

PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN DAN KOORDINASI MATA-TANGAN TERHADAP HASIL *FREE THROW* DALAM PERMAINAN BOLA BASKET

Pramoda Wardana¹, M. Furqon Hidayatullah², Kiyatno³
^{1,2,3}(Ilmu Keolahragaan, Pascasarjana, Universitas Sebelas maret)
wardana_pramoda@yahoo.co.id

Abstrak : Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui (1) Pengaruh pendekatan pembelajaran *direct* dan *indirect* terhadap hasil *free throw* bola basket. (2) Pengaruh hasil *free throw* bolabasket antara mahasiswa yang memiliki koordinasi mata-tangan tinggi dan rendah. (3) Pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan koordinasi mata-tangan terhadap hasil *free throw* bolabasket. Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Basket Stadion Manahan Surakarta selama 8 minggu dengan menggunakan metode eksperimen dengan rancangan faktorial 2 x 2. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa putra semester 5 Jurusan Pendidikan Olahraga Kepelatihan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta yang telah mengikuti mata kuliah tes dan praktek bolabasket 1. Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive Random Sampling*, sampel yang diambil sebanyak 40 mahasiswa, terdiri dari 20 mahasiswa yang memiliki tingkat koordinasi mata tangan tinggi, 20 mahasiswa yang memiliki tingkat koordinasi mata tangan rendah. Teknik analisis dengan menggunakan ANOVA. Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara pendekatan pembelajaran *direct* dan pendekatan pembelajaran *indirect* terhadap hasil *free throw*, p-value= 0,045 lebih kecil dari 0,05. (2) ada perbedaan peningkatan hasil *free throw* antara mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi dan rendah, p-value= 0,035 lebih kecil dari 0,05. (3) ada interaksi antara pendekatan pembelajaran dan koordinasi mata tangan terhadap hasil *free throw*, p-value= 0,012 lebih kecil dari 0,05

Kata kunci: *free throw* bola basket, koordinasi mata tangan, *direct* dan *indirect*

PENDAHULUAN

Bola basket merupakan cabang olahraga permainan yang diciptakan oleh James A Naismith pada tahun 1891 di Amerika. Bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing 5 orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke keranjang lawan menurut Teguh Sutanto (2016:42). Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka. Sejak pertama kali diciptakan olahraga ini terus mengalami perkembangan yang pesat. Perkembangan olahraga bolabasket yang semakin pesat tidak hanya dimainkan didalam masyarakat, klub, maupun kalangan profesional saja. Namun lebih jauh olahraga bolabasket juga telah masuk kedalam ranah pendidikan di

Indonesia. Khususnya dalam kurikulum pendidikan pendidikan jasmani di sekolah-sekolah memasukan keterampilan permainan bolabasket sebagai salah satu keterampilan bola besar. Permainan bolabasket diajarkan dari tingkat sekolah dasar, hingga pada tingkat SLTA. Permainan bolabasket yang telah dimasukkan kedalam kurikulum pendidikan tidak hanya dipelajari dalam sekolah semata. Namun keterampilan permainan bolabasket pun telah masuk kedalam kurikulum pendidikan di perguruan tinggi, khususnya untuk jurusan yang berbasis pada keolahragaan.

Permainan bolabasket adalah permainan yang kompleks, dimana dalam permainan bolabasket melibatkan unsur kekuatan, kecepatan, daya tahan, daya ledak, kelentukan, koordinasi dan faktor kondisi fisik lainnya. Penguasaan ranah gerak dalam permainan bolabasket juga menjadi salah satu unsur yang penting. Unsur penunjang tersebut sangat wajib dikuasai oleh setiap pemain agar dapat bermain bolabasket dengan baik. Selain penguasaan unsur pendukung diatas dalam permainan bolabasket memiliki teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain bolabasket. Teknik dasar tersebut antara lain, passing, dribbling, shooting, dan pivot. Teknik dasar tersebut merupakan hal yang mutlak harus dikuasai seorang pemain bolabasket karena dengan penguasaan teknik dasar yang baik seorang pemain juga akan mampu bermain secara luar biasa. Dalam permainan bolabasket teknik shooting merupakan teknik yang paling penting, karena mengingat tujuan permainan bolabasket adalah mencetak angka. Maka satu-satunya cara untuk mencetak angka dalam permainan bolabasket adalah dengan cara melakukan shooting. Kemampuan shooting yang baik akan dapat memberikan angka yang banyak pula. Namun terkadang saat pemain akan melakukan tembakan ke keranjang lawan, tidak jarang pemain tersebut dilanggar oleh pemain lawan yang sedang bertahan. Hal tersebut akan menjadi sebuah keuntungan bagi pemain yang dilanggar, karena mereka akan mendapat hadiah tembakan hukuman atau *free throw*. *free throw* hanya diberikan kepada pemain yang dilanggar tersebut. Sedangkan jumlah tembakan hukuman yang diberikan dapat berjumlah satu, dua atau tiga kali tembakan, tergantung di posisi mana seorang pemain itu dilanggar. *free throw* terkadang menjadi penentu dalam perolehan point, dan kadang dapat menjadi penentu kemenangan sebuah tim. Kendati terlihat mudah namun untuk melakukan *free throw* ini tidaklah semudah yang dilihat.

