

# PENGARUH PERBEDAAN PENDEKATAN PEMBELAJARAN DAN PERSEPSI KINESTETIK TERHADAP HASIL TEMBAKAN *LAY UP* BOLA BASKET

PUTRA PRASETIA

Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Program Studi Magister Keguruan Olahraga  
Brilyan10@gmail.com

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

## ABSTRAK

**Putra Prasetia:** Pengaruh Perbedaan Pendekatan Pembelajaran dan Persepsi Kinestetik Terhadap Hasil Tembakan *Lay Up* Bola Basket

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui : 1) Perbedaan pengaruh antara praktik padat dengan praktik terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. 2) Perbedaan hasil tembakan *lay up* bola basket antara siswa putra yang memiliki persepsi kinestetik tinggi dan rendah. 3) Pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen* dengan rancangan faktorial 2 x 2. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 8 Kota Kediri tahun pelajaran 2016-2017 yang berjumlah 170 siswa. teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini sebanyak 15 siswa. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan persepsi kinestetik diukur dengan tes *Vertical Linier Space Test* dan pengumpulan data *lay up* diukur dengan test *Wincousin Bounce and Shoot*. Teknik analisis data yang digunakan adalah ANAVA dua jalan.

Hasil penelitian : 1) Berdasarkan analisis anava dua jalur, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 < 0,05 atau nilai  $F_{hitung} (17,298) > F_{tabel} (4,085)$ , hal ini berarti ada perbedaan pengaruh antara praktik padat dan praktik terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket; 2) Berdasarkan analisis anava dua jalur, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,002 < 0,05 atau nilai  $F_{hitung} (11,048) > F_{tabel} (4,085)$  hal ini berarti ada perbedaan hasil tembakan *lay up* bola basket antara siswa putra yang memiliki persepsi kinestetik tinggi dan rendah; dan 3) Berdasarkan analisis anava dua jalur, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 < 0,05 atau nilai  $F_{hitung} (25,637) > F_{tabel} (4,113)$  hal ini berarti ada pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

Kesimpulan penelitian ini adalah (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara pendekatan pembelajaran dengan praktik padat dan terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. Pengaruh pendekatan pembelajaran praktik terdistribusi lebih baik dari pada praktik padat terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket; (2) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara persepsi kinestetik tinggi dengan persepsi kinestetik rendah terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. Hasil tembakan *lay up* bola basket pada siswa yang memiliki persepsi kinestetik tinggi lebih baik dari pada yang memiliki persepsi kinestetik rendah; 3) Terdapat interaksi yang signifikan antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

**Kata kunci :** tembakan *lay up* bola basket, persepsi kinestetik, praktik padat dan terdistribusi.

## I. LATAR BELAKANG

Tembakan *lay up* merupakan teknik dasar dalam permainan bola basket namun sulit dipelajari, lebih-lebih untuk siswa yang belum terampil. Tembakan *lay up* memiliki tingkat kesulitan dan kompleksitas yang tinggi karena mencakup unsur-unsur; koordinasi mata tangan dan kaki, *timing*, tempo, irama langkah, keseimbangan dinamis dan akurasi.

Berdasarkan pengalaman peneliti selama mengajar pembelajaran bola basket, keberhasilan pembelajaran *lay up* bola basket rata-rata kurang dari lima puluh persen. Faktor penyebab banyaknya siswa yang mengalami kesulitan dalam mengikuti materi pembelajaran adalah kemampuan fisik siswa yang belum optimal, serta pendekatan latihan yang tidak sesuai dengan cabang olahraga bola basket.

Ada beberapa macam pendekatan pembelajaran yang digunakan yaitu praktik padat dan terdistribusi. Faktor lain yang perlu dicermati dari potensi siswa, yaitu kemampuan untuk menyadari posisi dan gerakan yang telah dilakukan. Tinggi rendahnya kemampuan untuk merasakan dan menyadari gerakan sendiri ini akan berpengaruh pada keberhasilan dalam menguasai teknik tertentu. Untuk

peningkatan tembakan *lay up* dan pengaruh dari kesadaran akan posisi dan gerakan tubuh yang biasa disebut persepsi kinestetik, maka muncul gagasan dari peneliti untuk mengkaji lebih mendalam tentang penerapan pelatihan berurutan, pelatihan terus menerus dalam kaitannya dengan tingkat persepsi kinestetik untuk meningkatkan gerakan tembakan *lay up* bola basket. Persepsi kinestetik yang baik adalah suatu persyaratan dalam usaha mencapai prestasi maksimal bagi seseorang dalam latihan tembakan *lay up* bola basket.

