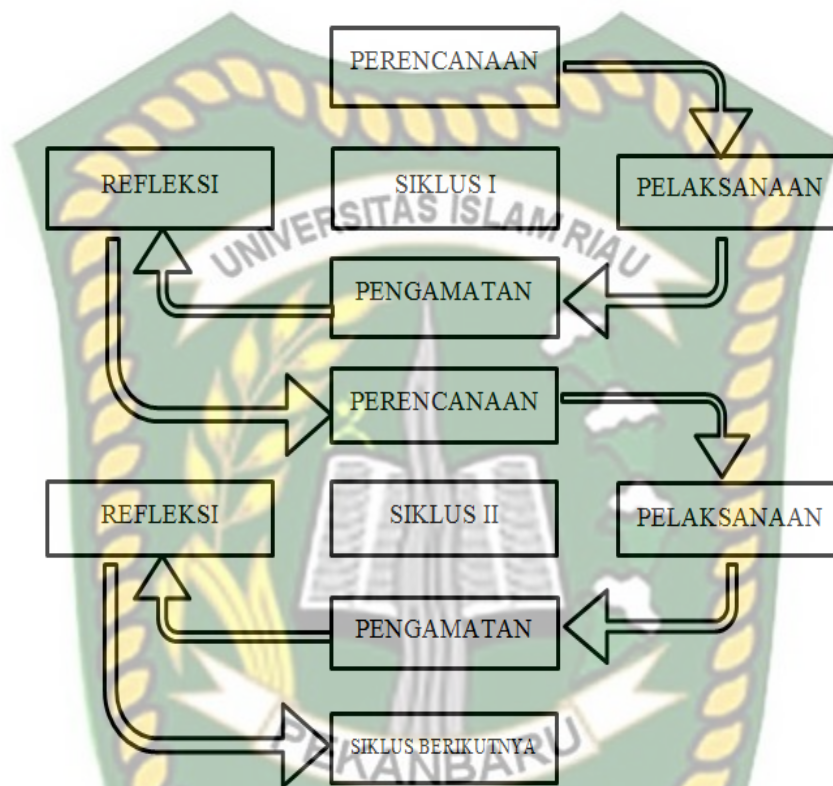


Bedasarkan konsep penelitian tindakan kelas oleh Arikunto (2014:16), ada beberapa ahli yang mengemukakan model penelitian dengan bagan yang berbeda, namun secara garis besar terdapat tahapan yang lazim dilalui, yaitu (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, (4) refleksi.

Bedasarkan pengertian – pengertian di atas bahwa PTK mempunyai kunci – kunci utama, yaitu sebagai berikut :

1. PTK merupakan suatu proses, maksudnya suatu kegiatan diawali dengan adanya masalah dalam proses pembelajaran di dalam kelas, kemudian dipilih suatu tindakan untuk memecahkan masalah tersebut, lantas dianalisis dan direfleksikan hasilnya.
2. Masalah yang dijadikan bahan kajian pada PTK adalah masalah yang terjadi dalam proses belajar mengajar di dalam kelas, maksudnya fokus masalah PTK berkaitan dengan proses dan hasil pembelajaran di dalam kelas.
3. PTK diawali dan di akhiri dari refleksi diri guru atas proses pembelajaran yang dilakukan di dalam kelas.
4. Dalam PTK terdapat adanya suatu tindakan tertentu maksudnya guru terlibat secara langsung dalam merencanakan, mengimplementasikan dan merefleksi atas tindakan yang dilakukan guna meningkatkan kualitas pembelajaran secara kolaboratif dan partisipatif.
5. PTK dilakukan pada saat situasi pembelajaran berlangsung. Maksudnya, PTK dilaksanakan dengan tidak mengganggu perencanaan pembelajaran yang dilakukan.

Adapun prosedur atau langkah – langkah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang mengacu pada Arikunto (2016:42) adalah sebagai berikut:



Dalam penelitian ini, peneliti akan menerapkan pelaksanaan untuk memberikan dampak atau perkembangan terhadap siswa. Jika permasalahan tidak selesai di siklus I, ini akan dilanjutkan ke siklus berikutnya. Peneliti juga akan berkolaborasi dengan guru penjas lainnya untuk menjadi team dalam bekerja sama untuk mengatasi masalah yang dihadapi oleh guru dalam mengajar *shooting free throw* bola basket di SMA Negeri 1 Rengat Barat.

Kegiatan yang dilakukan pada setiap tahap pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

## SIKLUS I

### 1. Perencanaan

- a. Mempersiapkan fasilitas dan sarana pendukung yang diperlukan saat pelaksanaan pengajaran.
- b. Menyampaikan materi tentang *shooting free throw* bola basket dengan bahasan yang mudah di mengerti siswa.
- c. Menyiapkan contoh perintah atau suruhan melakukan tindakan secara jelas.
- d. Akan melaksanakan pemanasan.

### 2. Pelaksanaan

- a. Menyiapkan alat yang digunakan sesuai dengan materi pembelajaran.
- b. Mengamati pelaksanaan keterampilan pengajaran latihan.
- c. Menganalisa penyusunan penggunaan alat pengajaran.
- d. Membimbing pelaksanaan *shooting free throw* bola basket.

### 3. Pengamatan

- a. Mengamati pelaksanaan penyusunan perencanaan pengajaran *shooting free throw* bola basket.
- b. Mendokumentasikan penyusunan perencanaan pengajaran *shooting free throw* bola basket.



- c. Mencatat hasil analisa cara mengorganisasikan *shooting free throw* bola basket.
- d. Mendokumentasikan cara pemanfaatan alat atau media audio visual yang dipakai.
- e. Mengumpulkan informasi yang relevan dengan tujuan pembelajaran.