Sulitnya melakukan *free throw* sendiri terlihat dalam kegiatan belajar mengajar pada mahasiswa FKIP POK Universitas Tunas Pembangunan Semester 5 yang mendapat mata kuliah bolabasket. Kemampuan *free throw* tidak hanya dipengaruhi oleh penerapan metode latihan dari Guru / Pengajar saja. Faktor individu (mahasiswa) sangat menentukan terhadap penguasaan suatu keterampilan olahraga. Faktor mahasiswa tersebut sangat kompleks di antaranya kemampuan fisik, semangat belajar, kesungguhan belajar, proporsi tubuh yang ideal.

Kemampuan fisik yang sangat berperan untuk mendukung kemampuan tembakan bebas di antaranya koordinasi mata-tangan.

Menurut Widiastuti (2015:17) “Koordinasi merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan atau kerja dengan cepat dan efisien”. Koordinasi menyatakan hubungan harmonis berbagai faktor yang terjadi pada suatu gerakan. Kemampuan koordinatif merupakan dasar yang baik bagi kemampuan belajar yang berifat sensomotorik, makin baik tingkatan koordinasi akan semakin cepat dan efektif pula gerakan sulit didapat dilakukan

Menurut Bomp (2004:43) *coordination is a complex motor skill necessary for high performance*. Koordinasi merupakan keterampilan motorik yang kompleks yang diperlukan untuk penampilan yang tinggi. Harsono (1988:220) tentang koordinasi bahwa, “Koordinasi mata-tangan seperti dalam skill memantulkan, memukul atau melempar suatu objek ke suatu sasaran tertentu”. Dan yang dimaksud dengan skill tersebut adalah kemampuan teknik melakukan tembakan hukuman dengan objek keranjang basket dalam permainan bola basket.

Koordinasi yang baik mungkin akan menghasilkan akurasi yang baik pula dan sebaliknya. Untuk mencapai tingkat akurasi yang tinggi dalam melakukan *free throw* maka koordinasi mata-tangan diduga merupakan komponen yang penting. Selain faktor-faktor tersebut kesalahan-kesalahan tersebut mungkin juga terjadi karena pendekatan pembelajaran yang kurang tepat pada mahasiswa itu sendiri.

Menurut Suprijono (2009:45-46) “Model Pembelajaran merupakan landasan praktik pembelajaran hasil penurunan psikologi pendidikan dan teori belajar yang dirancang berdasarkan analisis terhadap implementasi kurikulum dan implikasinya pada tingkat operasional kelas”. Model pembelajaran dapat diartikan pula sebagai pola yang digunakan untuk penyusunan kurikulum, pengatur materi, dan memberi petunjuk pada guru di kelas.

Model pembelajaran ialah pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merancang pembelajaran di kelas maupun tutorial. Model pembelajaran mengacu pada pendekatan yang akan digunakan, termasuk didalamnya tujuan-tujuan pembelajaran, lingkungan pembelajaran dan pengelolaan kelas. Selanjutnya dijelaskan istilah pendekatan merujuk kepada pandangan tentang terjadinya suatu, yaitu pendekatan yang berpusat pada guru (*teacher-centered approaches*) dan pendekatan yang berpusat pada siswa (*student-centered approach*). Pendekatan yang berpusat pada guru menurunkan strategi pembelajaran langsung (*direct instruction*), pembelajaran deduktif atau pembelajaran ekspositori. Sedangkan, pendekatan pembelajaran yang berpusat pada siswa menurunkan strategi pembelajaran *discovery* dan inkuiri serta strategi pembelajaran induktif.