Perbedaan persepsi kinestetik dapat dibedakan menjadi dua yaitu persepsi kinestetik tinggi serta persepsi kinestetik rendah. Perbedaan persepsi kinestetik yang ada pada pemain bola basket harus menjadi pertimbangan sebagai suatu faktor yang menentukan dalam gerakan tembakan *lay up* bola basket.

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Terdapat banyak faktor-faktor yang dapat mempengaruhi hasil tembakan *lay up* bola basket.
2. Didalam praktek padat dan praktek terdistribusi memiliki peranan terhadap hasil tembakan yang

diterapkan dalam proses latihan terhadap hasil latihan.

3. Pendekatan pembelajaran yang tepat untuk digunakan dalam gerakan tembakan *lay up* bola basket pada Siswa Putra SMA Negeri 8 Kota Kediri pada Tahun pelajaran 2016-2017 sangat beragam.
4. Persepsi kinestetik mempengaruhi kemampuan tembakan *lay up* bola basket pada Siswa Putra SMA Negeri 8 Kota Kediri pada Tahun pelajaran 2016-2017.

Penerapan pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket pada Siswa Putra SMA Negeri 8 Kota Kediri pada Tahun pelajaran 2016-2017.

Tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui:

1. Perbedaan pengaruh antara praktik padat dengan praktik terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.
2. Perbedaan hasil tembakan *lay up* bola basket antara siswa putra yang memiliki persepsi kinestetik tinggi dan rendah.
3. Pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil

tembakan *lay up* bola basket.

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian yang di lakukan oleh Haryanto (2009) tentang perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran dan *motor ability* terhadap hasil pembelajaran *groundstroke forehand* tenis lapangan (studi eksperimen pendekatan pembelajaran *massed practice* dan *distributed practice* pada siswa putra kelas 5 SD Negeri Jeruk Sawit 1 dan 2 Gondangrejo Karanganyar), yang menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara pendekatan pembelajaran *massed practice* dan *distributed practice* terhadap kemampuan *groundstroke forehand* tenis lapangan pada siswa putra SD N Jeruksawit Gondangrejo Karanganyar, ada perbedaan pengaruh antara *motor ability* tinggi dan rendah terhadap kemampuan *groundstroke forehand* tenis lapangan pada siswa putra SD N Jeruksawit Gondangrejo Karanganyar.

Penelitian yang lain yang telah dilakukan tentang persepsi kinestetik yaitu penelitian oleh Sunarso (2015) Universitas Negeri Sebelas Maret Surakarta dengan judul “Pengaruh Umpan Balik dengan Alat Bantu Audiovisual dan Umpan Balik

Langsung terhadap Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan Bola Basket ditinjau dari persepsi Kinestetik (studi Eksperimen pada Siswa SMP Negeri 2 Surakarta)” dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa pada siswa yang mendapatkan umpan balik audio visual mempunyai peningkatan hasil belajar keterampilan bola basket yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok siswa yang menggunakan umpan balik langsung.

Irwansyah (2015) Pendidikan Pascasarjana Universitas Syiah Kuala tentang “Hubungan Kecerdasan Kinestetik dan Interpersonal serta Intrapersonal dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani di MTsN Kuta Baro Aceh Besar” menyatakan bahwa kecerdasan kinestetik memiliki hubungan dengan hasil belajar, selanjutnya kecerdasan interpersonal juga memiliki hubungan dengan hasil belajar siswa dan kecerdasan intrapersonal juga memiliki hubungan dengan hasil belajar siswa sedangkan kecerdasan kinestetik, interpersonal dan intrapersonal secara bersama-sama dipastikan memiliki hubungan dengan hasil belajar siswa MTsN Kuta Baro.