#### 4. Refleksi

Pada tahap ini, refleksi merupakan suatu tahapan untuk mengkaji secara menyeluruh tindakan yang telah dilakukan. Refleksi sangat tepat dilakukan setelah guru sudah selesai melakukan tindakan, kemudian guru dan peneliti berdiskusi untuk mengimplementasikan rancangan tindakan yang telah dilaksanakan. Pada intinya tujuan dari kegiatan refleksi sebagai tahap evaluasi, apakah tindakan yang dilaksanakan sudah sesuai dengan palinning yang telah ditetapkan. Dari hasil refleksi inilah akan ditentukan perencanaan yang tepat untuk siklus berikutnya.

Pada siklus berikutnya, kegiatan bisa sama saja dengan kegiatan sebelumnya, namun hanya kegiatan siklus kedua terdapat berbagai tambahan perbaikan dan pelaksanaan siklus terdahulu yang tentu saja hasil refleksi pada siklus sebelumnya,

#### 5. Penilaian

Setiap selesai pelaksanaan siklus dilakukan tes untuk mendapatkan hasil kemampuan *shooting free throw* bola basket.

## SIKLUS II

### 1. Perencanaan

- a. Menetapkan materi pokok atau pembahasan yang akan dijadikan penelitian.
- b. Menyusun instrument penelitian dan lembar observasi.
- c. Menyusun lembar evaluasi.
- d. Menyusun lembar refleksi.
- e. Menyusun skenario pelaksanaan tindakan.

### 2. Pelaksanaan

Pada siklus II tindakan kelas akan disesuaikan dengan hasil refleksi. Sebagai prediksi langkah – langkah tindakan adalah sebagai berikut:

- a. Memberikan petunjuk atau penjelasan dan memberi kesempatan kepada siswa memperhatikan dan melakukan gerakan *shooting free throw* bola basket.
- b. Memberikan informasi tentang *shooting free throw* bola basket dengan bahasa yang mudah dimengerti kepada siswa dengan menggunakan media audio visual.
- c. Memancing siswa dengan pertanyaan – pertanyaan yang berhubungan dengan *shooting free throw* bola basket.
- d. Agar siswa memahami materi *shooting free throw* bola basket yang sedang diterangkan, guru memerintahkan salah satu siswa atau dua orang sebagai peraga.

- e. Guru mempraktikkan tahap gerakan untuk melakukan *shooting free throw* bola basket.
- f. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempraktikkan *shooting free throw* bola basket.
- g. Siswa yang lain memperhatikan apa yang diperagakan dengan seksama.
- h. Mencata hasil dari pelaksanaan kegiatan yang dilakukan.
- i. Membuat kesimpulan.

### 3. Pengamatan

- a. Mengamati perkembangan dan pengorganisasian materi pengajaran.
- b. Mencatat hal – hal yang dinilai menarik selama observasi.
- c. Pemantauan dalam jenis kegiatan pengajaran .
- d. Mendokumentasikan penggunaan alat bantu media audio visual sesuai dengan kompetensi.
- e. Mengamati pelaksanaan pembelajaran .
- f. Mengumpulkan informasi yang relevan dengan tujuan penelitian.
- g. Mengenali, merekam dan mendokumentasikan setiap indikator dari semua proses.



#### 4. Refleksi

Hasil observasi dari pelaksanaan tindakan bahan referensi yang digunakan untuk perubahan, perbaikan dan peningkatan pengajaran.

- a. Siswa semangat dan tertarik melakukan kegiatan pembelajaran *shooting free throw* bola basket.
- b. Siswa senang dan bergairah melakukan *shooting free throw* bola basket.
- c. Siswa berkeinginan untuk memperbaiki hasil pembelajaran *shooting throw* bola basket.
- d. Siswa berkeinginan meningkatkan prestasi yang akan dilakukan.

#### 5. Penilaian

Melakukan tes untuk mendapatkan hasil kemampuan *shooting free throw* permainan bola basket.

#### B. Subjek Penelitian

Populasi adalah keseluruhan objek yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat yang berjumlah 35 orang terdiri dari 14 siswa laki – laki dan 21 siswi perempuan, untuk lebih jelasnya dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 1. Populasi Penelitian Siswa kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat

No	Kelas	Putra	Putri	Jumlah
1.	X	14 Orang	21 Orang	35 Orang
Jumlah				35 Orang

Data SMA Negeri 1 Rengat Barat

Karna populasi diatas menggunakan penilaian PTK maka seluruh populasi dijadikan sampel (*Total sampling*).

### C. Defenisi Operasional

Untuk menghindari salah pengertian dan penafsiran, maka penulis merasa perlu memberikan pembatasan pengertian judul sebagai berikut:

- a. Media audio visual adalah merupakan suatu media yang menyampaikan pesan informasi yang berupa suara dan gambar yang dapat membantu peserta didik dalam mencapai tujuan pembelajaran.
- b. *Shooting free throw* adalah tembakan yang terjadi saat pemain melakukan pelanggaran dan juga terjadi pada saat pelanggaran (*foul*) lebih dari empat kali dalam satu tim disebut juga dengan *foul* tim, tembakan *free throw* memperoleh satu angka setiap tembakannya

#### D. Pengembangan Instrumen

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Perangkat pembelajaran

Perangkat pembelajaran yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Silabus

Silabus disusun berdasarkan prinsip yang berorientasi pada pencapaian kompetensi. Berdasarkan prinsip tersebut maka silabus mata pelajaran PJOK yang digunakan memuat standart kompetensi, kompetensi dasar, materi pokok, indikator, penilaian, alokasi waktu dan sumber lain

- b. Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP)

Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) disusun untuk 3 kali pertemuan, setiap RPP yang digunakan memuat standar kompetensi, indikator, tujuan pembelajaran, materi ajar, metode pembelajaran, langkah – langkah kegiatan, alokasi waktu, alat dan sumber serta penilaian dengan berpedoman pada langkah – langkah pembelajaran media audio visual.