Menurut Ngilimun (2016:9-10) “Strategi Pembelajaran langsung merupakan pembelajaran yang banyak diarahkan oleh guru. Strategi ini efektif untuk menentukan informasi atau pembangunan keterampilan tahap demi tahap.” Pembelajaran langsung biasanya bersifat deduktif. Menurut Tite Juliantie dkk

(2013:41) “pembelajaran langsung dapat didefinisikan sebagai model pembelajaran dimana guru mentransformasikan informasi atau keterampilan secara langsung kepada siswa dan pembelajaran berorientasi pada pada tujuan dan distukturkan oleh guru”.

“Pembelajaran Indirect adalah pembelajaran yang terpusat pada murid didik. Peranan guru bergeser dari penceramah menjadi fasilitator”, menurut Ngalimun, (2016:10). Pendekatan pembelajaran indirect menurut Samsudin (2008:30-32) “adalah mengalihkan tugas mengontrol pembelajaran pada siswa yang melakukan pembelajaran, dimana guru tidak lagi mengendalikan pembelajaran secara penuh tetapi memberikan secara sepenuhnya pada siswa untuk bersama-sama melakukannya”.

Strategi pembelajaran tidak langsung sering disebut dengan inkuiri induktif, memecahan masalah, pengambilan keputusan dan penemuan. Berlawanan dengan pendekatan pembelajaran langsung, pembelajaran tak langsung umumnya umumnya terpusat pada peserta didik, meskipun meskipun dua strategi tersebut dapat saling melengkapi.

Pendekatan pembelajaran direct dan indirect pada pengaplikasian di lapangan, terutama pada penekanan secara fisik dan mental. Kelebihan pendekatan pembelajaran direct adalah pembelajaran ini mudah untuk direncanakan dan digunakan. Pada pendekatan pembelajaran direct, pembelajaran yang diberikan berorientasi pada penerapan teknik free throw bolabasket. Dengan demikian, mahasiswa langsung dapat mengembangkan teknik yang diajarkan sesuai dengan lingkungan permainan. Sedangkan pendekatan pembelajaran indirect , latihan yang diberikan berorientasi pada kemampuan penguasaan teknik free throw bolabasket. Penekanan latihan cenderung pada peningkatan kemampuan menembak bola ke ring basket secara terus menerus pada setiap sesi latihan sampai batas waktu yang ditetapkan.

Koordinasi mata-tangan yang dimiliki oleh setiap mahasiswa tidak semuanya sama, ada yang tinggi dan ada pula yang rendah. Tinggi rendahnya koordinasi mata-tangan yang dimiliki oleh seorang mahasiswa tentunya akan berpengaruh terhadap reaksi otot lengan mahasiswa yang bersangkutan. Hal ini dikarenakan koordinasi mata-tangan merupakan salah satu unsur yang dominan dalam gerakan-gerakan yang memerlukan tingkat eksplosifitas tinggi.

Pendekatan pembelajaran indirect tidak terlalu membutuhkan kemampuan koordinasi mata-tangan yang tinggi, karena penyampaian materi yang bertahap dan guru sebagai fasilitator maka cenderung proses bertahap untuk meningkatkan eksplosif koordinasi. Sedangkan penggunaan pendekatan pembelajaran direct akan membutuhkan koordinasi mata-tangan yang lebih tinggi, dikarenakan proses pembelajaran banyak disampaikan oleh guru maka lebih efektif untuk meningkatkan kekuatan, koordinasi, ketahanan otot dan pembentukan otot.

METODE

Penelitian ini akan dilaksanakan di lapangan basket Manahan Surakarta sebagai tempat perkuliahan bolabasket mahasiswa putra Jurusan Pendidikan Olahraga Kepelatihan FKIP UTP Surakarta. Penelitian ini dilaksanakan selama 2 bulan dimulai bulan Januari 2017 sampai dengan bulan Maret 2017, dengan frekuensi pertemuan 3 kali seminggu (Brooks & Fahey, 1984:405), yaitu pada hari Senin, Rabu, dan Jumat. Lamanya latihan 90 menit setiap kali pertemuan. Jumlah pertemuan 24 kali. Latihan dimulai pukul 15.30 s/d 17.00 WIB.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa putra semester 5 Jurusan Pendidikan Olahraga Kepelatihan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta yang telah mengikuti mata kuliah tes dan praktek bolabasket 1. Besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 40 mahasiswa, yang diperoleh dengan teknik purposive random sampling. Menurut Sudjana (2002:148) teknik purposive random sampling yaitu dari jumlah populasi yang ada untuk menjadi sampel harus memenuhi ketentuan-ketentuan untuk memenuhi tujuan penelitian.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan menggunakan rancangan faktorial 2x2. Menurut Sudjana (2002:148) eksperimen faktorial adalah eksperimen yang hampir atau semua taraf sebuah faktor dikombinasikan atau disilangkan dengan semua taraf tiap faktor lainnya yang ada dalam eksperimen. Teknik Pengumpulan Data : (1) Tes Koordinasi Mata-Tangan adalah suatu klasifikasi koordinasi mata-tangan yang dihitung di atas rerata hasil pengukuran koordinasi mata-tangan pada sampel penelitian. Tes pengukuran koordinasi mata-tangan ini menggunakan tes lempar tangkap bola tenis (Kirkendall, et al, 1987:412). Tes ini menggunakan skala pengukuran interval. (2) Tes *Freethrow* bolabasket adalah tembakan bolabasket yang dilakukan dengan cara menembakkan bola ke ring basket tanpa melakukan gerakan melompat. Tes tembakan bebas menggunakan tes *free throw* bolabasket (baterai test dari *AAHPERD Basket Ball Test Manual* dari Johnson & Nelson, 1986:275-279). Tes ini menggunakan tes pengukuran skala interval.