Penelitian oleh Agustinus (2007)

tentang “Hubungan Antara Persepsi Kinestetik dengan Keberhasilan Smash Bolavoli Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Pangudi Luhur Muntilan Kabupaten Magelang Tahun 2006/2007” menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara koefisien korelasi persepsi kinestetik dengan keberhasilan smash dalam permainan bola voli siswa Sekolah Menengah Kejuruan Pangudi Luhur Muntilan.

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir dapat disusun hipotesis sebagai berikut:

1. Ada perbedaan pengaruh antara praktik padat dan praktik terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.
2. Ada perbedaan hasil tembakan *lay up* bola basket antara siswa putra yang memiliki persepsi kinestetik tinggi dan rendah.
3. Ada pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

## II. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini ada 2 variabel bebas yaitu Variabel bebas 1 atau X1 :variable manipulative yaitu praktik padat dan terdistribusi, serta

Variable bebas 2 atau X<sub>2</sub>: variable bebas attributive yaitu persepsi kinestetik rendah dan persepsi kinestetik tinggi.

Tabel 1 Kerangka Desain Penelitian

	Variabel Atribut	Persepsi Kinestetik	
		Tinggi	Rendah
Pendekatan Pembelajaran (A)	Praktik Padat	a <sub>1b</sub>	a <sub>1b</sub>
	Praktik Terdistribusi (a <sub>2</sub> )	a <sub>2b</sub>	a <sub>2b</sub>

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen yang bertujuan untuk membandingkan dua perlakuan yang berbeda kepada subjek penelitian dengan menggunakan teknik desain faktorial.

Data dalam penelitian ini disusun suatu kerangka desain penelitian dengan rancangan faktorial 2x2.

Penelitian ini dilaksanakan selama dua bulan dimulai Bulan November sampai dengan Desember 2016, dengan frekuensi pertemuan setiap hari Kamis. Lamanya latihan 90 menit setiap kali pertemuan. Jumlah pertemuan 5 kali.

Tabel 2 Pelaksanaan tempat dan waktu penelitian

No	Hari, tanggal	Materi	Durasi	Tempat
1.	Kamis, 17-11-2016	- Penilaian persepsi kinestetik - <i>Dribble</i> bola basket - Tembakan <i>lay up</i> bola basket	90 menit	Lap. Bola basket SMAN 8 Kota Kediri
2.	Kamis, 24-11-2016	- <i>Dribble</i> bola basket - Tembakan <i>lay up</i> bola basket	90 menit	Lap. Bola basket SMAN 8 Kota Kediri
3.	Kamis, 1-12-2016	- <i>Dribble</i> bola basket - Tembakan <i>lay up</i> bola basket	90 menit	Lap. Bola basket SMAN 8 Kota Kediri
4.	Kamis, 8-11-2016	- <i>Dribble</i> bola basket - Tembakan <i>lay up</i> bola basket	90 menit	Lap. Bola basket SMAN 8 Kota Kediri
5.	Kamis, 15-11-2016	- <i>Dribble</i> bola basket - Tembakan <i>lay up</i> bola basket	90 menit	Lap. Bola basket SMAN 8 Kota Kediri

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra kelas X SMA Negeri 8 Kota Kediri yang berjumlah 170 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Pertimbangan atau kriteria yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas X SMA Negeri 8 Kota Kediri yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket sejumlah

20 siswa dan yang masuk tim bola basket SMA Negeri 8 Kota Kediri sejumlah 15 siswa.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Persepsi kinestetik diukur dengan tes *Vertical Linier Space Test*. Tes tembakan *lay up* bola basket pada siswa putra SMA Negeri 8 Kota Kediri yang dilakukan dalam pengambilan data adalah dengan mengadakan tes *Bounce and Shoot Wiscounsin*.

Teknik analisis yang dipakai dalam penelitian ini adalah analisis variansi dua jalur (Anava dua jalur). Persyaratan data statistik agar dapat diuji menggunakan Anava adalah sebaran data harus normal dan homogen, sehingga sebelumnya perlu dilakukan uji prasyarat analisis yaitu uji normalitas dengan bantuan aplikasi SPSS versi 20 dengan perumusan hipotesis sebagai berikut:

- 1)  $H_0$  berbunyi data tidak berdistribusi normal.
- 2)  $H_a$  berbunyi data berdistribusi normal.