- c. Selanjutnya penelitian dilakukan dalam bentuk unjuk kerja dapat di lihat pada tabel berikut :

NO	Aspek yang dinilai	Kualitas gerak				Skor
		1	2	3	4	
1	<b>Sikap Awal</b> 1. Penegasan yang positif, Letakkan kaki untuk ancang – ancang menembak di luar garis, Menyeimbangkan badan dengan tungkai kaki <i>dribble</i> . 2. Bola antara telinga dan bahu, atur nafas, bahu rileks, konsentrasikan pada target tembak.					
2	<b>Pelaksanaan</b> 1. Lihat target <i>ring</i> , Rentangkan kaki, siku, bahu, dan lenturkan jari – jari pada bola. 2. Tembakkan bola ke <i>ring</i> .					
3	<b>Akhir Gerakan</b> 1. Rentangkan lengan, lenturkan telapak tangan saat menembak. 2. Posisi tangan tetap di atas					

		sampai saat bola masuk.					
		<b>Jumlah</b>					
		<b>Skor maksimal : 24</b>					

Keterangan penilai: setiap item pada kolom di atas di isi dengan rentangan nilai 1-4, dengan nilai maksimal: 24

Keterampilan nilai kualitas gerak:

1. Siswa mendapatkan nilai 4 apabila melakukan gerakan *shooting* dengan sangat baik.
2. Siswa mendapatkan nilai 3 apabila dapat melakukan gerakan *shooting* dengan baik.
3. Siswa mendapatkan nilai 2 apabila dapat melakukan gerakan *shooting* dengan cukup baik.
4. Siswa mendapatkan nilai 1 apabila tidak dapat melakukan gerakan *shooting* dengan baik.

Pengolahan: skor yang diperoleh peserta didik dapat diolah menjadi nilai sebagai

berikut:

$$N = \frac{\text{skor peroleh}}{\text{skor maksimal}} \times 10$$

### E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data dan informasi pada penelitian ini menggunakan:

1. Observasi

Penelitian mengamati secara langsung objek yang diteliti, baik dengan cara mengamati maupun mencatatnya.

2. Perpustakaan.

Penulisan mengamati data – data yang bersumber dari buku yang berhubungan dengan masalah yang diteliti sehingga dapat menunjang dan mendukung landasan teori dalam penelitian ini.

3. Pengukuran

Untuk mengumpulkan data penelitian, penelitian menggunakan tes yaitu dalam bentuk unjuk kerja sesuai dengan di atas

### F. Teknik Analisis Data

Selanjutnya *interval* dan kategori penelitian terhadap kemampuan *shooting free throw* berdasarkan pada:

Tabel 2. Interval Kategori Kemampuan *Shooting free throw* Bola Basket

No	Interval	Kategori
1	70 sd 100	Tuntas
2	10 sd 69	Tidak Tuntas

Data Kesiswaan SMA Negeri 1 Rengat Barat

Ketentuan individu tercapai apabila siswa mencapai 70% dari hasil tes atau 70. Ketentusan klasikal tercapai apabila 80% dan seluruh siswa mampu



melakukan teknik *shooting free throw* bola basket dengan benar dengan nilai minimal 70 maka kelas itu dikatakan tuntas. Adapun rumus yang dipengaruhi untuk menentukan ketuntasan klasikal sebagai berikut

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \text{ (Sudijono, 2004:43)}$$

P = Angka Persentase ketuntasan klasikal

F = Frekuensi siswa yang tuntas

N = Jumlah siswa



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

#### A. Deskripsi Data

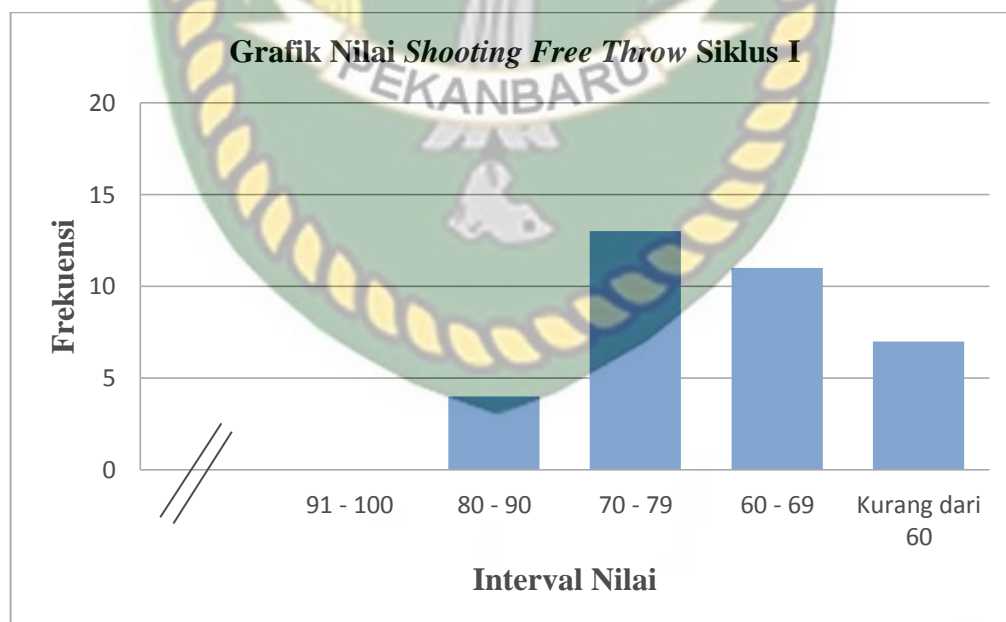
Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK), Jadi data yang di peroleh berupa hasil observasi dan hasil penelitian belajar siswa atau kemampuan siswa. Hasil observasi merupakan pengamatan yang dilakukan terhadap aktivitas guru dan siswa dalam proses pembelajaran, Sedangkan kemampuan siswa yang di nilai disini adalah kemampuan *Shooting Free Throw* permainan bola basket. Kemudian data mengenai aktifitas guru, siswa dan kemampuan siswa dipaparkan dalam bentuk table. Selanjutnya hasil pemaparan table tersebut diuraikan dalam bentuk penjelasan. Dari uraian akan dikemukakan apakah hasil yang diperoleh telah atau belum dapat meningkatkan kemampuan *Shooting Free Throw* permainan bola basket melalui media audio visual pada siswa kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat. Keberhasilan tersebut disesuaikan dengan indikator kinerja yang telah ditetapkan dalam penelitian ini. Adapun bentuk pembahasan penelitian ini dipaparkan dan diuraikan sebagai berikut.