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis varian (ANAVA) rancangan faktorial 2x2 pada $\alpha = 0,05$. Jika nilai F yang diperoleh (F_o) signifikan analisis dilanjutkan dengan uji rentang Newman-keuls (Sudjana, 2004:36). Untuk memenuhi asumsi dalam teknik anava, maka dilakukan uji normalitas (Uji lilliefors) dan uji Homogenitas Varians (dengan uji Bartlett) (Sudjana, 2002:261-264).

HASIL

Penyajian hasil penelitian adalah berdasarkan analisis statistik yang dilakukan pada tes awal dan tes akhir hasil *free throw* ditinjau dari koordinasi mata tangan. Penelitian eksperimen ini melibatkan dua variabel, yang terdiri dari variabel

bebas dan variabel terikat. Variabel bebas terdiri dari pendekatan pembelajaran dan koordinasi mata tangan. Pendekatan pembelajaran sebagai variabel manipulatif sedangkan koordinasi mata tangan sebagai variabel atributif. Variabel terikat yaitu hasil free throw. Variabel pendekatan pembelajaran memiliki dua taraf yaitu; pendekatan pembelajaran *direct* dan pendekatan pembelajaran *indirect*. Sedangkan variabel bebas atributif memiliki dua taraf yaitu; koordinasi mata tangan tinggi dan rendah.

Pengaruh pendekatan pembelajaran dan koordinasi mata tangan terhadap hasil free throw, dideskripsikan pencapaian hasil free throw yang dilaksanakan pada saat tes awal dan tes akhir. Tahap pertama penelitian ini ialah peneliti mencari data populasi tes koordinasi mata tangan mahasiswa putra mata kuliah bola basket, setelah data koordinasi mata tangan didapatkan, peneliti melanjutkan ke tahap selanjutnya yaitu mencari data awal free throw yang dilaksanakan oleh 40 mahasiswa sebelum dilaksanakan perlakuan (treatment), setelah tes awal dilaksanakan mahasiswa mendapatkan treatment sebanyak 24 pertemuan atau selama 8 minggu, setelah treatment selesai peneliti mengambil data akhir hasil free throw mahasiswa mata kuliah bola basket. Berdasarkan uraian di atas diketahui bahwa pengambilan data ini dilaksanakan sebanyak 3 kali, yaitu pengambilan data koordinasi mata tangan, tes awal dan tes akhir hasil free throw.

Deskripsi data digunakan untuk mengungkap variable penelitian berkaitan dengan mean, median, standard deviasi, table distribusi frekuensi, grafik histogram. Variable independen manipulatif terdiri dari 2 taraf, yaitu (1) pendekatan pembelajaran *direct* (A₁) dan (2) pendekatan pembelajaran *indirect* (A₂); variabel independen atributif terdiri dari dua taraf, yaitu koordinasi mata tangan tinggi (B₁), koordinasi mata tangan rendah (B₂).