Serta dengan uji homogenitas dengan bantuan aplikasi SPSS versi 20 dengan perumusan hipotesis:

- 1)  $H_0$  berbunyi tidak berasal dari varians yang sama.

- 2)  $H_a$  berbunyi berasal dari varians yang sama.

Pengujian hipotesis dengan aplikasi SPSS adalah:

- 1) Nilai probability (sig) > 0,05, maka  $H_0$  ditolak
- 2) Nilai probability (sig) < 0,05, maka  $H_0$  diterima

### III. HASIL DAN KESIMPULAN

Dari data hasil prediksi keterampilan tembakan *lay up* sebelum diberi perlakuan, setelah dianalisis menggunakan SPSS, maka diperoleh hasil pengujian seperti tercantum dalam tabel berikut :

Tabel 3 Hasil Uji Normalitas dengan SPSS.

<b>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</b>		
		Lay Up Bola Basket
N		15
Normal Parameters a,b	Mean	2.8410
	Std. Deviation	1.11564
Most Extreme Differences	Absolute	.134
	Positive	.134
	Negative	-.083
Kolmogorov-Smirnov Z		.846
Asymp. Sig. (2-tailed)		.471
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		

Dari hasil output SPSS diperoleh hasil uji normalitas dengan kolmogorov-smirnov dengan nilai Sig. = 0,846 ternyata lebih besar daripada 0,05, sehingga hipotesis nol ditolak yang artinya data berdistribusi normal.

Dengan data yang sama dianalisis menggunakan uji *Barlett*, maka diperoleh hasil pengujian yang tercantum dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4 Hasil Uji Homogenitas  
Dengan SPSS

**Levene's Test of Equality of Error  
Variances<sup>a</sup>**

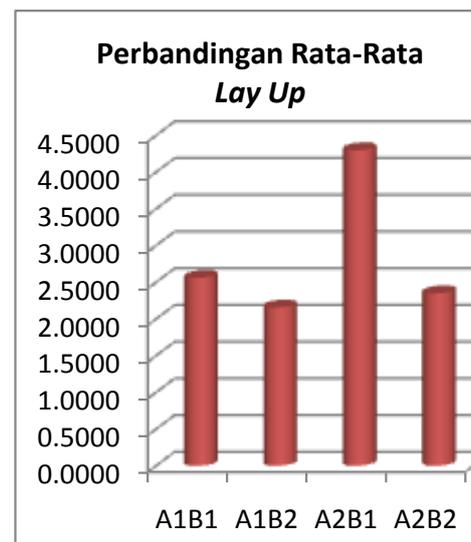
Dependent Variable: Lay Up Bola Basket			
F	df1	df2	Sig.
2.242	3	36	.100
Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.			
a. Design: Intercept + FAKTORA + FAKTORB + FAKTORA * FAKTORB			

Deskripsi hasil analisis data keterampilan *lay up* bola basket pada siswa kelas X SMA Negeri 8 Kota Kediri tahun pelajaran 2016-2017 yang dilakukan sesuai dengan kelompok yang dibandingkan, disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 5 *Lay Up* Tiap Kelompok  
Berdasarkan Perlakuan.

<b>Descriptive Statistics</b>				
Dependent Variable: Lay Up Bola Basket				
Perlakuan	Tingkat Persepsi Kinestetik	Mean	Std. Deviation	N
Praktik Terdistribusi	Tinggi	4.2980	.97962	6
	Rendah	2.3500	.73174	2
	Total	3.3240	1.30645	8
Praktik Padat	Tinggi	2.5600	.66652	5
	Rendah	2.1560	.46736	2
	Total	2.3580	.59737	7
Total	Tinggi	3.4290	1.32870	11
	Rendah	2.2530	.68969	4
	Total	2.8410	1.11564	15

Untuk mengetahui gambaran secara menyeluruh dari nilai-nilai keterampilan *lay up* bola basket maka dapat dibuat diagram perbandingan nilai-nilai sebagai berikut :



Gambar 1 Histogram Perbandingan  
Nilai Rata-Rata Keterampilan *Lay Up*  
Bolatiap Kelompok Perlakuan.