Dari hasil penelitian yang di lakukan siklus I diperoleh nilai maksimum adalah 83 dengan frekuensi 4 (11.43%) dan nilai minimum adalah 50 dengan frekuensi 3 atau (8.57%) dan siswa yang tuntas sebanyak 17 orang siswa (48.57%) serta tidak tuntas sebanyak 18 orang (51.43%). Untuk lebih jelas dapat dilihat lampiran I. Dibawah ini merupakan tabel interval nilai siklus I.

Tabel. 3 Interval Nilai *Shooting Free Throw* Siswa Kelas X MIPA1 Siklus I

Kriteria Penilaian	Klasifikasi Nilai	Frekuensi	Presentase
91 – 100	Sangat Baik	-	-
80 – 90	Baik	4	11.43%
70 – 79	Cukup	13	37.14%
60 – 69	Kurang	11	31.43%
Kurang dari 60	Sangat Kurang	7	20%
Jumlah Siswa yang Tuntas		17	48.57%
Jumlah Siswa		35	100%

Dari tabel di atas dapat diketahui siswa yang mendapat nilai dalam kategori baik yaitu 4 siswa (11.43%), siswa yang mendapat nilai cukup yaitu 13 siswa (37.14%), siswa yang mendapat nilai kurang yaitu 11 siswa (31.43%), dan siswa yang mendapat nilai sangat kurang yaitu 7 siswa (20%). Berikut merupakan grafik nilai siswa pada siklus I.

Grafik 1. Histogram Penilaian *Shooting Free Throw* Siklus I Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat



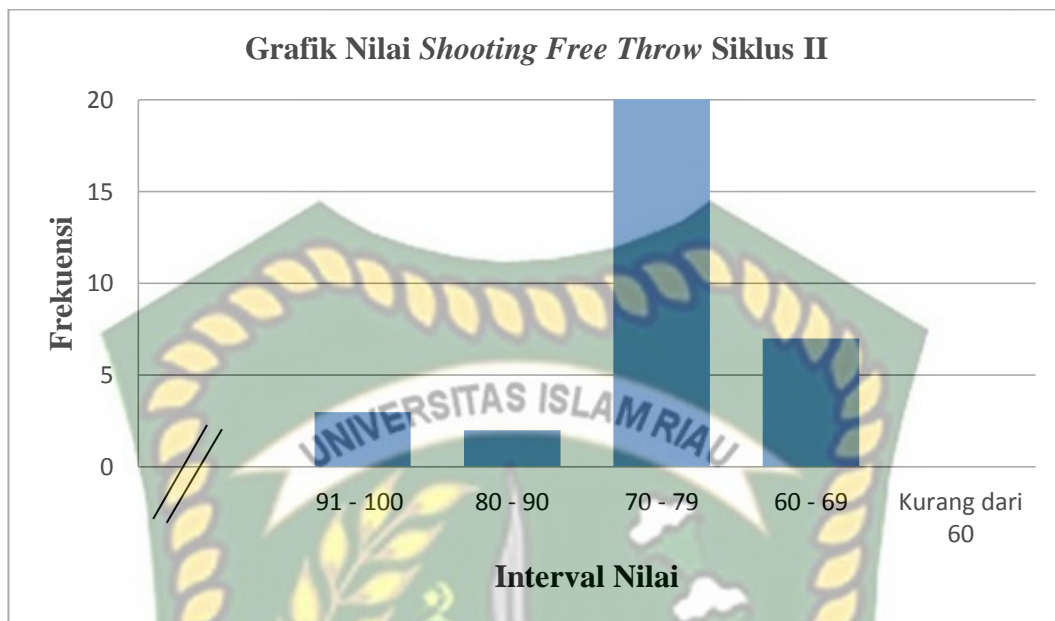
Selanjutnya dilakukan perencanaan siklus II yakni diperoleh penilaian unjuk kerja. Dari hasil penilaian tersebut diperoleh data hasil penilaian dengan perolehan nilai tiap-tiap siswa pada siklus II, untuk lebih jelas dapat dilihat penjelasan di bawah ini.

Dari hasil penilaian yang dilakukan pada siklus II yakni diperoleh nilai maksimum adalah 96 dengan frekuensi 3 (8.58%) dan nilai minimum adalah 67 dengan frekuensi 7 (20%) dan siswa yang tuntas sebanyak 28 siswa (80%) dan yang tidak tuntas sebanyak 7 siswa (20%). Dibawah ini merupakan tabel interval nilai siklus II.