Tabel 1. Hasil Analisis Statistik Deskriptif Peningkatan *Free throw* Tiap Kelompok Berdasarkan Penggunaan Metode drill dan bermain dan koordinasi mata tangan

Perlakuan	Koordinasi Mata Tangan	Statistik	Hasil Tes Awal	Hasil Tes Akhir	Peningkatan
Pendekatan Pembelajaran <i>Direct</i> (A ₁)	Koordinasi Mata Tangan Tinggi (B ₁)	Jumlah	9	90	81
		Rerata	0,90	9,00	8,10
	Koordinasi Mata Tangan Rendah (B ₃)	SD	0,99	1,89	1,79
		Jumlah	18	56	38
		Rerata	1,80	5,60	3,80
		SD	1,03	3,03	2,86
Pendekatan Pembelajaran <i>Indirect</i> (A ₂)	Koordinasi Mata Tangan Tinggi (B ₁)	Jumlah	15	53	38
		Rerata	1,50	5,30	3,80
	Koordinasi Mata Tangan Rendah (B ₃)	SD	0,85	3,06	2,97
		Jumlah	17	60	43
		Rerata	1,70	6,00	4,30
		SD	0,95	3,53	3,50

Hasil tes *free throw* kelompok mahasiswa yang diberikan pendekatan pembelajaran *direct* dengan kategori koordinasi mata tangan tinggi (a1b1). Berdasarkan tabel tersebut di atas diketahui bahwa \bar{X} = 8,10. SD = 1,79 dan n = 10. Dari 10 mahasiswa yang mempunyai hasil *free throw* diatas rata-rata sebanyak 5 mahasiswa dan 5 mahasiswa di bawah rata-rata. (2) Hasil tes *free throw* kelompok mahasiswa yang diberikan pendekatan pembelajaran *direct* dengan kategori koordinasi mata tangan tinggi (a1b2). Berdasarkan tabel tersebut di atas diketahui bahwa \bar{X} = 3,80 SD = 2,86 dan n = 10. Dari 10 mahasiswa yang mempunyai hasil *free throw* diatas rata-rata sebanyak 5 mahasiswa dan 5 mahasiswa di bawah rata-rata. (3) Hasil tes *free throw* kelompok mahasiswa yang diberikan pendekatan pembelajaran *indirect* dengan kategori koordinasi mata tangan tinggi (a2b1). Berdasarkan tabel tersebut di atas diketahui bahwa \bar{X} = 3,80. SD = 2,97 dan n = 10. Dari 10 mahasiswa yang mempunyai hasil *free throw* diatas rata-rata sebanyak 5 mahasiswa dan 5 mahasiswa di bawah rata-rata. (4) Hasil tes *free throw* kelompok mahasiswa yang diberikan pendekatan pembelajaran *indirect* dengan kategori koordinasi mata tangan rendah (a2b2). Berdasarkan tabel tersebut di atas diketahui bahwa \bar{X} = 4,30. SD = 3,50 dan n = 10. Dari 10 mahasiswa yang mempunyai hasil *free throw* diatas rata-rata sebanyak 4 mahasiswa dan 6 mahasiswa di bawah rata-rata.

Pengujian hipotesis penelitian dilakukan dengan teknik ANOVA (*analysis of varians*). Untuk keperluan pengujian hipotesis maka dilakukan analisis data dengan menggunakan analisis varians ANOVA, yaitu ANOVA dua jalan (*two ways*). Semua penghitungan (komputasi) dilakukan dengan menggunakan Program Statistik SPSS 22. Teknik perhitungan ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh utama perlakuan terhadap eksperimen (*main effect*) dan untuk mengetahui pengaruh interaksi (*interaction effect*).

Tabel 2. Ringkasan Hasil ANOVA SPSS 22

Source	Type III Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	127.475 ^a	3	42.492	5.358	.004
Intercept	1010.025	1	1010.025	127.359	.000
Pendekatan Pembelajaran	34.225	1	34.225	4.316	.045
Koordinasi Mata Tangan	38.025	1	38.025	4.795	.035
Pendekatan Pembelajaran *	55.225	1	55.225	6.964	.012
Koordinasi Mata Tangan					
Error	285.500	36	7.931		
Total	1423.000	40			
Corrected Total	412.975	39			

a. R Squared = .309 (Adjusted R Squared = .251)

Keterangan :

df : *Degree of Freedom*

SS : *Sum of Square*

MS : Mean of Square
Sig : Signifikansi

PEMBAHASAN

Pembahasan hasil penelitian ini memberikan penafsiran yang lebih lanjut mengenai hasil analisis data yang telah dikemukakan. Berdasarkan pengujian hipotesis telah menghasilkan analisis sebagai berikut: (1) Berdasarkan pengujian hipotesis pertama ternyata ada perbedaan pengaruh yang nyata antara kelompok mahasiswa yang diberi pendekatan pembelajaran *direct* dan pendekatan pembelajaran *indirect* ($p\text{-value} = 0,045 < 0,05$). Pada kelompok pendekatan pembelajaran *direct* memiliki rata-rata hasil akhir belajar *free throw* sebesar 5,950, lebih baik dibanding dengan pendekatan pembelajaran *indirect* yang memiliki hasil *free throw* sebesar 4,100. (2) Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi dibanding dengan yang memiliki koordinasi mata tangan rendah, hal ini sesuai dengan teori diatas bahwa rasio tinggi duduk dan panjang tungkai akan menunjukkan ketepatan seseorang untuk melaksanakan tugas gerak secara benar, cepat dan efektif. Semakin mahasiswa tersebut memiliki koordinasi mata tangan tinggi maka mahasiswa tersebut akan mampu melaksanakan semua jenis pembelajaran dengan benar dan akurat sesuai dengan keselarasan gerak dan tingkat pengeluaran energi yang dibutuhkan. (3) Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa interaksi pendekatan pembelajaran dengan koordinasi mata tangan terhadap hasil *free throw* bermakna. Hal ini dibuktikan dari nilai H_0 diterima pada $\alpha = 0,05$. Ini dapat dibuktikan dengan hasil perhitungan analisis varians 2 faktor yaitu karena $p\text{-value} = 0,012 < 0,05$. Pendekatan pembelajaran *direct* dan pendekatan pembelajaran *indirect* dengan tingkat koordinasi mata tangan terhadap hasil *free throw*, berarti terdapat pengaruh interaksi yang signifikan diantara keduanya atau ada interaksi antara keduanya.

KESIMPULAN

(1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara pendekatan pembelajaran *direct* dan pendekatan pembelajaran *indirect* terhadap hasil *free throw* pada permainan bola basket. Pendekatan pembelajaran *direct* mempunyai pengaruh yang lebih baik dibandingkan pendekatan pembelajaran *indirect*. (2) Ada perbedaan hasil *free throw* pada permainan bola basket antara mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi dan mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah. Mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi mempunyai hasil yang lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah. (3) Ada interaksi antara pendekatan pembelajaran *direct* dan koordinasi mata tangan terhadap hasil *free throw* pada permainan bola basket. a. Pendekatan pembelajaran *direct* memiliki hasil yang lebih baik apabila

diberikan perlakuan untuk mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi. b. Pendekatan pembelajaran *indirect* memiliki hasil lebih baik apabila diberikan perlakuan untuk mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah.

SARAN

(1) Kepada para pelatih atau guru di sekolah bahwa pendekatan pembelajaran *direct* memiliki pengaruh yang lebih baik dalam pencapaian hasil *free throw* pada permainan bola basket. (2) Kepada para pelatih dan guru pendidikan jasmani agar dapat mempertimbangkan perbedaan koordinasi mata tangan mahasiswa dalam pelaksanaan kegiatan belajar. (3) Perlu dilakukan penelitian sejenis dengan populasi yang lebih luas, dan ukuran sampel yang lebih besar.

DAFTAR RUJUKAN

- Agus Suprijono. 2009. *Cooporative Learning*. Surabaya: Pustaka Pelajar
- Brooks, G.A. & Fahey, T.D. 1984. *Exercise Physiology Human Bioenergetics and its Application*. Canada: Jhon Wiley & Sons Inc.
- Bompa, Tudor O. (1983) *Theory and Methodology of Training to Key Athletic Performance*. Canada: . Kendal: Hunt Publishing Company
- Harsono. 1988. *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: Ditjen Dikti.
- Johnson, B. L. & Nelson, J. K. 1986. *Practical Measurement for Evaluation in Physycal Education*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Kirkendall, D. R. Joseph, J. R. Robert, E. J. 1987. *Measurement and Evaluation for Physical Educators*. Illionis: Human Kinetics Publishers. Inc.
- Ngalimun. (2016) *Strategi dan Model Pembelajaran*. CV. Aswaja Pressindo. Jogjakarta
- Juliantine, Tite, dkk (2011). *Model-model pembelajaran Pendidikan Jasmani. FPOK. Bahan Ajar. Bandung*. FPOK UPI
- Sudjana. 2002. *Desain dan Analisis Eksperimen*. Bandung: Tarsito.
- Teguh Sutanto (2016). *Buku Pintar Olahraga*. Pustaka Baru Press, Yogyakarta
- Widyastuti 2015. “*Pengembangan Metode Beaufod CIPHER Menggunakan Pembangkit Kunci Chaos*”, *Jurnal Teknologi*, vol. 7, 2014.