Keterangan :

a1b1 :Kelompok pemain yang memiliki persepsi kinestetik tinggi di latih menggunakan praktik padat.

a1b2 :Kelompok pemain yang memiliki persepsi kinestetik rendah dilatih menggunakan praktik padat.

a2b1 :Kelompok pemain yang memiliki persepsi kinestetik tinggi dilatih menggunakan praktik terdistribusi.

a2b2 :Kelompok pemain yang memiliki persepsi kinestetik rendah dilatih menggunakan praktik terdistribusi.

Pengujian hipotesis ini dilakukan berdasarkan hasil analisis data dan interpretasi analisis varians dengan SPSS. Berikut hasil analisis data yang dapat disajikan :

Tabel 6 Hasil Analisis Data

Dengan Analisis of Varians

Tests of Between-Subjects Effects					
Dependent Variable: Lay Up Bola Basket					
Source	Type III Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	29.121 <sup>a</sup>	3	9.707	17.995	.000
Intercept	322.851	1	322.851	598.488	.000
<b>Perlakuan</b>	<b>9.332</b>	<b>1</b>	<b>9.332</b>	<b>17.298</b>	<b>.000</b>
<b>Tingkat Persepsi Kinestetik</b>	<b>5.960</b>	<b>1</b>	<b>5.960</b>	<b>11.048</b>	<b>.002</b>
<b>Perlakuan * Tingkat Persepsi Kinestetik</b>	<b>13.830</b>	<b>1</b>	<b>13.830</b>	<b>25.637</b>	<b>.000</b>
Error	19.420	36	.539		
Total	371.392	40			
Corrected Total	48.541	39			

a. R Squared = .600 (Adjusted R Squared = .567)

### Pengujian Hipotesis Pertama

Berdasarkan hasil analisis data, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,000 < 0,05 sehingga Hipotesis nol (H<sub>0</sub>) ditolak. Hal ini berarti bahwa pendekatan pembelajaran dengan praktik padat memiliki perbedaan dengan pendekatan pembelajaran praktik terdistribusi dapat di terima kebenarannya.

### **Pengujian Hipotesis Kedua**

Berdasarkan hasil analisis data, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,002 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,002 < 0,05 sehingga Hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Hal ini berarti bahwa siswa yang memiliki persepsi kinestetik tinggi memiliki perbedaan hasil tembakan *lay up* dengan siswa yang memiliki persepsi kinestetik rendah dapat diterima kebenarannya.

### **Pengujian Hipotesis Ketiga**

Berdasarkan hasil analisis data, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,000 < 0,05 sehingga Hipotesis nol ditolak. Hal ini berarti bahwa pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik memiliki pengaruh terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

### **Pembahasan Hasil Penelitian**

Berdasarkan pengujian hipotesis telah dihasilkan kesimpulan analisis yaitu: (a) ada perbedaan pengaruh antara praktik padat dengan praktik terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket, (b) ada perbedaan hasil tembakan *lay up* bola basket antara siswa putra yang memiliki tingkat

persepsi kinestetik tinggi dan rendah, (c) ada pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

### **Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Praktik Padat dan terdistribusi Terhadap Hasil Tembakan *Lay Up* Bola basket**

Berdasarkan hasil analisis anava dua jalur, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,000 < 0,05 atau nilai  $F_{hitung}$  (17,298) >  $F_{tabel}$  (4,085) sehingga Hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Hal ini berarti ada perbedaan pengaruh antara praktik padat dan praktik terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. Dari hasil rata-rata (*mean*) yang diperoleh nilai praktik terdistribusi lebih baik dari pada praktik padat yaitu 3,324 > 2,358. Dengan demikian pengaruh praktik terdistribusi terhadap peningkatan hasil tembakan *lay up* bola basket lebih baik dibanding dengan praktik terdistribusi. Karena pada kelompok siswa yang mendapat pendekatan pembelajaran praktik terdistribusi mempunyai peningkatan hasil tembakan *lay up* bola basket yang lebih baik dibandingkan

dengan kelompok siswa yang mendapat pendekatan pembelajaran dengan praktik padat.

