

Pengembangan Video Tutorial Man To Man Defense Untuk Pelatih Bola Basket Di Kecamatan Trenggalek

Development Of Man To Man Defense Video Tutorials For Basketball Coaches In Trenggalek Sub-District

Muhammad Soleh Fudin¹ , Tri Setio Budi²

STKIP PGRI Trenggalek^{1,2},

e-mail: com fudinbanimustaram@gmail.com ¹, trioguplo7372@gmail.com.²

Abstrak

Dalam man to man defense terdapat prinsip bertahan seperti, rotasi, help defense, triangle defense, bertahan itu sendiri memperlihatkan keseluruhan lapangan, posisi pemain dan bola yang menjadi dasar dalam mempelajari prinsip bertahan dalam bola basket. Pelatih bertanggungjawab terkait pemahaman man to man defense kepada atletnya. Dalam melatih dibutuhkan media untuk menyampaikan terkait man to man defense. Dari studi analisis/studi pendahuluan pada pelatih terkendala oleh media dalam melatih terbatas. Tujuan dari penelitian yaitu media video tutorial dapat menjadi alternatif referensi dalam melatih bola basket terkait man to man defense. Media berfungsi membantu pelatih dalam menyampaikan materi man to man defense. Untuk mendapatkan gambaran dari penelitian yang maksimal penulis melakukan penelitian pada pelatih di Kecamatan Trenggalek. Dengan obyek penelitian pelatih ada di kecamatan trenggalek sejumlah 7 pelatih. Pengumpulan data menggunakan angket terbuka pada penelitian awal, angket semi terbuka pada ahli dan angket tertutup pada uji coba lapangan. Pelatih menyetujui adanya pengembangan media video tutorial karena media dalam melatih man to man defense terbatas. Media yang dikembangkan menggunakan metode ADDIE dan dibantu oleh 2 orang ahli untuk meningkatkan kualitas produk. Hasil uji coba produk dilapangan mendapatkan nilai 87% dari hasil pengumpulan data menggunakan kuisisioner tertutup hasil penilaian termasuk dalam kategori baik/layak digunakan. Berdasarkan hasil penelitian uji ahli dan uji coba media video layak untuk digunakan.

Kata kunci: Bola Basket, Pengembangan, Tutorial, Video

Abstract

In man to man defense there are defensive principles such as rotation, help defense, triangle defense, defense itself shows the entire field, player positions and the ball which is the basis for learning the principle of defending in basketball. The coach is responsible for understanding man to man defense to his athletes. In training, media is needed to convey related to man to man defense. From analysis studies / preliminary studies on coaches are constrained by limited media in training. The purpose of the research is video tutorial media can be an alternative reference in training basketball related to man to man defense. Media serves to assist trainers in delivering man-to-man defense material. To get an overview of the maximum research the author conducted research on trainers in Trenggalek sub-district. With the object of research in Trenggalek sub-district as many as 7 trainers. Data collection used an open questionnaire in the initial research, and a closed questionnaire in the field test. The trainer approved the video tutorial because the media in training man to man defense. The media developed using the ADDIE method and assisted by 2 people experts to improve product quality. The results of product trials in the field get a score of 87% from the results of data collection using a closing questionnaire. The results are included in the good/feasible category.

Keywords: Basketball, Development, Tutorials, Videos

Style APA dalam mensitasi artikel ini: Fudin, M.S. Budi, T.S. (2023). Pengembangan Video Tutorial Man To Man Defense Untuk Pelatih Bola Basket Di Kecamatan Trenggalek. PENJAGA: Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 3(2),18-22

Correspondence author: Tri Setio Budi, STKIP PGRI Trenggalek, Indonesia. E-Mail: trioguplo7372@gmail.com

Received: 3 Juli 2021, **Revised:** 22 April 2022, **Accpated:** 14 Juli 2023

PENDAHULUAN

Kepelatihan adalah sebuah ilmu dan juga seni suatu kegiatan atau proses mengorganisasi aktivitas olahraga dengan melibatkan berbagai unsur, baik manusia maupun variabel lainnya, dengan maksud untuk mengembangkan atau meningkatkan kinerja seorang atlet (Pengertian Ilmu Kepelatihan, n.d.). Didalam kepelatihan berbagai unsur yang harus diperhatikan yaitu aspek latihan, program latihan, prinsip latihan, intensitas latihan, durasi, volume latihan, rest/istirahat untuk meningkatkan kinerja atlet dan juga mempunyai pedoman untuk menunjang dalam melatih basket khususnya untuk pelatih. Pelatih dalam olahraga prestasi mempunyai tugas untuk membantu atlet untuk mencapai prestasi maksimal. Pelatih diakui keberhasilannya dalam melatih bila atlet binaannya bisa meraih kemenangan dan mendapatkan prestasi tinggi. Keberhasilan dan kegagalan atlet dalam suatu pertandingan dipengaruhi program latihan dari pelatih memberikan materi pada atlet.

Bola basket adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu terdiri atas lima pemain. Menurut (Perbasi Official Basketball Rules, 2012) Perbandingan bola basket dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan angka. Sedangkan keranjang yang diserang oleh suatu tim adalah keranjang yang dipertahankan oleh suatu tim adalah keranjang sendiri. Selain itu tim yang mencetak angka lebih banyak pada akhir waktu permainan akan menjadi pemenang. Untuk lapangan permainan bola basket harus rata, memiliki permukaan keras yang bebas dari segala sesuatu yang menghalangi dengan ukuran panjang 28 m dan lebar 15 m yang diukur dari sisi dalam garis batas. (Candra Putra, 2019). Menurut (Bahr & Reeser, 2011) dalam jurnal (Putro et al., 2018) Dalam permainan bola basket dikenal dua cara untuk bertahan, yaitu zone defense dan man to man defense. Kedua cara bertahan tersebut memiliki banyak pengembangan yang bisa disesuaikan dengan kebutuhan tim.

Bagi individu yang masih dalam tahap belajar atau pemula akan lebih baik jika mempelajari cara bertahan menggunakan cara man to man defense. Dalam man to man defense terdapat prinsip bertahan seperti rotasi, help and recover, bertahan itu sendiri, penglihatan atas keseluruhan lapangan dan penempatan posisi antara pemain dan bola merupakan dasar penting yang mendukung sebagian besar filosofi bertahan dalam bola basket (Putro et al., 2018) Dalam melatih permainan bola basket cara bertahan yaitu man to man defense membutuhkan pedoman berupa buku pedoman sebagai referensi untuk melatih namun masih mengalami kendala tentunya membutuhkan alternatif berupa media yang dapat membantu pelatih dalam memberikan pemahaman kepada atlet. Media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan (Sadiman, n.d.) Media dapat berfungsi maksimal jika dapat diakses dengan mudah oleh penggunanya. Media cetak, meskipun terkesan tidak canggih dan bukan hasil dari teknologi terbaru, merupakan media yang mudah diakses dan dibawa kemana saja jika ukurannya disesuaikan. Buku merupakan salah bentuk media cetak yang familiar bagi masyarakat, hampir seluruh kalangan masyarakat mampu menggunakan buku asalkan memiliki kemampuan membaca yang baik.

Dari hasil studi analisis penelitian pelatih basket peneliti memperoleh data bahwasannya dalam melatih mengalami kendala media terbatas para pelatih menggunakan media seadanya seperti, bak sampah dan kursi, pelatih belum mempunyai literatur untuk melatih man to man defense serta membutuhkan literatur pendamping berupa video tutorial. Para pelatih menyetujui peneliti mengembangkan literatur berupa video tutorial sebagai pendukung karena dengan adanya media video tutorial bisa menjadikan atlet lebih cepat memahami apa yang diberikan pelatih. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah pengembangan video tutorial man to man defense bola basket dapat digunakan sebagai alternatif referensi dalam melatih bola basket untuk pelatih bola basket di Kecamatan Trenggalek.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian dan pengembangan atau Research and Development (R&D). Menurut (Sugiyono, 2017) penelitian dan pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut mendefinisikan penelitian dan pengembangan merupakan pendekatan penelitian menghasilkan produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada. Model Penelitian Pengembangan yang digunakan peneliti adalah model pengembangan ADDIE. Menurut (Branch, 2009) dalam jurnal (Hendra & Hariyadi, 2020) model pengembangan ADDIE adalah salah satu model desain sistem pembelajaran yang memperlihatkan tahapan-tahapan dasar untuk mengembangkan dan memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan.

Penelitian yang dikembangkan peneliti pada tahun 2021 bertempat di kabupaten trenggalek, untuk subyek penelitian pelatih bola basket di kecamatan trenggalek yang berjumlah 7 pelatih. Populasi pada penelitian ini adalah semua pelatih di kecamatan trenggalek. Sample penelitian seluruh populasi karena peneliti menggunakan sampel jenuh.

Teknik analisis data peneliti ini menggunakan statistik deskriptif. Statistik deskriptif adalah metode-metode yang berkaitan dengan pengumpulan dan Penyajian suatu gugus data sehingga memberikan informasi yang berguna. Teknik analisis statistik deskriptif terbagi deskriptif kualitatif dan deskriptif kuantitatif. Teknik analisis data kualitatif digunakan untuk memilah data berupa saran dan jawaban tertulis dalam penelitian ini adalah teknik analisis data model Miles dan Huberman dengan langkah-langkah 1) data reduction, 2) data display 3) conclusion drawing. (Sugiyono, 2018) dalam jurnal (Pratama & Fudin, 2020) teknik analisis data kuantitatif digunakan untuk menganalisis hasil evaluasi produk media berupa deskriptif persentase. (Sudjono, 2018) dalam jurnal (Pratama & Fudin, 2020) Apabila datanya berupa persentase proporsi maupun rasio, maka kesimpulan dapat diambil, disesuaikan dengan permasalahannya (Arikunto, 2013) dalam jurnal (Pratama & Fudin, 2020) Peneliti menggunakan tabel untuk menganalisis data. Analisis data angket validasi ahli merupakan suatu derajat ketetapan instrumen alat ukur maksudnya apakah instrumen yang digunakan benar benar tepat untuk mengukur apa yang diukur.

Teknik penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data non tes berupa kuisisioner. (Winarno, 2013) Kuisisioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden tentang sesuatu yang akan diteliti. Kuisisioner yang digunakan oleh peneliti adalah angket validasi ahli, ahli media, dan subyek penelitian.

Pengembangan media video tutorial ini menggunakan validitas untuk menguji kelayakan dan kesesuaian media apakah sudah sesuai dan layak digunakan untuk referensi melatih. Jenis angket yang digunakan peneliti menggunakan skala likert disebut juga sebagai metode rating yang dijumlahkan (method of summated ratings), adalah metode penskalaan yang menggunakan distribusi setuju-tidak setuju sebagai dasar penentuan nilai. Distribusi jawaban ada dalam kontinum psikologis, biasanya berkisar antara 1 dan 5.

Tabel 1. Kategori Skor dalam Skala Likert

Skor	Keterangan
5	Sangat Setuju
4	Baik/Setuju
3	Cukup
2	Tidak Setuju
1	Sangat Tidak Setuju

Kriteria validasi atau pencapaian yang digunakan dalam pengembangan media video tutorial dijelaskan pada tabel sebagai berikut :

Tabel 2. Tingkat Pencapaian dan kualifikasi Ahli

Tingkat Pencapaian (%)	Kualifikasi	Keterangan
81-100%	Sangat baik	Sangat baik, tidak perlu revisi
61-80%	Baik	Layak, tidak perlu revisi
41-60%	Cukup baik	Kurang layak perlu revisi
21-40%	Kurang baik	Tidak layak perlu revisi
<20%	Sangat kurang baik	Sangat tidak layak, perlu revisi

Pengembangan video tutorial dinilai valid dan sangat valid/baik dan sangat baik oleh para ahli dan pelatih memperoleh skor $\geq 81\%$ dan $\geq 61\%$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini adalah sebuah keberhasilan dalam mengembangkan produk media berupa video tutorial *man to man defense* sebagai alternatif referensi dalam melatih. Media video tutorial ini dikemas dalam goodrive. Media video tutorial ini bisa digunakan setelah dikembangkan peneliti dan tentunya telah menunjukkan keefektifannya dalam penerapannya pada pelatih bola basket. Tentunya video tutorial ini dikembangkan dengan tujuan membantu pelatih dalam memberikan materi *man to man defense* pada atletnya. Untuk memperkuat penelitian agar lebih terpercaya, upaya pengembangan video tutorial *man to man defense* ini sudah dikembangkan oleh orang lain yang hampir sama dengan penelitian ini: 1. Emanuella, Fitri, Hendra 2017 Pembuatan Video Tutoria L Strategi Bertahan Dan Menyerang Dalam Permainan Bola Basket. Menurut (Emanuela et al., 2017) (Emanuela et al., 2017) Metode penelitian yang digunakan adalah dengan melakukan wawancara kepada 2 pelatih basket dan 10 pemain basket untuk mengetahui bagaimana cara mempelajari teknik bertahan dan menyerang dalam permainan bola basket.

Hasil rekapitulasi wawancara kepada 12 responden ialah sebanyak 58% menyukai olahraga bola basket sejak SMP dan sebanyak 42% menyukai olahraga bola basket sejak SMA. Media yang digunakan untuk mempelajari teknik bertahan dan menyerang adalah media video yang terdapat di internet dengan persentase sebanyak 50%, media internet dengan persentase sebanyak 33%, sisanya 27% menggunakan media buku. Berdasarkan hasil kuisioner dari 20 orang, 10% responden yang mengatakan setuju dan 90% mengatakan sangat setuju bahwa aplikasi ini dapat memberikan pengetahuan untuk memahami teknik bertahan dan menyerang olahraga bola basket. Selain itu, responden menganggap aplikasi ini sudah memiliki tampilan visual yang menarik dan interface yang mudah dipahami. Persamaan dengan pengembangan yang peneliti telah kembangkan pada strategi bertahan untuk perbedaannya pada video tutorial menyerang. 2. Baskoro Nugroho, Ardhi Kurniawan, Muhammad Soleh Fudin 2018, Pengembangan Buku Pedoman Man To Man Defense Bola Basket untuk Pelatih. Pada penelitian ini menggunakan model *ADDIE*. Hasil uji coba produk oleh ahli materi adalah produk mendapatkan rerata skor 4,52 dari maksimal skor 5. Sedangkan Hasil uji coba produk oleh ahli media adalah produk mendapatkan rerata skor 4 dari maksimal skor 5. Rerata dari keseluruhan skor adalah 4,2 dari skor maksimal 5. Dengan rerata tersebut menunjukkan bahwa berdasarkan hasil uji coba produk dapat digunakan.