Tabel 4. Interval Nilai *Shooting Free Throw* Siswa X MIPA1 Siklus II

Kriteria Penilaian	Klasifikasi Nilai	Frekuensi	Presentase
91 – 100	Sangat Baik	3	8.58%
80 – 90	Baik	2	5.71%
70 – 79	Cukup	23	65.71%
60 – 69	Kurang	7	20%
Kurang dari 60	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah Siswa yang Tuntas		28	80%
Jumlah Siswa		35	100%

Dari tabel di atas dapat diketahui siswa yang mendapat nilai dalam kategori sangat baik yaitu 3 siswa (8.58%), siswa yang mendapat nilai baik yaitu 2 siswa (5.71%), siswa yang mendapat nilai cukup yaitu 23 siswa (65.71%), siswa yang mendapat nilai kurang yaitu 7 siswa (20%), dan tidak ada siswa yang mendapat nilai sangat kurang. Berikut merupakan grafik nilai siswa pada siklus II.



Grafik 2. Histogram Penilaian *Shooting Free Throw* Siklus II Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat

### B. Analisis Data

Berdasarkan diskripsi data yang dipaparkan di atas, maka dapat dilihat bahwa dengan penerapan Media Audio Visual kepada siswa pada saat melakukan *Shooting Free Throw* meningkat. Penilaian siklus I menunjukkan kategori tuntas terdapat 17 siswa (48.57%), dan yang tidak tuntas sebanyak 18 siswa (51.43%). Sedangkan pada siklus II yang tuntas adalah 28 siswa (80%) dan yang tidak tuntas sebanyak 7 siswa (20%) . untuk lebih jelas mengenai peningkatan hasil belajar siswa dalam teknik dasar *Shooting Free Throw* bola basket, dapat dilihat keterangan hasil belajar siswa dalam menggunakan Media Audio Visual dari data siklus I, dan siklus II pada tabel dibawah ini.

Tabel 5. Kategori Keberhasilan Kemampuan *Shooting Free Throw* Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat Siklus I.

No	Jumlah	Kategori	Persentase	Keterangan
1	4	Baik	11.43%	Tuntas
2	13	Cukup	37.14%	Tuntas
3	11	Kurang	31.43%	Tidak Tuntas
4	7	Sangat Kurang	20%	Tidak Tuntas

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa dari subjek penelitian penelitian sebanyak 35 siswa. 4 siswa (11.43%) kategori baik, 13 siswa (37.14%) kategori cukup, 11 siswa (31.43%) kategori kurang, dan 7 siswa (20%) kategori sangat kurang.

Tabel 6. Kategori Keberhasilan Kemampuan *Shooting Free Throw* Siswa Kelas X MIPA 1 SMA Negeri 1 Rengat Barat Siklus II.

No	Jumlah	Kategori	Persentase	Keterangan
1	3	Sangat Baik	8.58%	Tuntas
2	2	Baik	5,71%	Tuntas
3	23	Cukup	65,71%	Tuntas
4	7	Kurang	20%	Tidak Tuntas

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa dari subjek penelitian penelitian sebanyak 35 siswa. 3 siswa (8.58%) kategori sangat baik, 2 siswa (5,71%) kategori baik, 23 siswa (65.71%) kategori cukup, 7 siswa (20%) kategori kurang. Lebih jelasnya mengenai peningkatan hasil belajar siswa dalam *Shooting Free Throw* pada permainan bola basket, dapat dilihat keterangan hasil belajar siswa

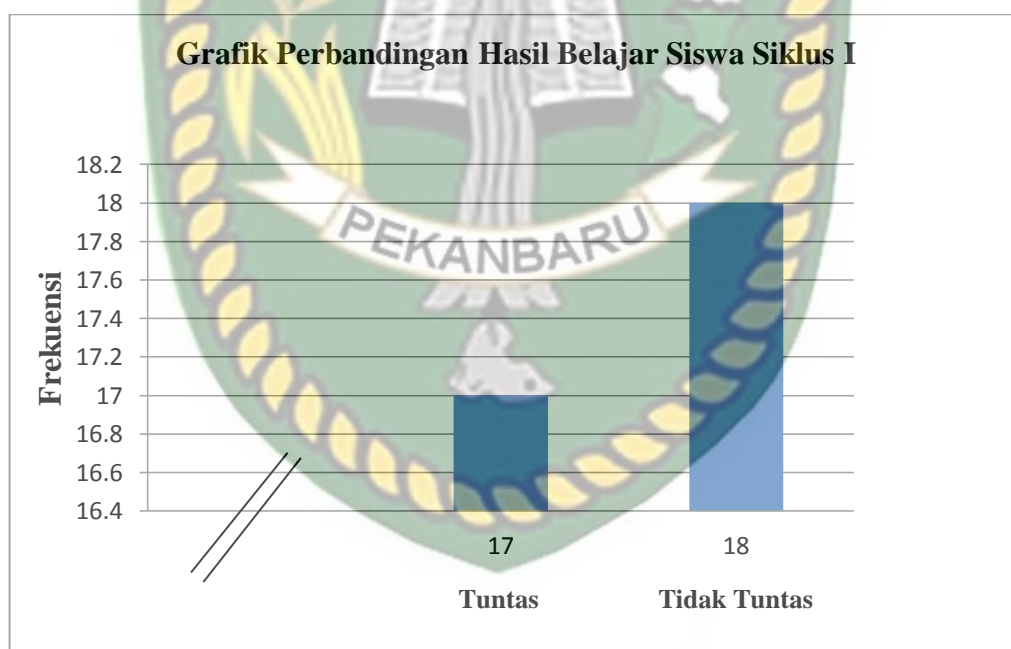


menggunakan Media Audio Visual dari data siklus I, dan siklus II pada tabel berikut ini :