Hasil pengujian hipotesis 1 sesuai dengan teori Foss & Keteiyan (1998:285) yang mengemukakan ada dua keuntungan utama dalam menggunakan program praktik terdistribusi yaitu: (1) Program praktik terdistribusi dapat membuat para *coach* atau pelatih untuk lebih mengkhususkan program latihan yang lebih teliti bagi setiap atlet, yang khusus pada sistem energi predominan untuk olahraga yang diberikan dan dilaksanakan pada tingkat tegangan fisiologis yang mengoptimalkan keberhasilan dalam penampilan, (2) Program praktik terdistribusi pelaksanaannya sama hari ke hari, sehingga atlet bisa mengamati kemajuannya dan fleksibel pelaksanaannya. Jika dikaitkan dengan penelitian terdahulu maka sesuai dengan penelitian Haryanto (2009) tentang perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran dan *motor ability* terhadap hasil pembelajaran *groundstroke forehand* tenis lapangan (studi eksperimen pendekatan pembelajaran *massed practice* dan *distributed practice* pada siswa putra kelas 5 SD Negeri Jeruk Sawit 1 dan

2 Gondangrejo Karanganyar). Penelitian ini mendukung penelitian terdahulu.

### **Perbedaan Hasil Tembakan *Lay Up* Bola Basket Antara Siswa yang Memiliki Persepsi Kinestetik Tinggi dan Rendah**

Berdasarkan hasil analisis anava dua jalur, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,002 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,002 < 0,05 atau nilai  $F_{hitung}$  (11,048) >  $F_{tabel}$  (4,085) sehingga Hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Hal ini berarti ada perbedaan hasil tembakan *lay up* bola basket antara siswa putra yang memiliki persepsi kinestetik tinggi dan rendah. Dari hasil rata-rata (*mean*) yang diperoleh nilai kelompok siswa dengan persepsi kinestetik tinggi lebih baik dari pada kelompok siswa dengan persepsi kinestetik rendah yaitu 3,4290 > 2,2530. Dengan demikian pengaruh kelompok siswa dengan persepsi kinestetik tinggi hasil tembakan *lay up* bola basket lebih baik dibandingkan praktik padat kelompok siswa dengan persepsi kinestetik rendah.

Hasil pengujian hipotesis 2 sesuai dengan teori Sugiyanto dan Sudjarwo (1993:261) yang menyatakan

bahwa kontrol tubuh yang menjadi penentu persepsi kinestetik meliputi 3 macam, yaitu: kontrol keseimbangan, kontrol ketepatan waktu berbuat (*timing*), kontrol muskuler. Jika keseimbangan, ketepatan dan kontrol muskuler baik maka atlet akan mampu mengontrol gerakan gerakannya, sehingga gerakan-gerakan yang dilakukan menjadi semakin efisien dan efektif. Jika dikaitkan dengan penelitian terdahulu maka sesuai dengan penelitian oleh Sunarso (2015) Universitas Negeri Sebelas Maret Surakarta dengan judul “Pengaruh Umpan Balik dengan Alat Bantu Audiovisual dan Umpan Balik Langsung terhadap Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan Bola Basket ditinjau dari persepsi Kinestetik (studi Eksperimen pada Siswa SMP Negeri 2 Surakarta)”. Penelitian ini mendukung penelitian terdahulu.

### **Pengaruh Interaksi Pendekatan Pembelajaran dan Persepsi Kinestetik Terhadap Hasil Tembakan *Lay up* Bola basket**

Berdasarkan hasil analisis anava dua jalur, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,000 < 0,05 atau nilai  $F_{hitung}$

(25,637) >  $F_{tabel}$  (4,113) sehingga Hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Hal ini berarti ada pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