Pada tahapan ini untuk menghasilkan media video tutorial ini sudah mengalami 2 kali tahapan revisi setelah divalidasi kepada validator ahli media dan validator ahli materi. Media video tutorial kemudian direvisi berdasarkan masukan dari ahli media dan ahli materi sehingga mendapatkan hasil revisi. Tentunya ada beberapa kendala / masalah yang peneliti alami dalam upaya mengembangkan media, seperti kendala dalam membuat video tutorial terbatas karena memang harus mudah dipahami bagi atlet. Berikut adalah hasil a validasi ahli media dan ahli materi:

Tabel.3 Tingkat Persentase Ahli

Validitas	Persentase	Keterangan
Ahli Media	88%	Sangat layak
Ahli Materi	90%	Sangat layak

Setelah melihat penilaian yang telah diberikan ahli materi dan ahli media dari semua aspek, maka telah mendapatkan hasil penilaian dari ahli materi 90% dari ahli media 88%. Melihat dari semua ahli baik ahli materi dan ahli media termasuk dalam kriteria “Sangat Layak”. Selanjutnya menguji coba lapangan terhadap 7 pelatih untuk uji skala kecil dan besar dengan 35 pertanyaan yang terdapat pilihan sangat setuju (ss), setuju(s), ragu-ragu(rr), tidak setuju(ts), sangat tidak setuju(sts). Pengisian dilakukan dengan cara memberikan centang (√) pada salah satu jawaban. Berdasarkan hasil respon pelatih berhasil memperoleh 87% masuk dalam kategori sangat layak digunakan sebagai alternatif referensi dalam melatih.

KESIMPULAN

Pelatih menyetujui peneliti pengembangan video tutorial *man to man defense* dengan didasari pada kondisi yang dialami para pelatih. Sebelum diujicobakan produk dievaluasi oleh ahli media dan ahli materi dari evaluasi ahli produk memerlukan perbaikan agar lebih menarik. Hasil uji coba lapangan memperoleh persentase 87% pengembangan video *tutorial man to man defense* dapat digunakan sebagai alternatif referensi dalam melatih, video tutorial didesain dengan menarik dan mudah untuk dioperasikan untuk pelatih di kecamatan Trenggalek. Pengembangan video tutorial *man to man defense* untuk pelatih bola basket di Kecamatan Trenggalek ini tentu belum sempurna dan masih perlu adanya perbaikan yang lebih lanjut disesuaikan dengan kondisi pada pelatih di kecamatan Trenggalek.

Referensi

- Candra Putra, D. (2019). Pengaruh Pemberian Reward Terhadap Hasil Belajar Shooting Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 7(3), 434–442.
- Emanuela, G., Fitri, D., Kartikasari, S., Si, M. S., Dinata, H., & Kom, M. (2017). Pembuatan Video Tutorial Strategi Bertahan Dan Menyerang Dalam Permainan Bola Basket. *Journal.Ubaya.Ac.Id*.
<http://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/1077/0>
- Hendra, A., & Hariyadi, K. (2020). Pengembangan Media Peluru Karkas (Karet Bekas) Dalam Pembelajaran Tolak Peluru di SDN 1 Kelutan. *Penjaga : Pendidikan Jasmani & Olahraga*, 1(1), 25–29.
- Perbasi Official Basketball Rules*. (2012).
- Pratama, R. S., & Fudin, M. S. (2020). Pengembangan Model Permainan Sepakbola Gagali Dalam Pembelajaran Permainan Sepakbola. *Penjaga : Pendidikan Jasmani & Olahraga*, 1(1), 1–6.
- Putro, B. N., Kurniawan, A., & Fudin, M. S. (2018). Pengembangan Buku Pedoman Man To Man Defense Bola Basket Untuk Pelatih. *Journal Sport Area*, 3(2), 111.
[https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3\(2\).2326](https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3(2).2326)
- Sadiman, 2002:6. (n.d.). *Makalah Media Pembelajaran ~ Warisan Untukmu*. Retrieved December 1, 2020, from <http://mooza-alkaz.blogspot.com/2013/07/makalah-media-pembelajaran.html>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Dan Pengembangan*.
- Winarno, M. . (2013). *Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Unervisitas Negeri Malang (UM PRESS).