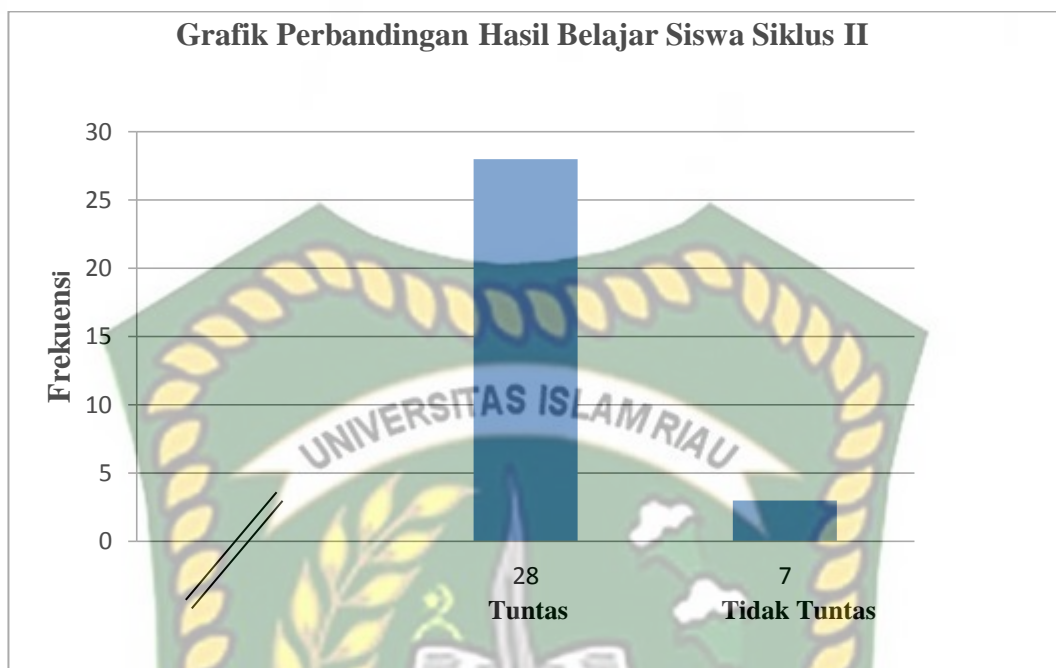
Tabel 7. Perbandingan Hasil Belajar Siswa dalam Menggunakan Strategi Variasi Mengajar

	Siklus I	Siklus II	Keterangan
Tuntas	17 (48.57%)	28 (80%)	Adanya peningkatan
Tidak tuntas	18 (51.43%)	7 (20%)	
Jumlah	35 (100%)	35 (100%)	

Berikut merupakan grafik perbandingan hasil belajar siswa pada siklus I dan siklus II



Grafik 3. Histogram Perbandingan Hasil Belajar *Shooting Free Throw* Siklus I Siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat



Grafik 4. Histogram Perbandingan Hasil Belajar *Shooting Free Throw* Siklus II Siswa Kelas X MIPA 1 SMA Negeri 1 Rengat Barat

Dari pemaparan data di atas, dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan hasil belajar siswa antara siklus I dengan siklus II menggunakan Media Audio Visual. Hal tersebut dapat dilihat dari perbandingan hasil pada siklus I dan siklus II. Siklus I jumlah siswa yang tuntas yaitu 17 siswa (48.57%) dan jumlah siswa yang tidak tuntas sebanyak 18 siswa (51.43%), sedangkan pada siklus II jumlah siswa yang tuntas lebih banyak dari siswa yang tuntas pada siklus I yaitu 28 siswa (80%) dan jumlah siswa yang tidak tuntas sebanyak 7 siswa (20%).

### C. Pembahasan

Setelah proses pengambilan data, dilanjutkan dengan analisa data dari hasil penilaian unjuk kerja guna untuk mengetahui peranan Media Audio Visual dalam pembelajaran *Shooting Free Throw* bola basket. Hasil analisa data dapat dijelaskan bahwa Media Audio Visual ternyata dapat meningkatkan kemampuan *Shooting Free Throw* bola basket kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat.

Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa pada siklus I yang tuntas 17 siswa dan yang tidak tuntas 18 siswa, dan siklus II siswa tuntas sebanyak 20 siswa dan yang tidak tuntas 7 siswa dengan hasil terdapat peningkatan dari jenjang setiap siklus. Berdasarkan hasil belajar yang diperoleh siswa dalam teknik dasar *Shooting Free Throw* dapat dilihat dari selisih peningkatan hasil belajar yang siswa perlihatkan dalam penggunaan Media Audio Visual pada proses pembelajaran.

Dalam proses belajar-mengajar, hasil belajar yang di harapkan dapat dicapai oleh siswa penting diketahui oleh guru, agar guru dapat merancang atau mendesain pengajaran secara tepat dan terarah. Setiap proses belajar – mengajar keberhasilannya diukur dari seberapa jauh hasil belajar yang dicapai siswa, disamping diukur dari segi prosesnya. Artinya, seberapa jauh hasil belajar harus nampak dalam tujuannya, sebab tujuan itulah yang akan dicapai oleh proses belajar-mengajar.

Penyelenggaraan program pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu ”*developmental appropriate*“ (DAP). Artinya yaitu tugas belajar yang di



berikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan anak didik yang sedang belajar. Tugas ajar yang sesuai ini harus mampu mengakomodasi setiap perubahan yang lebih baik

Dari uraian yang dikemukakan sebelumnya, pada siklus pertama masih banyak siswa yang nilainya tidak mencapai KKM atau tidak tuntas hal ini disebabkan oleh rendahnya *focus* dan motivasi siswa dalam melakukan gerakan teknik dasar *Shooting Free Throw*, banyak siswa yang masih salah dalam setiap gerakan, terlihat dalam melakukan gerakan masih kaku dan ragu-ragu menembakkan dan posisi kedua kaki yang belum benar serta sarana yang dibutuhkan, seperti kurangnya perlengkapan bola basket untuk siswa dalam melakukan teknik *Shooting Free Throw*, sehingga hasil yang dicapai belum memuaskan. Hal ini menunjukkan bahwa proses pembelajaran yang dibawakan peneliti masih perlu perencanaan yang lebih baik dengan memperhatikan kelemahan dan kekuatan yang telah teridentifikasi pada siklus pertama sebagai dasar perbaikan siklus kedua.

Pada siklus kedua siswa baru bisa mencapai hasil yang baik. Hal ini disebabkan siswa mulai mampu melakukan teknik *Shooting Free Throw* dengan benar, baik dari sikap penegasan yang positif, sikap kaki. Hal ini membuktikan bahwa Media Audio Visual dapat meningkatkan kemampuan *Shooting Free Throw* permainan bola basket siswa Kelas X MIPA1 SMA Negeri 1 Rengat Barat. Guna mendapatkan hasil yang maksimal, adanya beberapa faktor yang perlu diperhatikan baik bagi guru maupun pihak sekolah, agar pembelajaran pendidikan

jasmani di sekolah berjalan dengan lancar dan baik sehingga hasil belajar siswa akan semakin baik. Beberapa faktor yang perlu diperhatikan itu adalah :

1. Ketersediaan Sarana Dan Prasarana

Ketersediaan sarana penunjang olahraga khususnya olahraga permainan bola basket seperti jumlah bola yang dimiliki sekolah yang tidak begitu memadai.

2. Pembinaan Dari Guru Olahraga

Selama pembinaan pembelajaran guru bukan hanya mengajarkan dan mengontrol siswa tapi juga memberi motivasi kepada siswa, dan disamping itu juga harus tegas terhadap siswa agar siswa terbiasa serius dalam mengikuti proses pembelajaran.

3. Metode Pembelajaran

Dalam proses pembelajaran guru harus menerapkan metode yang mudah dipahami dan dilakukan oleh siswa. Sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan lancar serta tujuan pembelajaran dapat tercapai.

## BAB V

### KESIMPULAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap siswa kelas X MIPA 1 SMA Negeri 1 Rengat Barat tentang peningkatan pembelajaran *Shooting Free Throw* dalam permainan bola basket melalui Media Audio Visual, diperoleh hasil sebagai berikut: terdapat peningkatan kemampuan teknik dasar *Shooting Free Throw* dalam permainan bola basket melalui Media Pembelajaran Audio Visual pada siswa kelas X MIPA 1 SMA Negeri 1 Rengat Barat. Menurut penjelasan data sebelumnya dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini dari subjek penelitian sebanyak 35 siswa, 28 orang siswa yang tuntas dengan persentase 80% dan 7 siswa tidak tuntas dengan persentase 20% termasuk dalam kategori “Kurang”

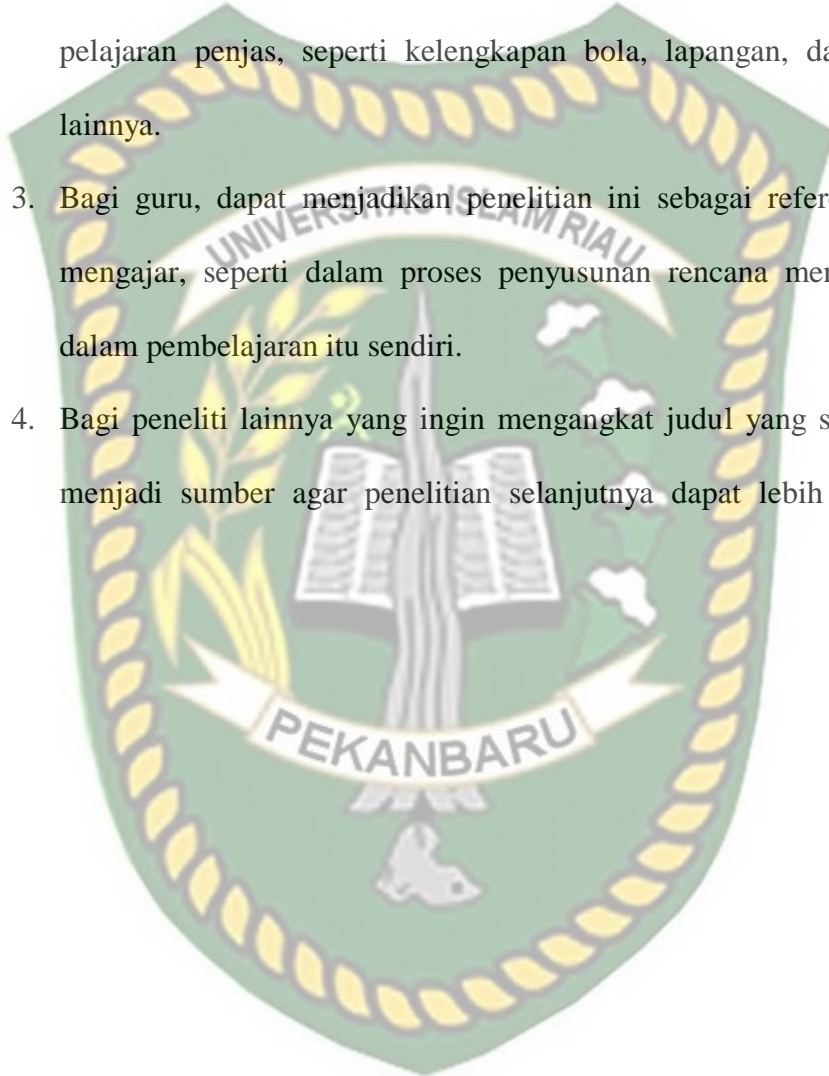
#### B. Saran

Hasil kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan Media Audio Visual dalam pembelajaran dapat meningkatkan keterampilan *Shooting Free Throw* dalam permainan bola basket pada siswa. Dengan hasil tersebut peneliti ingin menyampaikan beberapa saran yang berkaitan dengan penelitian ini, antara lain:

1. Kepada seluruh siswa agar lebih serius dalam mengikuti pelajaran dan olahraga dan dapat menerapkan ilmu yang dipelajari dari guru dapat diterapkan dan dapat menghasilkan prestasi yang membanggakan.



2. Bagi sekolah, dapat meningkatkan kualitas proses belajar mengajar, khususnya pada pelajaran pendidikan jasmani salah satu langkah yang dapat dilakukan sekolah yaitu melengkapi sarana dan prasarana pelajaran penjas, seperti kelengkapan bola, lapangan, dan alat-alat lainnya.
3. Bagi guru, dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi dalam mengajar, seperti dalam proses penyusunan rencana mengajar atau dalam pembelajaran itu sendiri.
4. Bagi peneliti lainnya yang ingin mengangkat judul yang sama, dapat menjadi sumber agar penelitian selanjutnya dapat lebih sempurna.





Dokumen ini adalah Arsip Milik :

**Perpustakaan Universitas Islam Riau**

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdulhak, I, dan Darmawan. 2013. *Teknologi Pendidikan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Ahmad, N. 2016. Pengaruh Model Pelatihan Hall Moon Shooting dan Knockout Shooting Terhadap Shooting Free Throw Pada Pemain Tri Darma Jombang. *Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. 4 (3),127 – 133.
- Ahmadi, N. 2007. *Permainan Bola Basket*. Surakarta : Era Intermedia.
- Amber, V. 2016. *Petunjuk untuk Pelatih dan Pemain Bola Basket*. Bandung : Pionir Jaya.
- Arikunto, dkk. 2016. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada
- Arsyad, A. 2010. *Media Pembelajaran*. Jakarta : PT RajagrafindoPersada.
- Asyhar, H. R . 2012. *Kreatif Mengembangkan Media Pembelajaran*. Jakarta : Referensi Jakarta.
- Budi, B A S. 2014. Penggunaan Media Audiovisual Dengan Media Gambar Terhadap Hasil Belajar *Shooting* Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 02 (03), 612 – 616.
- Candra, O. 2017. Pengaruh Metode Kooperatif Terhadap Keterampilan Bermain Bola Basket Pada Siswa Puteri Kelas VIII Di SMP Negeri 9 Pekanbaru. *Journal Sports Area*. 2(1), 45-52. Doi : 10.25299/sportarea. 2017. 2 (1), 49 – 52.
- Candra, O. 2019. Keterampilan *Lay Up Shoot* Bola Basket. Surabaya : Media Sahabat Cendikia.
- Hasan, H. 2016. Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Ketuntasan Belajar IPS Materi Perkembangan Teknologi Produksi, Komunikasi, Dan Transportasi Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 20 Banda Aceh. *Jurnal Pesona Dasar*. 3 (40), 22 – 33.
- Kosasih, D. 2008. *Fundamental Basketball (first step to win)*. Semarang : Karangturi Media.
- Kunandar. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : PT Raja GrafindoPersada.
- Kustandi, C, dan Bambang , S. 2011. *Media Pembelajaran Manual dan Digital*. Bogor : Ghalia Indonesia.



- Mahnun, N. 2012. Kajian Terhadap Langkah – langkah Pemilihan Media Dan Implementasi Dalam Pembelajaran. *Jurnal Pemikiran Islam*. 37 (1), 26 – 35.
- Oliver, J. 2004. *Dasar – dasar Bola Basket*. United States Of America : Pakar Raya.
- P. Anindiyah, R. 2017. Perbandingan Metode bagian (*Part Method*) Terhadap Hasil *Shooting* Dalam Permainan Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 05 (03). 490 – 495.
- Purwono. J. 2014. Penggunaan Media Audio Visual Pada Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam. *Jurnal Teknologi Pendidikan Dan Pembelajaran*. 2 (2), 127 - 144
- Rusman, dkk. 2011. *Pembelajaran Berbasis Teknologi Informasi dan Komunikasi*. Jakarta : PT Rajagrafindo Persada.
- Rustanto, H. 2017. Meningkatkan Pembelajaran *Shooting* Bola Basket Dengan Menggunakan Media Gambar. *Jurnal Pendidikan Olahraga*. 6 (2). 75 – 86.
- Saefudin, A. 2012. *Meningkatkan Profesionalisme Guru dengan PTK*. PT Citra Aji Parama.
- Sudijono, A. 2012. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta : PT Rajagrafindo Persada,
- Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005. *Tentang Sistem Keolahragaan Indonesia*.
- Utomo, M. 2015. Pengaruh Pemberian *Reward* Terhadap Hasil Belajar *Shooting* Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 03 (02). 434 – 442.
- Wissel, H. 2000. *Steps To Succes Bola Basket*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.