Hasil pengujian hipotesis 3 sesuai dengan teori Anthony & Diana (1973:301) menyatakan bahwa kinestetik adalah perbedaan posisi dan gerak bagian-bagian tubuh berdasarkan informasi visual, auditori dan verbal. Persepsi kinestetik atau indera kinestetik merupakan suatu fungsi organ-organ tubuh manusia yang erat hubungannya dengan gerak tubuh, membedakan posisi dan gerak tubuh serta anggota tubuh baik secara pasif maupun aktif dan jika dikaitkan dengan penelitian terdahulu maka sesuai dengan penelitian oleh Penelitian oleh Agustinus (2007) tentang “Hubungan Antara Persepsi Kinestetik dengan Keberhasilan Smash Bolavoli Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Pangudi Luhur Muntilan Kabupaten Magelang Tahun 2006/2007” Penelitian ini melengkapi penelitian terdahulu.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat di peroleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara pembelajaran dengan praktik padat dan terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. Pengaruh pembelajaran praktik distribusi lebih baik dari pada praktik padat
2. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara persepsi kinestetik tinggi dengan persepsi kinestetik rendah terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. Hasil tembakan *lay up* bola basket pada siswa yang memiliki persepsi kinestetik tinggi lebih baik dari pada yang memiliki persepsi kinestetik rendah.
3. Terdapat interaksi yang signifikan antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. Pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik secara bersama sama berpengaruh terhadap hasil tembakan *lay up*.

Berdasarkan hasil penelitian ini maka kepada pengajar dan pelatih

diberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Pembelajaran dengan praktik terdistribusi memiliki pengaruh yang lebih baik dalam meningkatkan hasil tembakan *lay up* bola basket ,maka sebaiknya dipilih oleh pengajar dan pelatih dalam upaya meningkatkan keterampilan siswanya.
2. Penerapan penggunaan pembelajaran untuk meningkatkan hasil tembakan *lay up* bola basket, perlu memperhatikan faktor persepsi kinestetik.
3. Dalam pembelajaran siswa yang memiliki kecocokan rendah dan belum menguasai tembakan *lay up* bola basket, hendaknya pengajar menggunakan praktik terdistribusi.
4. Karena dalam penelitian ini baru pada tes persepsi kinestetik *Vertical Linier Space Test*, maka bagi para peneliti berikutnya disarankan untuk meneliti yang lebih luas dan menggunakan tes persepsi kinestetik yang lain.

## **IV. DAFTAR PUSTAKA**

Adisasmita dan Aip Syaifudin, Yusuf. 1996. *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Jakarta: Depdikbud Dirjendikti. Proyek Pendidikan Tenaga Akademik.

- Akros Abidin. 1991. *Buku Penuntun Bola Basket Kembar*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Ambler, Vic. 1990. *Petunjuk untuk Pelatih dan Pemain Bolabasket*. Bandung: Tarsito.
- Anthony, Deutsch J. & Diana, Deutsch. 1973. *Physiological Psychology*. Chicago: The Dorsey Press.
- A.Hamidsyah Noer. 1993. *Ilmu Pelatihan Dasar*. Surakarta : FKIP UNS.
- Bompa, O. Tudor. 1994. *Theory and Methodology of training*, Dubuque, Iowa: Hunt Publishing Company.
- Brooks, G. A. & Fahey, T. D. 1984. *Exercise Physiology: Human Bioenergetics and Its Applications*. New York: Jhon Willey and Sons Ins.Ist Ed.
- David L. Gallahue & John C. Ozmun. 1998. *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolencents, Adults*".
- Dep.dikbud Dirjen Pemuda dan Olahraga. 1989. *Coaching Bolabasket*. Jakarta : Proyek Pendidikan Olahraga Perguruan Tinggi.
- Drowatzky. J. N. 1981. *Motor Learning: Principles and Practice*. Mineapolis: Burgers Publishing Co.
- FIBA. 2008. *Peraturan Resmi Bolabasket*. Terjemahan oleh PB. Perbasi. Beijing: FIBA Central Board.
- Fos, M.L. & Kateyan, S.J. 1998. *Physiological Basic For Exercise and Sport*. Dubuque: McGraw-Hill Companis.
- Johnson B. L. & Nelson J. K. 1970. *Practical Measurements for Evaluation in Pshysical Education*. Minneapolis: Burgess Publishing Company.
- Junusul Hairy. 1989. *Fisiologi Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Dirjendikti.
- Kerr, Robert. 1982. *Psychomotor Learning*. New York: CBS College Publishing.
- Kirkendall. R.D. 1980. *Motor Learning Concept and Application*. Iowa. WE. Brown Company.
- Magill, Richard A. 1985. *Motor Learning. Concepts and Applications*. Dubuque Iowa: Wm. C. Brown Company Publishers
- Mulyono, B. A., 1999. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan*